

## Czy głosy umysłu da się mierzyć? Skala Wewnętrznej Aktywności Dialogowej (SWAD)\*

Piotr K. Oleś\*\*

*Katolicki Uniwersytet Lubelski Jana Pawła II*

IS IT POSSIBLE TO MEASURE THE VOICES OF A MIND?  
THE INTERNAL DIALOGICAL ACTIVITY SCALE (IDAS)

**Abstract.** The aim of this article was to introduce a new tool for measurement of internal dialogical activity. Internal dialogical activity is defined in terms of engagement in dialogues with imagined figures, simulation of social dialogical relationships in one's own thoughts, and confrontation of the points of view representing different I-positions relevant for personal and/or social identity. Such personality characteristics can be measured by a questionnaire developed in accordance with the individual differences approach. The Internal Dialogical Activity Scale consists of 47 items and 7 subscales. It was developed using the rational approach. The total score of the scale has satisfactory internal consistency – Cronbach's  $\alpha = 0.93$  and test-retest stability  $r_{tt} = 0.81$ ; similarly, the particular subscales also have satisfactory internal consistency and high stability.

Złożoność Ja stanowi jedno z najbardziej interesujących, a zarazem inspirujących badaczy zjawisk związanych z organizacją osobowości człowieka. Od czasów przełomowych pism Williama Jamesa (1892/2002), zarówno w psychologii społecznej, jak i psychologii osobowości dość powszechnie przyjmuje się, że

---

\* Dziękuję Annie Batory, Dominikowi Borawskiemu, Elżbiecie Chmielnickiej-Kuter, Klaudii Choraży, Marii Oleś, Karolinie Płazie, Małgorzacie Puchalskiej-Wasył, Sebastianowi Sadowskiemu, Wiesławowi Talikowi i Kindze Zasadni oraz uczestnikom seminariów z psychologii osobowości w KUL za pomoc w konstrukcji skali oraz przeprowadzeniu badań. Pani Annie Batory szczególnie dziękuję za wykonanie większości obliczeń.

\*\* Adres do korespondencji: Instytut Psychologii, Katolicki Uniwersytet Lubelski Jana Pawła II, Al. Raclawickie 14, 20-950 Lublin.

człowiek ma nie jedno Ja, ale posiada ich więcej – tyle, ile jest osób, na których opinii mu zależy. Badacze zorientowani poznawczo podkreślają wielość koncepcji siebie (Higgins, 1987; Markus, Nurius, 1986; Rosenberg, 1997; Rowan, Cooper, 2008), badacze zorientowani fenomenologicznie zwracają uwagę na złożoność sposobów doświadczania siebie oraz istnienie „różnych głosów naszego umysłu” (Hermans, 2002; Hermans, Kempen, 1993; Hermans, Rijks, Kempen, 1993). Z kolei psychologowie o orientacji psychodynamicznej wiele uwagi poświęcają zjawiskom dysocjacji, kiedy to poszczególne części, albo raczej „postaci” naszego Ja, funkcjonują niezależnie od siebie, przejawiając odrębne preferencje, sposoby ekspresji i zachowania (Kohut, 1977). Gdyby próbować uporządkować te stanowiska pod względem jakości wzajemnych relacji między częściami lub postaciami Ja, to na jednym krańcu skali umieścić trzeba zjawisko dysocjacji: istniejące postaci zachowują wzajemną autonomię do tego stopnia, że nic o sobie nie wiedzą; na drugim krańcu – odmienne koncepcje siebie i związane z nimi programy działań, opisywane przez psychologów poznawczych, obrazujące alternatywne możliwości, aktywizowane stosownie do kontekstu sytuacyjnego i intencji podmiotu. Równolegle, w ramach koncepcji fenomenologicznej, wskazuje się na istnienie wielu głosów umysłu ludzkiego, reprezentujących rozmaite punkty widzenia. Człowiek ma nie tylko zdolność ustosunkowywania się do świata, innych ludzi i siebie samego, wykorzystując te odmienne perspektywy, ale więcej – jest w stanie konfrontować je wzajemnie w wewnętrznym dialogu.

#### PODSTAWA TEORETYCZNA: TEORIA DIALOGOWEGO JA

Według teorii Dialogowego Ja, umysł ludzki reprezentuje „społeczność głosów”, między którymi zachodzą relacje zgody *versus* niezgody oraz procesy uzgadniania wewnętrznych lub zewnętrznych racji (Hermans, Kempen, 1993; Hermans, 1996, 2002). W pierwszym przypadku osoba „bije się ze swoimi myślami”, na przykład szukając argumentów za kontynuowaniem lub porzuceniem pracy, w drugim – dyskutuje w myślach z pracodawcą sprawę swego awansu lub wynagrodzenia. Według teorii Dialogowego Ja Huberta Hermansa (2002, 2003), człowiek ma zdolność personifikowania przyjmowanych przez siebie punktów widzenia oraz poglądów reprezentowanych przez postaci zewnętrzne, w tym głosy kultury. Wyrazem tejże personifikacji jest tworzenie pozycji Ja (*I-positions*) reprezentujących wewnętrzne i zewnętrzne głosy (punkty widzenia). Pozycja Ja nie tylko daje wyraz określonym przekonaniom, uczuciom i motywom znamionym dla danego punktu widzenia, ale może tworzyć wokół niego narracje i wchodzić w dialog (spór, uzgodnienia) z inną pozycją Ja – wewnętrzną lub zewnętrzną. Dialogowość oznacza też zdolność przyjmowania perspektywy kogoś drugiego (Marková, 2005). Można na przykład spierać się w myślach z własną matką lub ojcem o preferowane cele życiowe albo oskarżać się i usprawiedliwiać po jakiejś osobistej porażce; można też

prowadzić dialog z własną wirtualną tożsamością (por. Chmielnicka-Kuter, 2005; Oleś, 2005; Puchalska-Wasył, 2006).

