

**MONIKA OBREBSKA, JOANNA ZINCZUK-ZIELAZNA**

Uniwersytet im. Adama Mickiewicza, Poznań

## **STYLE RADZENIA SOBIE Z BODŹCAMI ZAGRAŻAJĄCYMI A CZĘSTOŚĆ UŻYCIA PARTYKUŁ W WYPOWIEDZIACH JAKO WSKAŹNIK LĘKU W SYTUACJI SPOŁECZNEJ EKSPOZYCJI**

Słowa kluczowe: lęk, partykuły, style radzenia sobie z bodźcami zagrażającymi, wyparcie.

### **STRESZCZENIE**

Weinberger i współpracownicy wyróżnili trzy podstawowe grupy osób różniących się pod względem stylu radzenia sobie z bodźcami zagrażającymi: niskolękowe, wysokolękowe i stosujące wyparcie. W badaniu własnym postanowiliśmy przyjrzeć się wypowiedziom osób badanych, wyłonionych zgodnie z kryteriami Weinbergera, pod kątem częstości użycia partykuł, które uznawane są w literaturze za jeden z bardziej wiarygodnych leksykalnych wskaźników lęku. W badaniu przesiewowym wzięło udział 570 studentów, z których wyłoniono 90 osób zakwalifikowanych do jednej z trzech grup: osób wysokolękowych (N = 30), niskolękowych (N = 30) i wypierających (N = 30). Zadanie badawcze, którego celem było wzbudzenie lęku, polegało na wygłoszeniu kilkuminutowego przemówienia przed audytorium ekspertów i kamerą. Teksty zarejestrowanych wypowiedzi zostały przepisane i zanalizowane pod kątem częstości użycia partykuł, oznaczanych zgodnie ze *Słownikiem gniazdowym partykuł polskich*. Uzyskane wyniki generalnie potwierdziły zakładaną zależność: partykuły okazały się dobrym wskaźnikiem lękowego pobudzenia, różnicując istotnie osoby wysokolękowe, niskolękowe i stosujące wyparcie.

### **WPROWADZENIE**

W badaniach psychologicznych w celu diagnozy poziomu lęku stosuje się najczęściej metody testowe, takie jak popularny Inwentarz Stanu i Cechy Lęku STAI Spielbergera, Gorsucha i Lushene'a (Wrześniewski, Sosnowski, Matusik 2002). Narzędzie to składa się z dwóch podskal: pierwsza (X-1) służy do badania lęku rozumianego jako przejściowy i uwarunkowany sytuacyjnie stan jednostki, którego dominującą cechą jest uczucie silnego zagrożenia, druga zaś (X-2) mierzy cechę lęku rozumianą jako względnie stały wymiar osobowości, wyrażony gotowością do reagowania lękiem w pewnych sytuacjach. Zaletą metod testowych jest łatwość wykonania, wadą — ich deklaracyjny charakter, a więc także podatność na różnego typu świadome lub nieświadome próby zafałszowania wyniku. Aby je wykluczyć, badacze stosują często tak zwane skale kłamstwa, jak popularna Skala Aprobata Społecznej (Crowne, Marlowe 1960, 1964), wykorzystywana w badaniach o orientacji psychometrycznej, w których dokonuje się wery-

fikacji różnych testów ze względu na ich podatność na wpływ aprobaty społecznej i możliwość fałszowania wyników przez badanego, oraz w badaniach, w których diagnozuje się indywidualne różnice w nasileniu potrzeby aprobaty społecznej i związanej z nią skłonności do obronnego wypierania lub zaprzeczania posiadania niepożądanych cech.

