

HUBERT SUSZEK

RÓŻNORODNOŚĆ WIELOŚCI JA

Wiele współczesnych teorii postrzega Ja nie jako strukturę monolityczną, lecz wieloraką, składającą się z aspektów, podsystemów, subosobowości. Istnieją różnice indywidualne w poziomie rozproszenia i złożoności struktury Ja. Artykuł przedstawia teorie, które biorą pod uwagę pluralizm zarówno Ja przedmiotowego, jak i Ja podmiotowego. Teorie te pochodzą głównie od psychologów społecznych, psychologów osobowości i psychoterapeutów. Wymienione zostały najczęściej proponowane rodzaje podsystemów Ja. Omówiono podmiotowe i przedmiotowe mechanizmy biorące udział w podtrzymywaniu integracji tożsamości.

Słowa kluczowe: pojęcie Ja, wielość Ja, wielorakość Ja, wieloaspektowość Ja, złożoność Ja, zmienność Ja, pluralizm Ja, dialogowe Ja, subosobowości, dysocjacja, polipsychizm, integracja.

Ja stanowi główny punkt zainteresowania w teoriach i badaniach w wielu subdyscyplinach psychologicznych. Jako złożona i dynamiczna struktura poznawcza zajmuje centralne miejsce w osobowości, odgrywając główną rolę w regulacji rozmaitych procesów psychicznych, poznawczych, emocjonalnych, motywacyjnych i behawioralnych (Baumeister, 1999; Ashmore, Jussim, 1997; Kofta, Doliński, 2000; Jarymowicz, 2000; Wojciszke, 1986; Oleś, 2003). Mimo stuletniego empirycznego i teoretycznego zainteresowania, natura Ja jawi się wciąż jako mało rozpoznana, a nawet tajemnicza. William James określił Ja jako „najbardziej tajemniczą zagadkę, z którą uporać powinna się psychologia”

(1890/1980). Jednym z zagadnień w niewystarczającym stopniu zbadanych, związanych z Ja, jest problem, na ile Ja jest strukturą spójną, jednolitą, a na ile złożoną i składającą się z podsystemów. Przekładając ten problem na język potoczny, można postawić pytanie: czy posiadamy jedno Ja, czy wiele; a jeśli wiele, to jak to się dzieje, że się zachowujemy i czujemy jak jedna i ta sama osoba?

Niniejszy artykuł stanowi przegląd teorii i pojęć, zarówno klasycznych, jak i najnowszych, które odnoszą się do pluralistycznej natury Ja. Teorie te pochodzą głównie z obszaru psychologii społecznej, psychologii osobowości i psychoterapii. Na gruncie tych dyscyplin różne moduły Ja były różnie nazywane. Wymienione zostaną wybrane, najczęściej proponowane rodzaje podsystemów Ja, a także możliwe mechanizmy biorące udział w podtrzymywaniu integracji tożsamości.

I. MONOLITYCZNE JA

Odpowiedź na pytanie, na ile Ja jest spójne, jednolite, a na ile złożone i składające się z podsystemów, zmieniała się na przestrzeni lat i można zaobserwować spójną tendencję tej zmiany. Ja uważane niegdyś przez większość teoretyków za zwartą, monolityczną całość, stopniowo zastąpiono strukturą coraz bardziej rozproszoną i niejedolitą. Myślenie kładące nacisk na zintegrowane, ujednoczone Ja jest obecne głównie u wczesnych teoretyków osobowości (Allport, 1961; Maslow, 1986, 1990; Rogers, 1984, 2002), a także w podejściach rozwojowych (por. Erikson, 2004; Loevinger, 1962). Ja postrzegane jest tu jako jednolita, centralna struktura osobowości, stabilna i niezależna od zmieniającego się kontekstu w życiu jednostki. Jednym z pierwszych modeli Ja zaproponowanych przez psychologów poznawczych było pojęcie Ja jako prototypu, czyli struktury składającej się ze stałych, abstrakcyjnych, prototypowych właściwości, które pozwalają odróżnić nas od innych (Rogers, 1981). Inny obszar, w którym dominuje monolityczny charakter Ja, reprezentują koncepcje odwołujące się do istnienia ogólnoludzkiej, fundamentalnej potrzeby spójności. Teorie te podkreślają rolę, jaką w regulacji zachowania odgrywa ludzka tendencja do zachowania integralności i jedności Ja (Lecky, 1945; Kelly, 1955; Festinger, 1954, 1957; Heider, 1958; Swann i in., 1987; Epstein, 1981). Zdaniem Lecky (1945) potrzeba zachowania jedności systemu poznawczego jednostki jest najbardziej pierwotną i podstawową potrzebą, wszystkie inne motywy, zarówno pierwotne, jak i pochodne, uważane są za podrzędne.

II. CZYM JEST WIELOASPEKTOWOŚĆ JA?

W przeciwieństwie do tradycyjnej perspektywy wiele współczesnych teorii ujmuje Ja jako strukturę wieloraką, składającą się z aspektów, podsystemów lub subosobowości. Nie ma jednego, akceptowanego przez wszystkich badaczy określenia, które by odzwierciedlało ten aspekt natury Ja. Najczęściej stosowane terminy to wielość Ja, wielorakość Ja lub wieloaspektowość Ja (*self-multiplicity*), złożoność Ja (*self-complexity*), zmienność Ja (*self-variability*), pluralizm Ja i polipsychizm. Proponowane przez badaczy nazwy z teoretycznego punktu widzenia oznaczają to samo zjawisko, często jednak wiążą się ze specyficznym sposobem jego operacjonalizacji.

Opisywaną w niniejszym artykule wieloaspektowość Ja należy odróżnić od zmian, jakie zachodzą w obrębie Ja w czasie, np. w trakcie rozwoju osobowości. Wielość Ja ma charakter przekrojowy i oznacza równoległe istnienie i posługiwanie się wieloma subkoncepcjami siebie przygotowanymi na różne okazje. W poszczególnych sytuacjach różne aspekty Ja wysuwają się na czoło, a jednostka ma zdolność płynnego przełączania ich. Zmiany rozwojowe natomiast pociągają za sobą wielość lub zmienność o charakterze podłużnym – zmiany w obrębie systemu Ja następują w czasie. Jednostka przechodzi przez różne stadia w ciągu życia, odpowiadające większym zmianom życiowym lub ważnym wydarzeniom, np. wyjściu za mąż, przeżytej traumie. Zmiany te wiążą się z różnymi obrazami siebie – na danym etapie życia dominować może jakiś specyficzny obraz lub zestaw obrazów siebie. Pierwszy rodzaj zmienności nazwany został przez Rappoport, Baumgardnera i Boone (1999) „pluralizmem symultanicznym”, drugi natomiast „pluralizmem szeregowym”.

III. JA PRZEDMIOTOWE VS JA PODMIOTOWE

Podejmowane przez psychologów pytanie, na ile Ja jest jednolite i stałe, a na ile wielorakie i zmienne, można odnieść do dwóch fundamentalnych aspektów Ja zidentyfikowanych przez Williama Jamesa: Ja podmiotowego i Ja przedmiotowego (1890/1980). Ja podmiotowe to ta część, która doświadcza myśli, uczuć i spostrzeżeń i która ma zdolność kierowania zachowaniem. Ja przedmiotowe natomiast jest tym, co obserwowane, stanowi samowiedzę zakodowaną w strukturach poznawczych i dającą się aktualizować.

Jeśli chodzi o przedmiotowy aspekt Ja, problem jedności-wielości może być sformułowany jako pytanie, w jakim stopniu obraz, jaki tworzymy na nasz temat, zmienia się w różnych sytuacjach i w różnym czasie. W przeformułowanej wersji pytanie to może brzmieć: czy dysponujemy jednym, czy wieloma obrazami siebie? Wśród badaczy można zaobserwować dwa podejścia do tego zagadnienia. Pierwsze dotyczy fragmentacji treściowej Ja przedmiotowego, która odnosi się do stopnia, w jakim dana osoba ocenia własną zmienność, różnorodność czy spójność. Badani szacują stopień, w jakim postrzegają siebie jako osoby odczuwające lub zachowujące się podobnie w różnych sytuacjach i czasie. Zakłada się tu, że człowiek jest w stanie świadomie określić poziom swojej zmienności czy wielorakości. Drugie podejście do pluralizmu Ja przedmiotowego dotyczy organizacji jego komponentów, czyli struktury. Bada się, jak zorganizowane są względem siebie poszczególne elementy wiedzy o Ja: postawy, przekonania o własnych cechach psychicznych, fizycznych i zdolnościach, uczucia w stosunku do samego siebie, pełnione role, wartości, cele, zainteresowania, dyspozycje behawioralne itd. To, jakie konkretne elementy się bada (np. jakie cechy), jest kwestią drugorzędą. Pomiar wielości strukturalnej może dotyczyć np. ilości podsystemów Ja lub stopnia ich powiązania. Zakłada się, że badani nie muszą mieć świadomego dostępu do organizacji własnych treści. Dlatego często nie zdają sobie sprawy z celu badania. Te dwa podejścia – treściowe i strukturalne – odnoszą się do dwóch właściwości Ja, które mogą być od siebie niezależne.

Problem podmiotowej jedności Ja również można podzielić na dwie bardziej szczegółowe kwestie. Pierwsze pytanie odnosi się do danych człowiekowi dwóch elementarnych poczuc. Mówi się o poczuciu spójności, czyli poczuciu, że pomimo różnorodności cech, stanów i zachowań w różnych sytuacjach stanowimy jedną całość. Wymienia się też poczucie własnej ciągłości, czyli poczucie, że jesteśmy tą samą osobą w czasie, przez całe życie. Oba poczucia mogą od czasu do czasu ulegać zakłóceniom. Druga kwestia związana z jednością Ja podmiotowego to pytanie, czym jest instancja kierująca i integrująca doświadczenie i jaka jest jej natura. Czy taka instancja istnieje? Czy jest wiele takich instancji? Czy znajduje się w mózgu? Ta ostatnia kwestia jest obiektem zainteresowania w większym stopniu metafizyki niż psychologii, a zajmowanie się nią wielokrotnie poddawane było krytyce (por. Koziński, 1986; Wicklund, Eckert, 1992).

IV. KONTEKSTUALNE JA: WIELOŚĆ JA PRZEDMIOTOWEGO

Przekonanie, że Ja przedmiotowe składa się z wielu podsystemów, oznacza, że posiadamy nie jeden, lecz wiele obrazów siebie. Jeśli porównać naszą samowiedzę do książki, można by powiedzieć, że stanowimy scenę zamieszkiwaną przez wielu aktorów. Wśród propozycji wyodrębniania i badania różnych podsystemów pojęcia Ja w pierwszej kolejności wymienić warto koncepcje opisujące Ja jako strukturę składającą się z uniwersalnych – znamienych dla wszystkich ludzi – komponentów. Między innymi wyodrębniono tożsamość osobistą i społeczną (Turner, 2001; Tajfel, 1982; Jarymowicz, 2000), Ja prywatne i publiczne (Fenigstein, Scheier, Buss, 1975; Scheier, Carver, 1985; Fenigstein, 1987), Ja prywatne, publiczne i kolektywne (Triandis, 1989), Ja rozlane, publiczne, prywatne, kolektywne (Greenwald, Pratkanis, 1984), Ja realne, idealne i powinnościowe (Higgins, Klein, Strauman, 1985; Higgins, 1987), Ja indywidualne, obronne, zewnętrzne, refleksyjne (Zaborowski, 1994).