Wewnętrzna aktywność dialogowa obejmuje kontinuum – od przyjmowania różnych punktów widzenia, w tym zdolność do decentracji, czyli patrzenia na świat oczyma drugiego człowieka, przez wewnętrzny monolog zakładający istnienie wyobrażonych odbiorców, instrukcje dawane samemu sobie („pośpiesz się”, „uważaj”), po dialog wewnętrzny stanowiący syntezę wcześniej wymienionych form. Dialogi wewnętrzne mogą mieć postać: (1) symulacji relacji społecznych, kiedy na przykład kontynuujemy w myślach inspirującą rozmowę z przyjacielem lub kłótnię z żoną/mężem; (2) wyobrażonej rozmowy z niedostępną postacią, na przykład z osobą zmarłą lub z autorytetem (w wielu kulturach przywódca plemion zwracał się do przodków o rady, podobnie można szukać pomocy u wybitnych terapeutów lub liderów określonych idei); albo (3) wymiany racji między częściami własnego Ja, kiedy osoba przeżywa wahanie w ważnej osobistej sprawie albo próbuje uzgodnić, powiedzmy, głos sumienia z ja-pragmatycznym. Dylematy między ja-dobrym a ja-złym, ja podążającym w jedną stronę i ja pragnącym udać się w stronę przeciwną są najlepszym przykładem tego rodzaju dialogu wewnętrznego (por. Oleś, 2005; Puchalska-Wasył, 2005, 2006; Puchalska-Wasył, Chmielnicka-Kuter, Oleś, 2008).

Jeszcze inne rozróżnienie dotyczy formy, przebiegu i efektów wewnętrznej aktywności dialogowej. Dialog taki może pełnić funkcje ekspresji (prawdopodobnie tłumionych) emocji, wówczas wyobrażona obecność odbiorcy i jego rola sprowadza się do funkcji katalizatora przeżyć. Dialog wewnętrzny może stanowić okazję do zademonstrowania siły i przeforsowania własnego punktu widzenia; wówczas ma postać dialogu konfrontacyjnego, nie dochodzi bowiem do żadnego uzgodnienia racji, więcej, osoba nie jest skłonna wsłuchiwać się w argumenty wyobrażonego adwersarza i nie próbuje szukać punktów wspólnych. Kontrastująca z nią forma dialogu wewnętrznego to dialog integrujący, który prowadzi do uzgodnień i wypracowania nowej jakości wynikającej z twórczego połączenia odmiennych punktów widzenia. Ma on podobne właściwości do dialogów interpersonalnych opisanych przez wybitnych dialogików Emanuela Lewinasa i Martina Bubera (por. Cooper, 2003; Hermans, 2003; Oleś, 2005).

Powstaje pytanie, czy tak zarysowaną aktywność wewnętrzną da się badać tylko metodami fenomenologicznymi, spisując relacje z doświadczeń osób badanych prowadzących wewnętrzne dialogi, czy też można ją uchwycić również za pomocą metody kwestionariuszowej, testu psychologicznego? Biorąc pod uwagę udane próby weryfikacji hipotez dotyczących dialogowych funkcji umysłu (np. Stemplewska-Żakowicz, Suszek, Zalewski, 2005), przyjęto jako założenie, iż równie dobrze można badać wewnętrzną aktywność dialogową w podejściu korelacyjnym. Założono, że ludzie różnią się nasileniem wewnętrznej aktywności dialogowej, a jednocześnie są jej co najmniej poten-

cialnie świadomi<sup>1</sup>, i na tej podstawie podjęto próbę konstrukcji skali do badania tej właściwości psychicznej. Wewnętrzną aktywność dialogową zdefiniowano jako zaangażowanie w dialogi z wyobrażonymi postaciami, kontynuowanie lub symulowanie w myślach dialogowych relacji społecznych oraz konfrontowanie punktów widzenia reprezentujących różne pozycje Ja, ważne dla osobistej lub społecznej tożsamości. Celem tego opracowania jest przedstawienie założeń, podstaw teoretycznych, konstrukcji i podstawowych parametrów dotyczących wartości psychometrycznej Skali Wewnętrznej Aktywności Dialogowej.

### KONSTRUKCJA PIERWSZEJ WERSJI SKALI – SKALA WD

Skala Wewnętrznej Aktywności Dialogowej została skonstruowana metodą racjonalną. Wyjściową pulę 42 twierdzeń ułożono na podstawie znajomości literatury dotyczącej zjawiska wewnętrznych dialogów (Chmielnicka-Kuter, 2005; Harter, Chao, 1992; Hermans, 1996, 2002, 2004, 2008; Hermans, Hermans-Jansen, 2000; Hermans, Kempen, 1993; Josephs, 1998; Oleś, 2005; Puchalska-Wasył, 2001, 2005). Wszystkie twierdzenia poddano ocenie 12 sędziów kompetentnych (trzech doktorów i dziewięciu doktorantów uczestniczących w seminarium z psychologii osobowości w KUL), pod kątem: (1) ich trafności jako wskaźników wewnętrznej aktywności dialogowej, (2) klucza (czy o dialogowości świadczy odpowiedź twierdząca, czy przecząca). Sędziowie znali co najmniej w zarysie teorię Dialogowego Ja oraz otrzymali definicję wewnętrznej aktywności dialogowej rozumianej jako: prowadzenie dialogów z wyobrażonymi postaciami, kontynuowanie lub symulowanie w myślach rozmów z partnerami interakcji oraz konfrontowanie w myślach różnych punktów widzenia i prowadzenie dialogów między częściami własnego Ja. Sędziowie dysponowali 5-stopniową skalą (od 1 – zdecydowanie nietrafne, do 5 – zdecydowanie trafne). Twierdzenia, które uzyskały co najmniej sześć ocen trafnych (4) i zdecydowanie trafnych (5), zakwalifikowano do eksperymentalnej wersji skali. Było ich 29 oraz pierwsze twierdzenie buforowe. Każda pozycja testowa miała postać zdania twierdzącego, z pięcioma możliwościami odpowiedzi (1 – zdecydowanie się nie zgadzam, 2 – nie zgadzam się, 3 – nie mam zdania/nie wiem, 4 – zgadzam się, 5 – zdecydowanie się zgadzam).

