

# Aleksander Gorbatkow

---

## Lęk i radość: wzajemne stosunki

---

Studia Pedagogiczne. Problemy Społeczne, Edukacyjne i Artystyczne 12,  
149-158

---

1999

Artykuł został 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.

Tekst jest udostępniony do wykorzystania w ramach dozwolonego użytku.

*Aleksander Gorbatkow*

## **ŁĘK I RADOŚĆ: WZAJEMNE STOSUNKI**

Jeśli ktoś w swoim życiu często odczuwa lęk, to jak często przy tym odczuwa radość? Autor słynnego narzędzia pomiaru lęku C. D. Spielberger najprawdopodobniej uważa, że radość i inne pokrewne emocje (zadowolenie, przyjemność, szczęście) w tym przypadku odczuwa się rzadko. Dlatego w skale, mierzącej lęk, niepokój, włączył twierdzenia typu „jestem szczęśliwy”, „jest mi przyjemnie” itd., z tym, żeby przy obliczaniu wskaźnika lęku brak zgody z tymi twierdzeniami traktować na korzyść wysokiego poziomu tej emocji jako charakterystycznej dla osoby badanej, zaś zgodę – odwrotnie (por. K. Wrześniewski, T. Sosnowski 1987).

Tak samo, prawdopodobnie, myślą autorzy innych podobnych testów oraz tysiące badaczy i psychologów-praktyków stosujących te narzędzia w swojej pracy. Czy jest to jednak tak oczywiste? Czy rzeczywiście lękliwa osoba we wszystkich przypadkach w takiej samej mierze nie jest radosna? Są dane, że obraz stosunków wzajemnych między emocjami pozytywnymi a negatywnymi ze względu na częstotliwość ich przeżywania nie jest taki prosty.

E. Diener, R. J. Larsen i ich współautorzy (1985) w swoim badaniu posłużyli się znaną skalą Afektywnego Bilansu Doświadczeń N. M. Bradburna (J. Czapiński 1994). Pomiaru były przeprowadzone z uwzględnieniem długości okresu, w którym osoba badana doznawała wskazanych przeżyć. Okazało się, iż w dłuższym czasie pozytywne i negatywne emocje mogły być związane pozytywnie: czyli przeżywane były z taką samą, w przybliżeniu, częstością. Natomiast w krótkim czasie znak związku odwracał się: im częściej jednostka doświadczała pozytywnych emocji, tym rzadziej negatywnych. „Weźmy skrajny przypadek, jak komentuje te dane Janusz Czapiński, trudno sobie nawet wyobrazić, by w tej samej chwili mógł ktoś przeżywać zarazem radość i smutek” (J. Czapiński 1994).

Wyobrazić sobie jednoczesne odczuwanie dodatnich i ujemnych emocji (ambiwalencja emocjonalna) oczywiście nie jest aż tak trudno: potrafią to zrobić (właśnie wyobrazić sobie, a nie tylko przeżyć) nawet dzieci, poczynając od wieku 10–11 lat (S. K. Donaldson, N. A. Westerman 1986). Ale z danych, otrzymanych przez wyżej wspomnianych autorów, wynika, iż częstotliwość

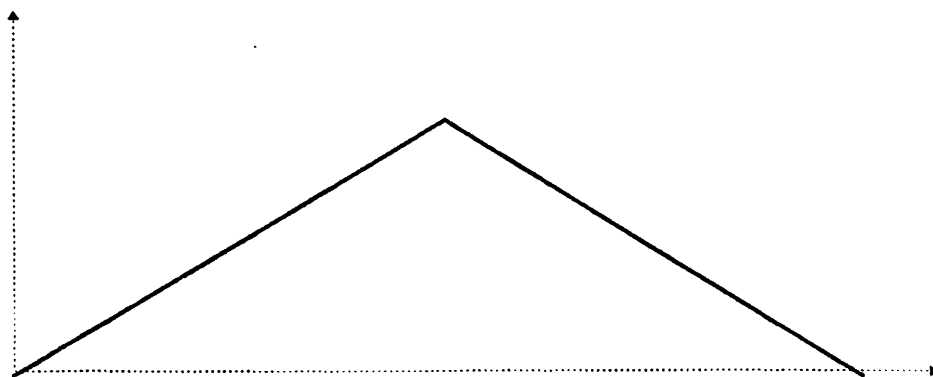
tego zjawiska w życiu jest raczej umiarkowana, przynajmniej na poziomie świadomości osób badanych.