Oprócz uniwersalnych komponentów postuluje się istnienie specyficznych dla każdego człowieka rozwarstwień Ja (Martindale, 1980; Rosenberg, Gara, 1985; Rosenberg, 1997; Gregg, 1995; Schulz von Thun, 2002). Niektóre proponowane konstrukty to schematy Ja (Markus, 1977, 1980, 1983; Hannover, 1997), możliwe Ja (Markus, Nurius, 1986), niechciane Ja (Ogilvie, 1987), rodzina Ja (Cantor, Kihlstrom, 1987), społeczność Ja (Mair, 1977). System Ja każdego człowieka składa się z charakterystycznych dla niego poznawczych generalizacji samowiedzy, które organizują i kierują przetwarzaniem informacji na własny temat. Niektórzy teoretycy zwracają uwagę, że tożsamość można rozpatrywać jako składający się z części system dynamiczny (Lester, 1993, 1995; Larsen, 1990; Showers, Zeigler-Hill, 2003). Pionierem idei zarówno uniwersalnego, jak i specyficznego dla danej osoby rozwarstwienia Ja był James, który sugerował, że empiryczne Ja może być podzielone na fizyczne, społeczne i duchowe, a te – na mniejsze części, np. społecznych Ja może być tyle, ile osób, które dana osoba zna (James, 1890/1980).

W kontekście psychologii edukacyjnej podejmowano próby stworzenia strukturalnych modeli pojęcia Ja jako analogii do modeli inteligencji. Nie udało się znaleźć analogii do czynnika „g” Spearmana. Najbardziej popularny okazał się tu wieloaspektowy hierarchiczny model pojęcia Ja, wyodrębniający na szczycie Ja akademickie i Ja nieakademickie. W skład pierwszego wchodzi Ja odpowiadające

przedmiotom szkolnym, do drugiego zalicza się Ja społeczne, Ja emocjonalne i Ja fizyczne (Marsh, Hattie, 1996; Marsh, Shavelson 1985).

Zwrócono również uwagę na sytuacyjną zmienność Ja wynikająca z ograniczonych zasobów świadomości. Dostępną w danym momencie świadomą część Ja nazwano roboczym pojęciem Ja (Markus, Kunda, 1986; Markus, Wurf, 1987), spontanicznym pojęciem Ja (McGuire, McGuire, 1981, 1988) lub fenomenalnym Ja (Rhodewalt, Agustsdottir, 1986; por. też. DeSteno, Salovey, 1997).

Zaczęto mówić o wielości Ja w różnych relacjach społecznych (Deaux, 1993; Baldwin, Holmes, 1987; James, 1890/1980), wielości Ja w rolach społecznych (Block, 1961; Donahue i in., 1993; Roberts, Donahue, 1994; Burke, Tully, 1977) oraz wielości Ja podczas autoprezentacji i kierowania wrażeniem (Snyder, 1974; Dymkowski, 1996; Wolfe, Lennox, Cutler, 1986; Czarnota-Bojarska, 2002).

Stosunkowo niedawno zainteresowanie badaczy przykuła wielość Ja jako ogólna właściwość samoopisowa. Do tej kategorii należy stabilność Ja (Rosenberg, 1965), pluralizm Ja (McReynolds, Altrocchi, House, 2000; Altrocchi, 1999) i zmienność fenomenalna Ja (Pazy, 1985). Oznaczają one stopień, w jakim ludzie postrzegają siebie jako odczuwających, zachowujących i będących różnymi w różnych sytuacjach i okresach. Paulhus i Martin (1988) rozróżnili dodatkowo pomiędzy funkcjonalną elastycznością a sytuacyjnością (*situationality*), czyli zmiennością kontrolowaną vs zależną od sytuacji. Ta pierwsza to pewność co do własnej zdolności odgrywania wielu, też sprzecznych, aspektów Ja w odpowiedzi na sytuacje życiowe, ta druga to tendencja do postrzegania swojego zachowania jako wywoływanego przez kontekst sytuacyjny.

Inne konstrukty odwołujące się pośrednio do wielości Ja to klarowność Ja (Campbell, 1990; Campbell i in., 1996; Campbell, Assanand, Di Paula, 2000), oznaczająca stopień, w jakim przekonania na swój temat są jasno i pewnie sformułowane, wewnętrznie spójne i stabilne w czasie, oraz pewność pojęcia Ja, czyli pewność co do posiadanych cech i właściwości (Baumgardner, 1990; Pelham, 1991; Story, 2004; Marsh, 1993; Vallacher, Nowak, 2000). Niska pewność lub klarowność pojęcia Ja może się wiązać z dużą zmiennością lub wielością Ja o tyle, że niepewność pojęcia Ja może być efektem konfliktów i niestabilności w pojmowaniu siebie.

Do wielości Ja jako właściwości samoopisowej można zaliczyć także ukryte lub „naiwne” teorie osobowości, którymi ludzie posługują się, próbując opisać osobowość. Teorie te zawierają przekonanie, na ile osobowość innych ludzi, jak i osobowość własna, jawi się jako stała lub jako zmienna (Dweck, Chiu, Hong,

1995; Chiu, Hong, Dweck, 1997). Jednostki mogą używać tych teorii do opisu osobowości innych ludzi lub własnej.

Pokrewnym pojęciem do wielości Ja jest złożoność Ja (Linville 1985, 1987; Morgan, Janoff-Bulman, 1994; Zajonc, 1960) – oznaczająca ilość wymiarów Ja i stopień redundancji pomiędzy nimi – oraz szufladkowanie (Showers, 1992), czyli zróżnicowanie wymiarów Ja ze względu na walencje.

V. PODZIELONE JA: WIELOŚĆ JA PRZEDMIOTOWEGO I PODMIOTOWEGO

Niektóre koncepcje – oprócz przedmiotowego rozwarstwienia Ja – idą krok dalej, postulując rozwarstwienie podmiotowe. Oznacza to, że nie tylko nasza samowiedza składa się z modułów, lecz że można mówić o wielości „wykonawców” kryjących się za przejawami życia psychicznego. Ci „wykonawcy” to struktury zdolne do inicjowania, decydowania i kierowania aktywnością psychiczną. Mogą być źródłem motywów i potrzeb. Posługując się metaforą literacką powiemy, że w sztuce, którą jest nasze życie, jesteśmy nie tylko wieloma aktorami, ale i wieloma narratorami.

Należy w tym miejscu zaznaczyć, że zmienność lub złożoność Ja przedmiotowego i Ja podmiotowego są wzajemnie powiązane. Zachodzi między nimi interakcja i nierzadko trudno jest oddzielić podmiotowy aspekt Ja od jego aspektu przedmiotowego (i od ich zewnętrznych behawioralnych przejawów). Część naszego doświadczenia może w jednym kontekście być Ja poznającym, a w innym – czymś poznawanym. Niektórzy psychologowie próbowali uporać się z tym problemem, wprowadzając pojęcie „schematu Ja”, który w teorii scala aspekt przedmiotowy i podmiotowy Ja. Schemat oznacza zarówno treść, jak i proces, program, jak i dane, plan, jak i wykonawcę planu (Greenwald, Pratkanis, 1984). Mówiąc o złożoności Ja podmiotowego, mam na myśli akcent, jaki niektóre teorie kładą na aktywny, wykonawczy charakter Ja. Niektóre teorie wnikają głębiej w „esencję” osoby, zbliżając się do przekonania o istnieniu względnie niezależnych elementów Ja, z których każdy posiada lub konstruuje cząstkowy obraz siebie, w przeciwieństwie do założenia o jednym „centralnym dyspozytorze”, będącym autorem wielu obrazów.

1. *Dialogowe Ja*

Do teorii, które oprócz wielości przedmiotowej zbliżają się do uznawania fragmentacji podmiotowej, należą przede wszystkim teorie dialogowego Ja ujmujące Ja jako strukturę polifoniczną (Hermans, Kempen, Van Loon, 1992; Hermans, 1999; Harré, 1998; Wertsch, 1991; Shotter, 1999; Stemplewska-Żakowicz, 2002a, 2002b). Teorie te, czerpiące z psychologii narracyjnej i konstrukcjonizmu społecznego, akcentują społeczną rolę konstruowania i uzgadniania wiedzy, zwłaszcza wiedzy o sobie (por. Gergen, 1985, 2002; Berger, Luckman, 1966). Społeczny konstrukcjonizm rezygnuje z założenia o istnieniu uniwersalnych procesów poznawczych i o istnieniu kryjącego się za zachowaniem centralnego procesora poznawczego, którego funkcje można odkrywać. W teorii dialogowego Ja zakłada się, że zasadą organizacji procesów umysłowych jest dialogowość – świadomość i introspekcja mają charakter dialogowy. Ludzki umysł ma zdolność badania siebie i zadawania sobie pytań (np. „Czy tego chcę?”). Aby to było możliwe, jedna jego część musi zwrócić się do innej, część pytająca musi różnić się od odpowiadającej. Zdaniem Shottera (1999) każda myśl jest zawsze rodzajem komunikacji, ma nadawcę oraz odbiorcę i jest przekazem od nadawcy do odbiorcy. Zatem myślenie jest relacyjne – następuje od kogoś do kogoś. Teoria dialogowego Ja ujmuje Ja jako system pluralistyczny, konstruowany i rekonstruowany w dialogu. Hermans, posługując się metaforą Sarbina (1986), opisuje system Ja jako wielość pozycji podmiotowych, z których każda ma swój „głos” i opowiada własną historię o odpowiadającym mu obrazy Ja. Każda pozycja funkcjonuje względnie niezależnie – jest niezależnym wykonawcą, generującym specyficzne dla siebie wspomnienia, myśli i opowieści. Każda żyje w odmiennym „świecie”, mając do dyspozycji inną świadomość. Pozycje uaktywniają się naprzemiennie, czasowo przejmując kontrolę nad „całym umysłem”. Ponieważ w danym momencie aktywny może być tylko jeden głos, równoległa wielość jest obecna potencjalnie, znajduje natomiast wyraz w zmienności czasowej, aczkolwiek czasami człowiek może być świadom jednoczesnego istnienia kilku głosów w sobie. Współwystępowanie po sobie i wzajemne reagowanie na siebie pozycji Ja ujmowane jest jako forma dialogu (lub iluzja dialogu – por. Barresi, 2002).

Charakterystyczną cechą tego podejścia jest przekonanie o tym, że życie psychiczne jest procesem, który odzwierciedla społeczne struktury konwersacyjne. Osoba ma możliwość wyboru spośród wielu potencjalnie dla niej dostępnych, kulturowo skonstruowanych Ja. System Ja jest więc miejscem, w którym rozgry-

wają się procesy szerszych systemów – relacyjne, społeczne, kulturowe. Idea ta sprzeciwia się nie tylko koncepcji jednego Ja, ale i jednej kultury, jednego świata, jednej wspólnej rzeczywistości. Można jedynie mówić o uzgodnionej lub podzielanej rzeczywistości (*shared reality*) dotyczącej Ja, która jest współkonstruowana i uzgadniana w relacji.

2. Subosobowości

Ważną dziedziną, w której postulowana wielość i zmienność Ja ma znaczenie, jest psychoterapia. Proponowano tu zarówno uniwersalne, jak i specyficzne dla danego człowieka podziały jego Ja. Podejścia promujące specyficzną fragmentację kładą główny akcent na wewnętrzną wielość Ja, jej ujawnianie, rozwijanie oraz badanie relacji między poszczególnymi podsystemami. Należy do nich między innymi podejście *voice dialogue* (Stone, Stone, 1994, 2003, 2004; Dyak, 1999; Stamboliev, 1992; Witteman, 2000), *internal family systems therapy* (Schwartz, 1997; 1999), terapia procesowo-doświadczeniowa, mieszczącą się w podejściu dialektyczno-konstruktywistycznym (Elliott, 1999a, 1999b; Elliott, Greenberg, 1997; Whelton, Greenberg, 2004), oraz różne szkoły odwołujące się do tzw. subosobowości (Rowan, 1990, 1993, 1999; Satir, 2001; Bogart, 1994; Cooper, Cruthers, 1999; Watkins, Watkins, 1997; Honos-Web, Stiles, 1997; Stiles i in., 2004; por. też stany umysłu: Horowitz, 1988, 1994). Rowan (1990) definiuje subosobowość jako quasi-trwały i quasi-autonomiczny obszar osobowości zdolny do funkcjonowania jako osoba.

