

# Niebrzydowski, Leon / Chodkiewicz, Jan

---

## Osobowościowe i społeczne wyznaczniki utrzymywania sekretu

---

Mazowieckie Studia Humanistyczne 3/1, 201-210

---

1997

Artykuł został zdigitalizowany i opracowany do udostępnienia w internecie przez Muzeum Historii Polski w ramach prac podejmowanych na rzecz zapewnienia otwartego, powszechnego i trwałego dostępu do polskiego dorobku naukowego i kulturalnego. Artykuł jest umieszczony w kolekcji cyfrowej [bazhum.muzhp.pl](http://bazhum.muzhp.pl), gromadzącej zawartość polskich czasopism humanistycznych i społecznych oraz w kolekcji mazowieckich czasopism regionalnych [mazowsze.hist.pl](http://mazowsze.hist.pl).

Tekst jest udostępniony do wykorzystania w ramach dozwolonego użytku.

Leon Niebrzydowski, Jan Chodkiewicz

## OSOBOWOŚCIOWE I SPOŁECZNE WYZNACZNIKI UTRZYMYWANIA SEKRETU

### Wstęp

Od ponad trzydziestu lat w USA ukazują się prace naukowe poświęcone self-disclosure, co na język polski da się przetłumaczyć jako otwartość, ujawnianie siebie lub odkrycie się przed inną osobą. Po raz pierwszy badania dotyczące self-disclosure przeprowadził S. Jourard<sup>1</sup>. Jego kontynuatorami byli, a niektórzy i aktualnie są: A. Chaikin i V. J. Derlega<sup>2</sup>, P. C. Cozby<sup>3</sup>, C. J. Chelune<sup>4</sup>, G. Levinger i D. Seen<sup>5</sup>.

Szczególną wagę do problematyki otwartości przywiązują psychologowie o orientacji humanistycznej, którzy przypisują jej ogromną rolę, zarówno w życiu jednostki, jak i w jej funkcjonowaniu w kontaktach interpersonalnych.

W ostatnim piętnastolecu opublikowano wiele prac ukazujących różne aspekty self-disclosure, badających zarówno jej uwarunkowania, jak i ograniczenia. Na szczególną uwagę zasługują prace C. Rogersa<sup>6</sup>, A. Spitznagla<sup>7</sup>, V. J. Derlegi<sup>8</sup> i L. Niebrzydowskiego<sup>9</sup>.

<sup>1</sup> S. M. Jourard, *The Transparent Self*, New York 1964.

<sup>2</sup> A. L. Chaikin, V. J. Derlega, *Variables the Appropriateness of Self-Disclosure*, „Journal of Consulting and Psychology” 1974, nr 42; tychże, *Neuroticism and Disclosure Reciprocity*, „Journal of Consulting and Psychology” 1979, nr 43.

<sup>3</sup> P. C. Cozby, *Self-Disclosure, Reciprocity and Liking*, „Sociometry” 1972, nr 35.

<sup>4</sup> C. J. Chelune, *Disclosure Flexibility and Social-Situational Perceptions*, „Journal of Consulting and Clinical Psychology” 1977, nr 45; tenże, *Self-Disclosure: Origins Patterns and Implications of Openness in Interpersonal Relationship*, San Francisco 1979.

<sup>5</sup> G. Levinger, D. Senn, *Disclosure of Feelings in Marriage*, „Merrill-Palmer Quarterly of Behavior and Development” 1967, nr 13.

<sup>6</sup> C. Rogers, *Self-Referent Encoding in a Middle Aged Group*, „Journal of Cognitive Therapy and Research” 1980, nr 3, s. 93–100.

<sup>7</sup> A. Spitznagel, L. Schmidt-Atzert, *Leidendruck und Preisgabe persönlicher Information, Vortrag Kongress für Angewandte Psychologie*, Düsseldorf 1983.

<sup>8</sup> V. J. Derlega, J. Wilson, A. L. Chaikin, *Friendship and Disclosure Reciprocity*, „Journal of

W wymienionych pracach mniejszą uwagę skupiano na problematyce utrzymania sekretu (keep secret), który – jak wiemy – jest integralną częścią składową otwartości. Wiadomo bowiem, że otwartość w stosunkach międzyludzkich nie może rozciągać się w nieskończoność, a tym samym musi mieć swoje granice, gdyż człowiek na tyle jest autentyczny i odpowiedzialny, na ile potrafi świadomie i celowo kontrolować i dawkować posiadane informacje w zależności od sytuacji i partnera interakcji.