Celem niniejszej pracy jest sprawdzenie pośredniczącej roli innego moderatora, mianowicie, poziomu rozwoju jednostki w zakresie ważnych w jej życiu czynności. Hipoteza badania polega na tym, że w próbach osób znajdujących się na różnych poziomach rozwoju w zakresie czynności, od których zależy zaspokajanie jej podstawowych potrzeb, związki między pozytywnymi a negatywnymi emocjami mogą być nie takie same. Logika mego rozumowania jest następująca:

1. Wiadomo, że jedną z najważniejszych funkcji emocji jest udział w regulacji czynności. Podstawowe zadania emocji w tym procesie to ocenianie wartości przedmiotu i możliwości jego osiągnięcia. Emocja integruje w sobie wyniki oceniania jednego i drugiego rodzaju (właśnie taki pogląd znajdziemy w wielu teoriach emocji, chociaż podstawowe pojęcia mogą nieco różnić się od użytych tutaj przez mnie, jak np. u P. V. Simonowa (1966, 1981) i dlatego może być potraktowana jako formacja emocjonalno-motywacyjna (w ujęciu charakterystycznym dla teorii „Expectancy x Value”).

2. Natężenie emocji może się zmieniać w miarę opanowania przez podmiot czynności, w regulacji której ona bierze udział. Przy czym najbardziej prawdopodobny ogólny kształt takiej dynamiki emocji, jak się wydaje, jest następujący: na wcześniejszych stadiach natężenie emocji wzrasta, na zaawansowanych zaś spada (rys. 1). Za takim wyobrażeniem przemawia wiele danych, które można znaleźć w literaturze przedmiotu. Niektóre z nich przytacza J. Reykowski (1992) w swojej pracy przeglądowo-teoretycznej. Z badań przeprowadzonych w szkole naukowej I. P. Pawłowa wiadomo, że nowa sytuacja uniemożliwiająca wykorzystanie wcześniej nabytych doświadczeń („stereotypu dynamicznego”) powoduje wzrost pobudzenia emocjonalnego, procesowi zaś dalszego opanowania tej sytuacji (poznawania sygnałowego znaczenia jej elementów, wytwarzania nowego „stereotypu dynamicznego”) towarzyszy spadek natężenia przeżywanych emocji (patrz np. opisanie badań O. W. Winogradowej u J. Reykowskiego 1992; doświadczeń E. N. Sokołowa u P. G. Zimbardo, F. L. Ruch’a 1993).

M. Frankenhauser wykryła wzrost wydzielania adrenaliny (co wskazuje na wzrost pobudzenia emocjonalnego) przy zetknięciu się jednostki z nowością, nieprzewidywalnością, zmianami, natomiast dalszy kontakt z tymi zjawiskami obniżał intensywność tego procesu (za J. Reykowski 1992). W badaniu Solomona i Wynne’a psy nauczyły się przeskakiwać przeszkodę na dźwięk, sygnalizujący wstrząs elektryczny. Na początku obserwowano się objawy silnego pobudzenia emocjonalnego, które ustępowały w miarę opanowania sytuacji i które powracały, gdy sytuacja się zmieniała (za J. Reykowski 1992).



Objaśnienia: oś odciętych – etapy (poziomy) rozwoju jednostki w zakresie wykonywanych czynności; oś rzędnych – natężenie emocji, związanych z wykonywanymi czynnościami.