Inne popularne podejścia terapeutyczne, w których odwoływanie się do wielości Ja jest ważnym elementem, to psychologia zorientowana na proces (Mindell, 1991, 1992, 1995; Szymkiewicz-Kowalska, 2003), psychosynteza (Assagioli, 1993; Ferrucci, 2001; Vargiu, 1974), neurolingwistyczne programowanie (Bandler, Grinder, 1982) oraz psychoterapia Gestalt (Perls, 1981).

Idea uniwersalnego dla wszystkich ludzi rozwarstwienia Ja jako podstawowej właściwości osobowości pojawiła się w klasycznych teoriach terapeutycznych, w tym w psychoanalizie. Rozróżnienie przez Freuda (1975/1920) w aparacie psychicznym struktur *ego*, *id* i *superego* można uznać za jedną z pierwszych klinicznych prób opisanego wewnętrznego pluralizmu osoby. Odwołuje się do niego też sam proces leczenia polegający na integrowaniu z resztą osobowości wypartych lub nieakceptowanych części osobowości. Twórca psychologii analitycznej, Jung (1993, 1995), oraz jego kontynuatorzy (por. Redfearn, 1994; Saunders, Skar,

2001) wyodrębnili zarówno uniwersalne (archetypy), jak i specyficzne dla każdej jednostki podsystemy Ja (kompleksy). Inną formą transformacji myśli Freuda była analiza transakcyjna, proponująca podział Ja na trzy stany *ego*: stan dziecka, rodzica i dorosłego (Berne, 2004). Twórcy teorii relacji z obiektem stworzyli jeszcze bardziej złożony obraz psychiki, odwołując się do wewnętrznych części osoby, takich jak zinternalizowane obiekty, częściowe obiekty oraz *self*-obiekty (Klein, 1964; Fairbairn, 1952; Mahler, 1972; Kernberg, 1976; Kohut, 1977). Ogólnie mówiąc, wiele teorii psychoterapeutycznych uwzględnia w pracy wewnętrzne konflikty osoby, a symptomy kliniczne łączy z istnieniem psychicznego napięcia między różnymi stronami osobowości, np. pragnieniem i ograniczeniem (Sato, 2005). Jednym z częściej opisywanych konfliktów pomiędzy podsystemami Ja było starcie Ja prawdziwego z Ja fałszywym (Winnicott, 1965; Janov, 1975; Laing, 1995, 1997; por. też perspektywa rozwojowa: Harter, 1997).

Poszczególne podsystemy Ja bywają nazywane w rozmaitych podejściach „częściami”, „pod-jaźniami”, „stanami *ego*”, „głosami”, „rolami”, „*alter ego*”, „potencjałami”, „innymi”, „postaciami”, „stanami umysłu”, „schematami”.

3. *Dysocjacja*

Szczególny rodzaj zjawisk, w których rozwarstwienie Ja manifestuje się bardzo dobitnie, stanowi dysocjacja. Oznacza ona proces czasowego oddzielenia od siebie umysłowych funkcji i procesów, takich jak myśli, wspomnienia, uczucia, wrażenia czuciowe czy kontrola ruchów ciała. W dysocjacji jakaś część doświadczenia Ja i świata staje się formą autonomiczną, niedostępną dla świadomości i niezależną od woli. Dysocjacja może przyjmować postać adaptacyjną, niepatologiczną (np. śnienie na jawie, absorpcja, motoryczne automatyzmy) oraz patologiczną (np. amnezja, depersonalizacja, fuga, trans, opętanie, mediumizm, osobowość wieloraka), a jej występowanie odnotowywane było od tysięcy lat w większości kultur na świecie (por. Putnam, 1997; Ross, 1997; Heinze, 1999; Grotstein, 1999; Krippner, 1997). Procesy dysocjacyjne często dotyczą oddzielenia samych funkcji psychicznych, niemniej duża część zjawisk dysocjacyjnych odnosi się do całych podsystemów Ja. Na przykład doświadczenia dysocjacyjne w postaci zmienionych stanów świadomości wiążą się często z subiektywnym doświadczeniem zmienionego stanu tożsamości.

Zdaniem psychologów humanistycznych dysocjacja może być drogą do rozwoju własnego potencjału, na przykład twórczego (Richards, 1990). Niektórzy

teoretycy uważają, że istnieje kontinuum między normalną i patologiczną dysocjacją (Beahrs, 1982; Ross, 1999; Watkins, Watkins, 1997). Jeśli rzeczywiście takie kontinuum istnieje, można uznać, że osobowość wieloraka jest ekstremalnym wariantem normalnej psychicznej organizacji w naszej kulturze i być może pokazuje nam, jak zbudowana jest psychika (Ross, 1999; Watkins, Watkins, 1997; Oppenheimer, 2002). To, co odróżniałoby naturalny pluralizm Ja od tego ekstremalnego zaburzenia, to fakt, że w osobowości wielorakiej poszczególne podsystemy Ja, które są bardzo spersonifikowane, znajdują się między sobą w dużym konflikcie (są „niezdolne do dialogu”), a osoba doświadcza urojenia dosłownego oddzielenia tych podsystemów.

Innym obszarem badań, gdzie można zaobserwować podmiotowe rozwarstwienie Ja, były eksperymenty nad dysocjacją w trakcie hipnozy, podczas których udało się odkryć tzw. ukrytych obserwatorów – części osoby nie podlegające sugestii hipnotycznej (Hilgard, 1986, 1994; Watkins, Watkins, 1979; Zamansky, Bartis, 1985).

4. *Podzielony mózg*

Niektórzy badacze dopatrują się istnienia fizycznych (*hardware*) podstaw dla wieloaspektowości Ja. Do takiej perspektywy przyczyniły się badania neurobiologiczne i neuropsychologiczne nad półkulami mózgowymi. Pokazały one, że człowiek jest w stanie funkcjonować z dwoma oddzielnymi świadomościami, ale fenomenologicznie doświadcza jednej świadomości z powodu ograniczeń zmysłowych zasobów (Lancaster, 1999; Gazzaniga, 1985). Pojawiły się też modele „dialogowego mózgu”, czyli mózgu zbudowanego z niezależnych modułów, próbujące wyjaśnić wielość Ja w kategoriach neurobiologicznych (Lewis, 2002; Lewis, Todd, 2004; Shore, 2004; Ornstein, 1986).

VI. ZRÓŻNICOWANIE PODSYSTEMÓW JA

Wśród badaczy opisujących wewnętrzny pluralizm tożsamości zwraca się uwagę na zróżnicowanie poszczególnych Ja oraz na to, że mogą one układać się w hierarchię (Cantor, Kihlstrom, 1987; Van der Meulen, 2001). Najczęstszym rozróżnieniem jest podział na Ja centralne vs Ja peryferyczne (Rosenberg, Gara, 1985; Cantor, Kihlstrom, 1987; Mair, 1977; Wertsch, 1991). Centralne Ja są opi-

sywane jako bardziej reprezentatywne dla danej osoby, subiektywnie ważniejsze, bardziej rozwinięte, lepiej zorganizowane, łatwiej dostępne, czyli „uprzywilejowane”, częściej używane oraz w największym stopniu wpływające na przetwarzanie informacji i zachowanie. Podział na Ja centralne i peryferyczne wydaje się pewnego rodzaju uproszczeniem; alternatywą jest twierdzenie o kontinuum dostępności głosów (Wertsch, 1991). Każde Ja posiada przypisaną sobie ważność, dostrzegalną w częstotliwości pojawiania się „na scenie” umysłu.

Podsystemy Ja mogą przybierać wiele form, np. formę motoryczną, sensoryczną, werbalną, wyobrażeniową (por. Markus, Wurf, 1987; Winczo, 1994). Biorąc pod uwagę rozwój współczesnych technologii cywilizacyjnych wydaje się, że pewne Ja mogą istnieć lub wyrażać się w cyberprzestrzeni, czyli wirtualnej, internetowej rzeczywistości (por. Suler, 2002).

Reprezentacje Ja mogą różnić się też między sobą w strukturze i funkcjach. Niektóre reprezentacje mogą być aktywizowane mniej lub bardziej automatycznie – jako rezultat wyraźnych bodźców. Inne mogą być wywoływane w odpowiedzi na różne motywy kierujące osobą. Część podsystemów funkcjonuje głównie w świecie zewnętrznym, inne bardziej w świecie wewnętrznym jednostki (Hermans, 2004a). Pewne części Ja mogą być utajone lub trudno dostępne dla świadomej uwagi. Czasami inni ludzie mogą z dużą zgodnością dostrzec i opisać jakąś stronę człowieka, z której ten zupełnie nie zdaje sobie sprawy, jak to ma miejsce na treningach interpersonalnych i terapiach grupowych. Dostęp do niektórych Ja może być ograniczony w bardziej trwały sposób – mogły one zostać wyparte i utrzymywane poza świadomością, jeśli wiążą się z pewnymi obronami lub nieakceptowanymi pragnieniami (Westen, 1992; Silverman, Weinberger, 1985; Stone, Stone, 1994; Dyak, 1999; Schwartz, 1997; Witteman, 2000).

Centralne aspekty Ja mogą być względnie niewrażliwe na zmiany w okolicznościach społecznych oraz mogą być chronicznie dostępne (Higgins, King, Mavin, 1982). Peryferyczne Ja natomiast różnią się dostępnością w zależności od motywacyjnego stanu jednostki lub warunków społecznych. Można zatem powiedzieć, że robocze Ja składa się ze stabilnych centralnych Ja, zanurzonych w kontekście bardziej zmiennych peryferycznych Ja.

VII. WEWNĘTRZNA HIERARCHIA W SYSTEMIE JA

Hierarchiczna budowa systemu Ja nie obejmuje jedynie aspektów centralnych i peryferycznych. W. Bucci (Stiles i in., 1997) zwrócił uwagę, że można mówić

o pionowym i poziomym podziale systemu Ja. Pionowa organizacja odnosi się do różnych (uniwersalnych i specyficznych) podsystemów Ja, nazywanych aspektami, schematami, głosami czy subosobowościami (*multiple selves*). Pozioma organizacja natomiast może oznaczać różne funkcje lub procesy, różne sposoby kodowania lub reprezentacji (*multiple codes*) (Bucci, 2002, 2003; por. też Trzebińska, 1998). Piętra w hierarchicznym podziale mogą różnić się głębokością przetwarzania. Podobny podział proponują Elliott i Greenberg (1997) oraz Stemplewska-Żakowicz (2004), która wprowadza pojęcie modułowości podłużnej i poprzecznej. Greenwald (1982), mówiąc o podziale Ja, miał na myśli podział poziomy, w którym proponował rozróżnienie systemu niewerbalnego, systemu werbalnego, chronionego systemu Ja oraz systemu społecznego. Wiedza zawarta w każdym z systemów może być niedostępna dla innych systemów w powodu odmiennych w każdym z nich sposobów kodowania informacji lub z powodu istniejących w każdym z systemów ograniczeń w przesyłaniu informacji (np. mechanizmów obronnych).