Eksperymentalną wersją skali, noszącą nazwę Skala WD (od „wewnętrzne dialogi”) i składającą się z 30 twierdzeń, przebadano 80 studentów, kobiet i mężczyzn (średnia wieku  $M = 21,89$ ;  $SD = 1,54$ ). Obliczono moc dyskrymina-

---

<sup>1</sup> Z dotychczasowych doświadczeń wynika, iż badani, zapytani o to, czy prowadzą w myślach wyobrażone rozmowy, albo od razu ten fakt potwierdzają, albo czynią to podczas drugiego spotkania, stwierdzając spontanicznie, iż dostrzegli, że to czynią, choć nie zdawali sobie z tego sprawy. W badaniach Małgorzaty Puchalskiej-Wasył (2006) nie udało się wyodrębnić zakładanej wcześniej grupy osób nie prowadzących wewnętrznych dialogów.

cyjną poszczególnych pozycji testowych. Do pierwszej wersji skali zakwalifikowano 24 twierdzenia, korelujące z wynikiem ogólnym powyżej  $r = 0,30$ , tym samym wykluczono sześć twierdzeń o niższych niż 0,30 korelacjach z wynikiem ogólnym. Moc dyskryminacyjna twierdzeń wynosiła od 0,31 do 0,72 ( $Me = 0,56$ ). Zachowano twierdzenie buforowe i umieszczono je na początku skali, ponieważ miało pełnić funkcję wprowadzenia w temat. W ten sposób uzyskano narzędzie składające się z 25 twierdzeń, w tym 24 diagnostycznych. Zgodność wewnętrzną skali wynosiła: Cronbacha  $\alpha = 0,92$ . Wyniki badań pierwszą wersją skali, między innymi korelacje z cechami osobowości (NEO-FFI Costy i McCrae'a) oraz stanami i cechami emocjonalnymi według Spielbergera (STPI) czy też wymiarami tożsamości, przedstawiono na dwu konferencjach naukowych. Wyniki sugerowały, iż badania w tym kierunku warto kontynuować, a skala może okazać się wartościowym narzędziem. Użytkowano mianowicie istotne korelacje nasilenia wewnętrznej aktywności dialogowej z cechą Otwartości na doświadczenie ( $r = 0,44$ ,  $p < 0,002$ ) oraz lękiem, mierzonym jako stan ( $r = 0,29$ ,  $p < 0,01$ ) i cecha ( $r = 0,27$ ,  $p < 0,01$ ), i ciekawością, mierzoną jako stan ( $r = 0,29$ ,  $p < 0,01$ ) (badania w grupie 48 studentów pedagogiki, 36 kobiet i 12 mężczyzn, średni wiek  $M = 21,6$ ;  $SD = 1,0$ ), a także z Poszukiwaniem jako wymiarem tożsamości ( $r = 0,29$ ;  $p < 0,01$ ) (badania w grupie 88 uczniów szkół średnich, średni wiek  $M = 17,2$ ;  $SD = 0,8$ ) (Oleś, 2006; Oleś, Oleś, 2006). Rezultaty te można uznać za pośrednie potwierdzenie trafności narzędzia.

Jednocześnie w wyniku dyskusji uznano, że skala wymaga rewizji i rekonstrukcji. Hubert Hermans podczas Czwartej Konferencji Dialogowego Ja w Bradze (Portugalia) zwrócił uwagę, że w skali nadreprezentowana jest symulacja dialogów społecznych, a niedoreprezentowane są dialogi tożsamościowe (między częściami Ja), i proponował uzupełnienie skali w tym kierunku. Andrzej Elias z Dziesiątej Konferencji Psychologii Osobowości w Atenach sugerował z kolei wprowadzenie podskal odpowiadających prorozwojowej i ruminacyjnej funkcji dialogów wewnętrznych, co również zmierzało do uzupełnienia skali o odpowiednie twierdzenia. Impulsem do podjęcia próby utworzenia podskal było również wyróżnienie 21 funkcji i 7 metafunkcji wewnętrznych dialogów przez Puchalską-Wasył (2005, 2006).

#### KONSTRUKCJA DRUGIEJ WERSJI SKALI – SKALA WAD

Rekonstrukcję narzędzia rozpoczęto od ułożenia kilkudziesięciu twierdzeń potencjalnie obejmujących treścią rozmaite formy dialogów wewnętrznych. W działaniach tych, obok autora skali, uczestniczyli studenci biorący udział w seminariach magisterskich prowadzonych przez autora metody. Po wyeliminowaniu twierdzeń, które odbiegały treścią od istoty dialogów wewnętrznych, były za długie lub niejasne, pozostało 44 nowych propozycji twierdzeń. Dziesięć twierdzeń wyeliminowano z powodu treści bliskoznaczonej do twierdzeń już istniejących. Pozostałe 35 twierdzeń dano do oceny dziesięciu sędziom

kompetentnym (dwóch doktorów i ośmiu doktorantów). Zadaniem sędziów, podobnie jak poprzednio, była ocena twierdzeń pod kątem ich trafności jako wskaźników wewnętrznej aktywności dialogowej, opisanej zgodnie z podaną wcześniej definicją; sędziowie wiedzieli również, że chodzi o dialogi wewnętrzne związane zarówno z opracowywaniem tożsamości, kontakty z innymi ludźmi, jak i z ekspresją, i „przeżywaniem” spraw przykrych lub konfliktowych. Odrzucono osiem twierdzeń, które nie uzyskały odpowiednio wysokich ocen trafności, analogicznie jak poprzednio zakładano co najmniej pięć ocen trafnych (4) lub zdecydowanie trafnych (5). Pozostało 27 twierdzeń, które po dodaniu i przemieszaniu z istniejącymi 25 twierdzeniami utworzyły skalę składającą się 52 pozycji. Następnie eksperymentalną drugą wersją kwestionariusza przebadano 163 studentów różnych kierunków studiów, zachowując odpowiednią proporcję kobiet i mężczyzn (średni wiek  $M = 22,7$ ;  $SD = 4,8$ ). Ponownie sprawdzono moc dyskryminacyjną twierdzeń. Stosując te same jak poprzednio kryteria, wyeliminowano kolejnych pięć twierdzeń. Uzyskano skalę składającą się 47 pozycji. Dalej, za pomocą hierarchicznej analizy skupień, w której za miarę podobieństwa przyjęto odległość euklidesową, wyodrębniono siedem grup twierdzeń, stanowiących trzony przyszłych podskal. Na podstawie analizy korelacji między twierdzeniami, ich treści oraz kilkakrotnego sprawdzania zgodności wewnętrznej prototypowych podskal ustalono ostateczną strukturę narzędzia, zawierającego skalę ogólną oraz siedem podskal obejmujących różne aspekty wewnętrznej aktywności dialogowej. Do poszczególnych podskal kwalifikowano twierdzenia korelujące z wynikiem ogólnym w podskali na poziomie co najmniej 0,30.