**Rys. 1** Graficzny model dynamiki natężenia emocji w procesie opanowania czynności (sytuacji)

„Wartość celu zależy od doświadczeń ze zjawiskami danej kategorii. Wartość może zmieniać się w miarę powtarzania kontaktu z przedmiotem gratyfikacyjnym. Zmiana taka daje się w wielu wypadkach wyrazić za pomocą krzywej w kształcie odwróconej litery U. Tak więc początkowo, gdy podmiot słabo zna przedmiot (np. z wyglądu, z opowiadania), jego wartość gratyfikacyjna może być niewielka. Będzie ona wzrastała w miarę powtarzania doświadczeń, aby znów po jakimś czasie zmniejszyć się pod wpływem przyzwyczajenia. W tej sytuacji wprowadzenie pewnej zmiany w przedmiocie ponownie podnosi jego wartość. Przedmiot, o którym wiemy bardzo niewiele, ma w zasadzie niską wartość. Tak np. dla osoby, która nigdy nie zetknęła się z komputerem i tylko coś o nim słyszała, jego wartość może być znikoma. Pod wpływem doświadczenia z danym przedmiotem nabywa on dla nas coraz większej wartości, aby następnie ją tracić na skutek adaptacji do niego” (J. Reykowski 1992, s. 81).

Przytoczony cytat z J. Reykowskiego można, według mnie, potraktować jako uogólnienie danych dotyczących dynamiki natężenia emocji w procesie opanowania sytuacji, z tym, żeby pojęcie „wartość celu” zamienić na pojęcie obejmujące i inne składniki procesu emocjonalno-motywacyjnego, przynajmniej składnik informacyjny, jak u P. V. Simonowa (1966, 1981). W takim przypadku jednym ze sposobów uzasadnienia tego modelu obrazowego może być zastosowanie logiki J. Atkinsona (1964), który uzyskał krzywą o podobnym kształcie, dokonując multiplikatywnego połączenia wartości celu z prawdo-

podobieństwem subiektywnym (składnik informacyjny) jego osiągnięcia.

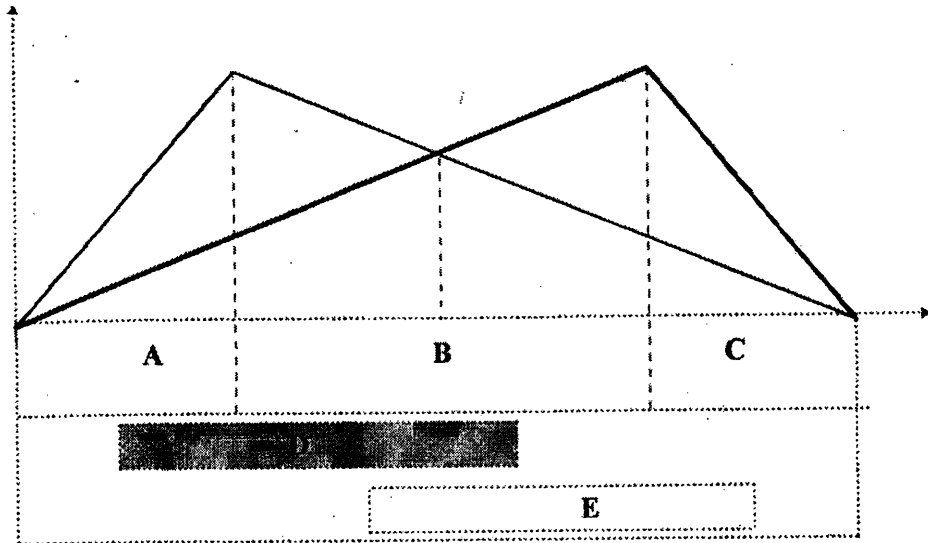
Do istoty omawianego problemu pasowałaby też krzywa o podobnym kształcie z teorii W. Łukaszewskiego (po pewnej rewizji treści używanych przez niego pojęć „emocja” i „motywacja”), gdzie w miarę zmniejszenia stopnia rozbieżności informacyjnej (a przecież właśnie to mamy w procesie opanowania sytuacji) natężenie motywacji najpierw wzrasta, a potem spada (W. Łukaszewski 1974).