Czasami ukrycie pewnych informacji może leżeć w żywotnym interesie rozmówcy. Dotyczy to np. zdrady małżeńskiej lub nieuleczalnej choroby. Czasami ukrywamy posiadane informacje z obawy, aby nie być ośmieszonym lub odrzuconym przez otoczenie, jak również dlatego, żeby nasz rozmówca nie upowszechnił lub nie przekazał ich osobom nam nieżyczliwym. Wymienione ograniczenia nie wyczerpują bogatej gamy możliwości wiążących się z ujawnianiem sekretnych informacji, dlatego też postanowiliśmy przeprowadzić badania, które być może przynajmniej częściowo wypełnią istniejącą w tym zakresie lukę.

Dla potrzeb niniejszej pracy przyjęliśmy rozróżnienie sekretu posiadanego i sekretu powierzonego, korzystając z definicji używanych przez etyków<sup>10</sup>. Uznaliśmy, że sekret posiadany to bardzo intymna informacja o sobie samym, którą jednostka zna i ujawnia tylko najbliższym w szczególnych przypadkach. Sekret powierzony to wszelaka wiadomość, której na mocy moralnego lub prawnego zakazu nie wolno przekazywać innym osobom. Pojęcia „sekret” i „tajemnica” nierzadko są używane zamiennie. W podobny sposób potraktowaliśmy je w naszej pracy. Użyty w badaniach, skonstruowany przez A. Spitznagla<sup>11</sup> kwestionariusz wydaje się ujmować pierwszy sposób rozumienia sekretu jako sekretu posiadanego. Ujawnianie tak rozumianej tajemnicy może być przejawem otwartości, ale otwartości najbardziej intymnej, która ogranicza się do niewielkiej liczby osób najbliższych jednostce, które są w stanie utrzymać sekret. W przypadku ujawnienia go może nastąpić zerwanie kontaktu interpersonalnego.

---

Personality and Social Psychology” 1976, nr 34, s. 578–582; V. J. Derlega, S. Matts, S. Petronio, S. Margulis, *Self-Disclosure*, Sage Series on Close Relationships 1993.

<sup>9</sup> L. Niebrzydowski, *Interpersonalne aspekty wymiany społecznej*, „Studia Socjologiczne” 1983, nr 1; L. Niebrzydowski, E. Płaszczynski, *Przyjaźń i otwartość w stosunkach międzyludzkich*, Warszawa 1989; L. Niebrzydowski, *Psychologia przyjaźni i otwartości młodzieży i dorosłych*, Łódź 1992.

<sup>10</sup> T. Ślipko, *Zarys etyki szczegółowej*, Warszawa 1982.

<sup>11</sup> A. Spitznagel, *Literatur zu Geheimnis, Geheimnishaftung und verwandten Phänomenen*, Giessen 1990.

## Cel i metody badań

Przeprowadzone w 1993 r. w Uniwersytecie Łódzkim badania miały odpowiedzieć na następujące pytania: co wpływa na ujawnianie lub utrzymywanie posiadanego sekretu – płeć, pochodzenie społeczne, czy też cechy osobowości jednostki?

W związku z powyższym postawiono trzy hipotezy badawcze:

- istnieje zależność między płcią a stopniem utrzymania sekretu;
- istnieje zależność między pochodzeniem społecznym a stopniem utrzymania sekretu;
- istnieje zależność między cechami (wymiarami) osobowości a zdolnością do utrzymywania sekretu.

Hipotezy te zweryfikowane przy użyciu:

- Kwestionariusza „Ty i Twoja tajemnica” A. Spitznagla;
- Inwentarza Psychologicznego Gougha (CPI).

## Przebieg badań

Badania niezbędne do weryfikacji hipotez badawczych przeprowadzono w 1993 r. wśród studentów Uniwersytetu Łódzkiego i uczniów czwartych klas liceów ogólnokształcących z terenu miasta Łodzi.

