

<i>Od Autora</i>	5
<i>Wstęp</i>	7
<i>Rozdział 1. Problematyka celów w psychologicznych koncepcjach motywacji</i>	19
1.1. Klasyczne ujęcia celu	19
1.1.1. McDougall o celach	19
1.1.2. Celowy behawioryzm	20
1.1.3. Homeostaza jako cel	22
1.1.4. Cel w ujęciu psychologii woli	24
1.1.5. Poglądy Lewina	25
1.2. Nowsze spojrzenie na cel i jego funkcje	29
1.2.1. Nurt humanistyczny	29
1.2.2. Człowiek antycypujący i psychologia decyzji	31
1.2.3. Motywacja osiągnięć	33
1.2.4. Potencjał behawioralny w ujęciu Rottera	36
1.2.5. Redukcja rozbieżności jako cel działania	37
1.2.6. Nuttina koncepcja zachowań celowych	40
1.2.7. Uwagi końcowe	41
1.3. Orientacja na przyszłość	42
1.3.1. Perspektywa przyszłościowa a osobowość	44
1.3.2. Rozwojowe aspekty pojęcia czasu i perspektywy przyszłościowej	47
1.3.3. Perspektywa czasowa a motywacja	49
1.3.3.1. Model Raynora	49
1.3.3.2. Propozycje Gjesmego	54
1.3.3.3. Program badawczy Nuttina	56
<i>Rozdział 2. Pojęcie, źródła i rodzaje celów</i>	59
2.1. Pojęcie i cechy celu	59
2.2. Konflikt i dynamizm celów	63

2.3.	Źródła celów	66
2.3.1.	Powstawanie celów: propozycja Nuttina	69
2.3.2.	Formowanie celów: model Heckhausena i Kuhla	71
2.4.	Rodzaje celów	75
2.4.1.	Kryteria podziałów	75
2.4.2.	Hierarchiczny układ celów	75
2.4.2.1.	Rodzaje celów według Schanka i Abelsona	80
2.4.2.2.	Trójpoziomowy model Kuhla	82
Rozdział 3. Regulacyjne właściwości celu		84
3.1.	Uruchomienie działań celowych	84
3.1.1.	Tendencja determinująca	84
3.1.2.	Rozbieżność między stanem obecnym a antycypowanym	85
3.1.3.	Intencja behawioralna	87
3.2.	Człowiek jako realizator celów w otoczeniu	90
3.2.1.	Rola podmiotu w realizacji celu	92
3.2.1.1.	Atrybucja sukcesów i niepowodzeń	92
3.2.1.2.	Własne sprawstwo i wewnętrzne motywy	94
3.2.2.	Sytuacyjne uwarunkowania realizacji celu	96
3.2.3.	Współdziałanie podmiotu i otoczenia	97
3.3.	Myśl a działanie: problem niskich korelacji	105
3.4.	Zaangażowanie a działanie	105
3.5.	Regulacyjny mechanizm funkcjonowania celów-motywów	107
3.5.1.	Ukierunkowanie procesów poznawczych i wykonawczych	108
3.5.2.	Mobilizacja wysiłku	109
3.5.3.	Podtrzymanie wytrwałości	109
3.5.4.	Wypracowanie optymalnych strategii	111
3.6.	Cel a wykonanie	113
3.6.1.	Trudność celu	114
3.6.2.	Konkretność celu	114
3.6.3.	Informacje zwrotne	120
3.6.4.	Akceptacja celów	121
3.7.	Cechy indywidualne a efektywność celów	125
3.7.1.	Samoocena	125
3.7.2.	Własna skuteczność	127
3.7.3.	Miejsce kontroli	131
3.7.4.	Orientacja na działanie	133
3.7.5.	Osobista perspektywa przyszłościowa	137
3.7.6.	Zachowanie typu „A”	139
3.7.7.	Temperament	141
3.7.8.	Uwagi końcowe	142
Rozdział 4. Motywacyjna rola celów osobistych stawianych na różne okresy życia. Badania własne		145
4.1.	Cele i działanie w przedziałach czasowych. Projekt badań	151
4.1.1.	Pytania i hipotezy badawcze	151

4.1.2.	Metodyka badań	153
4.1.2.1.	Badane osoby	153
4.1.2.2.	Narzędzie badawcze	154
4.1.2.3.	Procedura badań	156
4.2.	Parametry celu i działania w przedziałach czasowych. Wyniki badań	156
4.2.1.	Parametry celu a intensywność działania	159
4.2.1.1.	Ważność, oczekiwanie, konflikt celów a działanie	159
4.2.1.2.	Subiektywnie oczekiwana wartość celu a działanie	161
4.2.2.	Przewidywanie działania	163
4.2.3.	Konkretność sformułowania celu a działanie	168
4.2.4.	Przyszłościowa perspektywa czasowa (PPC) a działanie	169
4.2.5.	Interpretacja wyników	170
4.3.	Wybór i realizacja celów w świetle procesów atrybucyjnych	183
4.3.1.	Wybór celu. Atrybucyjna analiza kontynuacji lub rezygnacji z celu	184
4.3.2.	Atrybucje związane z antycypowanym osiągnięciem celu	186
4.3.2.1.	Badanie I: Atrybucje sukcesu i niepowodzenia w realizacji celów o różnej długości czasowej	187
4.3.2.2.	Badanie II: Atrybucje ukończenia studiów	193
4.3.2.3.	Interpretacja wyników z badań I i II	197
4.4.	Relacje interpersonalne a realizacja celów	204
4.4.1.	Metodyka badań	206
4.4.2.	Wyniki	208
4.4.3.	Dyskusja i wnioski	215
4.5.	Wybrane aspekty stawiania celów	218
4.5.1.	Zawartość treściowa celów	218
4.5.2.	Podobieństwo własnych celów do dążeń innych ludzi	223
4.5.3.	Intrapersonalna zgodność celów	223
4.5.4.	Styl życia a cele	224
4.5.5.	Stawianie celów a sens życia	225
4.6.	Podsumowanie projektu badań i ogólna dyskusja	226

Rozdział 5. Znaczenie celu w życiu człowieka 232

5.1.	Posiadanie celu	232
5.2.	Osiągnięcie celu	237
5.3.	Cele w kontekście międzysobowym i narodowym	243
5.4.	Cele destruktywne	246
5.5.	Czy cel uświęca środki?	248
5.6.	Cele ostateczne	251
5.7.	Zakończenie i sugestie badawcze	254

Załączniki 261

Bibliografia 293

Summary 317