Krzywa o zbliżonym kształcie uzyskana w jednym z moich badań (A. A. Gorbatkow 1981), gdzie wykryta była nieliniowa dynamika natężenia emocjonalno-motywacyjnego składnika postawy wobec zawodowo ważnych cech osobowości przy jednoczesnym ciągłym wzroście przejawów tych cech w działalności inżyniera. Opisany charakter zmian cechuje obydwa rodzaje emocji wyodrębnionych według znaku: pozytywne i negatywne.

3. Względna waga pozytywnych i negatywnych emocji w procesie opanowania czynności może się zmieniać, najczęściej w kierunku od względnej przewagi negatywnych nad pozytywnymi do względnej przewagi pozytywnych nad negatywnymi. P. V. Simonow, korzystając z pojęć „tendencja zachowania” i „tendencja rozwoju”, genetycznie związanych z pojęciami A. Masłowa „potrzeba niedoboru” i „potrzeba wzrostu”, uważa, że te tendencje działają razem w procesie zaspokajania każdej potrzeby, lecz względna waga ich zależy od tego, na jakim poziomie jest zaspokajana dana potrzeba. Jeśli jednostka zaspokaja potrzebę na niskim poziomie (zaledwie potrafi unikać głodu, zimna, porażek, odrzucenia przez innych itd.), w regulacji odpowiednich czynności uczestniczą głównie negatywne emocje. Jeśli zaś podmiot zaspokaja potrzebę na wysokim poziomie (potrafi zapewnić sobie smaczne jedzenie, przyjemne ciepło, sukcesy, miłość i szacunek ze strony innych itd.), wówczas wiodąca rola należy do emocji pozytywnych (P. V. Simonow, 1981). Otrzymane są empiryczne dane na korzyść tej koncepcji (M. N. Rusałowa 1979).

Wśród konkluzji J. Czapińskiego, dotyczących prawidłowości pozytywnego i negatywnego wartościowania, są takie, które wiążą zjawisko ich asymetrii z rozwojem schematów kontroli (J. Czapiński 1985). Hipoteza o związku między pozytywno-negatywną asymetrią a etapem rozwoju czynności została sformułowana i otrzymała pewne empiryczne poparcie i w moich badaniach (A. A. Gorbatkow 1981, 1992).

4. Jeśli wyobrażenie o nieliniowej („dzwonowej”) dynamice emocji połączyć z wyobrażeniem o zmianie względnej przewagi negatywnych emocji na względną przewagę emocji pozytywnych, otrzymamy model, zawierający dwie krzywe, wierzchołki których będą znajdować się z różnych stron od punktu środkowego (rys. 2): wierzchołek krzywej „negatywnej” – z lewej strony, wierzchołek krzywej „pozytywnej” – z prawej.



Objaśnienia: oś odciętych – etapy (poziomy) rozwoju jednostki w zakresie wykonywanych czynności; oś rzędnych – natężenie emocji związanych z wykonywanymi czynnościami; pogrubiona linia – natężenie emocji pozytywnych; cienka linia – natężenie emocji negatywnych; za pomocą liter oznaczone są odcinki osi odciętych, odpowiadające różnym typom próbek (szczegóły patrz w tekście).