#### BUDOWA SKALI WEWNĘTRZNEJ AKTYWNOŚCI DIALOGOWEJ

Skala Wewnętrznej Aktywności Dialogowej składa się 47 twierdzeń (46 diagnostycznych, pierwsze zdanie traktowane jest jako buforowe). Każda pozycja testowa ma postać zdania twierdzącego z pięcioma możliwościami odpowiedzi (1 – zdecydowanie się nie zgadzam 2 – nie zgadzam się, 3 – nie mam zdania/nie wiem, 4 – zgadzam się, 5 – zdecydowanie się zgadzam). Zadanie osoby badanej polega na wyborze jednej z pięciu możliwych odpowiedzi i zakreśleniu odpowiedniej cyfry od 1 do 5. Wynik surowy uzyskuje się przez proste sumowanie punktów z odpowiedzi dotyczących 46 twierdzeń (od 2. do 47.). Wszystkie pozycje testowe, z wyjątkiem jednej, mają klucz wprost; dla twierdzenia 29 punktację należy odwrócić ( $1 = 5, 2 = 4, 3 = 3, 4 = 2, 5 = 1$ )<sup>2</sup>. Im wyż-

---

<sup>2</sup> Podczas konstrukcji skali sprawdzano szereg twierdzeń o kluczu odwrotnym, jednak uzyskiwały one zbyt niskie wskaźniki mocy dyskryminacyjnej i nie weszły do ostatecznej wersji narzędzia. Bardzo możliwe, że diagnozowanie wewnętrznej aktywności dialogowej przez zaprzeczenie jest dla badanych zbyt trudne, ponieważ wymaga dobrego wglądu i pewnego wysiłku poznawczego, dlatego twierdzenia o kluczu odwróconym są trafnymi jej wskaźnikami.

szy wynik liczbowy, tym większe nasilenie wewnętrznej aktywności dialogowej, rozumianej jako prowadzenie w myślach sporów i dialogów między częściami Ja, „mówienie do siebie” oraz prowadzenie w myślach wewnętrznych dialogów będących symulacją werbalnych kontaktów z innymi ludźmi. Kwestionariusz zawiera siedem następujących podskal.

**Czysta aktywność dialogowa (AD)**, skala zawiera 6 twierdzeń, w tym jedno z odwrotnym kluczem, zgodność wewnętrzna skali wynosi:  $\alpha = 0,76$ . Czysta aktywność dialogowa oznacza spontaniczne prowadzenie wewnętrznych dialogów, myślenie i rozwiązywanie różnych spraw w formie dialogowej. Przykładowe twierdzenia:

*Często mówię do siebie.*

*Często łapię się na tym, że gdy jestem sam, rozmawiam z kimś w myślach.*

*Prowadzenie w myślach wyobrażonych rozmów jest mi obce* (odwrotny klucz).

**Dialogi tożsamościowe (DT)**, skala również składa się z 6 twierdzeń;  $\alpha = 0,82$ . Dialogi tożsamościowe oznaczają prowadzenie dialogów wewnętrznych zmierzających do lepszego samopoznania oraz do odpowiedzi na pytania tożsamościowe: kim jestem? co jest dla mnie ważne? i jaki jest sens mojego życia? Przykładowe twierdzenia:

*Czasem dyskutuję z sobą, kim tak naprawdę jestem.*

*Gdy stoję przed trudnym wyborem, omawiam decyzję sam z sobą z różnych punktów widzenia.*

*Poprzez wewnętrzny dialog często dochodzę do pewnej prawdy o moim życiu i o mnie samym.*

**Dialogi wspierające (DW)**, skala zawiera 7 twierdzeń;  $\alpha = 0,71$ . Dialogi wspierające oznaczają prowadzenie w myślach dialogów, które utwierdzają w posiadanych przekonaniach, dają oparcie lub poczucie zrozumienia ze strony wyobrazonego rozmówcy, mogą zastępować realne rozmowy, obejmują też dawanie sobie instrukcji. Przykładowe twierdzenia:

*Gdy nie mogę porozmawiać osobiście z kimś bliskim, prowadzę z nim/nią rozmowy w moich myślach.*

*Często prowadzę w myślach dyskusje z moimi rodzicami, żoną (mężem).*

*Zdarza się, że w sytuacji stresowej sam siebie uspokajam w myślach.*

**Dialogi ruminacyjne (DR)**, skalę tworzy 9 twierdzeń;  $\alpha = 0,69$ . Dialogi ruminacyjne obejmują prowadzenie dialogów wewnętrznych na tematy przykre, przywoływanie w myślach trudnych tematów i drażnienie ich w formie dialogu, czemu towarzyszy poczucie znużenia i frustracji, a nawet rozbicia związanego z wewnętrzną aktywnością dialogową. Przykładowe twierdzenia:

*Niektóre dialogi, jakie prowadzę w myślach, utwierdzają mnie w poczuciu nieszczęścia.*

*Po porażkach oskarżam się w myślach i dyskutuję, jak mogło być lepiej.*

*Dialogi prowadzone w myślach męczą mnie i nużą.*

**Dialogi dysocjacyjne (DD)**, skala zawiera 5 twierdzeń;  $\alpha = 0,75$ . Dialogi dysocjacyjne oznaczają prowadzenie dialogów między dwoma wyraźnie wy-

dzielonymi częściami samego siebie, rozgrywanie wewnętrznych konfliktów w formie dialogu. Przykładowe twierdzenia:

*Zdarza mi się, że moje „dobre ja” spiera się z moim „złym ja”.*

*Czasem mam wrażenie, że mam w sobie dwie różne osoby, które spierają się ze sobą, chcą czegoś innego, kłócą się ze sobą.*

*Czasem kłócę się z tą częścią siebie, której nie lubię.*

**Symulacja dialogów społecznych (SD)**, skalę tworzy 7 twierdzeń;  $\alpha = 0,71$ . Symulacja dialogów społecznych to prowadzenie w myślach dialogów będących kontynuacją rozmów lub wyobrażeniem dialogowych relacji społecznych: kłótni, dyskusji lub wymiany myśli. Przykładowe twierdzenia:

*Kiedy jestem z kimś w konflikcie, kłócę się z nim w myślach.*

*Czasem, przygotowując się do rozmowy z kimś, przeprowadzam taką próbną rozmowę w myślach.*