Analizując wyniki osiągnięte przez osoby badane w skalach mierzących cechę lęku oraz skłonność do reagowania w sposób społecznie aprobowany, Weinberger, Schwartz i Davidson (1979) wyróżnili cztery grupy osób różniących się pod względem stylu radzenia sobie z bodźcami zagrażającymi: osoby niskolękowe, wysokolękowe, stosujące wyparcie i wysokolękowe o nastawieniu obronnym. Tworząc tę typologię, Weinberger i współpracownicy zauważyli, że grupa osób osiągająca niski wynik na skali cechy lęku nie jest homogeniczna. Składa się z grupy osób rzeczywiście w niskim stopniu lękowych oraz grupy osób reagujących w warunkach stresu dużym pobudzeniem fizjologicznym i behawioralnym pomimo deklarowania niskich wyników na skalach lękowości. Identyfikując i opisując tę drugą grupę, badacze jednocześnie zaproponowali nowy sposób conceptualizacji opisanego na gruncie psychoanalizy mechanizmu wyparcia. Ujmując represję w kategoriach zmiennej osobowościowej, jako jeden ze stylów radzenia sobie, umożliwili zastosowanie bogatej i precyzyjnej metodologii psychologii poznawczej oraz podejście eksperymentalne do badania tego zjawiska.

W badaniu własnym postanowiłyśmy przyjrzeć się wypowiedziom osób badanych — wyłonionych zgodnie z kryteriami Weinbergera i współpracowników za pomocą metod kwestionariuszowych — w celu porównania częstości użycia partykuł uznawanych przez wielu badaczy (Morreale, Spitzberg, Barge 2001/2008) za jeden z bardziej wiarygodnych werbalnych wskaźników lęku. Interesowało nas, czy osoby wysokolękowe i wypierające będą częściej niż niskolękowe wypełniały swoje wypowiedzi partykułami, ujawniając w ten sposób — poza świadomą kontrolą — swoje lękowe pobudzenie.

#### STYLE RADZENIA SOBIE Z BODŹCAMI ZAGRAŻAJĄCYMI

Zdaniem Weinbergera i współpracowników (1979), osoby prawdziwie niskolękowe (*low-anxious*) to te, których wyniki plasują się nisko, zarówno na skali cechy lęku, jak i potrzeby aprobaty społecznej (obronności), co wskazuje na brak skłonności do fałszowania wyników testu w kierunku lepszego psychologicznego przystosowania. U osób niskolękowych występuje niski poziom lęku zarówno w samoopisie, jak i pozostałych wskaźnikach procesu emocjonalnego: behawioralnych i fizjologicznych. Grupa druga to osoby wysokolękowe (*high-anxious*), charakteryzujące się wysokim natężeniem cechy lęku i niską potrzebą aprobaty społecznej (obronnością). Osoby te silnie doświadcniają lęku i o doznaniach tych chętnie opowiadają.

W kolejnej grupie znajdują się osoby stosujące wyparcie (*repressors*), które osiągają niskie wyniki na skali cechy lęku, a wysokie na skalach potrzeby aprobaty społecznej (obronności). Wyniki badań prowadzonych w tym obszarze wskazują, że osoby wypie-

rające przejawiają niewielką skłonność do świadomego doświadczania lęku podczas stresującego zadania, ale jednocześnie ujawniają wysoki lęk poprzez wskaźniki fizjologiczne i behawioralne (Asendorph, Scherer 1983; Derakshan, Eysenck 1997, 2001a, 2001b). Ciekawy nurt badań nad tym obszarem dotyczy zagadnienia, czy osoby represywne unikają bodźców zagrażających intencjonalnie i świadomie czy też w sposób automatyczny i nieświadomy. Dylemat ten pozostaje wciąż do końca nierozstrzygnięty (por. Zinczuk, Draheim 2009). Niektórzy badacze (np. Weinberger, Davidson 1994) przyjmują, że osoby stosujące wyparcie relacjonują przeżywanie znacznie niższego natężenia emocji w porównaniu do poziomu ich pobudzenia fizjologicznego i ekspresyjnego, ponieważ unikają doświadczania emocji na świadomym poziomie, dokonują obronnego samooszukiwania i są głęboko przekonane, iż nie przejawiają skłonności do przeżywania lęku i innych negatywnych emocji. Część badaczy (np. Baumeister, Cairns 1992) przyjmuje jednakże, iż osoby opisywane jako represywne w pewnych sytuacjach mogą rozmyślnie szacować poziom lęku poniżej faktycznie doświadczanego oraz intencjonalnie kierować wywieranym wrażeniem, prezentując się w bardziej korzystnym świetle.

