

Marcin Drabek

Dorota Merecz

Agnieszka Mościcka

CECHA LĘKU I WZÓR ZACHOWANIA (TYPU A I B) JAKO MODYFIKATORY BEZPOŚREDNICH REAKCJI NA PRZEMOC*

TRAIT ANXIETY AND TYPE BEHAVIOR PATTERN (A AND B) AS MODIFIERS OF IMMEDIATE REACTION TOWARDS VIOLENT BEHAVIORS

Z Zakładu Psychologii Pracy

Instytutu Medycyny Pracy im. prof. J. Nofera w Łodzi

STRESZCZENIE

Wstęp. Doświadczanie przemocy w miejscu pracy stanowi poważne zagrożenie dla indywidualnego funkcjonowania pracowników i dla funkcjonowania całej organizacji. Konieczne jest podejmowanie działań zmierzających do wyeliminowania ryzyka występowania tego typu zagrożeń w miejscu pracy i/lub minimalizowania jego skutków. W wielu sytuacjach zawodowych całkowite wyeliminowanie ryzyka narażenia na przemoc jest niemożliwe, bowiem wpisane jest ono w specyfikę profesji, stanowiska czy miejsca pracy (jak np. w pracy pielęgniarzek psychiatrycznych). W zakresie możliwych działań pozostaje zatem kontrola nad występowaniem i nasileniem indywidualnych konsekwencji tego typu sytuacji. Badania wykazują, że konsekwencje te zależą w istotnym stopniu od cech osobowych ofiar, w tym również od sposobów bezpośredniego reagowania przez nie w sytuacji doświadczania przemocy. W prezentowanej publikacji analizowany jest związek owych sposobów reagowania na przemoc z cechami indywidualnymi ofiar, takimi jak: poziom cechy lęku i typ wzoru zachowania. **Materiał i metody.** Badania przeprowadzono z udziałem reprezentatywnej próby 1163 pielęgniarek z województwa mazowieckiego. Jako narzędzia badawcze wykorzystano wystandaryzowane kwestionariusze o potwierdzonych właściwościach psychometrycznych. Analizowano związek bezpośredniego sposobu reagowania na przemoc (reagowania w sposób uległy, agresywny lub asertywny) z cechą lęku i wzorem zachowania (wzorem zachowania A i wzorem zachowania B). **Wyniki.** Tendencja do reagowania w sposób agresywny wiąże się w istotny statystycznie sposób z wysokim poziomem cechy lęku oraz z WZA; tendencja do reagowania w sposób uległy wiąże się z występowaniem wysokiego poziomu cechy lęku i WZB; tendencja do reagowania w sposób asertywny wiąże się z niskim poziomem cechy lęku i WZB. **Wnioski.** Zaobserwowano istotne zależności pomiędzy cechą lęku, wzorem zachowania a sposobem reagowania na przemoc. Z wysokim poziomem lęku wiążą się dwa niepożądane z punktu widzenia efektywności radzenia sobie z zagrożeniem sposoby reagowania – reagowanie w sposób uległy i w sposób agresywny. Tendencje te są dodatkowo wzmacniane przez indywidualne dyspozycje behawioralne w postaci typu wzoru zachowania – przy wysokim poziomie lęku tendencja do reagowania uległością jest wzmacniana przez wzór zachowania B, a tendencja do reagowania agresją zwrotną przez wzór zachowania A. Opisywane cechy indywidualne stanowią względnie trwałą właściwość jednostki, w związku z czym wpływ na ich zmianę jest ograniczony. Wskazaniem działaniem jest zatem pogłębianie świadomości pracowników na temat własnych możliwości i ograniczeń oraz ich związku ze sposobem funkcjonowania w sytuacjach zagrożenia. Efektywnym sposobem osiągnięcia tego celu jest systematyczne szkolenie pracowników w zakresie ich umiejętności osobistych i społecznych. Med. Pr., 2005;56(3):223–234

Słowa kluczowe: przemoc w pracy, lęk, wzór zachowania, reakcje na przemoc

ABSTRACT

Background: Experience of violence at the work place leads to serious consequences for both an employee and the organization. That is why prevention programs are necessary to reduce the risk of violence at work as well as possible adverse consequences of violent acts that cannot be predicted and prevented. Some research studies suggest that the range and severity of individual consequences of experiencing violence at work depend on the personality of victims, including their typical reactions to violent acts. In this paper, such personal characteristics as trait-anxiety, type A/B behavior pattern (TABP/TBBP) are discussed as potential modifiers of individual reaction towards the violence experienced at work. **Materials and Methods:** A sample of 1163 nurses, representative of the Mazovian Voivodship was surveyed. The standardized "paper and pencil" questionnaires were employed in the survey. The relationship between direct reaction to violence and trait-anxiety and TABP/TBBP was analyzed. **Results:** Tendency to express an aggressive reaction towards violent behavior of others was positively correlated with a high level of trait-anxiety and TABP and submissive reactions to violence with a high level of trait-anxiety and TBBP, whereas tendency to express assertive reaction when being attacked was related to a low level of trait-anxiety and TBBP. **Conclusions:** Statistically significant relationship between trait-anxiety and behavior pattern was observed. A high level of anxiety is correlated with ineffective coping with violent acts as submissive and aggressive reaction. The tendency to express these two kinds of behavior when facing violence is strengthened by behavior pattern. The tendency to aggressive reactions as a response to aggression of others is stronger when a high level of trait-anxiety is accompanied by TABP. The tendency to present submissive reactions as a response to aggression of others is stronger when a high level of anxiety and TBBP characterize the individual who faces a violent act. These individual characteristics are thought to be rather stable and difficult to change, but they should be taken into account in the process of designing the violence prevention programs for the organization. We believe that in our attempts to reduce the extent of the problem we should provide information on the role of individual characteristics in the process of coping with violence and recommend to employ positive effects of the repeated assertiveness training in the violence prevention programs as a useful tool for teaching people how to behave in the face of aggressiveness of others. Med Pr 2005;56(3):223–234

Key words: violence at the workplace, anxiety, type behavior pattern, reaction to violence

Adres autorów: św. Teresy 8, 90-950 Łódź, e-mail: drabek@imp.lodz.pl

Nadesłano: 25.04.2005

Zatwierdzono: 13.05.2005

© 2005, Instytut Medycyny Pracy im. prof. J. Nofera w Łodzi

* Praca wykonana w ramach tematu ZU nr 77A/2002 pt. „Narażenie pielęgniarek na agresję doświadczaną w miejscu pracy”. Kierownik tematu: dr D. Merecz.



WSTĘP

Począwszy od lat 80. zeszłego stulecia w obszarze problematyki dotyczącej zdrowia osób pracujących notuje się wzrost zainteresowania zjawiskiem przemocy w pracy. Początkowo zainteresowanie to koncentrowało się przede wszystkim na tzw. przemocy zewnątrzorganizacyjnej, wynikającej z kryminalnych intencji sprawców lub agresywnego zachowania klientów korzystających z usług danej instytucji (1,2). Z biegiem lat doszło do przesunięcia akcentów i w centrum uwagi znalazły się różne formy przemocy wewnątrzorganizacyjnej – od pojedynczych aktów przemocy psychicznej/fizycznej po działania złożone, definiowane terminami mobbing i bullying (3,4).

Oprócz badań nad częstością i skalą przemocy doświadczanej w pracy, w latach 90. zaczęły pojawiać się doniesienia, w których wykazywano związki pomiędzy przemocą w pracy a stanem zdrowia i funkcjonowaniem zawodowym ofiar (5,6). Jak do tej pory zjawisko przemocy w pracy nie doczekało się zwartej teorii, pozwalającej na precyzyjne wyjaśnienie mechanizmów jej powstawania oraz konsekwencji dla zdrowia i funkcjonowania ofiar. Brakuje wciąż odpowiedzi na wiele pytań. W niniejszym artykule przedstawione zostanie zjawisko przemocy w pracy w kontekście procesowej teorii stresu i podjęta zostanie próba odpowiedzi na pytanie o to, w jakim stopniu indywidualne właściwości ofiar przemocy wiążą się z wyborem specyficznych rodzajów zachowań wobec przemocy. Skoncentrujemy się na dwóch właściwościach jednostek określanych jako: cecha lęku i wzór zachowania.

Akty przemocy można potraktować jako specyficzny rodzaj stresora, który interpretowany jest przez jednostkę w kategoriach zagrożenia dla jej emocjonalnego lub/ i fizycznego *status quo*.

W literaturze psychologicznej istnieją różne propozycje ujmowania zjawiska stresu oraz czynników go warunkujących. W prezentowanych badaniach zjawisko stresu będzie rozpatrywane za pomocą modelu procesowego (7,8). Według tego modelu stres jest dynamicznym, wielofazowym procesem. W procesie tym można wyróżnić sześć faz, z których każda jest zdeterminowana tym, co zdarzyło się w fazie poprzedniej, a jednocześnie może zwrotnie wpływać na fazy wcześniejsze.