VIII. NIEKTÓRE PRZEJAWY WIELOŚCI JA

Wiele obserwacji z życia wskazuje, że postrzegamy i przeżywamy siebie w inny sposób w różnych relacjach i kontekstach społecznych. Ponieważ każdy z podsystemów Ja ma potencjalny dostęp do rozmaitych funkcji psychicznych, modułowa organizacja psychiki może manifestować się na wiele sposobów. Na przykład w różnych sytuacjach ludzie mogą wygłaszać inne, czasem nawet sprzeczne poglądy na ten sam temat, a nierzadko ich postawy są niezgodne z obserwowanym zachowaniem. Potwierdzeniem mogą być tutaj skromne korelacje uzyskane w licznych badaniach, których celem było określenie, w jakim stopniu na podstawie postawy można przewidywać zachowanie (por. Eagly, Chaiken, 1998). Ludzie mogą przeżywać konflikty i „wewnętrzne rozdarcia”, podczas których jedna ze stron chce zupełnie czegoś innego niż inna (por. Sato, 2005). Złożoność Ja ukazuje się także w wewnętrznych rozmowach z samym sobą, w których jedna część monologuje lub dialoguje z inną, z wyobrażonym innym lub z wyobrażoną publicznością (por. Baldwin, Holmes, 1987; Benjamin, 1997; Watkins, 1999; Blachowicz, 1999; Fields, 2002; Hardy, 2006). O wielości Ja świadczyć mogą różne formy samooszukiwania. Samooszukujący się podmiot wydaje się paradoksalnie zarówno wiedzieć, jak i nie wiedzieć o jednej i tej samej rzeczy (por. Elster, 1986; Greenwald, 1988). Samooszukiwanie może manifestować się

w postaci różnych mechanizmów obronnych, takich jak obronność percepcyjna, unikanie czy zaprzeczanie.

Obserwacje potoczne ukazują, że w pewnych sytuacjach ludzie doskonale zdają sobie sprawę ze swojej wewnętrznej wielości. Na przykład aspekt, który nie do końca znamy, ale rejestrujemy jego istnienie, może nas dziwić: „Byłem zaskoczony swoim zachowaniem”, „Miałem poczucie, że coś we mnie wstąpiło”. Z kolei niektórych swoich stron możemy nie akceptować: „Od wielu lat walczę z tym w sobie”. Niektóre Ja trudno jest nam ujawnić innym ludziom: „Boję się, że mnie odrzucisz, gdy poznasz moją drugą twarz”.

Aktywizacja poszczególnych systemów może wiązać się z towarzyszącymi jej zmianami emocji, w tym emocji w stosunku do samego siebie, czyli samooceny. Niektóre z podsystemów mogą mieć większy lub mniejszy dostęp do pewnych emocji, nastrojów lub samooceny. Na przykład osoba, u której silnie obecne i aktywne jest depresyjne Ja, może postrzegać i wartościować różne aspekty rzeczywistości „tendencyjnie”, sprawiając u obserwatora wrażenie, jakby stała się inną osobą, niż była wcześniej. Badania nad samooceną pokazują, że charakteryzuje się ona pewną dozą naturalnej niestabilności, krótkotrwałymi i długotrwałymi zmianami w zależności od kontekstu, relacji z innymi osobami, wydarzeniami negatywnymi i pozytywnymi (Kernis, Goldman, 2003; Vallacher, Nowak, 2000). Zwraca się też uwagę, że samoocena oprócz globalnego stopnia ma swoje cząstkowe poziomy związane z różnymi kontekstami czy obszarami życia (Marsh, 1986; Rosenberg i in., 1995). Wydaje się, że oprócz globalnej, „uśrednionej” samooceny każdy z podsystemów może charakteryzować się pewnym odmiennym jej poziomem.

Problem złożoności Ja można rozpatrywać też z perspektywy zewnętrznego obserwatora. Ponieważ modułowość struktury Ja znajduje odbicie w zachowaniu, może ona wyrażać się w niespójnym i zmiennym zachowaniu. Nierzadko zdarzają się sytuacje, w których to obserwator rozpoznaje nieznaną dotychczas „głębiej” drugiej osoby (np. „Nie znałem Ciebie od tej strony”). Zjawisko zmienności z perspektywy obserwatora wiąże się z mającą miejsce w latach siedemdziesiątych krytyką teorii cech, która próbując rozwiązać problem osobowościowych vs sytuacyjnych determinant zachowania, doprowadziła do postulatu określania wzorców stabilności i zmienności osobowości (por. Mischel, 1968, 1990). Sposób ich ustalenia nie został jednak dotychczas określony (Pervin, 2002). Jedną z propozycji było wprowadzenie pojęcia podpisów behawioralnych, czyli charakterystycznych dla jednostki wzorców relacji sytuacja–zachowanie (Shoda, Mischel,

Wright, 1994). Inną propozycją jest pojęcie „cechowości” (*traitedness*) lub „metacechowości” (*supertraitedness*) (Baumeister, Tice, 1988; Britt, 1993), oznaczające specyficzny lub ogólny stopień, w jakim zachowanie lub typ zachowania u danej osoby da się wyjaśnić za pomocą cech. Współczesne teorie wskazujące na polipsychizm mogą stanowić szansę dla lepszego zrozumienia opisanej kontrowersji. Każdy z poszczególnych podsystemów Ja wydaje się determinować stały sposób reagowania, zaś z faktu współistnienia i aktywizowania się naprzemiennie wielu podsystemów wynika ogólna zmienność i różnorodność zachowania. A zatem przyglądając się danej, aktywnej części Ja, osobowość jednostki może jawić się jako byt stały i jednoznacznie określony; patrząc zaś na człowieka jako na konstelację wielu Ja, tracimy z oczu ową stałość i prostotę kosztem zmienności i złożoności.

IX. TOŻSAMOŚCIOWE PROCESY INTEGRACYJNE

Pytanie, w jaki sposób podzielona na podsystemy tożsamość zachowuje integrację (*one-in-many-selves-paradox*), przysparza badaczom poważnych trudności i w dużej mierze pozostaje kwestią otwartą (Markus, Kunda, 1986; McAdams, 1997; Stiles i in., 1997; Pervin, 2002; Showers, Zeigler-Hill, 2003). Powyższe pytanie można zadać oddzielnie dla podmiotowego, jak i przedmiotowego aspektu Ja. Można też pomyśleć, że istnieją dwa oddzielne, ale współdziałające procesy odpowiedzialne za spójność Ja: jeden dotyczy Ja podmiotowego, drugi – przedmiotowego. Biorąc pod uwagę wyżej wymienioną trudność w oddzielaniu podmiotowego aspektu Ja od jego aspektu przedmiotowego, poniższe rozróżnienie należy traktować jako umowne, służące teoretycznemu uporządkowaniu.

1. Integracja podmiotowa

Podmiotowe poczucie jedności jako pierwszy opisał James (1890/1980). Twierdził on, że osoba doświadcza ciągłości w strumieniu świadomości. W tym strumieniu każda myśl łączy się z poprzednią, ponieważ następuje po niej, co daje osobie iluzoryczne poczucie ciągłości i jedności. McAdams (1996, 1997) uważa, że za jedność podmiotowego Ja odpowiedzialny jest bardzo podstawowy, fenomenologiczny proces postrzegania własnych doświadczeń jako własnych, „należących do mnie”. By podkreślić, że jest to proces, a nie produkt (jak w przypadku

Ja przedmiotowego), używa nazwy *selfing*. Ten scalający, integrujący proces uznawany jest w obrębie tradycji psychoanalitycznej jako esencja *ego*.

Zdaniem McAdamsa *selfing* jest tak podstawowym procesem, że większość ludzi uważa osobowość wieloraką za coś dziwnego. W osobowości wielorakiej prawdopodobnie działają dwa autonomiczne procesy *selfingu* u tej samej osoby. Można pokusić się o stwierdzenie, że w psychozach *selfing* jest mocno zaburzony, a w przypadkach autyzmu – nie występuje. Codzienne doświadczenia dysocjacyjne (takie jak sny) to przykłady przejściowych załamania *selfingu*. Zdaniem McAdamsa *selfing* pojawia się po półtora roku życia dziecka. Z „własnością” doświadczeń wiąże się sprawczość. Kofta (1991) upatruje w sprawczości pierwotną siłę integrującą Ja. Jego zdaniem poczucie stałości i ciągłości jest wtórne wobec poczucia autonomii, podmiotowej kontroli nad sobą i biegiem zdarzeń.

Za integrację Ja może też odpowiadać tzw. *ego* obserwujące (Sterba, 1934). Termin ten, wprowadzony przez psychoanalityków, oznacza specyficzną funkcję psychiki – zdolność do obserwowania i dystansowania się wobec własnych treści psychicznych. W niektórych zaburzeniach psychicznych (np. osobowość *borderline*, psychozy) jest ona w niewystarczającym stopniu rozwinięta. W przypadkach traumatycznych przeżyć ludzie mogą zachować *ego* obserwujące, jednocześnie odłączając się od *ego* przeżywającego, czyli trudnych doświadczeń (por. Fromm, 1992; Cardena, Spiegel, 1993).

Za poczucie spójności i ciągłości Ja odpowiedzialna może być również ciągłość i unikalność biologicznego organizmu człowieka (Jarymowicz, 2000; Damasio, 2000). Shore (2004) zaproponował wyjaśnienie neurobiologiczne. Jego zdaniem za poczucie ciągłości i jedności istnienia odpowiada znajdujące się w prawej korze oczodołowo-czołowej hierarchiczne centrum kontrolne, które zawiaduje procesami podkorowymi i jest odpowiedzialne za płynne przełączanie się poszczególnych podsystemów Ja.

2. Integracja przedmiotowa

Jednym z wyjaśnień odwołujących się do integracji przedmiotowej Ja jest propozycja, że taka integracja odbywa się jedynie sytuacyjnie (Markus, Kunda, 1986; Markus, Wurf, 1987; McGuire, McGuire, 1988; Mahrer, 1999). W tym ujęciu w różnych momentach pewna część samowiedzy staje się świadoma i przejmuje kontrolę. W różnych momentach zatem człowiek w inny sposób uzyskuje integrację – „stwarza siebie na nowo” – ponieważ inna część jest aktywna.

Niektórzy uważają, że spośród różnych podsystemów Ja jeden pełni nadrzędną funkcję; jest podsystemem rdzennym, głównym, wykonawczym (Behrs, 1982; Schulz von Thun, 2002; por. też prototyp Ja: Rogers, 1981). To rdzenne Ja (*core self*) zawiera kilka najbardziej stałych charakterystyk. Ma ono dostęp do innych komponentów Ja. Behrs mówi o przewodniku – części, która pełni rolę organizatora. Jego zdaniem przewodnictwo może być nadmierne lub niedostateczne. Taki pogląd utrzymywał również James (1890/1980), który mówił o tym, że jedno wybrane Ja staje się głównym, najbardziej prawdziwym i jednoczącym charakterem. Używał porównania do „pasterza”, który kieruje „owieczkami”. Schulz von Thun (2002) używa metafor dyrygenta, reżysera, dowódcy lub trenera.

Inne wyjaśnienie przypisuje integracyjną rolę zapisanej w pamięci autobiograficznej narracyjnej reprezentacji przeszłości (McAdams, 1997; Pervin, 1993; Cantor, Kihlstrom, 1987). Odmienne wersje Ja znajdują swoje miejsce czasowo-przestrzenne w całości, jaką stanowi przebieg życia (McAdams, 1997; Bluck, Habermas, 2000). Historia autobiograficzna nie musi integrować wszystkich aspektów Ja i wszystkich doświadczeń; stanowi główną, definiującą opowieść. Poczucie stabilności i spójności może być wzmacniane dzięki rekonstrukcyjnej aktywności prowadzącej do podtrzymania opowieści życia, czyli np. refleksji nad starymi wspomnieniami w kontekście bieżących zdarzeń. Osoby często piszą na nowo swoje osobiste historie, by wspierać obecny obraz siebie (Greenwald, 1980). Czasem taka spójna makronarracja musi zostać skonstruowana lub naprawiona w trakcie psychoterapii, gdzie klient ma możliwość refleksji nad swoją wewnętrzną wielością (Angus, McLeod, 2004).