Badania składały się z dwóch etapów:

- pierwszym etapem objęto grupę 300 osób; wypełniały one Kwestionariusz „Ty i Twoja tajemnica”;
- w drugim etapie wybrano losowo 130 osób z poprzedniej grupy, które dodatkowo wypełniły Inwentarz Psychologiczny Gougha.

Wśród ogółu badanych znalazło się 229 kobiet (77,9%) i 65 mężczyzn (22,1%). Osób pochodzenia robotniczego było 141 (48,0%), pochodzenia inteligentkiego 153 (52,0%). Nie było ani jednej osoby pochodzenia chłopskiego.

W drugim etapie badania wzięło udział 128 osób, w tym 98 kobiet i 30 mężczyzn.

Wszyscy badani znajdowali się w grupie wiekowej 18–21 lat.

W związku z tym, że Kwestionariusz „Ty i Twoja tajemnica” nie posiada normalizacji polskiej należało wykonać wiele operacji statystycznych:

- obliczyć moc dyskryminacyjną twierdzeń;
- obliczyć rzetelność kwestionariusza;
- dokonać analizy czynnikowej.

Dysponując wynikami operacji normalizacyjnych, wykonaliśmy właściwą część analiz, która miała zweryfikować postawione hipotezy:

- obliczono istotności różnic między mężczyznami i kobietami w obrębie całego kwestionariusza i poszczególnych twierdzeń;

- obliczono istotności różnic między osobami o różnym pochodzeniu;
- skorelowano uzyskane przy pomocy kwestionariusza A. Spitznagla wyniki z wynikami Inwentarza Psychologicznego Gougha.

## **Analiza danych**

### **Procedura normalizacyjna kwestionariusza**

W wyniku przeprowadzonych operacji obliczeniowych okazało się, że moc dyskryminacyjna twierdzeń kwestionariusza jest zadowalająca. Wartość współczynnika korelacji dwuseryjnej wynosiła od 0,41 do 0,58.

Obliczono również współczynniki korelacji poszczególnych twierdzeń z całym kwestionariuszem (konsystencję). Okazało się, że wszystkie zawarte w kwestionariuszu twierdzenia korelują z całością w sposób zadowalający i bardzo istotny statystycznie ( $p \leq 0,0001$ ).

Wartość współczynnika alfa-Crombacha wyniosła dla całego kwestionariusza 0,755; istnieją zatem podstawy, że Kwestionariusz „Ty i Twoja tajemnica” posiada zadowalającą rzetelność.

W wyniku analizy czynnikowej wyodrębniono dwa najbardziej istotne czynniki dla utrzymania sekretu (czynnik A i czynnik B). Analizując treść twierdzeń składających się na czynnik A można zauważyć, że dotyczą one relacji „ja” i „moja tajemnica a otoczenie”. Twierdzenia czynnika B ogniskują się na osobistym stosunku do posiadanej tajemnicy, występuje tu pierwiastek oceniający nasz stosunek do posiadanego sekretu.

### **Weryfikacja hipotez badawczych**

Obliczono zależności między płcią a stopniem utrzymania sekretu w obrębie całego kwestionariusza. Różnice w wynikach uzyskanych przez kobiety i mężczyzn znajdują się na granicy istotności statystycznej ( $p = 0,05$ ). Można więc wnioskować o istnieniu tendencji do większego utrzymywania sekretu przez mężczyzn (średnia sum 53,61), niż przez kobiety (50,99). Może to świadczyć o tym, że kobiety chętniej ujawniają intymne informacje (tajemnice posiadane) osobom najbliższym. Wydaje się to wiązać z obowiązującym w naszym społeczeństwie stereotypem, który nakazuje mężczyźniem być bardziej zamkniętym, niezależnym, nieokazującym własnych słabości innym ludziom<sup>12</sup>.