Pierwszym etapem są wymagania i ograniczenia, z którymi człowiek spotyka się w pracy, a dotyczą one charakteru organizacji oraz warunków pracy. Za przykład może posłużyć nam kontakt „okienkowego” pracownika poczty z agresywnym petentem. Drugą fazą procesu stresu jest spostrzeżenie obiektywnej sytuacji

pracy poprzez pryzmat własnych doświadczeń, wartości i cech osobowych. Taki subiektywny odbiór sytuacji jest często procesem nieświadomym, na który nakłada się kolejna faza procesu stresu, tzw. ocena pierwotna. Na tym etapie pracownik ocenia, czy zaistniała sytuacja jest dla niego zagrażająca, neutralna, czy pozytywna, co wywołuje u niego wzbudzenie emocjonalne. Kolejnym etapem jest tzw. ocena wtórna, która ma charakter świadomego procesu umysłowego, mającego na celu wybranie określonych metod radzenia sobie ze stresem (coping). Na tym etapie jednostka dokonuje oceny poznawczej dostępnych jej możliwości działania w zaistniałej sytuacji i jego ewentualnych konsekwencji. Sposobami zwalczania stresu mogą być, z jednej strony, próby prowadzące do rozwiązania problemu powodującego stres (np. asertywna rozmowa z petentem mająca na celu uświadomienie mu jego zachowania i próba wyjaśnienia sytuacji), z drugiej zaś, podjęcie działań zmniejszających własne napięcie (np. wycofanie się z sytuacji, wykonywanie ćwiczeń relaksacyjnych, zajęcie się innymi czynnościami). Ostatnia faza tego modelu to odległe skutki stresu. Jeśli zastosowane sposoby radzenia sobie ze stresem będą odpowiednie do warunków w jakich on powstał oraz zmniejszą napięcie stresowe (np. w przypadku asertywnej reakcji na przemoc), to mogą wystąpić pozytywne odległe skutki stresu np. w postaci satysfakcji, wzrostu kompetencji i pozytywnego obrazu własnej osoby. Jeśli zaś zostaną zastosowane nieadekwatne sposoby zwalczania stresu (w przypadku narażenia na agresję – odwzajemnienie agresji lub uległe zachowanie), wówczas mogą wystąpić skutki negatywne, takie jak utrzymujący się wysoki poziom odczuwanego stresu, zaburzenia zdrowia fizycznego i psychicznego, utrwalenie się niewłaściwych postaw i motywacji (np. wypalenie emocjonalne, poczucie bezradności, chroniczny stan niezadowolenia z siebie i swego otoczenia) (7,8).

Relacje zachodzące między etapami procesu stresu, jak również treść poszczególnych etapów, mogą być modyfikowane przez dwie grupy zmiennych zwanych modyfikatorami. Pierwsza grupa to cechy jednostki, w której skład wchodzi: cechy osobowości (temperamentu), czynniki społeczno-demograficzne oraz stan zdrowia. Drugą grupę modyfikatorów stanowią cechy środowiska społecznego, takie jak: wsparcie potencjalne i postrzegane. Zmienne te mogą przyspieszać lub hamować rozwój procesu stresowego, tzn. pogłębiać lub neutralizować zachodzące w nim negatywne zjawiska (8,9).

W prezentowanej pracy skupiono się na modyfikatorach, które należą do grupy psychologicznych cech



jednostki, a mianowicie na cesze lęku i typie wzoru zachowania. Cechy te wyrażają względnie stałe tendencje jednostki do określonego zachowania w konkretnej sytuacji środowiskowej, jak również w sposobie postrzegania pewnych jej elementów.

W psychologii przeważa podejście, że zachowanie jest wynikiem zarówno zmiennych osobowych jak i sytuacyjnych. Stąd też dużą wagę przywiązuje się do określonych wzorów zachowania, które wyrażają indywidualne właściwości jednostki przejawiane w konkretnej sytuacji środowiskowej. Tego typu konstruktem jest wzór zachowania A i B (WZA i WZB). Można go rozpatrywać pod kątem wpływu na zachowanie w sytuacjach stresowych, jak również jego znaczenia w zmaganiu się z takimi sytuacjami. Koncepcja wzoru zachowania została sformułowana pod koniec lat 50. przez Friedmana i Rosenmana (10). Pierwszy opis WZA dokonany przez twórców tej koncepcji (obejmujący zarówno elementy behawioralne jak i osobowościowe związane z określonymi sytuacjami) przechodził szereg przeobrażeń. Na przykład Jenkins ze swoim zespołem podali następującą definicję WZA: „Jest to zespół jawnego zachowania lub styl życia, charakteryzujący się skrajnym współzawodniczeniem, walką o osiągnięcia, agresywnością (czasami silnie tłumioną), pośpiechem, niecierpliwością, pobudliwością, nadmierną czujnością, wybuchowym sposobem mówienia, napięciem mięśni twarzy, poczuciem presji czasu i poczuciem nadmiernej odpowiedzialności” (10, s. 12). Rozpatrując wzór zachowania A jako sposób regulacji stosunków jednostki z otoczeniem Wrześniewski, opierając się na badaniach Glassa i Price, wyodrębnił dwa główne aspekty tego zachowania: treść i cechy formalne. Zasadniczymi składnikami treści WZA są: potrzeba osiągnięć, tendencja do dominacji i agresywność. Powyższe zmienne wydają się ściśle ze sobą związane. Duża potrzeba osiągnięć osób o WZA (przejawiająca się w zdobywaniu wielu ambitnych celów oraz rywalizacją z innymi) wraz z tendencją do dominacji nad otoczeniem (wykazywaniem inicjatywy w grupie) wiąże się z agresywnością. Zachowanie agresywne jest bowiem pewnym sposobem potwierdzania lub powiększania poczucia kontroli, a jeśli jest ono skuteczne – utwierdzania jednostki w poczuciu jej mocy i kompetencji. Gdy jednostka, dążąc do realizacji wyznaczonych celów, napotyka na przeszkody i opór ze strony innych ludzi, przedmiotów czy sytuacji, zachowanie agresywne pomaga jej w pokonywaniu tych barier. Oprócz formy instrumentalnej, u osób z WZA, agresywność może przyjmować formę inną, tzn. związaną z ekspresją wrogości i gniewu. Dla WZA charakterystyczna jest

relatywnie stała tendencja do częstego doświadczania złości i irytacji podczas codziennej aktywności. Inaczej mówiąc temu typowi zachowania mogą towarzyszyć bardziej negatywne emocje, niezależnie od wyzwań ze strony otoczenia (środowiska). Taka agresja może prowadzić do konfliktów z otoczeniem, co nie tylko nie służy realizacji jej celów, ale może wręcz uniemożliwiać ich osiągnięcie. Jednostka zdając sobie sprawę z tego, że okazywanie wrogości jest społecznie nieakceptowane, stara się tłumić i wypierać te tendencje. Może to powodować u takich osób występowanie co jakiś czas gwałtownych wybuchów gniewu. Zaś formalne cechy WZA, które są pomocne w realizacji potrzeby osiągnięć, dominacji i agresywności, to: wysoka dynamika zachowań, energia przejawiana w działaniu oraz pośpiech i niecierpliwość (10,11).

Wzorowi zachowania A Friedman i Rosenman przeciwstawili wzór zachowania B, traktując te charakterystyki behawioralne jako dwa bieguny kontinuum określonego sposobu zachowania. Według badaczy osoby o WZB charakteryzuje opanowanie, spokój, brak pośpiechu, cierpliwość, brak skłonności do rywalizacji, brak wrogości wobec otoczenia, słaba tendencja do ekspresji negatywnych emocji oraz niska dynamika zachowań (10,12).

Z literatury przedmiotu wynika, że WZA może mieć wpływ na to, jakie bodźce i o jakim natężeniu są przez jednostkę odbierane jako stresory oraz może decydować o sile i czasie trwania reakcji stresowej (9–16). Wyniki badań przeprowadzonych przez Byrne'a wskazują na istotną korelację pomiędzy WZA a częstością występowania stresujących wydarzeń życiowych. Autor sugeruje, że zachowanie osób z WZA, w porównaniu z innymi, stawia je w pewnych specyficznych okolicznościach, które w sposób istotny podnoszą prawdopodobieństwo występowania bardzo stresujących wydarzeń. Oprócz tego jednostki z WZA mają tendencję do przypisywania tym wydarzeniom większej wagi i większego wpływu na ich życie niż to miało miejsce w grupie kontrolnej. Można z tego wyciągnąć wniosek, że WZA, podobnie jak wysoki poziom lęku, oddziałuje na sposób nastawienia jednostki do rzeczywistości i postrzegania jej jako bardziej nieprzychylnej i wrogiej (13).