Inny pogląd na integrację mają Cantor i Kihlstrom (1987). Ich zdaniem jedność tożsamości nie pochodzi z jakiegoś esencjalnego Ja, lecz z wielu nakładających się podobieństw pośród różnych podsystemów Ja. Mają one pewien wspólny zakres. Te Ja, które wykazują wiele właściwości podzielanych przez inne Ja w rodzinie, nazywane są centralnymi i one są bardziej reprezentatywne dla osobistej definicji Ja. Podobnego zdania jest Rosenberg (1997), który uważa, że jedność jest dostarczana przez strukturalną organizację elementów – jej elementy są ze sobą powiązane.

Istnieją również wyjaśnienia odwołujące się do samoorganizacji systemu tożsamości (Hermans, 1999; Elliott, Greenberg, 1997). Jedno z takich wyjaśnień porównuje system Ja do nieliniowego, dynamicznego układu złożonego (Nowak, Vallacher, 1998; Vallacher, Nowak, 1994, 2000), w którym ogólny porządek wyłania się dzięki lokalnym interakcjom pomiędzy elementami niższego rzędu,

zachodzącym bez jakiegokolwiek nadrzędnego mechanizmu nadzorującego. Świadoma kontrola może jako jeden z aspektów wpływać na proces syntezy, ale nie kontroluje całego procesu (Elliott, Greenberg, 1997).

Wewnętrzne interakcje odpowiedzialne za samoorganizację systemu Hermans nazywa „wewnętrznym dialogiem” (Hermans, 2004b; Stiles i in., 1997). Zwraca uwagę, że podczas samoorganizacji w systemie, jakim jest tożsamość, działają dwie podstawowe, komplementarne siły. Powołując się na dokonane przez Altmana (1987) rozróżnienie, nazywa je siłą dośrodkową (*centripetal*) i siłą odśrodkową (*centrifugal*). Siła odśrodkowa popycha system do wielogłosowości, oddala go od hipotetycznego centrum Ja i pozwala na wzbogacenie i eksplorację nowych kierunków. Siła dośrodkowa natomiast popycha system do integracji, odzwierciedla *status quo*, stagnację, jedność, harmonię i stabilność. O podobnych dwóch adaptacyjnych procesach mówią Watkins i Watkins (1997), nazywając je dążeniem do integracji i różnicowania.

Pojawiły się też pomysły, by integrację upatrywać w działaniu duchowej struktury w obrębie osoby, takiej jak „transcendentalne *ego*”, „transpersonalne Ja”, „wewnętrzny duchowy przywódca” (Schwartz, 1997, 1999; Vaughan, 1985). Prawdopodobnie o podobnej strukturze integracyjnej mówił Jung, opisując archetyp „jaźni”, który według niego miał duchową naturę (Jung, 1995; Jacobi, 1996). Wprowadzanie takich wyjaśnień może jednak wiązać się z niebezpieczeństwem reaktywowania dawnej koncepcji duszy lub homunkulusa.

3. Różnice indywidualne w integracji Ja

Wiele propozycji dotyczących utrzymywania jedności tożsamości nie musi się wykluczać. Jest tak zwłaszcza w przypadku podmiotowych i przedmiotowych procesów integracyjnych, które mogą działać w interakcji. Na przykład moja wiedza, że posiadam ciało lub że stanowiąc organizm, który jest tym samym organizmem każdego dnia, może pełnić integrującą funkcję w odniesieniu do mojego Ja przedmiotowego. Podobnie może być ze świadomością, że mam kontrolę nad otoczeniem, potwierdzoną licznymi autobiograficznymi faktami z pamięci.

Beahrs (1982) zwraca uwagę na różnice indywidualne. Twierdzi, że psychika, tak jak i ludzki mózg, może organizować jedność i wielość na wiele sposobów. Być może u różnych ludzi wypracowane zostały różne formy jedności. Organizację systemu Ja można porównać do organizacji grup lub społeczności ludzkich (Mair, 1977; Lester, 1993, 1995). Zdaniem Mair (1977) wiele różnych sposobów

organizowania się zostało rozwiniętych przez różne społeczności (rząd, administracja, planowanie, prawo). Podobnie można myśleć o systemie Ja – może on wypracować różne sposoby samoorganizacji.

Sposób integrowania Ja może zależeć od poziomu rozwoju osobowości. Psychoanalitycznie zorientowani teoretycy są zdania, że niektórzy ludzie w wyniku deficytów rozwojowych nie zdołali wykształcić funkcji *ego* obserwującego (Sterba, 1934; Glickauf-Hughes, Wells, Chance, 1996), stąd często nie mają wglądu, rozeznania w swoich wewnętrznych przeżyciach. Jeśli tak jest, to nie są oni w stanie koordynować podsystemów Ja. Taką brakującą funkcję należy wtedy w mozolny sposób rozwinąć u pacjenta w trakcie terapii (na początku *ego* obserwujące pacjenta utożsamia terapeuta). Inni teoretycy uważają, że chociaż większość zdrowych ludzi posiada jedno nadrzędne Ja, to celem dalszego rozwoju jest rozwinięcie takiego podsystemu Ja („świadome *ego*”, „czyste Ja”), który jest względnie neutralny, transparentny, tzn. nie posiada treści, właściwości. To neutralne Ja aktywizuje inne podsystemy i kieruje zachowaniem (Stone, Stone, 1994; Dyak, 1999). Proces dystansowania, „uwalniania” się od treści Ja nazywany jest przez zwolenników psychosyntezy dezidentyfikacją (Ferrucci, 2001). Psychologowie transpersonalni zwracają uwagę, że jest on głównym celem wielu tradycji i technik medytacyjnych (Walsh, 1983; por. też „oczyszczanie” Ja intencjonalnego: Obuchowski, 1995). Można uznać, że proces dezidentyfikacji oraz dysocjacja *ego* obserwującego to dwa tożsame procesy służące integracji, z których pierwszy działa w służbie rozwoju, drugi – w służbie obron (chroni przed dezintegracją).

Trzebińska (2002) jest zdania, że poziom integracji jest kwestią rozwinięcia zdolności intelektualnych (poznawczych). Te zdolności to myślenie postformalne charakteryzujące się neutralnością, relatywnością, złożonością i zdolnością decenracji (np. Pascual-Leone, 1983). Ludzie mający umiejętność myślenia postformalnego są zdolni brać pod uwagę wiele sprzecznych aspektów i przekonań – zarówno w obrębie zewnętrznej, jak i wewnętrznej rzeczywistości. Jung uważał, że w procesie indywiduacji, która według niego rozpoczyna się dopiero w drugiej połowie życia, człowiek ma za zadanie zniesienie barier pomiędzy poszczególnymi częściami psychiki (kompleksami, archetypami) i zintegrowanie ich w jedno zunifikowane Ja (Jung, 1995; Jacobi, 1996). Z drugiej strony nadmierna spójność może też implikować słabo rozwiniętą lub poważnie ograniczoną tożsamość, działającą sztywno (Rosenberg, Gara, 1985). Podobnie myślą zwolennicy psychosyntezy (Assagioli, 1993; Ferrucci, 2001).

Kwestia integracji psychiki łączona jest także z kontekstem kulturowym. Zachodni teoretycy osobowości skłonni byli utożsamiać niespójność Ja z patologią. Sądzieli, że rozwinięcie i utrzymanie spójnego, zintegrowanego Ja jest oznaką zdrowia psychicznego i psychologicznego szczęścia. Zarówno Maslow (1986, 1990), jak i Rogers (1984, 2002) byli przekonani, że aby móc się samoaktualizować wewnętrzne konflikty powinny zostać przekroczone, a niekongruentne wewnętrzne doświadczenia – rozwiązane. Ross (1999) twierdzi, że integracja wcale nie jest konieczna, a wręcz może być szkodliwa. Sądzi, że w zachodniej kulturze dotychczas kładziono nacisk na wykształcenie nadmiernej integracji – „patologicznej pseudojedności” – która stała się modelem zdrowia. Prowadziło to do wypierania wielu elementów i potencjałów psychiki w trakcie rozwoju. Jego zdaniem współczesna kultura dotychczas wspierała wykształcenie się tożsamości, w której podsystemy Ja są pod totalitarną władzą nadrzędnego, odłączonego, ateistycznego, męskiego, szowinistycznego i logicznego Ja, które to Ja nie docenia innych, subtelnych, zmiennych i duchowych aspektów ludzkiego doświadczenia. Sprzeciw wobec totalitarnej, hierarchicznej, patriarchalnej organizacji psychiki szczególnie dobitnie wypowiadają się teoretycy feministyczni (por. Bilden, 1998).

*

Modele dynamiczne, podkreślające wieloaspektowość, zróżnicowanie i kontekstualność struktury Ja, zyskują coraz więcej akceptacji. Modele te korespondują z powszechnymi obserwacjami, że ludzie czują, myślą i zachowują się różnie w różnych okolicznościach, że przeżywają konflikty motywacyjne, mają niespójne postawy czy oszukują siebie. Choć pluralistyczne podejście do Ja spotkało się z krytyką (por. Frick, 1993, 1995; Fadiman, 1993; Bogart, 1994; Crossley, 2000; Katzko, 2003), to dla wielu badaczy natura Ja jawi się jako podwójna – zarazem względnie stabilna i spójna, jak i zmienna, i wieloraka. Wiele pytań, w jaki sposób wielorakie Ja uczestniczy w regulacji zachowania w zmieniającym się kontekście społecznym, czeka na empiryczną eksplorację.

BIBLIOGRAFIA

- Allport, G. W. (1961). *Pattern and growth in personality*. New York: Holt, Rinehart & Winston.
- Altman, I. (1987). Centripetal and centrifugal trends in psychology. *American Psychologist*, 42, 1058-1069.

- Altrocchi, J. (1999). Individual differences in pluralism in self-structure. W: J. Rowan, M. Cooper (red.), *The plural self. Multiplicity in everyday life* (s. 168-182). London: Sage.
- Angus, L., McLeod, J. (2004). Self-multiplicity and narrative expression in psychotherapy. W: H. J. M. Hermans, G. Dimaggio (red.), *The dialogical self in psychotherapy* (s. 77-90). Hove: Brunner-Routledge.
- Ashmore, R. D., Jussim, L. (1997). Toward a second century of the scientific analysis of self and identity. W: R. D. Ashmore, L. J. Jussim (red.), *Self and identity: Fundamental issues* (s. 3-19). London: Oxford University Press.
- Assagioli, R. (1993). *Psychosynthesis*. London: Thorsons.
- Baldwin, M. W., Holmes, J. G. (1987). Salient private audiences and awareness of the self. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52, 1087-1098.
- Bandler, R., Grinder, J. (1982). *Reframing. Neuro-linguistic programming and the transformation of meaning*. Moab, UT: Real People Press.
- Barresi, J. (2002). From 'the thought is the thinker' to 'the voice is the speaker': William James and the Dialogical Self. *Theory & Psychology*, 12, 237-250.
- Baumeister, R. F. (1997). The self and society: Changes, problems and opportunities. W: R. D. Ashmore, L. J. Jussim (red.), *Self and identity: Fundamental issues* (s. 191-217). London: Oxford University Press.
- Baumeister, R. (1999). The nature and structure of the self: An overview. W: R. F. Baumeister (red.), *The self in social psychology* (s. 1-21). New York: Psychology Press.
- Baumeister, R. F., Tice, D. M. (1988). Metatraits. *Journal of Personality*, 56, 571-598.
- Baumgardner, A. H. (1990). To know oneself is to like oneself: Self-certainty and self-affect. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58, 1062-1072.
- Beahrs, J. O. (1982). *Unity & multiplicity: Multilevel consciousness of self in hypnosis, psychiatric disorder & mental health*. New York: Brunner/Mazel.
- Benjamin, L. S. (1997). Human imagination and psychopathology. *Journal of Psychotherapy Integration*, 7, 195-211.
- Berger, P., Luckman, T. (1966). *The social construction of reality: A treatise in the sociology of knowledge*. Garden City, NY: Doubleday.
- Berne, E. (2004). *W co grają ludzie. Psychologia stosunków międzyludzkich*. Warszawa: PWN.
- Bilden, H. (1998). Jenseits des Identitätsdenkens – Psychologische Konzepte zum Verständnis „postmoderner“ Subjektivitäten. *Verhaltenstherapie & Psychosoziale Praxis*, 30, 5-32.
- Blachowicz, J. (1999). The dialogue of the soul with itself. W: S. Gallagher, J. Shear (red.), *Models of the self* (s. 177-200). Thorverton, Devon: Imprint Academic.
- Block, J. (1961). Ego-identity, role variability, and adjustment. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 25, 392-397.
- Bluck, S., Habermas, T. (2000). The life story schema. *Motivation and Emotion*, 24, 121-147.
- Bogart, V. (1994). Transcending the dichotomy of either "subpersonalities" or "an integrated unitary self". *Journal of Humanistic Psychology*, 34, 82-80.
- Britt, T. W. (1993). Metatraits: Evidence relevant to the validity of the construct and its implications. *Journal of Personality and Social Psychology*, 65, 554-562.
- Bucci, W. (2002). The referential process, consciousness, and the sense of self. *Psychoanalytic Inquiry*, 22, 766-793.