Ostatnią grupę tworzą osoby wysokolękowe o nastawieniu obronnym (*defensive high-anxious*), osiągające wysokie wyniki zarówno na skali lęku jako cechy, jak i potrzeby aprobaty społecznej (obronności). Stanowią najmniej poznaną do tej pory grupę, wyrażającą dyskomfort w okolicznościach ujawniania informacji wymaganych w badaniach, zakłopotane i martwiące się.

Powyższe charakterystyki podsumowuje rys. 1.

Osoby niskolękowe	Osoby wysokolękowe	Osoby wypierające	Osoby wysokolękowe o nastawieniu obronnym
<ul style="list-style-type: none"> <li>• niski lęk (cecha)</li> <li>• niska obronność (aprobata społ.)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• wysoki lęk (cecha)</li> <li>• niska obronność (aprobata społ.)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• niski lęk (cecha)</li> <li>• wysoka obronność (aprobata społ.)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• wysoki lęk (cecha)</li> <li>• wysoka obronność (aprobata społ.)</li> </ul>

Ryc. 1. Cztery style radzenia sobie z bodźcami zagrażającymi w ujęciu Weinbergera i współpracowników (1979)

Newton i Contrada (1992) w swoim badaniu prosili niskolękowych, stosujących wyparcie i wysokolękowych uczestników badań o wygłoszenie przemowy w warunkach prywatnych i w warunkach publicznej ekspozycji. Dokonywano pomiaru reakcji fizjologicznych i proszono badanych o sprawozdanie na temat doświadczanego przez nich lęku. Szczególnie interesujące okazały się wyniki uzyskane w warunkach społecznej ekspozycji. U osób stosujących wyparcie w sytuacji zagrożenia społeczną oceną w największym stopniu, w porównaniu do pozostałych grup, wzrosło tempo pracy serca, czemu towarzyszył jedynie niewielki wzrost w szacowaniu doświadczanego przez siebie lęku. Podobny wzorzec nie ujawnił się w warunkach niezagrażających oceną społeczną. Osoby wysokolękowe, przeciwnie, relacjonowały znaczny wzrost doświadczania negatywnego afektu, przy jedynie niewielkim przyspieszeniu tempa

pracy serca. Odnotowano jedynie niewielki wzrost na obu wymiarach u osób niskolękowych.

W badaniach Zinczuk (2008) osoby wypierające, wysokolękowe i niskolękowe poproszone zostały o wygłoszenie kilkuminutowego wystąpienia w warunkach społecznej ekspozycji (przed dwuosobową grupą ekspertów). Rejestrowano ich zachowania mimiczne przy użyciu kamery, które zanalizowane zostały przy użyciu Systemu Kodowania Ruchów Twarzy (FACS). Po wygłoszeniu przemówienia badani szacowali doświadczone przez siebie emocje podczas odsłuchiwania nagrania swoich wypowiedzi. Analiza zachowań mimicznych wykazała, że osoby stosujące wyparcie uzyskały najwyższą średnią w zakresie ekspresji emocji strachu. Był to poziom nieróżniący się istotnie od uzyskanego przez osoby wysokolękowe, natomiast istotnie wyższy od uzyskanego przez osoby niskolękowe. W przypadku komponentu doznaniowego obserwujemy odwrotną zależność. W zakresie doświadczania emocji negatywnych osoby wypierające uzyskały wyniki zbliżone do osób niskolękowych i istotnie niższe od osób wysokolękowych. Podobnie w zakresie doznania wstydu wyniki osób wypierających zbliżone były do wyników osób niskolękowych i były zdecydowanie niższe od uzyskiwanych przez osoby wysokolękowe. Osoby wypierające, w zakresie komponentu ekspresyjnego emocji funkcjonują prawdopodobnie w sposób zbliżony do osób wysokolękowych, a w zakresie komponentu doznaniowego — jak osoby niskolękowe. Można zatem uznać, że proces emocjonalny, o którym wnioskujemy na podstawie wskaźników ekspresyjnych, nie odzwierciedla się w ich subiektywnych doznaniach.