Hipotezę o związku pomiędzy WZA a negatywnymi skutkami stresu pośrednio potwierdzają badania nad reakcjami somatycznymi w sytuacjach stresowych. Zespół kierowany przez Zalewską założył, że praca zawodowa stanowi źródło różnorodnych sytuacji stresowych i przeprowadził badania w warunkach naturalnych. Gdy spośród badanych zostały wyodrębnione grupy o „sil-



nym” WZA i WZB, okazało się, że stężenie adrenalin i noradrenalin było statystycznie istotnie większe w grupie osób o krańcowym nasileniu WZA. Wyniki te wskazują, że osoby o WZA w porównaniu z osobami o WZB, znajdując się w warunkach stresu naturalnego, jakim jest wykonywanie zadań zawodowych, mają tendencję do silniejszych reakcji emocjonalnych, przejawiających się intensywniejszym wydzielaniem obydwu hormonów stresu (14).

Badania przeprowadzone na pielęgniarkach przez Jamal wykazały, że osoby z WZA doświadczały większego stresu w pracy, niejasności ról i psychosomatycznych problemów zdrowotnych niż osoby o WZB (11). Przekonujące dane empiryczne na temat bezpośredniego wpływu WZA na wzrost stresu organizacyjnego, emocji negatywnych oraz dolegliwości somatycznych uzyskali również Winnubst i wsp. (9). Hanley i Williams dowiedli, że osoby z WZA reagują bardziej negatywnymi emocjami na frustrujące sytuacje niż osoby z WZB. Osoby z WZA wydają się posiadać inne sposoby radzenia sobie ze stresem. W swoich badaniach porównywali oni osoby Typu A i B pod względem poznawczych, afektywnych i behawioralnych odpowiedzi na frustrujące sytuacje. Osobom badanym prezentowano opisy 16 potencjalnie frustrujących sytuacji i proszono je, aby przewidziały, co mogą myśleć w konfrontacji z daną sytuacją i jakie będzie ich zachowanie. Wyniki wykazały, że powyższe sytuacje oddziaływały bardziej negatywnie na myśli osób z typem A niż z typem B. Jeśli chodzi o kategorie behawioralne to obie grupy znacząco się nie różniły. W grupie z typem A zanotowano różnice w zachowaniu w zależności od płci. W grupie typu A kobiety były bardziej skłonne od mężczyzn do przyznawania się do odczuwanej wrogości, a mniej skłonne do ujawniania swych agresywnych reakcji na poziomie behawioralnym (15).

Glass wykazał, że WZA jest specyficznym stylem radzenia sobie z otoczeniem, i osoby z tym typem wzoru zachowania w konfrontacji ze stresorami oznaczającymi brak osobistej kontroli charakteryzują się sztywnym i dezadaptacyjnym zachowaniem (16).

Kolejnym czynnikiem, który może modyfikować reakcje na zachowania agresywne innych ludzi oraz wpływać na określone sposoby radzenia sobie z nimi jest lęk.

Pojęcie lęku jest różnie definiowane. Z jednej strony, gdy mówimy o kimś, że przeżywa lęk – używamy tego pojęcia, aby opisać pewien specyficzny stan lub sposób reagowania jednostki w jakiejś konkretnej sytuacji, będącej zazwyczaj sytuacją zagrożenia. Z drugiej zaś stro-

ny, gdy powiemy o kimś, że jest lękliwy, określamy w ten sposób względnie trwałe, utrzymujące się skłonności do częstego i łatwego reagowania lękiem.

Jednymi z pierwszych psychologów, którzy wyróżnili lęk aktualnie przeżywany i lęk jako cechę osobowości, byli Cattell i Scheier oraz Zuckerman, a kontynuatorem tego nurtu jest Spielberger. Badacze ci wskazują na dwa wymiary lęku, tj. stan lęku i cechę lęku (17,18).

W roku 1966 ukazał się artykuł Spielbergera, w którym przedstawił on teoretyczny zarys swojej koncepcji lęku jako stanu i jako cechy. Zgodnie z tą koncepcją lęk jako stan można ujmować w dwóch aspektach, tzn. jako świadome przeżywanie lęku i towarzyszące mu objawy fizjologiczno-behawioralne. Cecha lęku jest miarą służącym do opisu względnie trwałych różnic indywidualnych, oznacza również właściwą danej jednostce podatność na reagowanie stanem lęku w sytuacjach zagrożenia (np. narażenia na agresję). Znajomość nasilenia cechy lęku powinna więc pozwalać na przewidywanie zachowania się jednostek w takich sytuacjach, na przewidywanie nasilenia stanu lęku jakim jednostka wówczas zareaguje. Można z dużym prawdopodobieństwem zakładać, że gdy jednostka o wysokim wyniku w skali cechy lęku spotka się np. z agresją, spowoduje to u niej silniejszą reakcję lękową niż u osoby o średnim bądź niskim wyniku w tej skali (17,18).

Spielberger daje następującą charakterystykę pojęć stanu i cechy lęku: „stany lęku [...] charakteryzują się subiektywnymi, świadomie postrzeganymi uczuciami obawy i napięcia, którym towarzyszy związana z nimi aktywacja lub pobudzenie AUN. Lęk jako cecha osobowości [...] oznacza [...] motyw lub nabytą dyspozycję behawioralną, która czyni jednostkę podatną na postrzeganie szerokiego zakresu obiektywnie niegroźnych sytuacji, jako zagrażających i reagowanie na nie stanami lęku nieproporcjonalnie silnymi w stosunku do wielkości obiektywnego niebezpieczeństwa” (17, s. 351).

Rozszerzenie i uzupełnienie propozycji Spielbergera stanowi koncepcja N.S. Endlera. Zgodnie z tą koncepcją stan lęku jest funkcją współdziałania czynników osobowościowych i sytuacyjnych. Może być wywoływany przez trzy rodzaje sytuacji: sytuacje interpersonalne, stwarzające zagrożenie ego (np. agresja psychiczna), sytuacje stwarzające niebezpieczeństwo fizyczne (agresja fizyczna) oraz sytuacje dwuznaczne i niejasne. Sosnowski uważa, że wbrew temu, co wynikałoby z nazwy testu autorstwa Spielbergera (State-Trait Anxiety Inventory), nie mierzy on ogólnej cechy lęku, ale raczej pewien specyficzny jej rodzaj – prawdopodobnie, podatność na reagowanie stanem lęku w sytuacjach zagrożenia



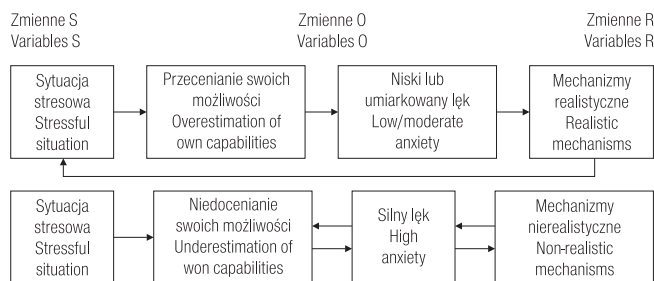
ego (17–19). W przypadku narażenia na przemoc takie działania zagrażające *ego* mogą mieć postać zastraszania, pogroźek, szantażowania, obrażania słownego, wrogich zachowań, jak również mobbingu, bullyingu, czy molestowania seksualnego.

We wcześniejszej części artykułu podkreślono, że zachowania jednostki o wysokim poziomie lęku wynikają ze spostrzegania przez nią świata jako bardziej zagrażającego niż to jest w rzeczywistości. Zjawisko to próbuje wytłumaczyć Beck wraz z współpracownikami za pomocą poznawczego modelu lęku. Schemat ten odwołuje się do struktury zasobów wiedzy i doświadczeń, które mają wpływ na procesy przetwarzania informacji przez ukierunkowanie uwagi, interpretację, opracowywanie i zapamiętywanie. System poznawczy jednostki filtruje informacje pochodzące ze środowiska zewnętrznego poprzez uprzednie wyobrażenia lub schematy. Beck uważa, że lęklivość dotyczy jednostek posiadających dysfunkcyjne schematy na temat zagrożenia. Schematy te uruchamiane są za pomocą zgodnych z nimi wskazówek, które pochodzą z otoczenia. Informacje związane ze schematami są selektywnie przetwarzane ponad informacjami, które nie są z nimi powiązane. Według Becka schematy rozwijają się poprzez interakcję czynników biologicznych i wydarzeń życiowych. Selektywne przetwarzanie informacji związanych z zagrożeniem prowadzi do podwyższenia stanu lęku. Powoduje to u jednostek o wysokiej cesze lęku doświadczanie systematycznych wzrostów tego stanu, a wzrosty te prowadzą do dalszego przetwarzania zagrażających bodźców. Dlatego właściwości procesów uwagi wywołują samotrzymujący się cykl lęku (20).