- Bucci, W. (2003). Varieties of dissociative experiences: A multiple code account and a discussion of Bromberg's case of "William". *Psychoanalytic Psychology*, 20, 542-557.
- Burke, P. J., Tully, J. C. (1977). The measurement of role identity. *Social Forces*, 55, 881-898.
- Campbell, J. D. (1990). Self-esteem and clarity of the self-concept. *Journal of Personality and Social Psychology*, 59, 538-549.
- Campbell, J. D., Assanand, S., Di Paula, A. (2000). Structural features of the self-concept and adjustment. W: A. Tesser, R. B. Felson, J. M. Suls (red.), *Psychological perspectives on self and identity* (s. 67-87). Washington DC: American Psychological Association.
- Campbell, J. D., Trapnell, P. D., Keive, S. J., Katz, I. M., Lavelee, L. F., Lehman, D. R. (1996). Self-concept clarity: Measurement, personality correlates, and cultural boundaries. *Journal of Personality and Social Psychology*, 70, 141-56.
- Cantor, N., Kihlstrom, J. F. (1987). *Personality and social intelligence*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.
- Cardena, E., Spiegel, D. (1993). Dissociative reactions to the San Francisco Bay Area earthquake of 1989. *American Journal of Psychiatry*, 150, 474-479.
- Chiu, C., Hong, Y., Dweck, C. S. (1997). Lay dispositionism and implicit theories of personality. *Journal of Personality and Social Psychology*, 73, 19-30.
- Cooper, M., Cruthers, H. (1999). Facilitating the expression of subpersonalities: A review and analysis of techniques. W: J. Rowan, M. Cooper (red.), *The plural self. Multiplicity in everyday life* (s. 198-212). London: Sage.
- Crossley, M. L. (2000). Narrative psychology, trauma and the study of self/identity. *Theory & Psychology*, 10, 527-546.
- Czarnota-Bojarska, J. (2002). Zmienność JA i efektywność funkcjonowania społecznego. *Przegląd Psychologiczny*, 45, 247-264.
- Damasio, A. R. (2000). *Tajemnica świadomości*. Poznań: Dom Wydawniczy Rebis.
- Deaux, K. (1993). Reconstructing social identity. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 19, 4-12.
- DeSteno, D., Salovey, P. (1997). Structural dynamism in the concept of self: A flexible model for a malleable concept. *Review of General Psychology*, 1, 389-409.
- Donahue, E. M., Robins, R. W., Roberts, B. W., John, O. P. (1993). The divided self: Concurrent and longitudinal effects of psychological adjustment and social roles on self-concept differentiation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 64, 834-846.
- Dweck, C. S., Chiu, C., Hong, Y. (1995). Implicit theories and their role in judgements and reactions: A world from two perspectives. *Psychological Inquiry*, 6, 267-285.
- Dyak, M. (1999). *The voice dialogue facilitator's handbook. Part 1: A step by step guide to working with the aware ego*. Seattle, WA: L.I.F.E. Energy Press.
- Dymkowski, M. (1996). *Samowiedza w okowach przywdziewanych masek*. Warszawa: Wydawnictwo Instytutu Psychologii PAN.
- Eagly, A. H., Chaiken, S. (1998). Attitude structure and function. W: D. T. Gilbert, S. T. Fiske, G. Lindzey (red.), *Handbook of social psychology* (t. 1, s. 269-322). Boston: McGraw-Hill.
- Elliott, R. (1999a). Process-experiential psychotherapy – An overview: Part 1. *Psychotherapeut*, 44, 203-213.
- Elliott, R. (1999b). Process-experiential psychotherapy – An overview: Part 2. *Psychotherapeut*, 44, 340-349.

- Elliott, R., Greenberg, L. S. (1997). Multiple voices in process-experiential therapy: Dialogues between aspects of the self. *Journal of Psychotherapy Integration*, 7, 225-239.
- Elster, J. (1986). Introduction. W: J. Elster (red), *The multiple self*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Epstein, S. (1981). The unity principle versus the reality and pleasure principles, or the tale of the scorpion and the frog. W: M. D. Lynch, A. A. Norem-Hebeisen, K. J. Gergen (red.), *Self-concept: Advances in theory of a theory and research* (s. 27-38). Cambridge, MA: Ballinger.
- Erikson, E. H. (2004). *Tożsamość a cykl życia*. Poznań: Zysk i S-ka.
- Fadiman, J. (1993). Who's minding the store? A comment on Frick's defense of unitary personality. *Journal of Humanistic Psychology*, 33, 129-133.
- Fairbairn, W. R. D. (1952). *Psychoanalytic studies of the personality*. London: Routledge & Kegan.
- Fenigstein, A. (1987). On the nature of public and private self-consciousness. *Journal of Personality*, 55, 543-554.
- Fenigstein, A., Scheier, M. F., Buss, A. H. (1975). Public and private self-consciousness: Assessment and theory. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 43, 522-527.
- Ferrucci, P. (2001). *Werde was du bist. Selbstverwirklichung durch Psychosynthese*. Reinbek: Rowohlt.
- Festinger, L. (1954). A theory of social comparison processes. *Human Relations*, 7, 117-140.
- Festinger, L. (1957). *A theory of cognitive dissonance*. Evanston, IL: Row, Peterson.
- Fields, C. (2002). Why do we talk to ourselves? *Journal of Experimental & Theoretical Artificial Intelligence*, 14, 255-272.
- Freud, S. (1920/1975). *Poza zasadą przyjemności*. Warszawa: PWN.
- Frick, W. B. (1993). Subpersonalities: Who conduct the orchestra? *Journal of Humanistic Psychology*, 33, 122-128.
- Frick, W. B. (1995). The subpersonalities controversy: A reply to my critics. *Journal of Humanistic Psychology*, 35, 97-101.
- Fromm, E. (1992). An ego-psychological theory of hypnosis. W: E. Fromm, M. R. Nash (red.), *Contemporary hypnosis research* (s. 131-148). New York: Guilford Press.
- Gazzaniga, M. (1985). *The social brain*. New York: Basic Books.
- Gergen, K. J. (1985). The social constructionist movement in modern psychology. *American Psychologist*, 40, 266-275.
- Gergen, K. J. (2002). *Konstruierte Wirklichkeiten – eine Hinführung zum sozialen Konstruktivismus*. Stuttgart: Kohlhammer.
- Glickauf-Hughes, C., Wells, M., Chance, S. (1996). Techniques for strengthening clients' observing ego. *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training*, 33, 431-440.
- Greenwald, A. G. (1980). The totalitarian ego: Fabrication and revision of personal history. *American Psychologist*, 35, 603-618.
- Greenwald, A. G. (1982). Is anyone in charge? Personal analysis vs the principle of personal unity. W: J. Suls (red.), *Psychological perspectives on the self* (t. 1, s. 151-181). Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Greenwald, A. G. (1988). Self-knowledge and self-deception. W: J. B. Lockard, D. Paulhus (red.), *Self-deception: An adaptive mechanism* (s. 113-131). Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.
- Greenwald, A. G., Pratkanis, A. R. (1984). The self. W: R. S. Wyer, T. K. Srull (red.), *Handbook of social cognition* (s. 129-178). Hillsdale, NJ: Erlbaum.

- Gregg, G. S. (1995). Multiple identities and the integration of personality. *Journal of Personality*, 63, 617-641.
- Grotstein, J. S. (1999). The alter ego and déjà vu phenomena: Notes and reflections. W: J. Rowan, M. Cooper (red.), *The plural self. Multiplicity in everyday life* (s. 28-50). London: Sage.
- Hannover, B. (1997). *Das dynamische Selbst. Die Kontextabhängigkeit selbstbezogenen Wissens*. Bern: Huber.
- Hardy, J. (2006). Speaking clearly: A critical review of the self-talk literature. *Psychology of Sport & Exercise*, 7, s. 81-97.
- Harré, R. (1998). *The singular self*. London: Sage.
- Harter, S. (1997). The personal self in social context: Barriers to authenticity. W: R. D. Ashmore, L. J. Jussim (red.), *Self and identity: Fundamental issues* (s. 81-105). London: Oxford University Press.
- Heider, F. (1958). *The psychology of interpersonal relations*. New York: John Wiley.
- Heinze, R. I. (1999). Multiplicity in cross-cultural perspective. W: J. Rowan, M. Cooper (red.), *The Plural Self. Multiplicity in everyday life* (s. 151-167). London: Sage.
- Hermans, H. J. M. (1999). The polyphony of the mind: Multi-voiced and dialogical self. W: J. Rowan, M. Cooper (red.), *The plural self. Multiplicity in everyday life* (s. 107-131). London: Sage.
- Hermans, H. J. M. (2004a). The dialogical self: Between exchange and power. W: H. J. M. Hermans, G. Dimaggio (red.), *The dialogical self in psychotherapy* (s. 13-28). Hove: Brunner-Routledge.
- Hermans, H. J. M. (2004b). *The dialogical self in movement: State of the art*. Referat na Third International Conference on The Dialogical Self, Warszawa, 26-29 sierpnia 2004.
- Hermans, H. J. M., Kempen, H. J., Van Loon, R. J. (1992). The dialogical self. Beyond individualism and rationalism. *American Psychologist*, 1, 23-33.
- Higgins, E. T. (1987). Self-discrepancy: A theory relating self and affect. *Psychological Review*, 94, 319-340.
- Higgins, E. T., King, G. A., Mavin, G. H. (1982). Individual construct accessibility and subjective impressions and recall. *Journal of Personality and Social Psychology*, 43, 35-47.
- Higgins, E. T., Klein, R., Strauman, T. (1985). Self-concept discrepancy theory: A psychological model for distinguishing among different aspects of depression and anxiety. *Social Cognition*, 3, 51-76.
- Hilgard, E. R. (1986). *Divided consciousness. Multiple controls in human thought and action*. New York: Wiley.
- Hilgard, E. R. (1994). Neodissociation theory. W: S. J. Lynn, J. W. Rhue (red.), *Dissociation. Clinical and theoretical perspectives* (s. 32-51). New York: Guilford Press.
- Honos-Webb, L., Stiles, W. B. (1997). Reformulation of assimilation analysis in terms of voices. *Psychotherapy*, 35, 23-33.
- Horowitz, M. J. (1988). Formulation of states of mind in psychotherapy. *American Journal of Psychotherapy*, 42, 514-520.
- Horowitz, M. J. (1994). States, schemas, and control: General theories for psychotherapy integration. *Clinical Psychology & Psychotherapy*, 1, 143-151.
- Jacobi, K. (1996). *Psychologia C. G. Junga*. Warszawa: Ewa Korczewska L. C.
- James, W. (1890/1980). *The principles of psychology*. New York: Dover.