Obliczono również zależności między płcią a stopniem utrzymania sekretu u osób pochodzenia robotniczego i inteligenckiego. Uzyskane dane wskazują, że między mężczyznami i kobietami pochodzenia robotniczego istnieją statystycz-

---

<sup>12</sup> L. Niebrzydowski, E. Płaszczyński, *op.cit.*

nie istotne ( $p = 0,03$ ) różnice w stopniu utrzymania sekretu. Porównanie średnich sum uzyskanych w całym kwestionariuszu przez kobiety (50,68) i przez mężczyzn (55,22) wskazuje, iż mężczyźni charakteryzują się wyższym stopniem utrzymania sekretu niż kobiety. Mężczyźni pochodzenia robotniczego niechętnie ujawniają intymne informacje dotyczące własnego „ja” nawet najbliższym. Zależność taka nie występuje u osób pochodzenia inteligenckiego (brak istotności statystycznej). Zatem widzimy, że zarówno kobiety, jak i mężczyźni pochodzenia inteligenckiego w równym stopniu utrzymują i ujawniają tajemnice.

Otrzymane wyniki dotyczące różnic w ujawnianiu tajemnicy u osób pochodzenia robotniczego korespondują z badaniami M. Komorowskiej<sup>13</sup>, która badając małżeństwa robotnicze stwierdziła, że żony w większości przypadków nie odczuwają satysfakcji z małżeństwa z powodu niemożności lub trudności pełnego porozumienia się z mężami. Komorowska stwierdziła, że mężowie wywodzący się ze środowisk robotniczych małą wagę przywiązują do znajomości swoich żon, rzadko prowadzą rozmowy na tematy intymne, unikają rozmów na tematy zawodowe. Nie przeprowadziła ona niestety równoległych badań małżeństw inteligenckich.

Dodatkowe światło na badany problem rzuca analiza istotności różnic między kobietami i mężczyznami w zakresie czynników „A” i „B”. Statystycznie istotne różnice ( $p=0,01$ ) występują jedynie w czynniku „B”. Czynniki te mierzą osobisty stosunek do posiadanej tajemnicy, głębokości jej przeżywania. Mężczyźni głębiej i mocniej przeżywają fakt posiadania intymnych informacji. Być może dlatego, że ewentualne koszty ujawnienia sekretu byłyby dla nich wyższe. Zdaje się mieć to związek ze wspomnianym wcześniej stereotypem, który od wieków pokutuje w kulturze i obyczajach zarówno europejskich, jak i amerykańskich.

Podsumowując dotychczasową fazę badań można stwierdzić, że hipoteza 1 znalazła częściowe potwierdzenie u ogółu badanych, w pełni potwierdziła się u osób pochodzenia robotniczego, nie znalazła natomiast potwierdzenia u osób pochodzenia inteligenckiego.

Nie znalazła także potwierdzenia hipoteza 2 mówiąca o ściślejszej zależności pochodzenia społecznego i stopnia utrzymania sekretu. Brak jest istotnych statystycznie różnic między pochodzeniem robotniczym i inteligenckim zarówno w całym kwestionariuszu ( $p = 0,85$ ), jak i w obrębie poszczególnych twierdzeń. Przekonuje o tym również wartość zastosowanego dodatkowo testu  $\chi^2$ . Wartość ta z uwzględnieniem poprawki Yatesa wyniosła 0,00238. Przy jednym stopniu swobody jest ona nieistotna statystycznie. Pochodzenie społeczne nie jest więc zmienną różnicującą osoby badane zastosowanym kwestionariuszem.

Tablica 1 pokazuje wartości korelacji wyników Kwestionariusza „Ty i Twoja tajemnica” z wynikami Inwentarza Psychologicznego Gougha.

---

<sup>13</sup> M. Komorowsky, *Blue-Collar Marriage*, New York 1962.