Według Spielbergera cechę lęku charakteryzują m.in. takie motywy, jak „strach przed porażką” i „tendencja do deprecjonowania własnej wartości”. Osoby z wysoką cechą lęku są bardziej „samoobwiniające się”, „nadmiernie zajęte sobą” i bardziej niezadowolone z siebie niż osoby z niską cechą lęku i dlatego powyższe cechy mogą być aktywowane w stresowych sytuacjach angażujących *ego*. Zatem sytuacje takie powodują większy stan lęku u osób z wysoką cechą lęku niż u osób z niską cechą lęku (19).

Opisując zjawisko cechy lęku, wspomniano o tym, że sytuacja stresowa może uruchomić u jednostki określoną odpowiedź w formie specyficznych mechanizmów adaptacyjnych, czyli różnych strategii radzenia sobie ze stresem.

Ciekawy model, w którym lęk jest zmienną, za pośrednictwem której odbywa się oddziaływanie adekwatności oceny swoich możliwości na mechanizmy



Ryc. 1. Schematy ilustrujące sekwencje procesów regulacyjnych, prowadzących do wystąpienia mechanizmów realistycznych i nierealistycznych (21, s. 355).

Fig. 1. Regulation-process sequences leading to realistic or non-realistic mechanism.

przystosowawcze w sytuacji stresu, przedstawił Maruszewski. Oparł się on na teorii Freud, która wyróżniła dwa rodzaje mechanizmów adaptacyjnych: realistyczne, które polegają na tym, że jednostka, pomimo występującego w niej napięcia emocjonalnego, stara się osiągnąć stojący przed nią cel, oraz nierealistyczne, gdy jednostka, zamiast dążyć do celu, stara się zredukować istniejące u niej napięcie emocjonalne (21). Według modelu przedstawionego przez Maruszewskiego niski lub umiarkowany lęk sprzyja stosowaniu mechanizmów realistycznych, natomiast wyższy poziom lęku – mechanizmów nierealistycznych:

W przypadku sekwencji prowadzącej do mechanizmów realistycznych ma miejsce zwrotne oddziaływanie jednostki na sytuację stresową. Oddziaływanie to może być ukierunkowane na jak najszybsze osiągnięcie celu i/lub na wyeliminowanie z sytuacji elementów stresowych. W sekwencji prowadzącej do mechanizmów nierealistycznych zachodzą dwa sprzężenia zwrotne. Pierwsze zachodzi pomiędzy lękiem i brakiem wiary we własne możliwości. Polega to na tym, że jednostka pod wpływem silnego lęku zaczyna postrzegać siebie jako osobę niezdolną do poradzenia sobie ze stojącymi przed nią zadaniami. A tendencja do spostrzegania siebie jako istoty słabej i nieodpornej na niebezpieczeństwa przyczynia się do dalszego wzrostu lęku. Drugie sprzężenie zachodzi między mechanizmami nierealistycznymi i lękiem. Wzrost lęku sprzyja wzrostowi natężenia mechanizmów nierealistycznych, które zwrótnie obniżają poziom lęku (21). W takiej sytuacji reakcją na przemoc może być ucieczka lub też odwzajemnienie agresji. Zaś wynikiem pierwszej sekwencji, gdy stres jest wywołany agresją, może być zachowanie polegające na asertywnych sposobach radzenia sobie z agresorami.

Wiele badań potwierdza hipotezę, że cecha lęku ma wpływ na to, jakie bodźce i o jakim natężeniu są przez



jednostkę odbierane jako stresory oraz, że może decydować o sile i czasie trwania reakcji stresowej.

Na podstawie swych badań Sagi twierdzi, że spośród osobistych i środowiskowych czynników, głównym predyktorem emocjonalnej reakcji na sytuacje stresowe jest lęk, a niskie nasilenie tej cechy ma znaczenie w łagodzeniu reakcji stresowej (22). Również badania Kuiper i wsp., Newbury i wsp. oraz Bargdahl i wsp. wykazały, że poziom cechy lęku istotnie koreluje z poziomem odczuwanego stresu (23–25).

Dowodów na to, że cecha lęku ma istotny wpływ na sposób reagowania w sytuacji stresu dostarczają badania Gacek, przeprowadzone z udziałem młodzieży akademickiej. Wyniki tych badań wskazują, iż średni i niski poziom lęku sprzyja stosowaniu konstruktywnych – efektywnych metod zwalczania stresu. Natomiast młodzież o wysokim poziomie nasilenia tej cechy istotnie częściej stosuje strategie destrukcyjne niż osoby o średnim i niskim poziomie lęku. Wraz ze spadkiem poziomu lęku obniża się odsetek studentek i studentów stosujących ucieczkowe strategie rozładowywania stresu (26). Z kolei badania Carey i Burish wykazały, że wysokie wyniki w skali lęku zakłócają uczenie się technik redukujących stres (27). Potwierdziły to również prace D'Andrea i D'Andrea, z których wynika, że osoby o wysokiej częstotliwości lęku otrzymywały mniejsze korzyści z leczenia uzależnień (28). Kmiecik-Baran, prowadząc badania dotyczące przemocy wśród dzieci i młodzieży, próbowała odpowiedzieć na pytanie o to, czy istnieje związek między poziomem lęku a agresywnością młodzieży. Z przeprowadzonych przez autorkę analiz wynika, że młodzież agresywna charakteryzuje się wyższym poziomem lęku niż młodzież nieagresywna. Autorka, zastanawiając się dlaczego młody człowiek, który przejawia wysoki poziom lęku jest agresywny, sugeruje, iż agresja może być mechanizmem redukującym lęk, niepewność, bezradność w wielu sytuacjach, z którymi młody człowiek sobie nie radzi (29). Z drugiej strony Godjonsson i in. wykazali, że cecha lęku pozytywnie koreluje z uległością. Osoby, które są skłonne do lęku mają tendencję do unikania konfliktów i konfrontacji z innymi. Uległe zachowanie może redukować uczucie lęku u takich osób, ale w przypadku, gdy godzą się na rzeczy, których wewnętrznie nie akceptują, może także wywoływać gniew, złość oraz uczucie urazy (30). Wynika z tego, że cecha lęku może prowokować zarówno do zachowań agresywnych jak i uległych. Jednak pytanie o to, co decyduje o uległości lub agresywności osób lękowych jest w dalszym ciągu pytaniem otwartym.

W innych badaniach uzyskano wyniki dotyczące związków pomiędzy cechą lęku i WZA a radzeniem sobie ze stresem. Typ A okazał się dodatnio związany z aktywnym radzeniem sobie ze stresem i planowaniem, a negatywnie z behawioralnym nieangażowaniem się, zaś cecha lęku pozytywnie z radzeniem sobie poprzez zaprzeczanie, natomiast negatywnie z aktywnym sposobem radzenia sobie (31).

MATERIAŁ I METODY

Celem prezentowanej analizy jest sprawdzenie związków pomiędzy poziomem cechy lęku i wzorem zachowania a sposobem bezpośredniego reagowania na agresję (reagowania w sposób uległy, agresywny i asertywny).

Założono, że różnice indywidualne w zakresie tych cech są modyfikatorami bezpośrednich reakcji na agresję i przyjęto następujące hipotezy: cecha lęku jest istotnie związana z występowaniem takich reakcji, jak uległość wobec sprawcy ataku i bezradność wobec jego działań; wzór zachowania A jest istotnie związany z zachowaniami prowadzącymi do eskalacji agresji (agresywne reakcje na zachowania zagrażające); niski poziom cechy lęku i wzór zachowania B związane są z tendencją do reagowania w sposób asertywny. Przyjęto również hipotezę, że pewne konfiguracje wyżej wymienionych cech, silniej niż inne predestynują do określonego typu reakcji na akty agresji (konfiguracja „niski poziom lęku/wzór zachowania B” związana jest z tendencją do reagowania w sposób asertywny; konfiguracja „wysoki poziom lęku/wzór zachowania A” związana jest z tendencją do reagowania agresją; a konfiguracja „wysoki poziom lęku/wzór zachowania B” związana jest z tendencją do reagowania w sposób uległy).

Weryfikacja hipotez pozwoli na określenie, w jaki sposób reakcje na przemoc prezentowane przez jednostkę związane są z jej względnie stałymi dyspozycjami osobowościowymi i behawioralnymi. Dzięki wyjaśnieniu siły i charakteru tych zależności, możliwe będzie ustalenie, czy i na ile istnieje możliwość kontrolowania lub/i zmiany tych sposobów reagowania, które są uważane za nieefektywne pod względem skuteczności radzenia sobie z przemocą (tj. reagowania agresją zwrotną i uległością).