- Janov, A. (1975). *The primal revolution*. London: Abakus.
- Jarymowicz, M. (2000). Psychologia tożsamości. W: J. Strelau (red.), *Psychologia. Podręcznik akademicki* (t. 3, s. 107-125). Gdańsk: GWP.
- Jung, C. G. (1993). *Archetypy i symbole. Pisma wybrane*. Warszawa: PWN.
- Jung, C. G. (1995). *Podstawy psychologii analitycznej. Wykłady tawistockie*. Warszawa: Wrota.
- Katzko, M. W. (2003). Unity versus multiplicity: A conceptual analysis of the term "Self" and its use in personality theories. *Journal of Personality*, 71, 83-114.
- Kelly, G. A. (1955). *The psychology of personal constructs*. New York: Norton.
- Kernberg, O. F. (1976). *Object relations theory and clinical psychoanalysis*. New York: Aronson.
- Kernis, M. H., Goldman, B. M. (2003). Stability and variability in self-concept and self-esteem. W: M. R. Leary, J. P. Tangney (red.), *Handbook of self and identity* (s. 106-127). New York: Guilford Press.
- Klein, M. (1964). Love, hate and reparation. W: M. Klein, J. Riviere (red.), *Love, hate and reparation* (s. 57-119). New York: Norton.
- Kofta, M. (1991). Człowiek jako przyczyna zdarzeń. W: M. Kofta, T. Szustrowa (red.), *Złudzenia, które pozwalają żyć: szkice z psychologii społecznej* (s. 169-200). Warszawa: PWN.
- Kofta, M., Doliński, D. (2000). Poznawcze podejście do osobowości. W: J. Strelau (red.), *Psychologia. Podręcznik akademicki* (t. 3, s. 561-600). Gdańsk: GWP.
- Kohut, H. (1977). *The restoration of the self*. New York: International Universities Press.
- Kozielecki, J. (1986). *Psychologiczna teoria samowiedzy*. Warszawa: PWN.
- Krippner, S. (1997). Dissociation in many times and places. W: S. Krippner, S. M. Powers (red.), *Broken images, broken selves: Dissociative narratives in clinical practice* (s. 3-40). Washington: Brunner/Mazel.
- Laing, R. D. (1995). *Podzielone Ja*. Poznań: Dom Wydawniczy Rebis.
- Laing, R. D. (1997). *Ja i inni*. Poznań: Dom Wydawniczy Rebis.
- Lancaster, B. (1999). The multiple brain and the unity of experience. W: J. Rowan, M. Cooper (red.), *The plural self. Multiplicity in everyday life* (s. 132-150). London: Sage.
- Larsen, S. (1990). Our inner cast of characters. *Humanistic Psychologist*, 18, 176-187.
- Lecky, P. (1945). *Self-consistency: A theory of personality*. New York: Island.
- Lester, D. (1993). On the disunity of the self: A systems theory of personality. *Current Psychology*, 12, 312-325.
- Lester, D. (1995). *Theories of personality: A systems approach*. Washington: Taylor & Francis.
- Lewis, M. D. (2002). The dialogical brain: Contributions of emotional neurobiology to understanding the Dialogical Self. *Theory & Psychology*, 12, 175-190.
- Lewis, M. D., Todd, R. (2004). Toward a neuropsychological model of internal dialogue: Implications for theory and clinical practice. W: H. J. M. Hermans, G. Dimaggio (red.), *The dialogical self in psychotherapy* (s. 43-59). Hove: Brunner-Routledge.
- Linville, P. W. (1985). Self-complexity and affective extremity: Don't put all eggs in one cognitive basket. *Social Cognition*, 3, 94-120.
- Linville, P. W. (1987). Self-complexity as a cognitive buffer against stress-related illnesses and depression. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52, 663-676.
- Loevinger, J. (1962). The meaning and measurement of ego development. *American Psychologist*, 65, 53-136.

- Mahler, M. S. (1972). On the first three subphases of the separation-individuation process. *International Journal of Psycho-Analysis*, 53, 333-338.
- Mahrer, A. R. (1999). The doorway into the inner deeper world is the instant of peak feeling in the scene of strong feeling. W: J. Rowan, M. Cooper (red.), *The plural self. Multiplicity in everyday life* (s. 213-237). London: Sage.
- Mair, J. M. M. (1977). The community of self. W: D. Bannister (red.), *New perspectives in personal construct theory* (s. 125-149). London: Academic Press.
- Markus, H. (1977). Self-schemata and processing information about the self. *Journal of Personality and Social Psychology*, 35, 63-78.
- Markus, H. (1980). The self in thought and memory. W: D. M. Wegner, R. R. Vallacher (red.), *The self in social psychology* (s. 102-130). New York: Oxford University Press.
- Markus, H. (1983). Self-knowledge: An expanded view. *Journal of Personality*, 51, 543-565.
- Markus, H., Kunda, Z. (1986). Stability and malleability of the self-concept. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51, 858-866.
- Markus, H., Nurius, P. (1986). Possible selves. *American Psychologist*, 41, 954-969.
- Markus, H., Wurf, E. (1987). The dynamic self-concept: A social psychological perspective. *Annual Review of Psychology*, 38, 299-337.
- Marsh, H. W. (1986). Global self-esteem: Its relation to specific facets of self-concept and their importance. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51, 1224-1236.
- Marsh, H. W. (1993). Relations Between Global and specific domains of self: The importance of individual importance, certainty, and ideals. *Journal of Personality and Social Psychology*, 65, 975-992.
- Marsh, H. W., Hattie, J. (1996). Theoretical perspectives on the structure of self-concept. W: B. A. Bracken (red.), *Handbook of self-concept* (s. 38-90). New York: Wiley.
- Marsh, H. W., Shavelson, R. (1985). Self-concept: Its multifaceted, hierarchical structure. *Educational Psychologist*, 20, 107-123.
- Martindale, C. (1980). Subselves: The internal representation of situational and personal dispositions. W: L. Wheeler (red.), *Review of personality and social psychology* (vol. 1, s. 193-218). Beverly Hills: Sage.
- Maslow, A. H. (1986). *W stronę psychologii istnienia*. Warszawa: PAX.
- Maslow, A. H. (1990). *Motywacja i osobowość*. Warszawa: PAX.
- McAdams, D. P. (1996). Personality, modernity, and the storied self: A contemporary framework for studying persons. *Psychological Inquiry*, 7, 295-321.
- McAdams, D. P. (1997). The case for unity in the (post)modern self. W: R. D. Ashmore, L. J. Jussim (red.), *Self and identity: Fundamental issues* (s. 46-78). London: Oxford University Press.
- McGuire, W. J., McGuire, C. V. (1981). The spontaneous self-concept as affected by personal distinctiveness. W: M. D. Lynch, A. A. Norem-Hebeisen, K. J. Gergen (red.), *The self concept: Advances in theory and research* (s. 147-171). Cambridge, MA: Balinger.
- McGuire, W. J., McGuire, C. V. (1988). Content and process in the experience of self. W: L. Berkowitz (red.), *Advances in experimental social psychology* (vol. 21, s. 97-144). New York: Academic Press.
- McReynolds, P., Altrocchi, J., House, C. (2000). Self-pluralism: Assessment and relations to adjustment, life changes, and age. *Journal of Personality*, 68, 347-381.
- Mindell, A. (1991). *O pracy ze śniącym ciałem*. Warszawa: Pusty Obłok.

- Mindell, A. (1992). *Śniące ciało w związkach*. Warszawa: Santorski & Co.
- Mindell, A. (1995). *Praca nad samym sobą*. Warszawa: Nuit Magique.
- Mischel, W. (1968). *Personality and assessment*. New York: Wiley.
- Mischel, W. (1990). Personality dispositions revisited and revised: A view after three decades. W: L. A. Pervin (red.), *Handbook of personality: Theory and research* (s. 111-134). New York: Guilford Press.
- Morgan, A. J., Janoff-Bullman, R. (1994). Positive and negative self-complexity: Patterns of adjustment following traumatic versus non-traumatic life experiences. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 13, 65-85.
- Nowak, A., Vallacher, R. R. (1998). *Dynamical social psychology*. New York: Guilford Press.
- Obuchowski, K. (1995). *Przez galaktykę potrzeb*. Poznań: Zysk i S-ka.
- Ogilvie, D. M. (1987). The undesired self: A neglected variable in personality research. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52, 379-385.
- Oleś, P. K. (2003). *Wprowadzenie do psychologii osobowości*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe Scholar.
- Oppenheimer, L. (2002). Self or selves? Dissociative identity disorder and complexity of the self-system. *Theory & Psychology*, 12, 97-128.
- Ornstein, R. (1986). *Multimind*. Boston, MA: Houghton Mifflin.
- Pascual-Leone, J. (1983). Growing into human maturity: Toward a metasubjective theory of adult stages. W: P. B. Baltes, O. G. Brim Jr. (red.), *Life-span development and behavior* (t. 5, s. 117-156). New York: Academic Press.
- Paulhus, D. L., Martin, C. L. (1988). Functional flexibility: A new conception of interpersonal flexibility. *Journal of Personality and Social Psychology*, 55, 88-101.
- Pazy, A. (1985). A developmental approach to variability in experience of self. *Journal of Humanistic Psychology*, 25, 64-82.
- Pelham, B. W. (1991). On confidence and consequences: The certainty and importance of self-knowledge. *Journal of Personality and Social Psychology*, 60, 518-530.
- Perls, F. (1981). Cztery wykłady. W: K. Jankowski (red.). *Psychologia w działaniu* (s. 156-193). Warszawa: Czytelnik.
- Pervin, L. A. (1993). *Personality: Theory and research*. New York: Wiley.
- Pervin, L. A. (2002). *Psychologia osobowości*. Gdańsk: GWP.
- Putnam, F. W. (1997). *Dissociation in children and adolescents*. New York: Guilford Press.
- Rappoport, L., Baumgardner, S., Boone, G. (1999). Postmodern culture and the plural self. W: J. Rowan, M. Cooper (red.), *The plural self. Multiplicity in everyday life* (s. 93-106). London: Sage.
- Redfearn, J. W. T. (1994). Introducing subpersonality theory: A clarification of the theory of object relations and of complexes, with special reference to the I/not-I gateway. *Journal of Analytical Psychology*, 39, 283-309.
- Rhodewalt, F., Agustsdottir, S. (1986). Effects of self-presentation on the phenomenal self. *Journal of Personality and Social Psychology*, 50, 47-55.
- Richards, D. G. (1990). Dissociation and transformation. *Journal of Humanistic Psychology*, 30, 54-83.
- Roberts, B. W., Donahue, E. M. (1994). One personality, multiple selves: Integrating personality and social roles. *Journal of Personality*, 62, 199-218.