*Niekiedy wyobrażam sobie, co inni mają do powiedzenia.*

**Przyjmowanie punktu widzenia (PW)**, skala składa się z 6 twierdzeń;  $\alpha = 0,64$ . Mierzy skłonność do przyjmowania odmiennego od własnego punktu widzenia, czyli punktu widzenia innej osoby, albo kwestionowania własnego zdania i próby oceny zdarzeń z innej perspektywy osobistej, a także obiektywizowanie problemów dzięki spojrzeniu na nie z nowej odmienną perspektywą. Przykładowe twierdzenia:

*Lubię przewidywać, co powiedzą inni ludzie, i odpowiadać im w myślach.*

*Często w myślach zwracam się do siebie z pozycji kogoś innego.*

*Czasem próbuję na mój problem spojrzeć tak, jakby nie był mój i jakbym to ja miał coś powiedzieć lub poradzić drugiej osobie.*

## WŁAŚCIWOŚCI PSYCHOMETRYCZNE METODY

Wszystkie podskale korelują istotnie z wynikiem ogólnym w SWAD (korelacje od 0,30 do 0,78; wszystkie  $p < 0,001$ ), co wynika z konstrukcji metody (zob. tabela 1), a oznacza, że obrazują różne aspekty tej samej wewnętrznej rzeczywistości. Podskale są ze sobą w większości istotnie skorelowane. Najwyższa dodatnia korelacja występuje między skalą Dialogi Tożsamościowe a Czystą Aktywnością Dialogową ( $r = 0,69$ ;  $p < 0,001$ ); skale te mają blisko 50% wariancji wspólnej i dosyć podobne wzorce korelacji z innymi skalami. Ważne będzie zatem wykazanie ich trafności różnicowej. Podskale, które mają około 30% wariancji wspólnej, to Dialogi Wspierające i Przyjmowanie Punktu Widzenia ( $r = 0,58$ ;  $p < 0,001$ ) oraz Dialogi Tożsamościowe i Przyjmowanie Punktu Widzenia ( $r = 0,56$ ;  $p < 0,001$ ). Natomiast najistotniejsze korelacje ujemne odnotowano między skalą Dialogi Ruminacyjne a Dialogi Tożsamościowe ( $r = -0,48$ ;  $p < 0,001$ ) i Czysta Aktywność Dialogowa ( $r = -0,38$ ;  $p < 0,001$ ).

Zgodność wewnętrzna całej skali jest wysoka, współczynnik  $\alpha$  Cronbacha = 0,93. Zgodność wewnętrzna podskal wynosi:  $\alpha$  od 0,64 do 0,82, co można uznać za wynik akceptowalny dla celów badawczych. Stałość wyniku ogólnego w skali, badana w odstępie dwóch miesięcy, wynosi  $r_{tt} = 0,88$ , stałość poszczególnych podskal jest również wysoka – mieści się w przedziale od  $r_{tt} = 0,69$

(Dialogi dysocjacyjne) do  $r_{tt} = 0,81$  (Czysta aktywność dialogowa) (tabela 1). Najbardziej miarodajnym wskaźnikiem wewnętrznej aktywności dialogowej jest wynik ogólny w SWAD, cała skala charakteryzuje się wysoką zgodnością wewnętrzną oraz stałością.

Metoda nie posiada trafności czynnikowej, co wynika ze sposobu wyodrębnienia podskal. Za pomocą eksploracyjnej analizy czynnikowej, przeprowadzonej na wynikach 186 osób w poszczególnych twierdzeniach metodą głównych składowych z rotacją Proximax, uzyskano trzy czynniki, wyjaśniające w sumie 36% wariancji i nie pokrywające się z wyodrębnionymi za pomocą analizy skupień. Analiza potwierdziła istnienie jednego głównego czynnika (24% wyjaśnianej wariancji) i dwu znacznie słabszych (odpowiednio 7% i 5% wariancji). Niezależnie od tego, z racji podanych wcześniej, to jest rozmaitych funkcji wewnętrznych dialogów, ich rodzajów i specyfiki, a także z powodu znacznej części zmienności nie objętej trzema czynnikami, zachowano podział twierdzeń na siedem podskal.

**Tabela 1.**  
**Właściwości psychometryczne Skali Wewnętrznej Aktywności Dialogowej: interkorelacje i współczynniki rzetelności dla wyniku ogólnego i podskal**

Zmienna	Korelacje podskal SWAD ( $N = 150$ )						
	AD	DT	DW	DR	DD	SD	PW
Czysta aktywność dialogowa – AD							
Dialogi tożsamościowe – DT	0,69***						
Dialogi wspierające – DW	0,43***	0,45***					
Dialogi ruminacyjne – DR	-0,38***	-0,48***	-0,05				
Dialogi dysocjacyjne – DD	0,29***	0,31***	0,27***	0,24**			
Symulacja dialogów społecznych – SD	-0,14	-0,16*	0,43***	0,50***	0,11		
Przyjmowanie punktu widzenia – PW	0,44***	0,56***	0,58***	-0,08	0,34***	0,17*	
Wynik ogólny SWAD	0,50***	0,50***	0,78***	0,30***	0,60***	0,58***	0,71***
Zgodność wewnętrzna SWAD $\alpha$ Cronbacha = 0,93	0,76	0,82	0,71	0,69	0,75	0,71	0,64
Staość w odstępie dwóch miesięcy: ( $N = 34$ ) SWAD, $r_{tt} = 0,84$	0,81***	0,76***	0,73***	0,73***	0,69***	0,74***	0,73***

\*\*\*  $p < 0,001$ ; \*\*  $p < 0,01$ ; \*  $p < 0,05$ . Źródło: Choraży (2008); rzetelność – badania zespołu.