Poszukując wskaźników stanu lęku, badacze posługiwali się więc najczęściej metodami mierzącymi aspekt fizjologiczny emocji (np. rytm pracy serca) lub różnego typu zachowania ekspresyjne (np. ekspresja mimiczna). W badaniu własnym postanowiłyśmy zanalizować wypowiedzi osób badanych, które poza ich świadomą kontrolą mogą ujawniać ich lękowe pobudzenie. Analizie poddano teksty wypowiedzi trzech grup osób, wyłonionych zgodnie z kryteriami Weinbergera, Schwartza i Davidsona — grupę osób niskolękowych, osób o wypierającym stylu radzenia sobie z bodźcami zagrażającymi oraz osób wysokolękowych — w celu porównania częstotliwości użycia partykuł, które uznawane są za jeden z ważniejszych werbalnych wskaźników lęku.

#### WERBALNE WSKAŹNIKI LĘKU

W literaturze przedmiotu znaleźć można sporo badań na temat werbalnych wskaźników lęku (por. Bucci, Freedman 1981; Weintraub 1989; Argaman 2010; Szepietowska, Gawda 2011). Zakłada się w nich, że lękowe pobudzenie znajduje swoje nieuświadomiane odzwierciedlenie w strukturze języka badanych osób, szczególnie w jego warstwie leksykalnej.

Zdaniem Weintrauba (1989), który badał mechanizmy obronne za pomocą analizy kategorii zaimków, przeczeń i ekspresji emocji, zaburzenia lękowe wiążą się z częstszym używaniem zaimka *ja*, zaprzeczeń (m.in. partykuły *nie*, zaimków *nikt*, *żaden*) oraz

tw. *explainers* — spójników i wyrażen służących do wyrażania przyczynowości (np. *bo, ponieważ, w związku z tym*). Weintraub i Aronson (1974, 1989) łączą ich użycie z potrzebą usprawiedliwiania się i poszukiwania wyjaśnień, która nasila się pod wpływem lękowego pobudzenia, Natale, Dahlberg i Jaffe (1978) — z wysokim poziomem obronności. Podobnie w badaniu własnym (Obrębska, Zinczuk-Zielazna 2016) najwyższy wskaźnik wyrażen przyczynowych wystąpił w grupie osób wypierających, dla których charakterystyczna jest skłonność do blokowania percepcji zagrożenia i zaprzeczania negatywnym emocjom, najniższy zaś — w grupie osób niskolękowych, o niskim poziomie lęku i niskiej obronności.

W innych badaniach Bucci i Freedman (1981) opisali wzór używania zaimków przez osoby odczuwające lęk w stanach depresyjnych (częste używanie zaimka *ja*, występujące jednocześnie z brakiem zaimków w drugiej i trzeciej osobie), Pennebaker, Mehl i Niederhoffer (2003) zaś zwrócili uwagę na znaczenie tzw. *cognitive words* — słów opisujących procesy wglądu i dochodzenia do zrozumienia, przewartościowania przeszłych zdarzeń, które są ważnym wskaźnikiem obniżenia poziomu lęku i poprawy stanu zdrowia psychicznego. Z kolei Argaman (2010) zanalizował wpływ napięcia emocjonalnego na sposób wypowiedzania się. Na podstawie przeprowadzonego eksperymentu, w którym osoby badane opisywały emocje doświadczane podczas oglądania filmów, wyróżnił szereg werbalnych wskaźników dużego natężenia afektywnego, jak np. leksykalne intensyfikatory (np. *najbardziej*), leksykalne reduktory (np. *najmniej*), powtórzenia, zaimki i czasowniki w pierwszej osobie liczby pojedynczej, porównania i metafory, wykrzykniki, interiekcje oraz opisowe akcentowanie czegoś.

W Polsce wpływem lęku na strukturę wypowiedzi zajmowała się m.in. Gawda (2007). W swoich badaniach nad osobowością antyspołeczną zauważyła, że wysoki poziom lęku pozytywnie koreluje z długością konstrukcji narracyjnych, częstością opisywania działań oraz ilością określeń kategoriycznych, jak np.: *zawsze, nigdy, nic, w ogóle*, które wiążą się z niższą tolerancją niepewności i potrzebą natychmiastowego rozstrzygnięcia, redukującego wieloznaczność i wątpliwości.