Badania prowadzone były w latach 2002–2003 przy współpracy z Warszawską Okręgową Izbą Pielęgniarek i Położnych z udziałem reprezentatywnej próby pielęgniarek/pielęgniarzy z województwa mazowieckiego.

Na podstawie informacji o ogólnej liczbie przedstawicieli tej profesji zarejestrowanych w WOIPiP usta-



lono, że próba reprezentatywna powinna liczyć 1067 osób. Dobór do niej prowadzony był w sposób losowy – z listy wszystkich zatrudnionych pielęgniarek została wybrana co dwudziesta (liczba pielęgniarek w trakcie trwania badań zmieniała się – dlatego też ostateczna liczba badanych wyniosła 1163 osoby).

Większość badanej próby stanowiły kobiety – 1150 osób, mężczyźni było jedynie 13.

Wiek badanych wahał się od 19 do 63 lat ($\bar{x} = 39$, $SD = 8$). Większość respondentów należała do kategorii wiekowej 26–35 i 36–45 lat (kolejno – 34,8% i 37,8%), mniejsza część do kategorii 46–55 lat (19,9%), zaś najmniej licznie były reprezentowane kategorie: najmłodsza 19–25 lat i najstarsza 56–63 lat (kolejno 3% i 2,2%).

Staż pracy badanych osób mieścił się w przedziale od 1 do 48 lat ($\bar{x} = 17$, $SD = 9$). Wśród badanych przeważały osoby z ponad dziesięcioletnim doświadczeniem zawodowym – stanowiły one 74% badanej próby.

Najwięcej pielęgniarek pracowało w szpitalach (76% badanej próby). Pozostałe zatrudnione były w poradniach rejonowych (8%), przychodniach specjalistycznych (7%), przychodniach przyzakładowych (1%) i domach pomocy społecznej (1%). 7% badanych podało jako miejsce zatrudnienia inne, jednostki służby zdrowia.

Pośród pielęgniarek zatrudnionych w szpitalach najwięcej pracowało w oddziale chirurgicznym (14%), internistycznym (13%), oddziale intensywnej opieki medycznej (8%), psychiatrycznym (7%), pediatrycznym (5%) i porodowym (5%). W izbie przyjęć, w oddziałach laryngologicznych, neurologicznych, kardiologicznych, ortopedycznych, noworodkowych i na bloku operacyjnym zatrudnionych było od 1% do 4% badanych. Pozostałe osoby pracowały w bardziej specjalistycznych, niewymienionych powyżej oddziałach (26% respondentów).

Najwięcej badanych zajmowało stanowisko pielęgniarki odcinkowej (36% osób) i zabiegowej (14% osób). 8% spośród badanych zajmowało stanowisko oddziałowej, 6% – położnej. Pozostałe stanowiska (takie jak: pielęgniarka w izbie przyjęć, instrumentariuszka, koordynująca, pielęgniarka środowiskowa, epidemiologiczna, anestezjologiczna, itd.) były reprezentowane przez 1–3% badanych. Pozostałe osoby podały jako stanowisko pracy inne, niewymienione powyżej (24% badanej próby).

Przedstawiona charakterystyka badanych pod względem wieku, stażu pracy i rozkładu zatrudnienia odpowiada charakterystyce wszystkich zatrudnionych w zawodzie pielęgniarka/pielęgniarsz na terenie działania Warszawskiej OIPIP.

W projekcie wykorzystano kwestionariusze samo-opisowe, będące wystandaryzowanymi narzędziami badawczymi o satysfakcjonujących właściwościach psychometrycznych, stanowiące wiarygodne i rzetelne źródło informacji. Poniżej scharakteryzowano krótko zastosowane metody badawcze.

Do pomiaru cechy lęku posłużyliśmy się Skalą Cechy Lęku z Inwentarza Stanu i Cechy Lęku (ISCL opracowanego przez Spielbergera, Gorsucha i Lushena) (32). Skala Cechy Lęku (X2) ISCL składa się z 20 pozycji, z których każda posiada czterostopniową skalę odpowiedzi. Kategorie odpowiedzi dotyczą częstości występowania u badanego odczuć opisywanych przez pozycje kwestionariusza (prawie nigdy, rzadko, często, prawie zawsze).

Wzór zachowania oceniany był na podstawie wyników kwestionariusza BWZ wersja B dla dorosłych, opracowanego przez Wrześniewskiego (33). Kwestionariusz składa się z 25 pozycji. Efektem badania kwestionariuszem BWZ jest wynik pozwalający na diagnozę stylu zachowania. Wysoki wynik oznacza tendencję do reagowania zgodnie z WZA, niski wynik do reagowania zgodnie z WZB.

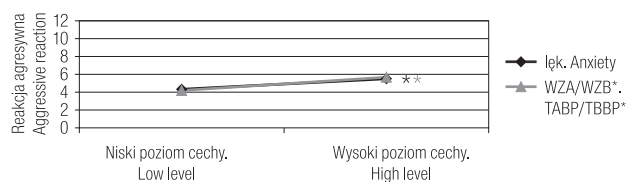
W celu diagnozy bezpośrednich reakcji na przemoc przygotowano w ramach realizowanego projektu kwestionariusz RA (Reakcje na Agresję). Narzędzie to składa się z 15 twierdzeń (po 5 w każdej z trzech skal: uległości, agresywności i asertywności), opisujących różnego rodzaju akty agresji i możliwe reakcje ofiar. Na podstawie wyniku kwestionariusza można określić tendencję osoby badanej do reagowania na agresję w sposób uległy, agresywny bądź asertywny.

WYNIKI

W badaniach założono, że zarówno poziom cechy lęku jak i wzór zachowania mogą decydować o sposobie reagowania wobec sprawców przemocy. W celu oszacowania modyfikującego wpływu cechy lęku i wzoru zachowania na reakcje behawioralne w sytuacji bezpośredniego zagrożenia, przeprowadzono szereg jedno-czynnikowych analiz wariancji. Zmienną wyjaśnianą była reakcja na agresję (uległość, agresja, asertywność), a zmiennymi wyjaśniającymi poziom cechy lęku i wzór zachowania (WZB i WZA).

Na podstawie przeprowadzonych analiz statystycznych stwierdzono, że poziom cechy lęku decydował o wyborze agresji jako reakcji na agresję ($F = 46,15$ $p < 0,0000$). Podobną zależność zaobserwowano w przypadku wzoru zachowania – osoby o wzorze zachowania A (czyli osiągające wysokie wyniki w skali BWZ) częściej

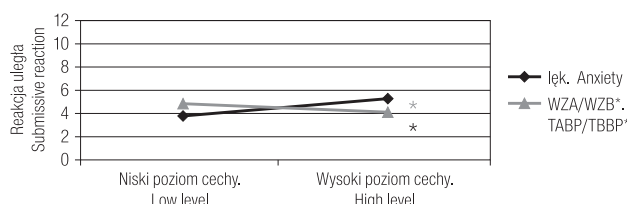




* skala BWZ jest skalą dichotomiczną, w której niski wynik oznacza dominację w zachowaniu wzoru B (WZB), a wynik wysoki dominację wzoru A (WZA). The TBP scale is a dichotomic scale, on which a low score means that type B behavior pattern (TBBP) predominates and a high score means that type A behavior pattern (TABP) predominates.

** istotnie statystycznie na poziomie $p < 0,0000$. statistically significant at $p < 0,0000$.

Ryc. 2. Związki pomiędzy tendencją do reagowania agresją na agresję a poziomem cechy lęku i wzorem zachowania.
Fig. 2. Relationships between tendency towards aggression in response to violent behaviors of others and configuration of trait anxiety and behavior pattern.



* skala BWZ jest skalą dichotomiczną, w której niski wynik oznacza dominację w zachowaniu wzoru B (WZB), a wynik wysoki dominację wzoru A (WZA). The TBP scale is a dichotomic scale, on which a low score means that type B behavior pattern (TBBP) predominates and a high score means that type A behavior pattern (TABP) predominates.

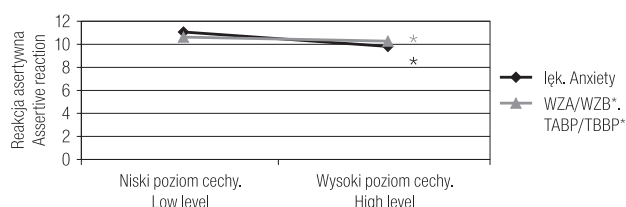
** istotnie statystycznie na poziomie $p < 0,0000$. statistically significant at $p < 0,0000$.