Rys. 2 Graficzny model dynamiki natężenia pozytywnych i negatywnych emocji w procesie opanowania czynności (sytuacji)

Taki model przypuszczalnie odzwierciedla fakt, że na pierwszych etapach opanowania sytuacji, w której odbywa się rozwijająca się działalność, podmiot coraz lepiej poznaje i pozytywne i negatywne strony tej sytuacji, ale bardziej uważa na strony negatywne; wzrost wiedzy, dotyczącej tych stron i (odpowiednio) natężenia emocji negatywnych jest bardziej intensywny i szybciej osiąga szczyt. Na dalszych etapach tego procesu natężenie emocji negatywnych zaczyna spadać w wyniku opracowania przez jednostkę mechanizmów radzenia sobie z ujemnymi składnikami sytuacji, poznanie zaś pozytywnych składników i odpowiednio wzrost natężenia pozytywnych emocji kontynuuje się. Po osiągnięciu szczytu „pozytywnego” (maksimum zdobytej przez jednostkę informacji na temat pozytywnych składników sytuacji) natężenie pozytywnych emocji również zaczyna spadać w procesie dalszego udoskonalenia i automatyzacji czynności.

5. Określone grupy mogą zawierać osoby o niskim (A), średnim (B) lub wysokim (C) poziomie rozwoju w zakresie danych czynności i każdą z tych

grup można ulokować na odpowiednim miejscu na osi rozwoju czynności, jak to pokazano na rys. 2. W przedstawionym modelu kształt krzywych, obrazujących dynamikę natężenia emocji w procesie rozwoju czynności, sugeruje, że w grupach typu A można spodziewać się pozytywnych związków między dodatnimi i ujemnymi emocjami, ponieważ wzrostowi natężenia pierwszych towarzyszy wzrost natężenia drugich; w grupach typu C spodziewany jest taki sam charakter relacji między omawianymi zmiennymi, ponieważ tutaj ma miejsce równoczesny spadek obydwu zmiennych; w grupach typu B korelacja będzie negatywna – spadkowi natężenia ujemnych emocji odpowiada tutaj wzrost natężenia emocji dodatnich. Populacja zawierająca wszystkie trzy grupy w tej samej proporcji zademonstrowałaby oczywiście korelację zbliżającą się do zera.

W rzeczywistości jednak przedstawiciele grup krańcowych spotykają się znacznie rzadziej niż osoby należące do grup środkowych – większość ludzi w danej sferze funkcjonowania nie odchyła się zbytnio od pewnego średniego poziomu rozwoju w zakresie podstawowych czynności. Właśnie dlatego częściej obserwuje się ujemny niż dodatni związek między pozytywnymi i negatywnymi emocjami, co odzwierciedla się i w świadomości potocznej, dzielącej ludzi na wesołych i smutnych, optymistów i pesymistów; podobnie opisuje to wielu naukowców, jak np. wyżej wspomniany C. D. Spielberger.

6. Częściej niż krańcowe i rzadziej niż środkowe spotyka się grupy o poziomie rozwoju nieco wyższym lub nieco niższym od średniego. W przypadku np. populacji uczniów szkół podstawowych do pierwszych można zaliczyć tych, którzy należą do rodzin o wysokim potencjale ekonomiczno-społeczno-pedagogicznym, do drugich zaś dzieci z rodzin upośledzonych, patologicznych. Z modelu wynika, że w takich grupach może być wykryty nie ujemny i nie dodatni, lecz bliski zeru związek między emocjami pozytywnymi i negatywnymi, ponieważ tutaj liniowej dynamice jednej zmiennej odpowiada nieliniowa (wzrost z następującym po nim spadkiem) dynamika zmiennej drugiej (obszary E i F na rys. 2).

