

Agnieszka Laskowska

STRESZCZENIE ROZPRAWY DOKTORSKIEJ PO POLSKU

pt.:

Positive orientation and self-regulation: mediating role of coherence, resiliency and self-efficacy (Orientacja pozytywna a samoregulacja: pośrednicząca rola koherencji, prężności i przekonania o własnej skuteczności)

Orientacją pozytywną nazywamy naturalną inklinację do pozytywnego wartościowania siebie, świata i przyszłości. Natomiast samoregulacja to zdolność kontrolowania własnych stanów wewnętrznych oraz innych reakcji organizmu. Wyraża się ona w rozmaitych aspektach realizacji dążeń osobistych: zaangażowaniu, stopniu realizacji i prawdopodobieństwie realizacji. Główne pytanie badawcze brzmiało: Jaka jest natura związku między pozytywną orientacją a samoregulacją? Łącznie w trzech badaniach przebadano 1080 osób w wieku od 19 do 40 lat. Zastosowano szereg narzędzi badawczych. W pierwszym badaniu wykazano związek orientacji pozytywnej z samoregulacją. Wykazano, że pozytywna orientacja jest związana z samoregulacją jako cechą, ale tylko za pośrednictwem prężności i koherencji. Drugie badanie było dwuetapowe. W pierwszej części zastosowano sześć narzędzi badawczych, a w drugiej – metodę dzienniczkową, w której badani generowali listę pięciu dążeń osobistych każdego dnia, a następnie oceniali ich realizację pod kątem skutecznej samoregulacji. Cała procedura trwała dziesięć dni. W tym badaniu postulowano, iż osoby charakteryzujące się orientacją pozytywną będą wykazywały większą efektywność samoregulacji i będą też skuteczniej realizowały osobiste dążenia. Aby uchwycić wewnątrz-indywidualne zróżnicowanie posiadanych celów zastosowano wielopoziomową analizę regresji. Dzięki przeprowadzonym analizom stwierdzono, iż jak ktoś ma większą samokontrolę, tym bardziej będzie się ona przekładała na działania, co się z kolei przekłada na realizację dążenia. Pozytywna orientacja przekłada się na dzienną regulację. Jednakże efekt pozytywnej orientacji na codzienną samoregulację, czy to poprzez mediator przekonanie o własnej skuteczności, czy cechę samoregulacji, wykazuje istotność na zauważalnym poziomie, gdy uwzględnia się oba mediatory. Z kolei trzecie badanie wykazało, że Wielka Piątka cech osobowości - ekstrawersja, neurotyczność i sumienność - mogą niezależnie wyjaśniać samoregulację jako cechę, bez konieczności odwoływania się do pozytywnej orientacji.

STRESZCZENIE ROZPRAWY DOKTORSKIEJ PO ANGIELSKU

pt.:

Positive orientation and self-regulation: mediating role of coherence, resiliency and self-efficacy (Orientacja pozytywna a samoregulacja: pośrednicząca rola koherencji, preżności i przekonania o własnej skuteczności)

Positive orientation is a natural inclination to positively evaluate oneself, the world and the future. On the other hand, self-regulation is the ability to control one's own internal states and other reactions of the body. It is expressed in various aspects of the realization of personal strivings: commitment, the degree of realization and the probability of realization. The main research question was: What is the nature of the relationship between positive orientation and self-regulation? In total, 1080 people aged 19 to 40 were examined in three studies. A number of research tools were used. In the first study, the relationship of positive orientation with self-regulation as a trait was confirmed. It was shown that positive orientation is related to self-regulation as a trait, it is only through resiliency and coherence. The second study revealed was a two-stage study. In the first part, six research questionnaires were used, and in the second - the diary method, in which the subjects generated a list of five personal aspirations each day and then assessed realization on the angle of effective self-regulation. The entire procedure took ten days. It was postulated in this study that people characterized by a positive orientation will show greater effectiveness of self-regulation and will also effectively fulfill their personal strivings. In order to capture the intra-individual differentiation of the possessed goals, a multi-level regression analysis was used. Thanks to the analyzes carried out, it was found that if someone has more self-control, the more he/she will be in action, which in turn translates into the implementation of the striving. Positive orientation translates into daily regulation. However, the effect of positive orientation on daily self-regulation, whether through the mediator of self-efficacy or the trait of self-regulation, shows significance at a noticeable level when both mediators are taken into account. In turn, third study demonstrated that the Big Five traits - extraversion, neuroticism, and conscientiousness - can independently explain trait self-regulation, without relying on positive orientation.