Eksploracyjna analiza czynnikowa, przeprowadzona metodą głównych składowych z rotacją skośną Proximax na wynikach 150 osób w siedmiu podskalach, ujawniła istnienie dwóch czynników, wyczerpujących w sumie 68% wariancji. Czynniki pierwszy: Twórcza aktywność dialogowa (41% wariancji) tworzą podskale: Przyjmowanie Punktu Widzenia (ładunek czynnikowy: 0,81), Dialogi Tożsamościowe (0,79), Dialogi Wspierające (0,79) Czysta Aktywność Dialogowa (0,75) i Dialogi Dysocjacyjne (0,54). Czynniki drugi: Paliatywna aktywność dialogowa (27% wariancji) tworzą: Dialogi Ruminacyjne (0,88) i Symulacja dialogów społecznych (0,77); ujemne ładunki w tym czynniku mają skale: Dialogi Tożsamościowe (-0,58) i Czysta Aktywność Dialogowa (-0,53). W uzyskanej strukturze czynnikowej może tkwić inspirująca sugestia diagnostyczna. Mianowicie większe nasilenie tych rodzajów dialogów wewnętrznych, które zgrupowane zostały w pierwszym czynniku, może oznaczać adaptacyjne wykorzystanie wewnętrznej aktywności dialogowej poprzez konfrontowanie rozmaitych punktów widzenia, co sprzyja wieloaspektowemu widzeniu spraw subiektywnie ważnych, w tym wewnętrznych dylematów i odniesień do świata. Natomiast większe nasilenie dialogów zgrupowanych w ramach drugiego czynnika może oznaczać taką postać wewnętrznej aktywności dialogowej, która służy głównie odreagowaniu, pozwala uporać się z doświadczeniami konfliktowymi i zmniejszyć oddziaływanie treści przykrych, ale niewiele wnosi do wewnętrznego bogactwa perspektyw ewaluacyjnych i nie przyczynia się do odkrywania nowych znaczeń poprzez syntezę i integrację rozbieżnych punktów widzenia.

Na podstawie wyników badań 400 osób, po 200 kobiet i mężczyzn, studentów różnych kierunków studiów, Klaudia Choraży i Karolina Płaza, korzystając z badań własnych oraz badań Moniki Buszek i Kingi Czarneckiej, opracowały normy stenowe dla skali ogólnej i wszystkich podskal. Normy obliczono oddzielnie dla płci, pomimo iż nie stwierdzono istotnej różnicy między wynikami surowymi kobiet i mężczyzn.

Badanie trafności Skali Wewnętrznej Aktywności Dialogowej jest w toku. Procedura konstruowania i ewaluacji twierdzeń miała zapewnić trafność teoretyczną i fasadową metody. Z uwagi na fakt, iż jest to prawdopodobnie pierwszy kwestionariusz mierzący wewnętrzną aktywność dialogową, nie było odpowiedniego kryterium trafności diagnostycznej. Trafność tego rodzaju sprawdzono na dwa sposoby.

Pierwszy polegał na sprawdzeniu zbieżności wyników w SWAD z nasileniem wewnętrznych dialogów, badanym za pomocą ankiety i skal szacunkowych (Choraży, 2008). Zadaniem osób badanych, które wypełniały również Skalę Wewnętrznej Aktywności Dialogowej, było określenie, czy w siedmiu wskazanych sytuacjach prowadzą wewnętrzne monologi lub dialogi, a następnie oszacowanie nasilenia wewnętrznych dialogów z kilkunastoma wyobrażonymi rozmówcami. Wyobrażone sytuacje dotyczyły: dowodzenia swych racji w dyskusji, przygotowania do rozmowy, ekspresji emocji, rozmowy z przyjacielem, straty bliskiej osoby, kontaktu z osobą kochaną i przygotowania do wystąpienia publicznego. Postaci wyobrażonych dialogów pochodzą w większości

z metody Personal Position Repertory (Hermans, 2001) i z metody ankietowej Puchalskiej-Wasył (2006) (zob. tabela 2). Badani oceniali częstotliwość prowadzenia wewnętrznych dialogów z kilkunastoma postaciami, posługując się 6-stopniową skalą szacunkową (od 0 – nigdy, do 5 – bardzo często). W badaniu uczestniczyli studenci różnych uczelni i kierunków studiów, 95 kobiet i 72 mężczyzn, w sumie 167 osób, w wieku od 18. do 29. roku życia (średnia wieku,  $M = 21,4$ ). Porównanie trzech grup: W – osób o wysokiej aktywności dialogowej mierzonej SWAD (7 – 10 sten,  $N = 74$ ); S – średniej (5 – 6 sten,  $N = 60$ ); i N – niskiej (1 – 4 sten,  $N = 33$ ) pod kątem częstotliwości prowadzenia wewnętrznych dialogów zdaje się potwierdzać trafność narzędzia. Wszystkie uzyskane rezultaty istotnie różniące osoby o niskiej lub średniej *versus* wysokiej wewnętrznej aktywności dialogowej wskazują na większe nasilenie wewnętrznych dialogów u osób z wysokimi rezultatami w SWAD.

**Tabela 2.**  
**Częstotliwości prowadzenia wewnętrznych dialogów z wyobrażonymi postaciami: różnice między grupami o niskiej, średniej i wysokiej aktywności dialogowej według SWAD**

Postaci wyobrażonych dialogów	Grupa N		Grupa S		Grupa W		Istotność różnic	
	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	$F(2, 164)$	$p <$
Kochana osoba	2,68	1,51	3,05	1,50	3,54	1,38	4,31 <sup>a</sup>	0,05
Towarzysz z przeszłości	1,59	1,59	1,07	1,23	1,89	1,52	5,36 <sup>ab</sup>	0,01
Wróg/antagonista	0,89	1,31	1,49	1,34	2,09	1,56	7,27 <sup>a</sup>	0,001
Zmarła osoba	1,16	1,51	1,14	2,26	1,76	1,43	3,70 <sup>b</sup>	0,05
Bóg	2,66	1,59	2,64	1,62	3,44	1,55	4,85 <sup>ab</sup>	0,01
Jakiś zagrażający potwór	0,10	0,31	0,18	0,54	0,67	1,07	7,87 <sup>ab</sup>	0,001
Osoba z przyszłości	0,35	0,69	0,51	1,09	1,03	1,53	3,89 <sup>a</sup>	0,05

W tabeli pominięto wyniki dla postaci: matka, ojciec, przyjaciel, Anioł Stróż i diabeł, ponieważ nie uzyskano dla nich istotnych różnic między grupami; <sup>a</sup> istotna różnica między grupą W i N; <sup>b</sup> istotna różnica między grupą W i S, przy  $p < 0,05$ . Źródło: Choraży (2008, s. 51).