Ryc. 3. Związki pomiędzy tendencją do reagowania uległością na agresję a poziomem cechy lęku i wzorem zachowania.
Fig. 3. Relationships between tendency towards submission in response to violent behaviors of others and configuration of trait anxiety and behavior pattern.

deklarowały stosowanie agresji wobec zachowań agresywnych ze strony innych osób ($F = 74,48$ $p < 0,0000$). Zależności te niemal się pokrywają jak to zostało przedstawione na ryc. 2.

Analizując związki pomiędzy tendencją do zachowań uległych a natężeniem lęku i typem wzoru zachowania (ryc. 3) stwierdzono, że osoby o wysokim poziomie cechy lęku istotnie częściej reagują uległością na zachowania agresywne ($F = 75,92$ $p < 0,0000$). Również wzór zachowania różnicuje w sposób istotny wyniki w podskali reakcji uległych kwestionariusza RA ($F = 16,69$ $p < 0,0000$), aczkolwiek zależność ta jest odwrotna niż w przypadku cechy lęku, bowiem im silniej w zachowaniu uwidacznia się wzór A, tym rzadziej występuje tendencja do reagowania uległością na ataki.

Analizowano również związki pomiędzy tendencją do zachowań asertywnych wobec agresorów a cechą lęku i wzorem zachowania. Wyniki jednoczynnikowych analiz wariancji przedstawia ryc. 4.



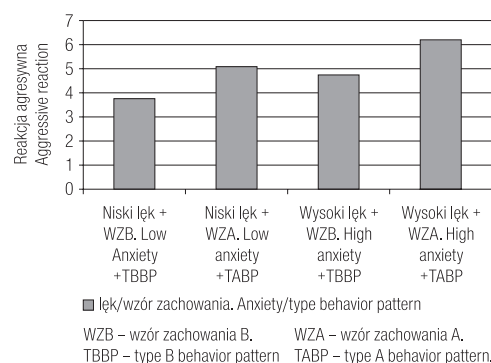
* skala BWZ jest skalą dichotomiczną, w której niski wynik oznacza dominację w zachowaniu wzoru B (WZB), a wynik wysoki dominację wzoru A (WZA). The TBP scale is a dichotomic scale, on which a low score means that type B behavior pattern (TBBP) predominates and a high score means that type A behavior pattern (TABP) predominates.

** istotnie statystycznie na poziomie $p < 0,0000$. statistically significant at $p < 0,0000$.

Ryc. 4. Związki pomiędzy tendencją do reagowania asertywnością na agresję a poziomem cechy lęku i wzorem zachowania.
Fig. 4. Relationships between tendency towards assertiveness in response to violent behaviors of others and configuration of trait anxiety and behavior pattern.

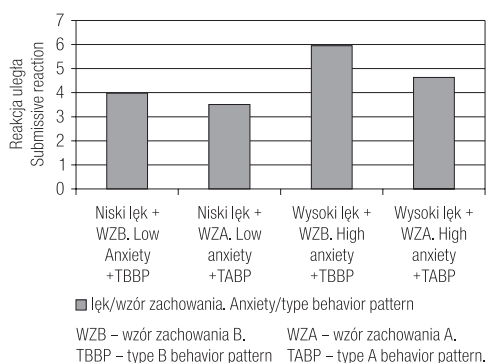
Zarówno poziom cechy lęku jak i wzór zachowania istotnie związane są ze skłonnością do zachowań asertywnych wobec agresora. Wraz ze wzrostem poziomu cechy lęku ($F = 62,46$ $p < 0,0000$) i silniejszym wzorem A w zachowaniu ($F = 4,49$ $p < 0,0343$) maleje tendencja do stosowania asertywnych sposobów reagowania na agresję – oznacza to, że osoby bardziej lękowe i osoby o typie zachowania A istotnie rzadziej reagują na agresję w sposób asertywny. Podane wartości współczynników F wskazują również, że tendencja do asertywnej reakcji jest silniej związana z poziomem lęku niż z typem wzoru zachowania.

Chcąc opisać mechanizmy decydujące o wyborze sposobu zareagowania na agresję byliśmy zainteresowani weryfikacją hipotez o związku pomiędzy konstelacją zmiennych „wzór zachowania/cecha lęku” (w zależności od ich nasilenia) a tendencją do poszczególnych typów reakcji na zagrożenie. W tym celu wyodrębniono cztery grupy badanych spełniających następujące kryteria:



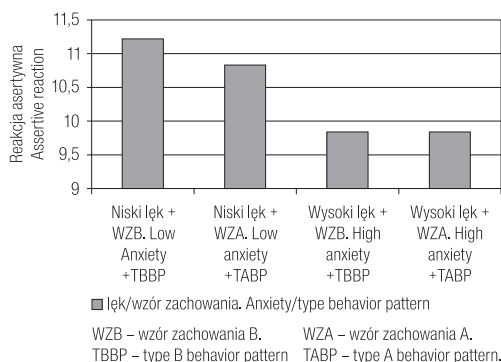
Ryc. 5. Tendencja do reagowania agresją na agresję w zależności od konfiguracji cechy lęku i wzoru zachowania.

Fig. 5. Tendency towards aggression in response to violent behaviors of others and configuration of trait anxiety and behavior pattern.



Ryc. 6. Tendencja do reagowania uległością na agresję w zależności od konfiguracji cechy lęku i wzoru zachowania.

Fig. 6. Tendency towards submission in response to violent behaviors of others and configuration of trait anxiety and behavior pattern.



Ryc. 7. Tendencja do reagowania asertywnością na agresję w zależności od konfiguracji cechy lęku i wzoru zachowania.

Fig. 7. Tendency towards assertiveness in response to violent behaviors of others and configuration of trait anxiety and behavior pattern.

■ grupa 1: osoby o niskim poziomie cechy lęku (niższym od mediany) i o wzorze zachowania B (wynik w skali BWZ niższy od mediany),

■ grupa 2: osoby o niskim poziomie cechy lęku i o wzorze zachowania A (wynik w skali BWZ wyższy od mediany),

■ grupa 3: osoby o wysokim poziomie cechy lęku (wyższym od mediany) i o wzorze zachowania B,

■ grupa 4: osoby o wysokim poziomie cechy lęku i wzorze zachowania A.

Na podstawie przeprowadzonej jednoczynnikowej analizy wariancji stwierdzono istotne różnice w występowaniu tendencji do reagowania agresją zwrotną (ryc. 5), uległością (ryc. 6) i zachowaniem asertywnym (rys. 7) w zależności od układu interesujących nas cech indywidualnych.

Istotne statystycznie różnice pomiędzy średnimi wynikami w skali mierzącej tendencję do reagowania agresją zwrotną zaobserwowano pomiędzy niemal wszystki-

mi prezentowanymi grupami – jedynie pomiędzy grupą o konfiguracji cech „niski lęk/WZA” i „wysoki lęk/WZB” nie stwierdzono takich różnic. Prezentowane wyniki świadczą o tym, że zarówno wysoki poziom cechy lęku, jak i wzór zachowania A wzmacniają tendencję do reagowania agresją zwrotną ($F = 38,46$ $p < 0,0000$). Obie te cechy wpływają na częstość występowania tego typu reakcji w podobnym stopniu, o czym świadczy podobna wartość różnicy dla efektu cechy lęku (pomiędzy grupami 1/3 i 2/4) i dla efektu wzoru zachowania (pomiędzy grupami 1/2 i 3/4) oraz brak istotnych różnic pomiędzy grupą, w której przy wysokim poziomie lęku dominuje w zachowaniu wzór B, a grupą, w której przy niskim poziomie lęku dominuje w zachowaniu wzór A. Przy równoczesnym wysokim poziomie obu cech (wysokim lęku i wzorze zachowania A) tendencja do reagowania agresją występuje najczęściej – co oznacza, że do reakcji konfrontacyjnych najsilniej predysponuje taka konfiguracja cech, nie zaś nasilenie tylko jednej z nich.

Istotne statystycznie różnice pomiędzy średnimi wynikami w skali mierzącej tendencję do reagowania uległością na agresywne zachowania innych osób zaobserwowano pomiędzy niemal wszystkimi prezentowanymi grupami – jedynie pomiędzy grupą o konfiguracji cech „niski lęk/WZB” i „niski lęk/WZA” nie stwierdzono takich różnic. Dla wszystkich grup $F = 35,21$ przy poziomie $p < 0,0000$.