Podobnie dla Ertela (1986) lękowe pobudzenie wyraża się większym stopniem dogmatyzacji wypowiedzanych treści, co potwierdziło również badanie własne (Zinczuk-Zielazna, Obrębska 2016). Wykazano w nim, że osoby o wysokim poziomie lęku (uświadamianym bądź wypieranym) istotnie częściej niż osoby niskolękowe posługują się w swoich wypowiedziach wyrażeniami dogmatycznymi (np. *zawsze, wszyscy, nikt, całkowicie, trzeba, na pewno*), a znacznie rzadziej — niedogmatycznymi, wyrażającymi wątpliwości i brak pewności (np. *czasem, rzadko, może, prawie, chyba*). Wnioski te zgodne są z wynikami klasycznych badań Rokeacha (1960), kontynuowanych współcześnie między innymi przez Rappaporta (1978, 1979), Redferinga (1979) i Johnson (2010). Wynika z nich, że takie cechy struktury przekonań, uzewnętrzniające się w wypowiedziach osób o wysokim poziomie lęku, jak: nadmierna generalizacja, sztywność, poczucie przymusu, zamknięcie na wpływy, izolacja poglądów i silne przekonanie o ich prawdziwości, uznać można za zespół reakcji obronnych, służących ochronie przed lękiem i przed całkowitym chaosem. Dogmatyczna struktura przekonań

wprowadza pewien ład i porządek, dając złudne poczucie kontroli nad rzeczywistością i panowania nad własnymi emocjami.

Najwięcej badań poświęcono jednak roli partykuł jako wiarygodnych wskaźników lękowego pobudzenia. Partykuła jest nieodmiennym, luźnym morfemem, wyrażającym różne kategorie modalne (Grzegorzczkowska, Laskowski, Wróbel (red.) 1998). Zalicza się ją do wyrażen metatekstowych, niewchodzących w związki syntaktyczne z innymi elementami wypowiedzenia. Urbańczyk (1994: 246) określa partykułę jako „składnik dodatkowy”, gdyż można ją usunąć z tekstu bez żadnych konsekwencji gramatycznych (składniowych). Dla Morreale, Spitzberga i Barge (2001/2008: 607) partykuły pełnią często w wypowiedzi rolę „wokalizowanych pauz”, maskujących lęk i zdenerwowanie mówcy. Przerwywają one właściwy tok wystąpienia i mogą być rozpraszające dla słuchaczy. Ich zadaniem jest często „beztreściowe” zastępowanie niektórych fragmentów wypowiedzi, a ich obecność w tekście uznawana jest za jedną z miar jego spójności (Wierzbička 1971; Maher 1980; Leathers 1997/2007). W tym kontekście Ożóg (1990: 108) nazywa partykuły „metatekstowymi protezami językowymi”.

Również Mahl (1987b) poświęcił w swoich badaniach wiele uwagi pauzom, zakłóceniom i „drobnym” częściom mowy jak zaimki, spójniki i partykuły, które pojawiają się — jego zdaniem — w wypowiedziach częściej, gdy mówiący odczuwa lęk. Badał on wypowiedzi pacjentów w trakcie psychoterapii (Mahl 1956), język dzieci określanych jako lękowe (Zimbaro, Mahl, Barnard 1963) oraz mowę spontaniczną osób zdrowych w sytuacjach wzbudzających lęk (Kasl, Mahl 1965; Mahl 1987a) i stwierdził, że stosunek liczby zakłóceń (partykuły często, jego zdaniem, pełnią taką rolę) do ogólnej liczby wypowiedzianych słów jest pozytywnie skorelowany z lękiem. Proporcję tę można więc uznać za miarę niepokoju mówiącego. Potwierdza to również wynik badań nad wyborami leksykalnymi osób chorujących na schizofrenię (Obrębska, Obrębski 2007; Obrębska 2010): liczba partykuł w wypowiedziach osób chorych była istotnie wyższa niż w wypowiedziach osób zdrowych, co powiązać można z wysokim poziomem lęku, towarzyszącym schizofrenii.