Drugi sposób badania trafności SWAD polegał na sprawdzeniu zbieżności wyników w SWAD z liczbą pozycji Ja oraz relacji między nimi zaznaczonymi w kole będącym symboliczną reprezentacją przestrzeni wewnętrznego dialogu (Langner, 2008). Fenomenologiczną metodę koła stosowano wcześniej celem identyfikowania pozycji Ja reprezentujących rozmaite głosy wewnętrzne oraz

pary pozycji istotnych dla dialogów tożsamościowych. Instrukcja do tej metody zawiera wprowadzenie, w którym powiedziane jest, że ludzie czasem prowadzą w myślach wyobrażone rozmowy, na przykład kontynuując niedokończoną rozmowę z przyjacielem lub kłótnię z członkiem rodziny. Wyobrażone rozmowy można też prowadzić z sobą samym. Następnie sformułowana jest prośba, by osoba badana zaznaczyła różne głosy własnego ja, stawiając kropki w dowolnych miejscach w załączonym kole. (Na kartce formatu A-4 w pozycji centralnej narysowane jest koło o średnicy 10 centymetrów.). Dalej osoba ma za zadanie nazwać lub krótko opisać wyróżnione głosy, umieszczając ich określenia na zewnątrz koła i prowadząc linie od kropki do opisu. Można również podać wypowiedź charakterystyczną dla danego głosu. W kolejnym kroku badany zaznacza, które głosy wchodzą z sobą w relacje dialogowe, i określa ich specyfikę, na przykład zgody (łącząc je linią ciągłą) i niezgody (linią przerywaną). Można również określić linią te głosy, które tworzą jedną grupę, koalicję, na przykład dobrze rozumiejących się lub współdziałających głosów. Można prosić o dookreślenie innych jeszcze ich właściwości, na przykład kiedy mogły powstać. Posługując się różnymi wariantami tej metody udało się ustalić, że badani znaczą mniej więcej od trzech do dwudziestukilku głosów, czyli – posługując się językiem teorii Dialogowego Ja – pozycji Ja.

Sprawdzono, czy między liczbą pozycji oraz liczbą zaznaczonych między nimi relacji a nasileniem wewnętrznej aktywności dialogowej mierzonej SWAD istnieje istotna korelacja. Wyniki w Skali Wewnętrznej Aktywności Dialogowej wykazują istotną współzależność z liczbą wyróżnianych pozycji Ja:  $r = 0,41$ ,  $p < 0,02$ ; z liczbą zaznaczonych między nimi relacji ( $r = 0,48$ ;  $p < 0,01$ ) oraz z liczbą zespołów, jakie tworzą:  $r = 0,44$ ,  $p < 0,01$  (przy liczbie badanych  $N = 30$  studentów), a także z powierzchnią figury wyznaczonej przez połączenie pozycji znajdujących najbliżej okręgu, nazwaną przestrzenią dialogową ( $r = 0,33$ ;  $p < 0,05$ ), oraz liczbą zaznaczonych dialogów wspierających ( $r = 0,57$ ;  $p < 0,01$ ) czy też długością linii obrazujących relacje niezgody ( $r = -0,50$ ;  $p < 0,01$ ). Oznacza to, że im więcej głosów wewnętrznych osoba wyróżnia oraz im więcej dostrzega między nimi relacji (to jest „wymiany poglądów”), tym większe jest u niej nasilenie wewnętrznej aktywności dialogowej mierzonej kwestionariuszem (Langer, 2008). Można to uznać za potwierdzenie trafności SWAD.

Stwierdzono również kilka istotnych współzależności między wynikami w podskalach a liczbą zaznaczanych pozycji Ja, liczbą relacji między nimi, powierzchnią figury wyznaczonej przez połączenie pozycji znajdujących najbliżej okręgu oraz liczbą zaznaczonych dialogów niezgody, wspierających czy też długością linii, które je obrazowały (zob. tabela 3).

Trafność podskal wymaga dalszych badań, choć w stosunku do niektórych istnieje już co najmniej częściowe potwierdzenie ich trafności, jak świadczą wyniki badań przedstawione w tabeli 3 i inne dane. Przykładowo skala Dialogi Ruminacyjne ujemnie koreluje z samooceną badaną skalą Rosenberga (SES),  $r = -0,30$ ,  $p < 0,01$  ( $N = 150$  studentów, połowa kobiet, połowa mężczyzn), podczas gdy żadna inna podskala nie koreluje z nią istotnie (Zasadni, 2008).

**Tabela 3.**  
**Korelacje między wynikami w podskalach Skali Wewnętrznej Aktywności Dialogowej a wskaźnikami dialogowości uzyskanymi z metody kołowej**

Zmienna	Korelacje podskal SWAD (N = 27)						
	AD	DT	DW	DR	DD	SD	PW
Liczba pozycji Ja	0,41*	0,51*	0,34*			0,33*	0,41*
Liczba grup pozycji Ja	0,46*	0,43*	0,36*			0,36*	0,42*
Przestrzeń dialogowa (pole powierzchni)	0,58*	0,45*				0,43*	
Liczba relacji między pozycjami		0,38*					
Liczba relacji zgody		0,41*					
Liczba relacji niezgody		0,34*					
Średnia długość linii relacji niezgody			-0,51*			-0,37*	-0,65***
Liczba dialogów wspierających		0,50**	0,66**			0,40*	-0,65***

\*\*\* $p < 0,001$ ; \*\* $p < 0,01$ ; \* $p < 0,05$

#### ZASTOSOWANIE METODY DO BADANIA WEWNĘTRZNEJ AKTYWNOŚCI DIALOGOWEJ

Metoda nadaje się do badania osób od 16. roku życia, z wykształceniem średnim lub wyższym. Aktualnie traktowana jest jako narzędzie badawcze, w przyszłości niewykluczone są i inne zastosowania. Zagadnienia szczególnie warte badań to – poza sprawdzeniem korespondencji z różnymi miarami osobowości – eksploracje w kierunku znaczenia wewnętrznej aktywności dialogowej w empatii, motywacji prospołecznej czy konfliktach. Bardzo interesujące perspektywy badawcze dotyczą dialogowej tożsamości, to jest takiego sposobu samookreślenia, który wynika z konfrontacji różnych punktów widzenia i zmierza do próby integracji wewnętrznych „głosów tożsamościowych”, oraz dialogowej moralności, czyli ścierania się głosów reprezentujących osobiste pragnienia i wartości preferowane przez osobę. Interesujące mogą wydawać się możliwe powiązania wewnętrznej dialogowości z umiejętnościami i kompetencjami psychospołecznymi oraz inteligencją emocjonalną. Bardzo możliwe, że wewnętrzna aktywność dialogowa ogrywa szczególnie ważną rolę w przystosowaniu do doświadczenia straty (żałoba), opuszczenia i wykluczenia, a także bilansu życia, w którym może dochodzić do konfrontowania ideałów i oczekiwań z dokonaniem i realną sytuacją życiową. Już ta pobieżna lista

tematów – w przypadku uzyskania interesujących wyników – pozwala sądzić, że odpowiednie wykorzystanie wewnętrznej aktywności dialogowej może przyczynić się do skuteczności radzenia sobie lub przystosowania do różnych sytuacji w różnych okresach życia.