Prezentowane wyniki świadczą o tym, że wysoki poziom cechy lęku i wzór zachowania B wzmacniają tendencję do reagowania agresją zwrotną, przy czym typ wzoru zachowania nie wpływa istotnie na różnicę w częstości występowania tendencji do reakcji uległych u osób o niskim poziomie lęku. Różnicę taką obserwuje się dopiero w przypadku osób, u których poziom lęku jest wysoki – u takich osób wzór A w zachowaniu istotnie statystycznie osłabia tendencję do reagowania uległością, zaś wzór B wzmacnia ją. Tendencja do reagowania uległością wzrasta wraz ze wzrostem poziomu cechy lęku, a najsilniejsza jest, gdy wraz z wysokim poziomem lęku w zachowaniu dominuje wzór B. Wydaje się zatem, że poziom cechy lęku jest podstawowym wyznacznikiem tendencji do reagowania uległością, o czym świadczy występowanie istotnych statystycznie różnic pomiędzy grupami, które różnią się tylko pod względem poziomu cechy lęku i brak istotnych różnic pomiędzy grupami, w których poziom lęku jest ten sam, a które różnią się tylko pod względem wzoru zachowania.

Dla wszystkich grup wartość współczynnika F wynosi 20,71, przy poziomie $p < 0,0000$, co oznacza, że występują pomiędzy nimi istotne statystycznie różnice

w tendencji do reagowania asertywnego w zależności od konfiguracji zmiennych wyjaśniających.

Osoby charakteryzujące się wysokim poziomem cechy lęku, niezależnie od tego czy współwystępował z nim wzór zachowania A czy B, osiągały istotnie niższe wyniki w podskali reakcji asertywnych w porównaniu z grupami o niskim poziomie lęku. Świadczy to o rzadszym wykorzystywaniu przez osoby z wysokim poziomem cechy lęku asertywnych sposobów reagowania w sytuacji ataku.

W przypadku tendencji do reagowania w sposób asertywny nie zaobserwowano istotnie statystycznych różnic pomiędzy grupami o konfiguracji cech „niski lęk/WZB” i „niski lęk/WZA” oraz „wysoki lęk/WZB” i „wysoki lęk/WZA”, co świadczy o tym, że przy współwystępowaniu określonego poziomu lęku typ wzoru zachowania nie różnicuje w sposób istotny tendencji do asertywnego reagowania na przemoc, zatem można stwierdzić, że podstawowym jej wyznacznikiem jest poziom cechy lęku.

OMÓWIENIE I WNIOSKI

Przeprowadzone analizy wariancji, badające związek cechy lęku i wzoru zachowania ze sposobem reagowania na akty przemocy, udowodniły, że rodzaj reakcji na przemoc jest zależny od poziomu tych cech. Wyniki te znajdują uzasadnienie w charakterystyce badanych zmiennych i mechanizmach ich działania opisanych w literaturze przedmiotu. Według badaczy poziom cechy lęku wpływa przede wszystkim na spostrzeganie sytuacji, ocenę ryzyka jej kosztów oraz własnych możliwości efektywnego poradzenia sobie z nią – osoby o wysokim poziomie cechy lęku częściej interpretują sytuacje neutralne jako zagrażające, częściej mają tendencję do przeceniania siły zagrożenia oraz niżej oceniają swoje kompetencje w kwestii obrony przed nim niż osoby o niższym poziomie tej cechy (20,21). Wzór zachowania A również wiąże się z „wyczuleniem” na sytuacje zagrażające/niejasne, przy czym osoby o jego silnym natężeniu mają specyficzną gotowość do działania w sytuacji zagrożenia – działanie to charakteryzuje się silną dynamiką, energią i ekspresją i jest przede wszystkim ukierunkowane na utrzymanie poczucia kontroli oraz utwierdzanie się w poczuciu mocy i kompetencji (10,13). O ile w zachowaniu osób o wysokim poziomie lęku w obliczu zagrożenia obserwuje się tendencję do unikania kontaktu, wycofywania się lub/i dezintegrację reakcji obronnych (ich nieadekwatność do sytuacji), tak w przypadku osób o silnym wzorze A najczęściej obser-

wuje się tendencję do wchodzenia w otwartą konfrontację. Różnice te wynikają z kierunku, jakie cechy te nadają zachowaniu – cecha lęku powoduje koncentrację na swoim własnym stanie oraz nadmierne zajmowanie się sobą, zaś wzór zachowania A wiąże się z tendencją do ingerencji w środowisko zewnętrzne, z koncentracją na otoczeniu i wpływaniu na zmianę warunków zewnętrznych, a nie wewnętrznych (19). Zaprezentowane wyniki potwierdzają opisane powyżej tendencje do zachowania w sytuacji zagrożenia, w zależności od nasilenia cechy lęku i typu dominującego wzoru zachowania. Osoby o wysokim poziomie cechy lęku najczęściej prezentowały jeden z dwóch sposobów reagowania niepożądanych z punktu widzenia efektywności radzenia sobie z zagrożeniem – reagowanie w sposób agresywny lub w sposób uległy, co można tłumaczyć dezintegrującym wpływem cechy lęku, powodującym nadmiarową i nieadekwatną do sytuacji reakcję (związaną z nadmierną koncentracją na swoich własnych emocjach i/lub niewłaściwą oceną poziomu zagrożenia). Związek typu wzoru zachowania z tendencją do określonego sposobu reagowania również jest zgodny z zaprezentowanymi powyżej przesłankami teoretycznymi, bowiem osoby z dominującym wzorem A w zachowaniu najczęściej wykazywały tendencję do reagowania w sposób konfrontacyjny, a osoby ze wzorem zachowania B – tendencję do reakcji uciekowych/unikowych i asertywnych.

Kolejne analizy dostarczyły odpowiedzi na pytanie, w jaki sposób określona konfiguracja tych cech wiąże się z tendencją do reagowania na przemoc.

Wyodrębniono cztery takie konfiguracje, tworzące cztery różne charakterystyki osobowościowe: pierwsza i druga grupa to osoby, u których wraz z niskim lub wysokim poziomem lęku w zachowaniu dominuje wzór B (charakteryzujący się niską dynamiką zachowań, spokojem, opanowaniem, brakiem pośpiechu, cierpliwością, brakiem skłonności do rywalizacji, brakiem wrogości wobec otoczenia i słabą tendencją do ekspresji negatywnych emocji), trzecia i czwarta grupa to osoby, u których z niskim lub wysokim poziomem lęku w zachowaniu dominuje wzór A. Wyniki wykazały, że pewne konfiguracje cech indywidualnych silniej niż inne predysponują do występowania danego rodzaju reakcji na sytuacje zagrażające. Tendencja do reagowania agresją zwrotną jest najsilniejsza, gdy wraz z wysokim poziomem lęku współwystępuje wzór A w zachowaniu, co oznacza, że największa gotowość do wchodzenia w otwartą konfrontację występuje u osób, u których wysoka dynamika zachowań, duża energia w działaniu oraz pośpiech, niecierpliwość i skłonność do irytacji



jest podbudowana silną cechą lęku – czyli gdy lęk stanowi główny motyw zachowań konfrontacyjnych. Tendencja do unikania sytuacji zagrażającej i wycofywania się z niej jest najsilniejsza u osób, u których z wysokim poziomem lęku współwystępuje wzór B w zachowaniu. Słabe natężenie obu tych cech wiąże się z tendencją do reagowania w sposób asertywny, bowiem w tym przypadku ocena sytuacji i własnych możliwości poradzenia sobie z nią jest bardziej realistyczna (bez nastawienia lękowego) i równocześnie w zachowaniu nie ma nadmiernej gotowości do reakcji ofensywnych.

Uzyskane wyniki wskazują również, iż cechę lęku można traktować jako „pierwotny” czynnik, na bazie którego rozwija się określony typ reakcji na sytuację zagrożenia, zaś wzór zachowania wyznacza dalszy kierunek reakcji w postaci określonego sposobu zachowania i charakteru podejmowanych działań. Wniosek ten jest zgodny z danymi literaturowymi, według których cecha lęku, jako względnie stała dyspozycja osobowościowa stanowi konstytucjonalną podbudowę do wszelkich typów zachowań, zaś wzór zachowania, jako dyspozycja behawioralno-osobowościowa determinuje sposób ekspresji, kierunek i cel działania (10,12,13,17,18,20,21). Zależność tę wyraźnie obserwuje się w przypadku tendencji do reagowania uległego i asertywnego, natomiast nie jest ona tak jednoznaczna w przypadku tendencji do reagowania agresją zwrotną (bowiem wtedy efekt cechy lęku i efekt wzoru zachowania jest zbliżony). Wyjątek ten można tłumaczyć podobnym wpływem tych dwóch cech na pobudzenie organizmu, a następnie ich wzajemnym uzupełnianiem się (wzmacnianiem) w zakresie nadawania zachowaniu kierunku „agresja zwrotna”. Ze względu na tę niejasność, wskazane wydaje się dalsze analizowanie tej kwestii, zmierzające do odpowiedzi na pytania: jakiego typu zależność występuje między cechą lęku a wzorem zachowania A, w jakim zakresie cecha lęku ma udział w formowaniu się wzoru zachowania A, od jakich pozostałych właściwości indywidualnych to zależy i czy istnieje specyficzny konstrukt osobowościowo-behawioralny, w którym obie te cechy występują łącznie w skrajnych nasileniach. Być może odpowiedzią na te pytania byłaby analiza związków cechy lęku z poszczególnymi wymiarami wzoru zachowania, co nie zawiera się w celach prezentowanej pracy i wymaga podjęcia dalszych badań.