Wyniki powyższych badań uzasadniają uznanie częstości użycia partykuł za jeden z ważnych werbalnych wskaźników doświadczanego lęku. W prezentowanym badaniu własnym postanowiliśmy sprawdzić, czy osoby wysokolękowe, wypierające i niskolękowe będą istotnie różnić się częstością użycia partykuł w tekstach wypowiedzi podczas stresującej sytuacji społecznej ekspozycji. Zgodnie z sugestią Bąka (1993) wyróżniłyśmy partykuły twierdzące (w tym: epistemiczne, komentujące mówienie, konkluzywne, porównywania i uzupełniania<sup>1</sup>) oraz przeczące, które — jak pokazują m.in. badania Weintrauba (1989) i Gawdy (2010) — współwystępują z wysokim poziomem lęku i obronności. Przypuszczać więc można, że partykuły przeczące dominować będą w wypowiedziach osób wypierających, które mają tendencję do zaprzeczania własnym negatywnym emocjom i blokowania percepcji zagrożenia, twierdzące zaś — w wypowiedziach osób wysokolękowych, które charakteryzują się wysokim natężeniem lęku i niską obronnością. Częstość użycia partykuł — twierdzących i przeczących — powin-

<sup>1</sup> Podział zgodny z wykorzystywanym w pracy *Słownikiem gniazdowym partykuł polskich* (2014).

na być najniższa w wypowiedziach osób niskolękowych. Powyższe rozważania skłaniają do postawienia następujących hipotez badawczych:

H<sub>1</sub> Istnieją różnice w częstości użycia partykuł twierdzących pomiędzy osobami wysokolękowymi, wypierającymi i niskolękowymi: ich liczba jest najwyższa w wypowiedziach osób wysokolękowych, najniższa — w wypowiedziach osób niskolękowych.

H<sub>2</sub> Istnieją różnice w częstości użycia partykuł przeczących pomiędzy osobami wysokolękowymi, wypierającymi i niskolękowymi: ich liczba jest najwyższa w wypowiedziach osób wypierających, najniższa — w wypowiedziach osób niskolękowych.

#### METODA BADAWCZA

W celu weryfikacji powyższych hipotez przeprowadzono badanie, które składało się z dwóch etapów. Celem fazy badań kwestionariuszowych było wyłonienie grup osób reprezentujących style radzenia sobie według koncepcji Weinbergera i współpracowników oraz uzyskanie pierwszych danych na temat różnic między grupami. Wzięło w nich udział 570 studentów 14 różnych kierunków (pedagogiki specjalnej, pedagogiki ogólnej, filozofii, politologii, kognitywistyki, biologii, geografii, ochrony środowiska, filologii polskiej, filologii angielskiej, historii, muzykologii, historii sztuki, archeologii). Średnia wieku osób badanych wyniosła 21 lat.

W fazie badań laboratoryjnych wzięło udział 90 kobiet zakwalifikowanych do jednej z trzech grup: osoby wysokolękowe (N = 30), osoby wypierające (N = 30), osoby niskolękowe (N = 30), na podstawie wyników osiągniętych w Skali Cechy Lęku STAI w polskiej adaptacji Wrześniewskiego i współpracowników (2002) i Skali Aprobata Społecznej Marlowe'a–Crowne'a w polskiej adaptacji Siuty (1989), odbiegających o jedno odchylenie standardowe od średniej. Ponieważ przeprowadzona analiza skupień metodą k-średnich nie wykazała skupienia charakterystycznego dla osób wysokolękowych o nastawieniu obronnym, grupa ta nie brała udziału w badaniu. Oprócz powyższych skal osoby badane wypełniały jeszcze Inwentarz Reakcji Społecznie Aprobowanych (BIDR — *Balanced Inventory of Desirable Responding*). Jest to kwestionariusz mierzący tendencję do udzielania społecznie aprobowanych odpowiedzi w testach opartych na samopisie (Paulhus 1984, 1998). W odróżnieniu od wielu narzędzi służących do pomiaru aprobata społecznej BIDR (opierając się na teoretycznych i empirycznych analizach) wyodrębnia dwa jej wymiary: samooszukiwanie, czyli nieświadome zniekształcanie obrazu samego siebie, brak wglądu, tendencja do przedstawiania się w nieprawdziwie korzystnym świetle, blisko związana z narcyzmem, oraz kierowanie wrażeniem, czyli świadome fałszowanie wyników w kierunku dysymulacji celem wywarcia pozytywnego wrażenia na innych (por. Zinzuk, Draheim 2009). Kwestionariusz składa się z dwóch podskal po 20 pozycji każda (w tłumaczeniu Zinzuk-Zielaznej): Skali Samooszukiwania (SO) oraz Skali Kierowania Wrażeniem (KW).