W celu empirycznego sprawdzenia tak skonkretyzowanej hipotezy zbadano próbę dzieci z Domu Dziecka, które, jak wynika z literatury przedmiotu, można zaliczyć do kategorii mających statystycznie nieco mniejszy od średniego w populacji wiekowej (pod pewnymi względami) poziom rozwoju oraz (w charakterze grupy kontrolnej) próbę dzieci, mieszkających w rodzinach własnych i należących (pod tymi względami) najprawdopodobniej do kategorii środkowej. Różnica w poziomie rozwoju wychowanków domów dziecka i ich rówieśników, wychowywanych we własnych rodzinach, w zakresie istotnych w ich życiu właściwości (intelektualnych, motywacyjnych, ...), skuteczności podstawowych czynności (nauka szkolna, komunikowanie się z innymi, ...).

stwierdzona w wielu badaniach, spowodowana jest wieloma czynnikami, przede wszystkim środowiskowymi: wady środowiska rodzinnego, w którym przebywa dziecko, zanim trafi do Domu Dziecka (duży procent pochodzi z rodzin niepełnych, patologicznych, o niskich walorach emocjonalno-psychologicznych, ma rodziców o niskim statusie społecznym z niskim poziomem wykształcenia, małych dochodach itd.), oraz znane wady środowiska placówki opiekuńczo-wychowawczej (H. Filipczuk 1988; M. Gronowska 1992; S. Kozak 1986; M. Kolankiewicz 1993; B. Matyjas 1990; R. Pawłowska 1994; J. A. Pielkowska 1993).

Próbka badawcza<sup>1</sup>. Uczniowie szkoły podstawowej (n = 100) w wieku 12–14 lat (M = 13,3); 47 dziewczynek, 53 chłopców; 50 dzieci przebywało w Domu Dziecka (DD); 50 dzieci zamieszkiwało w Domu Rodzinnym (DR); miejscowość – Kielce, Radom.

Metody pomiarowe. Podskala X–2 (lęk jako cecha) kwestionariusza STAI C. D. Spielbergera w polskiej adaptacji J. Strelaua, M. Tysarczykowej i K. Wrześniewskiego (K. Wrześniewski, T. Sosnowski 1987). Wychodząc z wyżej przedstawionych założeń, nie obliczałem oryginalnego ogólnego wskaźnika lęku, wskazanego przez autorów kwestionariusza, tylko dwa wyodrębnione przeze mnie cząstkowe wskaźniki lęku (wszystkie twierdzenia oprócz dotyczących emocji pozytywnych) i radości (wszystkie twierdzenia dotyczące emocji pozytywnych). Test znajomości słów (TZS) był stosowany jako metoda pomiaru rozumienia werbalnego (*Testy psychologiczne* 1980). Za pomocą Testu Matryc Ravena (wersja standard, czas pomiaru – 30 minut) mierzyłem inteligencję niewerbalną.

Wyniki badań empirycznych. W celu sprawdzenia, czy rzeczywiście istnieje oczekiwana na podstawie danych z literatury różnica w poziomie rozwoju między próbą dzieci z Domu Dziecka z próbą dzieci z Domów Rodzinnych, porównałem te próby pod względem inteligencji werbalnej i niewerbalnej (tab. 1).

Okazało się, że różnica jest bardzo znaczna – w obydwu przypadkach istotność statystyczna wynosi  $p < 0,0001$ . Dane o powodzeniu w nauce (tab. 2) wykazały nie mniej znaczącą różnicę. Tak wyraźna odmienność poziomów dwóch kategorii dzieci w zakresie istotnych w ich życiu czynności potwierdza możliwość ułokowania próby z DD (obszar E) poniżej próby z DR (obszar B) na osi rozwoju w modelu przedstawionym na rys. 2.

Przyjrzyjmy się teraz danym dotyczącym emocji, których na ogół doznają nastolatki należące do jednej i drugiej kategorii. W tabeli 3 przedstawione zostały wartości, charakteryzujące częstotliwość przeżyć lękowych i radosnych

<sup>1</sup>Badania empiryczne wykonała Katarzyna Krala w ramach pracy magisterskiej, wykonanej w Katedrze Psychologii WSP w Kielcach pod kierunkiem autora w 1996 roku.