Rozstrzygnięcie tych kwestii wydaje się istotne pod względem praktycznym, jako że opisywane cechy osobnicze mają wpływ na funkcjonowanie jednostki w środowisku społecznym, a szczególnie na zachowania w sytuacjach konfliktowych. Osoby z podwyższonym

poziomem lęku, w zależności od dominującego wzoru zachowania, nadmiernie unikają sytuacji konfrontacyjnych (wycofując się oraz zbyt koncentrując na sobie) lub wykazują nadmierną tendencję do angażowania się w otwarte spory, co w końcowym efekcie pogarsza jakość ich funkcjonowania społecznego oraz skutkuje występowaniem szeregu problemów w sferze funkcjonowania psychicznego i zawodowego.

W związku z tym, że opisywane cechy i zależności stanowią względnie trwałą właściwość jednostki, istnieje ograniczona możliwość wpływania na zmianę w ich zakresie. Zatem jednym ze sposobów przeciwdziałania ich ewentualnym negatywnym konsekwencjom może być podejmowanie działań zmierzających do pogłębiania świadomości pracowników na temat własnych możliwości i ograniczeń oraz ich związku ze sposobem funkcjonowania w sytuacjach zagrożenia. Cel ten można osiągnąć poprzez systematyczne szkolenie w zakresie umiejętności osobistych i społecznych, takich jak: rozpoznawanie własnego stanu emocjonalnego i stanu emocjonalnego innych osób, wyrażanie i kontrola emocji, identyfikacja pierwszych sygnałów zagrożenia, płynących z otoczenia oraz asertywne rozwiązywanie sytuacji konfliktowych. Zalecenie to wydaje się szczególnie istotne w przypadku osób zatrudnionych w placówkach, w których istnieje zwiększone prawdopodobieństwo narażenia na agresję ze strony innych osób. Dzięki tego typu działaniom możliwe jest minimalizowanie ryzyka rozkręcania spirali agresji na skutek prowokowania sytuacji konfliktowych przez pracowników o specyficznej konstytucji osobowościowo-behawioralnej. Szkolenia takie umożliwiają również poznanie i wyuczenie się przez pracowników sposobów radzenia sobie z osobistymi skutkami doświadczania sytuacji trudnych, co w dalszej konsekwencji znajduje przełożenie na ich efektywne i satysfakcjonujące funkcjonowanie zawodowe i społeczne oraz na funkcjonowanie całej organizacji.

PIŚMIENNICTWO

1. Bachman R.: National Crime Victimization Survey: Violence and Theft in the Workplace. Bureau of Justice Statistics, U.S. Department of Justice, Washington D.C 1994
2. BLS: Violence in the workplace comes under closer serenity. U.S. Department of Labor, Washington D.C. 1994
3. Einarsen S.: Harassment and bullying at work: A review of the Scandinavian approach. *Aggression Violent Behavior*, 2000;5(4):379–401
4. Hirigoyen M.F.: Molestowanie w pracy. Wydawnictwo „W drodze”, Poznań 2003
5. Lanza M.L.: Nurses as patient assault victims: An update, synthesis and recommendations. *Arch. Psychiatr. Nurs.*, 1992;6(3):163–171



6. Hoel H., Sparks K., Cooper C.L.: The cost of violence/stress at work and the benefits of a violence/stress-free working environment. International Labour Organization, Geneva 2001
7. Paye R., Firth-Cozens J.: Stress in Health Professionals. John Wiley & Sons, Inc., Chichester 1987
8. Dudek B., Waszkowska M., Hanke W.: Ochrona zdrowia pracowników przed skutkami stresu zawodowego. Instytut Medycyny Pracy, Łódź 1999
9. Borucki Z.: Stres organizacyjny, mechanizm, następstwa, modyfikatory. Wydawnictwo Uniwersytetu Gdańskiego, Gdańsk 1988
10. Wrześniewski K.: Styl życia a zdrowie. Wzór Zachowania A. Wydawnictwo Instytutu Psychologii Polskiej Akademii Nauk, Warszawa 1993
11. Buunk B.P., de Jonge J., Ybema J.F., de Wolff Ch.J.: Psychosocial Aspects of Occupational Stress. W: Drenth P.J.D., Thierry H., de Wolff Ch.J. [red.]. Handbook of Work and Organizational Psychology. Tom 2. Work Psychology. Psychology Press, Hove 1998, ss. 145–182
12. Elias A., Wrześniewski K.: Ryzyko chorób psychosomatycznych: środowisko i temperament a Wzór Zachowania A. Wydawnictwo Polskiej Akademii Nauk, Wrocław 1988
13. Byrne D.G.: Personality, life events and cardiovascular disease. J. Psychosom. Res., 1987;31 (6):661–671
14. Zaleska T., Kudaj W., Gębalska J., Redosz-Znyk B.: Wydalanie amin katecholowych w zależności od Wzoru Zachowania Typu A i B. Pol. Tyg. Lek., 1985;28:781–783
15. Henley A.C., Williams R.L.: Type A and B subjects' self reported cognitive/affective/behavioral responses to descriptions of potentially frustrating situations. J. Human Stress, 1986;12:168–173
16. Hewitt P.L., Flett G.L.: Personality Traits and the Coping Process. W: Zeidner M., Endler N.S. [red.]. Handbook of Coping: Theory, Research, Applications. John Wiley & Sons, Inc., New York 1996, ss. 410–433
17. Sosnowski T.: Lęk jako stan i jako cecha w ujęciu Charlesa D. Spielbergera. Przegl. Psychol., 1977;2:349–360
18. Sosnowski T., Wrześniewski K.: Polska adaptacja Inwentarza STAI do badania stanu i cechy lęku. Przegl. Psychol., 1983;2:393–411
19. Shedletsky R., Endler N.S.: Anxiety: The state-trait model and interaction model. J. Pers., 1974;42 (4):511–527
20. Kennedy S.G.: The relationship between anxiety vulnerability and stress in the cognitive processing of threat-related information. The University of Melbourne, Victoria 2000
21. Maruszewski T.: Mechanizmy radzenia sobie ze stresem a samoocena i poziom lęku. Przegl. Psychol., 1976;3:345–358
22. Sagy S.: Moderating Factors Explaining Stress Reactions: Comparing Chronic Without Acute Stress and Chronic With Acute Stress Situations. J. Psychol., 2002;136(4):407–419
23. Kuiper N.A., Olinger L.J., Lyons L.M.J.: Global perceived stress level as a moderator of the relationship between negative life events and depression. J. Human Stress, 1986;12(4):149–153
24. Newbury-Birch D., Kamali F.: Psychological stress, anxiety, depression, job satisfaction, and personality characteristics in pre-registration house officers. Postgrad. Med. J., 2001;77:109–111
25. Bargdahl J., Bargdahl M.: Perceived stress in adults and association of depression, anxiety and medication in a Swedish population. Stress Health, 2002;18:235–241
26. Gacek M.: Niektóre osobowościowe determinanty odporności młodzieży akademickiej na stres psychologiczny — doniesienie z badań. Ann. Univ. Mariae Curie-Skłodowska [Med], 2000;55(10, Supl. 7):43–46
27. Carey M.P., Burish T.G.: Anxiety as a predictor of behavioral therapy outcome for cancer chemotherapy patients. J. Consult. Clin. Psychol., 1985;53(6):860–865
28. D'Andrea L.M., D'Andrea L.R.: Prediction of treatment outcome using state-trait anxiety inventory scores: the use of discriminant analysis. J. Addict. Offender Counsel., 1996;16:50–61
29. Kmiecik-Baran K.: Młodzież i przemoc: mechanizmy socjologiczno-psychologiczne. Państwowe Wydawnictwo Naukowe, Warszawa 1999
30. Godjonsson G.H., Sigurdsson J.F., Brynjólfssdóttir B., Hreinsdóttir H.: The relationship of compliance with anxiety, self-esteem, paranoid thinking and anger. Psychol. Crime Law, 2002;8:145–153
31. Carver Ch.S., Scheier M.F., Weitraub J.K.: Assessing coping strategies: A theoretically based approach. J. Pers. Social Psychol., 1989;56(2):267–283
32. Wrześniewski K., Sosnowski T.: Inwentarz Stanu i Cechy Lęku. Polska adaptacja STAI. Polskie Towarzystwo Psychologiczne, Warszawa 1987
33. Wrześniewski K.: Badanie wzoru zachowania A przy użyciu polskiego kwestionariusza. Przegl. Lek., 1990;47(7):538–542