- Rogers, C. R. (1984). Teoria terapii osobowości i relacji interpersonalnych rozwinięta w oparciu o podejście skoncentrowane na kliencie. *Nowiny Psychologiczne*, 2-3, 1-91.
- Rogers, C. R. (2002). *O stawianiu się osobą*. Poznań: Dom Wydawniczy Rebis.
- Rogers, T. B. (1981). A model of the self as an aspect of the human information processing system. W: N. Cantor, J. F. Kihlstrom (red.), *Personality, cognition, and social interaction* (s. 193-214). Hillsdale: Erlbaum.
- Rosenberg, M. (1965). *Society and the adolescent self-image*. Princeton: Princeton University Press.
- Rosenberg, M., Schoenbach, C., Schooler, C., Rosenberg, F. (1995). Global self-esteem and specific self-esteem: Different concepts, different outcomes. *American Sociological Review*, 60, 141-156.
- Rosenberg, S. (1997). Multiplicity of selves. W: R. D. Ashmore, L. J. Jussim (red.), *Self and identity: Fundamental issues*. London: Oxford University Press.
- Rosenberg, S., Gara, M. A. (1985). The multiplicity of personal identity. W: P. Shaver (red.), *Self, situations, and social behavior* (vol. 6, s. 87-113). Beverly Hills: Sage.
- Ross, C. A. (1991). Epidemiology of multiple personality disorder and dissociation. *Psychiatric Clinics of North America*, 14, 503-517.
- Ross, C. A. (1997). *Dissociative identity disorder. Diagnosis, clinical features, and treatment of multiple personality*. New York: Wiley.
- Ross, C. A. (1999). Subpersonalities and multiple personalities: A dissociative continuum? W: J. Rowan, M. Cooper (red.), *The plural self. Multiplicity in everyday life* (s. 183-197). London: Sage.
- Rowan, J. (1990). *Subpersonalities: The people inside us*. London: Routledge.
- Rowan, J. (1993). *Discover your subpersonalities*. London: Routledge.
- Rowan, J. (1999). The normal development of subpersonalities. W: J. Rowan, M. Cooper (red.), *The plural self. Multiplicity in everyday life* (s. 11-27). London: Sage.
- Sarbin, T. R. (1986). The narrative as a root metaphor for psychology. W: T. R. Sarbin (red.), *Narrative psychology: The storied nature of human conduct* (s. 3-21). New York: Praeger.
- Satir, V. (2001). *Meine vielen Gesichter. Wer bin ich wirklich?* München: Kösel.
- Sato, T. (2005). The internal conflict model: A theoretical framework for integration. *Humanistic Psychologist*, 33, 33-44.
- Saunders, P. Skar, P. (2001). Archetypes, complexes and self-organization. *Journal of Analytical Psychology*, 46, 305-323.
- Scheier, M. F., Carver, C. S. (1985). The self-consciousness scale: A revised version for use with general populations. *Journal of Applied Social Psychology*, 15, 687-699.
- Schulz von Thun, F. (2002). *Miteinander reden 3. Das „innere Team“ und situationsgerechte Kommunikation*. Reinbek: Rowohlt.
- Schwartz, R. (1997). *Systemische Therapie mit der inneren Familie*. Stuttgart: Klett-Cotta.
- Schwartz, R. (1999). The internal family systems model. W: J. Rowan, M. Cooper (red.), *The plural self. Multiplicity in everyday life* (s. 238-253). London: Sage.
- Shoda, Y., Mischel, W., Wright, J. C. (1994). Intra-individual stability in the organization and patterning of behavior incorporating psychological situations into the idiographic analysis of personality. *Journal of Personality and Social Psychology*, 67, 674-687.
- Shore, A. N. (2004). *Dialogue between neurobiological research on the development of the self and the theory of the dialogical self*. Wykład zaprezentowany na Third International Conference on The Dialogical Self, Warszawa, 26-29 sierpnia.

- Shotter, J. (1999). Life inside dialogically structured mentalities: Bakhtin's and Voloshinov's account of our mental activities as out the world between us. W: J. Rowan, M. Cooper (red.), *The plural self. Multiplicity in everyday life* (s. 71-92). London: Sage.
- Showers, C. (1992). Compartmentalization of positive and negative self-knowledge: Keeping bad apples out of the bunch. *Journal of Personality and Social Psychology*, 62, 1036-1049.
- Showers, C. J., Zeigler-Hill, V. (2003). Organization of self-knowledge: Features, functions, and flexibility. W: M. R. Leary, J. P. Tangney (red.), *Handbook of self and identity* (s. 47-67). New York: Guilford Press.
- Silverman, L. H., Weinberger, J. (1985). Mommy and I are one: Implications for psychotherapy. *American Psychologist*, 40, 1296-1308.
- Snyder, M. (1974). The self-monitoring of expressive behavior. *Journal of Personality and Social Psychology*, 30, 4, 526-537.
- Stamboliev, R. (1992). *The Energetics of Voice Dialogue*. Mendocino, CA: Liferhythm.
- Stemplewska-Żakowicz, K. (2002a). Koncepcje narracyjnej tożsamości. Od historii życia do dialogowego Ja. W: J. Trzebiński (red.), *Narracja jako sposób rozumienia świata* (s. 81-113). Gdańsk: GWP.
- Stemplewska-Żakowicz, K. (2002b). Umysł dyskursywny. Propozycje teoretyczne podejścia dyskursywnego w psychologii. W: I. Kurcz, J. Bobryk (red.), *Psychologiczne studia nad językiem i dyskursem* (s. 195-227). Warszawa: Wydawnictwo Instytutu Psychologii PAN.
- Stemplewska-Żakowicz, K. (2004). *O rzeczach widywanych na obrazkach i opowiadanych o nich historiach. TAT jako metoda badawcza i diagnostyczna*. Warszawa: Academica SWPS.
- Sterba, R. (1934). The fate of the ego in analytic therapy. *International Journal of Psycho-Analysis*, 15, 117-126.
- Stiles, W. B., Benjamin, L. S., Elliott, R., Fonagy, P., Greenberg, L. S., Hermans, H. J. M., Bucci, W. S., Karon, B. P., Leiman, M. (1997). Multiple voices: A virtual discussion. *Journal of Psychotherapy Integration*, 7, 241-262.
- Stiles, W. B., Osatuke, K., Glick, M., J., Mackay, H. C. (2004). Encounters between internal voices generate emotion: An elaboration of the assimilation model. W: H. J. M. Hermans, G. DiMaggio (red.), *The dialogical self in psychotherapy* (s. 91-107). Hove: Brunner-Routledge.
- Stone, H., Stone, S. (1994). *Du bist viele*. München: Heyne.
- Stone, H., Stone, S. (2003). *Wewnętrzny krytyk*. Łódź: Ravi.
- Stone, H., Stone, S. (2004). *Obejmując nasze „Ja”*. Podręcznik metody Voice Dialogue. Poznań: Zysk i S-ka.
- Story, A. L. (2004). Self-esteem and self-certainty: A mediational analysis. *European Journal of Personality*, 18, 115-125.
- Suler, J. R. (2002). Identity Management in Cyberspace. *Journal of Applied Psychoanalytic Studies*, 4, 455-460.
- Swann, W. B., Jr., Griffin, J. J., Jr., Predmore, S. C., Gaines, B. (1987). The cognitive-affective crossfire: When self-consistency confronts self-enhancement. *Journal of Personality and Social Psychology*, 43, 59-66.
- Szymkiewicz-Kowalska, B. (red.) (2003). *Po drugiej stronie kłopotów. Psychologia procesu w teorii i praktyce*. Warszawa: Elders Academy Press.
- Tajfel, H. (1982). Stereotypy społeczne i grupy społeczne. *Studia Psychologiczne*, 20, 5-25.

- Triandis, H. C. (1989). The self and social behavior in differing cultural contexts. *Psychological Review*, 96, 506-520.
- Trzebińska, E. (1998). *Dwa wizerunki własnej osoby. Kliniczne i empiryczne studia nad tożsamością*. Warszawa: Wydawnictwo Instytutu Psychologii PAN.
- Trzebińska, E. (2002). Automatic and controlled processing in self-understanding. *Polish Psychological Bulletin*, 33, 27-35.
- Turner, J. C. (2001). Teoria autokategoryzacji. W: A. Manstead, M. Hewstone (red.), *Encyklopedia Blackwella; psychologia społeczna* (s. 632-634). Warszawa: Santorski & Co.
- Vallacher, R. R., Nowak, A. (red.) (1994). *Dynamical systems in social psychology*. San Diego: Academic Press.
- Vallacher, R. R., Nowak, A. (2000). Landscapes of self-reflection: Mapping the peaks and valleys of self-evaluation. W: A. Tesser, R. Felson, J. Suls (red.), *Psychological perspectives on self and identity* (s. 35-65). Washington, DC: American Psychological Association.
- Van der Meulen, M. (2001). Developments in self-concept theory and research: Affect, context, and variability. W: H. A. Bosma, E. S. Kunnen (red.), *Identity and emotion. Development through self-organization* (s. 10-38). New York, NY: Cambridge University Press.
- Vargiu, J. G. (1974). Psychosynthesis workbook: Subpersonalities. *Synthesis*, 1, WB1-WB74.
- Vaughan, F. (1985). Discovering transpersonal identity. *Journal of Humanistic Psychology*, 25, 13-38.
- Walsh, R. (1983). Meditation practice and research. *Journal of Humanistic Psychology*, 23, 18-50.
- Watkins, J. G., Watkins, H. H. (1979). Ego states and hidden observers. *Journal of Altered States of Consciousness*, 5, 3-18.
- Watkins, J. G., Watkins, H. H. (1997). *Ego states. Theory and therapy*. New York: Norton & Company.
- Watkins, M. (1999). Pathways between the multiplicities of the psyche and culture: The development of dialogical capacities. W: J. Rowan, M. Cooper (red.), *The plural self. Multiplicity in everyday life* (s. 254-268). London: Sage.
- Wertsch, J. V. (1991). *Voices of the mind. A sociocultural approach to mediated action*. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Westen, D. (1992). The cognitive self and the psychoanalytic self: Can we put our selves together? *Psychological Inquiry*, 3, 1-13.
- Whelton, W. J., Greenberg, L. S. (2004). From discord to dialogue: Internal voices and the organization of the process-experiential therapy. W: H. J. M. Hermans, G. Dimaggio (red.), *The dialogical self in psychotherapy* (s. 108-123). Hove: Brunner-Routledge.
- Wicklund, R. A., Eckert, M. (1992). *The self-knower: A hero under control*. New York: Plenum.
- Winczo, M. (1994). Dwa kody – dwa światy? Czyli o tym, co może wynikać z odmiennej genetyki kodów: percepcyjno-wyobraźniowego i słowno-twierdzeniowego. W: M. Jarymowicz (red.), *Poza egocentryczną perspektywą widzenia siebie i świata* (s. 215-230). Warszawa: Wydawnictwo Instytutu Psychologii PAN.
- Winnicott, D. W. (1965). *The maturational process and the facilitating environment*. London: Hogarth Press.
- Witteman, A. S. (2000). *Die Intelligenz der Psyche. Wie wir ihrer verborgenen Ordnung auf die Spur kommen*. München: Kösel.

- Wojciszke, B. (1986). Struktura „Ja”, wartości osobiste i zachowanie. W: J. Koziński (red.), *Monografie psychologiczne* (t. 52, s. 12-47). Wrocław-Warszawa-Kraków-Gdańsk-Łódź: Zakład Narodowy Imienia Ossolińskich-Wydawnictwo PAN.
- Wolfe, R. N., Lennox, R. D., Cutler, B. L. (1986). Getting along and getting ahead: Empirical support for a theory of protective and acquisitive self-presentation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 50, 356-361.
- Zaborowski, Z. (1994). *Współczesne problemy psychologii społecznej i psychologii osobowości*. Warszawa: Profi.
- Zajonc, R. B. (1960). The process of cognitive tuning in communication. *Journal of Abnormal and Social Psychology*, 61, 159-167.
- Zamansky, H. S., Bartis, S. (1985). The dissociation of an experience: The hidden observer observed. *Journal of Abnormal Psychology*, 94, 243-248.

VARIETIES OF SELF-MULTIPLICITY

S u m m a r y

Many contemporary theorists have proposed that the self is not unitary but multifaceted, composed of aspects, subelves, or subpersonalities. Individuals differ in the number of their subelves and their self-complexity. The paper introduces the theories which take into account the pluralism of both the self-as-known and the self-as-knower. These theories come mostly from social psychologists, personality psychologists and psychotherapists. The most commonly proposed types of self-subsystems are discussed. The paper also describes possible processes through which differentiated self-conceptualizations are organized and integrated.

Key words: self-concept, self-multiplicity, multiple selves, self-complexity, self-variability, self-pluralism, dialogical self, subpersonalities, dissociation, polypsychism, integration.