#### BIBLIOGRAFIA

- Chmielnicka-Kuter, E. (2005) Wyobrażone postacie i ich autorzy: analiza wzajemnych odniesień na przykładzie zjawiska gier fabularnych. *Przegląd Psychologiczny*, 48, 53-73.
- Choraży, K. (2008). *Wewnętrzna aktywność dialogowa – psychologiczna analiza zjawiska na przykładzie osób twórczych i nietwórczych* (mps pracy magisterskiej, Katolicki Uniwersytet Lubelski Jana Pawła II).
- Cooper, M. (2003). "I-I" and "I-Me": Transposing Buber's interpersonal attitudes to the intrapersonal plane. *Journal of Constructivist Psychology*, 16, 131-153.
- Harter, S., Chao, C. (1992). The role of competence in children's creation of imaginary friends. *Merrill-Plamer Quarterly*, 38, 350-363.
- Hermans, H. J. M. (1996). Voicing the self: From information processing to dialogical interchange. *Psychological Bulletin*, 119, 31-50.
- Hermans, H. J. M. (2001). The construction of a Personal Position Repertoire: Method and practice. *Culture and Psychology*, 7, 323-365.
- Hermans, H. J. M. (2002). The dialogical self as a society of mind. Introduction. *Theory and Psychology*, 12, 147-160.
- Hermans, H. J. M. (2003). The construction and reconstruction of a dialogical self. *Journal of Constructivist Psychology*, 16, 89-130.
- Hermans, H. J. M. (2004). The dialogical self: Between exchange and power. [W:] H. J. M. Hermans, G. Dimaggio (red.), *The dialogical self in psychotherapy* (s. 13-28). Hove-New York: Brunner-Routledge.
- Hermans, H. J. M. (2008). Polifonia umysłu: wielogłosowe i dialogowe Ja. [W:] J. Rowan, M. Cooper (red.), *Jekyll i Hyde. Wielorakie Ja we współczesnym świecie* (s. 115-138). Gdańsk: Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne.
- Hermans, H. J. M., Hermans-Jansen, E. (2000). *Autonarracje: tworzenie znaczeń w psychoterapii*. Warszawa: Pracownia Testów Psychologicznych PTP.
- Hermans, H. J. M., Kempen, H. J. G. (1993). *The dialogical self: Meaning as movement*. San Diego: Academic Press.
- Hermans H. J. M., Rijks, T. I., Kempen, H. J. G. (1993). Imaginal dialogues in the self: Theory and method. *Journal of Personality*, 61, 207-236.
- Higgins, E. T. (1987). Self-discrepancy: A theory relating self and affect. *Psychological Review*, 94, 319-340.
- James, W. (1892/2002). *Psychologia. Kurs skrócony*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Josephs, I. E. (1998). Constructing one's self in the city of the silent: Dialogue, symbols, and the role of 'as-if' in self-development. *Human Development*, 41, 180-195.

- Kohut, H. (1977). *The restoration of the self*. New York: International Universities Press.
- Langner, K. (2008). *Psychologiczna analiza wewnętrznej aktywności dialogowej: podejście fenomenologiczne i kwestionariuszowe* (mps pracy magisterskiej, SWPS w Warszawie).
- Marková I. (2005). *Dialogicality and social representations. The dynamics of mind*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Markus, H. R., Nurius, P. (1986). Possible selves. *American Psychologist*, 41, 954-969.
- Oleś, P. (2005). Zjawiska dialogowe – od wpływu społecznego po aktywność wewnętrzną. *Przegląd Psychologiczny*, 48, 11-18.
- Oleś, P. (2006). *Internal dialogical activity: How to define and how to measure it?* (plakat, 13<sup>th</sup> European Conference on Personality, Ateny, 22-26 lipca 2006).
- Oleś, P. K., Oleś, M. (2006). *How to measure dialogical internal activity: Proposition of a new scale* (plakat, 4<sup>th</sup> International Conference on the Dialogical Self, University of Minho, Braga, Portugalia, 1-3 czerwca 2006).
- Puchalska-Wasył, M. (2001). Zjawisko wielogłosowego self i jego rola w twórczości literackiej i naukowej. *Przegląd Psychologiczny*, 44, 349-365.
- Puchalska-Wasył, M. (2005). Wyobrażeni rozmówcy – typy i funkcje. *Przegląd Psychologiczny*, 48, 109-123.
- Puchalska-Wasył, M. (2006). *Nasze wewnętrzne dialogi. O dialogowości jako sposobie funkcjonowania człowieka*. Wrocław: Wydawnictwo Uniwersytetu Wrocławskiego.
- Puchalska-Wasył, M., Chmielnicka-Kuter, E., Oleś, P. K. (2008). From internal interlocutors to psychological functions of dialogical activity. *Journal of Constructivist Psychology*, 21, 239-269.
- Rosenberg, S. (1997). Multiplicity of selves. [W:] R. D. Ashmore, L. Jussim L. (red.), *Self and identity: Fundamental issues* (vol. 1, s. 23-45). New York: Oxford University Press, Inc.
- Rowan, J., Cooper, M. (red.) (2008). *Jekyll i Hyde. Wielorakie Ja we współczesnym świecie*. Gdańsk: Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne.
- Stemplewska-Żakowicz, K., Suszek, H., Zalewski, B. (2005). Pozycjonowanie a nieświadome procesy potwierdzania zachowaniem cudzych koncepcji. *Przegląd Psychologiczny*, 48, 33-52.
- Zasadni, K. (2008). *Wewnętrzna aktywność dialogowa a obraz siebie* (mps pracy magisterskiej, Katolicki Uniwersytet Lubelski Jana Pawła II).