Następnie osoby badane postawiono wobec zadania, które mogło być potencjalnie stresujące: wygłoszenia kilkuminutowego przemówienia przed dwuosobowym audytorium psychologów — ekspertów. Wystąpienie miało dotyczyć cech osobowości, które osoba badana lubi w sobie i tych, których w sobie nie lubi. Uczestnik badania miał ok. 10 minut na przygotowanie wystąpienia, następnie przechodził do innego pokoju, gdzie oczekiwało na niego audytorium. Po etapie swobodnej wypowiedzi członkowie audytorium zadawali osobom badanym osiem standardowych pytań dotyczących wystąpienia. Przemówienie rejestrowane było przy użyciu kamery cyfrowej, której obecność stanowiła kolejny potencjalnie stresujący czynnik.

Teksty zarejestrowanych wypowiedzi zostały przepisane w formacie programu Transcriber. Specjalnie opracowany na bazie *Słownika gniazdowego partykuł polskich* (Grochowski, Kisiel, Żabowska 2014) program komputerowy oznaczył automatycznie partykuły w przepisanych tekstach. Uwzględniono również partykuły przeczące według podziału Bąka. Oznakowanie naniesione automatycznie przez program wymagało ręcznej weryfikacji, wykonanej przez dwie konsultujące się osoby z wykształceniem filologicznym (pracownicy naukowcy z tytułem doktora) z uwzględnieniem ograniczeń zakresu użycia danego wyrażenia, przedstawionych w *Słowniku gniazdowym partykuł polskich*. Każdemu leksemowi partykułowemu trzeba było przypisać określoną interpretację semantyczną, co jest możliwe dopiero wówczas, gdy znany jest — jak podkreśla Grochowski (1986: 6) — „dopuszczalny dla danego leksemu zbiór kontekstów jego użycia”. Partykuły mylone są często z nieodmiennymi przysłówkami i spójnikami, przy ich ocenie ważne jest więc uwzględnienie ich właściwości syntaktycznych i semantycznych. Do dalszej analizy wybrano tylko te oznaczenia, co do których sędziowie byli ze sobą zgodni.

Do partykuł twierdzących włączyliśmy partykuły epistemiczne (np. *pewnie, prawdopodobnie, chyba, być może, na pewno, rzeczywiście, podobno*), komentujące mówienie (np. *jakby, raczej, właściwie, w sumie, po prostu*), konkluzywne (np. *mianowicie, krótko mówiąc, znaczy się, ewentualnie, w każdym razie*), porównywania (np. *nawet, również, chociażby, na ogół, przynajmniej, tylko, wreszcie, szczególnie*) i uzupełniania (np. *ponadto, poza tym, w dodatku, tym bardziej*) według *Słownika gniazdowego partykuł polskich*. Analiza partykuł przeczących ograniczona została do trzech, najczęściej występujących w języku polskim (Bąk 1993): *nie, ani, wcale*.