**Tabela 1.** Wyniki uzyskane w Teście Znajomości Słów i w Teście Matryc Ravena przez dzieci wychowujące się w Domu Dziecka i Domach Rodzinnych (oceny surowe)

	Wyniki uzyskane w Teście Matryc Ravena		Wyniki uzyskane w Teście Znajomości Słów	
	M	S	M	S
Dom Dziecka	31,38	9,32	12,42	6,15
Dom Rodzinny	42,36	7,07	18,24	6,26
p	0,0001		0,0001	

Objaśnienia: M – średnia arytmetyczna; S – odchylenie standardowe; p – istotność różnicy między średnimi.

**Tabela 2.** Średnie arytmetyczne ocen z przedmiotów szkolnych w DD i DR

	Dom Rodzinny		Dom Dziecka		p
	M	S	M	S	
język polski	3,96	1,06	2,50	1,05	00001
matematyka	3,50	0,95	2,10	0,79	00001
biologia	3,96	1,17	2,30	0,91	00001
geografia	4,02	0,96	2,16	0,96	00001
historia	4,26	0,92	2,40	0,93	00001
Razem	3,94	0,86	2,29	0,74	00001

Objaśnienia: M – średnia arytmetyczna; S – odchylenie standardowe; p – istotność różnicy między średnimi.

w obydwu próbach. Jak można było się spodziewać, badani z Domu Dziecka w porównaniu z tymi, którzy mieszkają w Domu Rodzinnym zdecydowanie częściej przeżywają lęk i o tyle samo rzadziej odczuwają radość, co oczywiście zgadza się z zaproponowanym modelem<sup>2</sup>.

A teraz podamy dane dotyczące związku lęku z radością – przedmiotu niniejszego opracowania. Pomiar współzależności między tymi zmiennymi pozwolił na wykrycie zdecydowanej różnicy między wartościami współczynników korelacji w próbach DD i DR (tab. 4).

W próbie „środkowej”, czyli w grupie osób z Domów Rodzinnych, korelacja okazała się całkiem „zwyczajna” ( $r = -0,57$ ), odpowiadająca istniejącemu

<sup>2</sup>W przeciwieństwie do dokonanego tutaj porównania międzygrupowego, wewnątrzgrupowe porównanie lęku z radością (w próbie DD i w próbie DR) nie jest możliwe ze względu na wady psychometryczne kwestionariuszy, co nie pozwala na weryfikację względnej wysokości krzywych w modelu.

**Tabela 3.** Wyniki uzyskane za pomocą Kwestionariusza STAI w DD i DR (oceny surowe)

	Dom Rodzinny		Dom Dziecka		p
	M	S	M	S	
Lęk	27,98	9,19	38,58	9,73	0,00001
Radość	19,38	4,70	15,48	5,20	0,0002

Objaśnienia: M – średnia arytmetyczna; S – odchylenie standardowe; p – istotność różnicy między średnimi.

**Tabela 4.** Korelacje (r) między pozytywnymi i negatywnymi emocjami w DD i DR

	Dom Dziecka	Dom Rodzinny	p
Lęk – Radość	-0,04	-0,57	0,005

Objaśnienia: r – współczynnik korelacji Pearsona; p – istotność różnicy między współczynnikami korelacji.

stereotypowi: im więcej emocji dodatnich, tym mniej emocji ujemnych i odwrotnie. Coś innego mamy w próbie osób znajdujących się na niższym poziomie rozwoju względem istotnych właściwości czynnościowych; tutaj korelacja okazała się bliska zeru ( $r = -0,04$ ). Różnica między współczynnikami korelacji jest statystycznie istotna ( $p < 0,005$ ).