Tablica 1

**Poziomy istotności w korelacji skal „Inwentarza Psychologicznego”  
i Kwestionariusza „Ty i Twoja Tajemnica”**

Cechy osobowości	P -- poziom istotności					
	Kobie- ty	Mężczy- źni	Osoby pochodzenia robotniczego	Osoby pochodzenia inteligentkiego	Czynn k	Czynn k
1. Dominacja	0,02	n <sub>i</sub>	n <sub>i</sub>	n <sub>i</sub>	n	, 1
2. Ambicja	0,02	n <sub>i</sub>	0,04	n <sub>i</sub>	,	n
3. Towarzystwo	n <sub>i</sub>	n <sub>i</sub>	n <sub>i</sub>	n <sub>i</sub>	n	, 2
4. Swoboda towarzyska	n <sub>i</sub>	n <sub>i</sub>	n <sub>i</sub>	n <sub>i</sub>	n	, 2
5. Poczucie własnej wartości	n <sub>i</sub>	n <sub>i</sub>	n <sub>i</sub>	n <sub>i</sub>	n	, 1
6. Dobrze samopoczucie	0,03	n <sub>i</sub>	n <sub>i</sub>	0,03	n	,
7. Odpowię- dzialność	n <sub>i</sub>	n <sub>i</sub>	n <sub>i</sub>	n <sub>i</sub>	n	, 3
8. Uspołecznienie	n <sub>i</sub>	n <sub>i</sub>	n <sub>i</sub>	n <sub>i</sub>	n	n
9. Opanowanie	n <sub>i</sub>	n <sub>i</sub>	n <sub>i</sub>	n <sub>i</sub>	, 3	n
10. Tolerancja	0,006	n <sub>i</sub>	0,001	n <sub>i</sub>	n	, 3
11. Chęć podoba- nia się	n <sub>i</sub>	n <sub>i</sub>	n <sub>i</sub>	n <sub>i</sub>	, 2	n
12. Typowość	n <sub>i</sub>	n <sub>i</sub>	n <sub>i</sub>	n <sub>i</sub>	n	, 3
13. Powodzenie przez konformizm	0,03	n <sub>i</sub>	0,01	n <sub>i</sub>	, 3	n
14. Powodzenie przez niezależność	0,01	n <sub>i</sub>	0,02	n <sub>i</sub>	, 1	n
15. Wydajność umysłowa	n <sub>i</sub>	n <sub>i</sub>	n <sub>i</sub>	n <sub>i</sub>	n	n
16. Wnikliwość sych l czn	n	n	n	n	n	n
17. zutk	n	n	n	n	n	n
1 . K c	n	n	n	n	n	n

Podsumowując otrzymane dane dotyczące korelacji zachodzących między wynikami kwestionariusza A. Spitznagla i wynikami Inwentarza Psychologicznego Gougha należy stwierdzić, że istotne statystycznie zależności występują

w każdej z analizowanych grup (kobiety i mężczyźni pochodzenia robotniczego, kobiety i mężczyźni pochodzenia inteligenckiego), poza jednym przypadkiem, gdy badaniami objęci byli sami mężczyźni. Na taki wynik wpłynęła zbyt mała liczba mężczyzn poddanych badaniom – tylko 30 osób.

Istotne statystycznie zależności wystąpiły między następującymi wymiarami:

– dominacja: kobiety o tendencjach przywódczych w większym stopniu utrzymują sekret i głębiej go przeżywają. Są one pewne siebie, niezależne, wytrwałe, liczące na własne siły. Nie odczuwają potrzeby ujawniania tajemnic, dzielenia się nimi;

– ambicja: kobiety oraz osoby pochodzenia robotniczego, które charakteryzują się ambicją, rozważą, powściągliwością w wypowiedziach w większym stopniu utrzymują tajemnice, mogą posiadać więcej sekretów, aczkolwiek nie przeżywają tego faktu emocjonalnie. Są one silnie umotywowane do osiągnięcia sukcesu, mogą więc odczuwać lęk przed złym wykorzystaniem powierzonych innym informacji sekretnych. U osób pochodzenia inteligenckiego zależność taka nie występuje;

– swoboda towarzyska: skala ta mierzy spontaniczność i odwagę w stosunkach międzyludzkich. Symptomatyczne jest, że koreluje ona jedynie z czynnikiem „B” warunkującym głębokość przeżywanej tajemnicy. Brak zależności między swobodą towarzyską a stopniem utrzymania sekretu potwierdza jego specyficzną rolę w procesie otwartości. Ujawnienie tajemnicy posiadanej jest bowiem zakończeniem długotrwałego procesu, czymś bardzo intymnym i osobistym;

– poczucie własnej wartości: podobnie jak poprzednia podskala koreluje jedynie z głębokością przeżywanych tajemnic. Osoby posiadające realistyczne poczucie własnej wartości głębiej odczuwają fakt posiadania sekretu, być może dlatego, że burzy to w pewien sposób ich obraz siebie, stanowi pewnego rodzaju dysonans poznawczy;