## WYNIKI

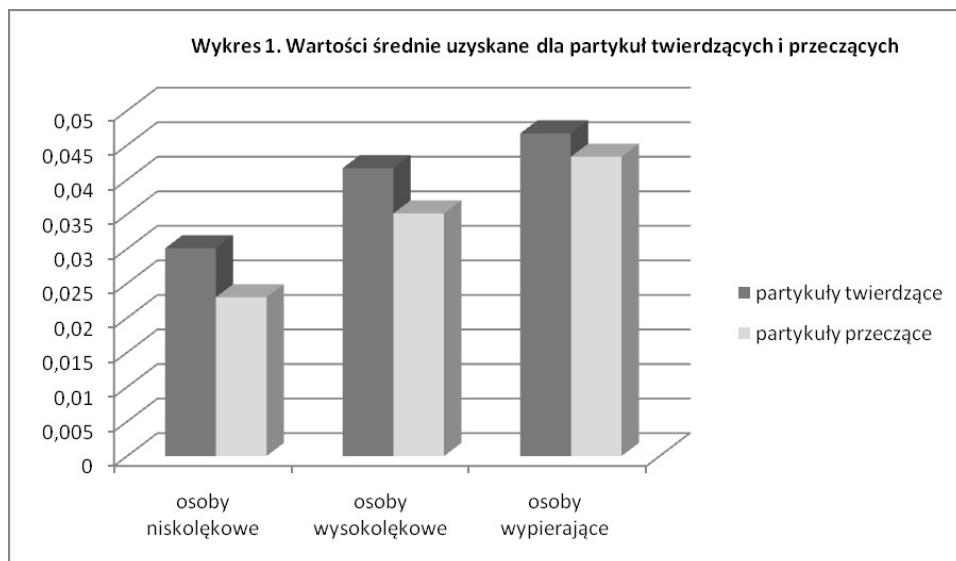
W badaniu obliczano stosunek partykuł twierdzących i przeczących do wszystkich użytych w tekście słów odrębnie dla poszczególnych osób. Wynik następnie był uśredniany w ramach trzech grup osób poddanych badaniom: osób niskolękowych, osób wysokolękowych i osób wypierających. Uzyskane wartości średnie i odchylenia standardowego przedstawia tabela 1.



<b>PARTYKUŁY TWIERDZĄCE</b>		
<b>Grupa</b>	<b>Wartości średnie</b>	<b>Wartości odchylenia standardowego</b>
Osoby niskolękowe	0.030	0.012
Osoby wysokolękowe	0.042	0.011
Osoby wypierające	0.047	0.018
<b>PARTYKUŁY PRZECZĄCE</b>		
Osoby niskolękowe	0.023	0.008
Osoby wysokolękowe	0.035	0.008
Osoby wypierające	0.043	0.009

Tabela 1. Wartości średnie i odchylenia standardowego dla partykuł twierdzących i przeczących

Wartości średnie uzyskane dla poszczególnych grup ilustruje wykres 1.



Największą liczbę partykuł, zarówno twierdzących, jak i przeczących, odnotowano w wypowiedziach osób wypierających, najmniejszą zaś — w wypowiedziach osób niskolękowych. Wynik ten zgodny jest z kierunkiem hipotezy  $H_2$  na temat różnic w użyciu partykuł przeczących. Hipoteza  $H_1$  potwierdzona została jedynie częściowo:

najwyższą liczbę partykuł twierdzących odnotowano w grupie osób wypierających, nie zaś w grupie osób wysokolękowych, jak zakładała hipoteza. Potwierdzony został natomiast najniższy średni wynik, uzyskany przez osoby niskolękowe. Grupą najmniej homogeniczną, o największym rozproszeniu wyników, okazała się grupa osób wypierających; wartości odchylenia standardowego w odniesieniu do pozostałych grup okazały się podobne.

W celu ustalenia poziomu istotności wykrytych różnic pomiędzy grupami osób niskolękowych (nl), wysokolękowych (wl) i wypierających (wp) posłużono się testem *post hoc* HSD Tukeya. Test ten uznawany jest (Krejtz, Krejtz 2007) za dość konserwatywny, dzięki czemu można mieć większe zaufanie do uzyskanych wyników. Testy *post hoc* zakładają poprawkę na liczbę wykonywanych porównań, tak aby ogólny poziom prawdopodobieństwa popełnienia błędu I rodzaju nie przekroczył wartości 0.05. Wyniki istotne statystycznie dla  $p < 0,05$  zaznaczono pogrubioną czcionką. Przedstawia je tabela 2.

<b>PARTYKUŁY TWIERDZĄCE</b>				
<b>Grupy</b>	<b>Różnica</b>	<b>Dolny przedział Ufności</b>	<b>Górny przedział Ufności</b>	<b>Istotność statystyczna</b>
<b>wp-nl</b>	<b>0.017</b>	<b>0.008</b>	<b>0.025</b>	<b><math>p &lt; 0.001</math></b>
<b>wl-nl</b>	<b>0.012</b>	<b>0.003</b>	<b>0.020</b>	<b>0.004</b>
wl-wp	-0.005	-0.013	0.003	0.345
<b>PARTYKUