

Spis treści

Przedmowa	9
Wstęp	12

Część I: Struktura i dynamika Ja 17

Rozdział 1: Wyczerpywanie się ego i funkcja wykonawcza Ja 18

1.1 Samoregulacja.....	19
1.2 Wybór i inicjatywa	22
1.3 Wyjaśnienia alternatywne	25
1.4 Motywacja i zachowywanie	28
1.5 Odnova zasobów	30
1.6 Inne badania.....	32
1.7 Implikacje.....	35
1.8 Wnioski	38

Rozdział 2: Krajobrazy autorefleksji: mapowanie szczytów i dolin oszacowań własnej osoby..... 43

2.1 Samoorganizacja	45
2.1.1 Integracja i różnicowanie w strukturze Ja	45
2.1.2 Modelowanie samoorganizacji	47
2.2 Struktura i dynamika samowartościowania.....	50
2.2.1 Wzajemne oddziaływanie struktury i dynamiki.....	50
2.2.2 Pejzaż energetyczny strumienia autorefleksji	52
2.2.3 Pojęcie Ja a dynamika autorefleksji	57
2.3 Wnioski	64

Rozdział 3: Cechy strukturalne pojęcia Ja a przystosowanie..... 70

3.1 Zróżnicowanie i integracja	71
3.2 Struktura w perspektywie klasycznej	72
3.3 Niektóre współczesne miary struktury	73
3.3.1 Zróżnicowanie	73
3.3.2 Integracja.....	75
3.4 Wzajemne związki pomiędzy miarami struktury Ja a przystosowanie.....	76
3.4.1 Związki pomiędzy miarami struktury Ja.....	76
3.4.2 Związki pomiędzy miarami struktury Ja a przystosowaniem	78
3.4.3 Podsumowanie.....	80
3.5 Szacowanie struktury Ja.....	81
3.6 Niektóre problemy dotyczące relacji pomiędzy strukturą a przystosowaniem	84
3.7 Wnioski...	85

Część II: Motywy Ja 89

Rozdział 4: O ewolucyjnych funkcjach Ja symbolicznego: motyw samowartościowania..... 90

4.1 Ja symboliczne i adaptacja.....	93
4.1.1 Naciski środowiskowe i poznawcze podstawy Ja.....	93
4.1.2 Naciski społeczne a ewolucja Ja symbolicznego.....	95
4.2 Motywy samowartościowania i ich wartość adaptacyjna.....	98
4.2.1 Motywy wartościowania.....	100
4.2.2 Motywy nabywania wiedzy.....	102
4.2.3 Motywy homeostatyczne.....	103
4.3 Samowartościowanie jako proces: podejście zintegrowane.....	104
4.4 Motywy samooceny w krzywym zwierciadle.....	108
4.5 Wnioski.....	109

Rozdział 5: Nowe ujęcie teorii dysonansu poznawczego w świetle teorii na temat Ja..... 114

5.1 Teorii dysonansu poznawczego w wersji oryginalnej.....	115
5.2 Paradygmaty eksperymentalne.....	115
5.3 Przegląd modyfikacji teorii oryginalnej: teorie oparte na Ja.....	116
5.3.1 Teoria zgodności Ja.....	117
5.3.2 Teoria autoafirmacji.....	118
5.4 Rola samooceny w procesach dysonansowych.....	119
5.4.1 Zgodność Ja.....	119
5.4.2 Autoafirmacja.....	120
5.4.3 Próba pogodzenia przewidywań wynikających z teorii zgodności Ja i teorii autoafirmacji.....	120
5.5 Dodatkowe wątpliwości w kwestii modyfikacji teoretycznych opartych na Ja.....	121
5.5.1 Model zgodności Ja.....	121
5.5.2 Model autoafirmacji.....	123
5.5.3 Scalanie teorii zgodności Ja z teorią autoafirmacji.....	126
5.5.4 Czy teoria dysonansu jest teorią Ja?.....	127
5.6 Zmodyfikowane teorie dysonansu poznawczego - zbieżności.....	128
5.7 Ku rozstrzygnięciu teorii oryginalnej.....	129
5.7.1 Poziom abstrakcji elementów poznawczych.....	129
5.7.2 Sposoby redukowania dysonansu.....	130
5.7.3 Rola afektu.....	130
5.7.4 Proksymalne i dystalne motywy redukowania rozbieżności.....	131
5.8 Wnioski.....	133

Część III: Ja w procesach interpersonalnych137

Rozdział 6: Inni jako wzory godne naśladowania: inspirują czy zniechęcają? 138

6.1 Wpływ innych na nasze postrzeganie sukcesu.....	139
6.1.1 Relewantność.....	139
6.1.2 Osiągalność.....	140
6.1.3 Badanie 1. Inni jako wzór godny naśladowania są bardziej relewantni, gdy wykonują ten sam zawód.....	141

6.1.4 Badanie 2. Osiągalność jest funkcją etapu kariery zawodowej.....	144
6.1.5 Badanie 3. Osiągalność w kontekście teorii o naturze inteligencji	146
6.1.6 Badanie 4. Ograniczenia rzeczywistości mogą osłabiać inspirujący wpływ wzoru do naśladowania.....	148
6.1.7 Badanie 5. Wyrazistość najlepszych przeszłych Ja ogranicza pozytywność możliwych przyszłych Ja	149
6.1.8 Badanie 6. Wyrazistość najlepszych przyszłych Ja ogranicza pozytywność możliwych Ja.....	151
6.1.9 Badanie 7. Wzór do naśladowania może zachęcać do wytwarzania bardziej pozytywnych przyszłych Ja	152
6.2 Wnioski	154
6.2.1 Inspiracja a odzwierciedlenie	154
6.2.2 Porównanie społeczne jako analogia.....	156

Rozdział 7: Ja w oczach ukochanej osoby 159

7.1 Ja lustrzane a zależność interpersonalna.....	161
7.1.1 Wymagany obraz Ja w oczach partnera.....	162
7.1.2 Rola postrzeganej przychylności partnerów regulowaniu zależności.....	163
7.2 Test korelacyjny modelu regulacji zależności	166
7.2.1 Kierując zwierciadło w drugą stronę.....	168
7.2.2 Dobrze, że mnie rozumiesz.....	170
7.3 Zaczysne schronienie? Motyw ochrony Jaa motyw wartościowania związku	170
7.3.1 Hipoteza szkody.....	171
7.3.2 Hipoteza kompensacji	172
7.3.3 Zarys metodologii badań	172
7.3.4 Czarno to widzę	174
7.3.5 Światło w tunelu.....	176
7.4 Od lustrzanego odbicia do rzeczywistości	177

Rozdział 8: Strategiczna kontrola informacji: kierowanie wrażeniem i autoprezentacja w życiu codziennym..... 183

8.1 Kierowanie wrażeniem i autoprezentacja. Teoria.....	185
8.1.1 Cele i skrypty.....	186
8.1.2 Wielorakie dążenia.....	187
8.1.3 Procesy realizowane w trybie pierwszoplanowym a procesy zachodzące w tle	188
8.2 Autoprezentacja automatyczna i kontrolowana.....	191
8.3 Czy autoprezentacja jest mistyfikacją?	194
8.3.1 Efektywność przekazywania komunikatów audytorium	195
8.3.2 Wpływ audytorium	196
8.3.3 Kto ignoruje audytorium?	198
8.3.4 Opowiadanie historii: narracje, pamięć autobiograficzna i autoprezentacja	200
8.3.5 Internalizacja autoprezentacji...;	202
8.3.6 Prawda w opracowaniu	204
8.4 Czy kierowanie wrażeniem jest działaniem egoistycznym?	205
8.5 Wnioski	208