Charakter uzyskanej różnicy, jak łatwo zauważyć, zgadza się z przedstawionym wyżej modelem (rys. 2) i w ten sposób hipoteza o zależności relacji między pozytywnymi a negatywnymi tendencjami w emocjonalnej sferze jednostki od poziomu rozwoju w zakresie istotnych w jej życiu czynności znalazła pewne poparcie, co wzbudza nadzieję na skuteczność dalszych poszukiwań w wyznaczonym kierunku.

## Literatura

- Atkinson J. W. (1964) *An introduction to motivation*, Van Nostrand, New York.  
 Czapiński J. (1985) *Wartościowanie – zjawisko inklinacji pozytywnej. O naturze optymizmu*, Ossolineum, Wrocław.

- Czapiński J. (1994) *Psychologia szczęścia*, Akademos, Warszawa.
- Diener E., Larsen R. J., Levine S. i Emmons R. A. (1985) *Frequency and Intensity: Dimensions Underlying Positive and Negative Affect*, *Journal of Personality and Social Psychology*, 48, 1253–1265.
- Donaldson S. K., Westerman N. A. (1986) *Development of Children's Understanding of Ambivalence and Causal Theories of Emotions*, *Developmental Psychology*, v. 26, 5.
- Filipczuk H. (1988) *Dziecko w placówce opiekuńczo-wychowawczej*, Nasza Księgarnia, Warszawa.
- Gorbatkow A. A. (1981) *Struktura psychicznej dispozycji i jej pozytywno-negatywna asymetria*, praca doktorska, LGU, Leningrad.
- Gorbatkow A. A. (1992) *Względna wartość pozytywnej i negatywnej postawy a staż zawodowy podmiotu*, w: *Zeszyty naukowe*, WSP, Opole.
- Gronowska M. (1992) *Optymalizacja warunków rozwoju sierot w domach dziecka*, „Problemy Opiekuńczo-Wychowawcze”, nr 8, s. 335–337.
- Kozak S. (1986) *Sieroctwo społeczne. Psychologiczna analiza zaburzeń w zachowaniu się wychowanków domów dziecka*, PWN, Warszawa.
- Kolankiewicz M. (1993) *Kim są sieroty społeczne*, „Problemy Opiekuńczo-Wychowawcze”, nr 8, s. 342–343.
- Łukaszewski W. (1974) *Osobowość: struktura i funkcje regulacyjne*, PWN, Warszawa.
- Matyjas B. (1990) *Aktywność społeczna wychowanków domów dziecka w szkole*, „Problemy Opiekuńczo-Wychowawcze”, nr 9, s. 358–360.
- Pawłowska R. (1994) *Niepowodzenia szkolne wychowanków domów dziecka*, „Problemy Opiekuńczo-Wychowawcze”, nr 9, s. 30–31.
- Pielkowa J. A. (1993) *Aspiracje życiowe wychowanków domów dziecka*, „Problemy Opiekuńczo-Wychowawcze”, nr 8, s. 344–347.
- Reykowski J. (1992) *Procesy emocjonalne. Motywacja. Osobowość*, PWN, Warszawa.
- Rusałowa M. N. (1979) *Eksperymentalnoje issledowanije emocjonalnych reakcij četowieka*, Nauka, Moskwa.
- Sikora A., Witecki K. (1991) *Środowisko rodzinne a poziom intelektualny młodzieży szkolnej*, Nasza Księgarnia, Warszawa.
- Simonow P. V. (1981) *Emocjonalnyj mozg*, Nauka, Moskwa.
- Simonow P. V. (1966) *Čto takoje emocija?* Nauka, Moskwa.
- Testy psychologiczne w poradnictwie wychowawczo-zawodowym*, (1980) red. M. Chojnowski, PWN, Warszawa.
- Wrześniewski K., Sosnowski T. (1987) *Inwentarz Stanu i Cechy Lęku (ISCL)*, Wyd. Pol. Tow. Psych., Warszawa.
- Zimbardo P. G., Ruch F. L. (1993) *Psychologia i życie*, PWN, Warszawa.