– dobre samopoczucie: kobiety oraz osoby pochodzenia inteligenckiego energiczne, przedsiębiorcze, produktywne i aktywne w większym stopniu utrzymują sekret i głębiej go przeżywają. U osób pochodzenia robotniczego zależność taka nie występuje;

– odpowiedzialność: osoby dokładne, sumienne, odpowiedzialne, głębiej przeżywają posiadane sekrety, jednak w równym stopniu utrzymują je jak osoby o cechach przeciwnych. Będąc wewnętrznie zdyscyplinowanymi, muszą głębiej przemyśleć posiadane tajemnice zanim je ujawnią;

– opanowanie: osoby spokojne, cierpliwe, opanowane mocniej kontrolują utrzymanie tajemnicy – bez komponenty emocjonalnej. Występowanie tej zależności wydaje się oczywiste;

– tolerancja: kobiety oraz osoby pochodzenia robotniczego, które charakteryzują się tolerancją, brakiem uprzedzeń, pomysłowością i inteligencją bardziej



utrzymują tajemnice niż osoby ograniczone i biernie oraz powściągliwe. Osoby o szerokim zakresie zainteresowań mogą posiadać więcej sekretów nie odczuwając potrzeby dzielenia się nimi z innymi ludźmi. U osób pochodzenia inteligentkiego zależność taka nie występuje;

– chęć podobania się: osoby chcące robić dobre wrażenie na innych mocniej utrzymują posiadane tajemnice, bez komponenty emocjonalnej. Może to wiązać się z antycypowaną reakcją otoczenia na ujawnienie własnej „słabości”;

– powodzenie przez konformizm: skala ta wykrywa jednostki, u których „motywacja osiągnięć jest najważniejszą potrzebą”<sup>14</sup>. Motywacja ta podporządkowuje sobie inne aspekty funkcjonowania jednostki, a więc również ujawnianie tajemnic. Jednostka taka ujawniać będzie tylko to, co może być przydatne w osiągnięciu określonego celu. Dlatego osoby o wysokich wynikach w tej skali charakteryzują się wyższym stopniem utrzymania sekretu. Interesujące jest, że zależność ta nie występuje u osób pochodzenia inteligentkiego;

– powodzenie przez niezależność: kobiety oraz osoby pochodzenia robotniczego niezależne, samowystarczalne, silne, władcze i wymagające w większym stopniu utrzymują sekret niż osoby lękliwe, ponure, nie rozumiejące siebie. Posiadają one bardziej stabilny obraz „ja”, nie odczuwają więc potrzeby dzielenia się z innymi posiadanymi tajemnicami.

W pozostałych wymiarach występuje brak istotnych statystycznie zależności między cechami osobowości a stopniem utrzymania sekretu. Na uwagę zasługuje brak zależności między szeroko rozumianym otwarciem na świat i innych ludzi (skala – towarzyskość) a utrzymaniem tajemnicy. Osoby stroniące od innych oraz te, które chętnie angażują się w różnorakie interakcje w podobnym stopniu mogą utrzymywać – a co za tym idzie także ujawniać – posiadane tajemnice.

Hipoteza 3 znalazła potwierdzenie w odniesieniu do jedenastu spośród osiemnastu wymiarów osobowości wyróżnionych przez Gougha.

### Podsumowanie

Sumując przeprowadzone badania i dokonane analizy należy stwierdzić, że dwie z trzech przyjętych hipotez roboczych znalazły potwierdzenie. Istnieje zależność między płcią a stopniem utrzymania sekretu (szczególnie mocno zaznaczona u osób pochodzenia robotniczego). Stopień ten jest również zdeterminowany posiadanymi przez jednostkę cechami (wymiarami) osobowości. Jednocze-

<sup>14</sup> K. Polakowski, *Struktura osobowości jako predyktor przystosowania i osiągnięć w studiach*, Warszawa 1979.

śnie należy zauważyć, że postawiony problem nie został w pełni wyświetlony. Przydatne byłoby zajęcie się problematyką sekretu powierzonego. Wymaga to stworzenia odrębnego narzędzia badawczego. Należy również zbadać inne zmienne mogące mieć wpływ na utrzymanie sekretu, np. wzory wychowawcze, postawy wobec otoczenia itp. Niemniej ciekawe byłoby badanie wpływu utrzymania sekretu na ogólne funkcjonowanie jednostki. Istnieją bowiem na ten temat sprzeczne teorie<sup>15</sup>. Interesujące mogłyby się okazać również różnice kulturowe w aspekcie utrzymania sekretu.

Mimo tych ograniczeń wyniki niniejszej pracy mogą być pomocne w dalszych badaniach tej interesującej i zaniedbanej dotychczas dziedziny wiedzy.

### Instrukcja kwestionariusza

#### „TY I TWOJA TAJEMNICA” A. Spitznagla

Skala ta składa się z 18 twierdzeń. Przeczytaj je uważnie, a następnie zastanów się, w jakim stopniu charakteryzują one Ciebie. Oznacz swoją ocenę, przez otoczenie kółkiem jednej z pięciu możliwych cyfr (1, 2, 3, 4, 5) – od całkowitej niezgody (1), do całkowitej zgody (5). Wybierz tę odpowiedź, która charakteryzuje Ciebie najlepiej.

	„TY I TWOJA TAJEMNICA”	Zdecydowanie nie	Raczej nie	Trudno mi na to odpowiedzieć	Raczej tak	Zdecydowanie tak
		1	2	3	4	5
1.	Mam pewną ważną tajemnicę, której jeszcze nikomu nie zdradziłem/am.	x	x	x	x	x
2.	Gdybym zdradził swoje wszystkie tajemnice swoim przyjaciołom, to oni mniej by mnie lubili.	x	x	x	x	x
3.	Jest wiele rzeczy dotyczących mnie, które zatrzymuję wyłącznie dla siebie.	x	x	x	x	x
4.	Niektóre z moich tajemnic są dla mnie dość dręczące.	x	x	x	x	x
5.	Jeśli spotka mnie coś złego lub przykrego staram się zachować to wyłącznie dla siebie.	x	x	x	x	x
6.	Obawiam się, że mógłbym zdradzić coś czego zdradzić nie chcę.	x	x	x	x	x
7.	Zdradzanie tajemnic najczęściej nie wychodzi nam na dobre. Najchętniej nigdy bym tego nie robił.	x	x	x	x	x

<sup>15</sup> J. W. Pennebaker, K. D. Harber, *Overcoming Traumatic Memories*, „The Handbook of Emotion and Memory” 1992 (New Jersey); A. Spitznagel, *op.cit.*

8.	Posiadam tajemnicę tak osobistą, że wolałbym raczej skłamać niż ujawnić ją komuś kto by o nią wypytywał.	x	x	x	x	x
9.	Moje tajemnice są zbyt przykre bym mógł powierzyć je innym osobom.	x	x	x	x	x
10.	Mam krytyczne negatywne myśli o sobie o których nikomu nie mówię.	x	x	x	x	x
11.	Zatrzymuję osobiste trudne problemy dla siebie, ponieważ nie chcę obciążać nimi innych osób.	x	x	x	x	x
12.	Jeżeli mam osobiste trudne problemy to chętnie rozmawiam o nich z samym sobą niż z kimś innym.	x	x	x	x	x
13.	Mówienie innym o swoich problemach jest dla mnie oznaką słabości.	x	x	x	x	x
14.	Osobiste problemy chętniej powierzam mojemu pamiętnikowi niż innym osobom.	x	x	x	x	x
15.	Pragnienie wtajemniczenia kogoś w moje problemy życiowe a jednocześnie niemożność uczynienia tego jest dla mnie bardzo przykre.	x	x	x	x	x
16.	Jeśli rozmawiam z kimś o moich problemach to tym samym powierzam swój los w czyjeś ręce.	x	x	x	x	x
17.	Uważam, że w dzisiejszych czasach ludzie zbyt łatwo mówią to o czym myślą.	x	x	x	x	x
18.	Sprawy, które są dla mnie nieprzyjemne zatrzymuję dla siebie aby nie poniżać się w oczach innych ludzi.	x	x	x	x	x

Wiek badanego ..... Pochodzenie .....

Wykształcenie ..... Zawód .....

Stan cywilny .....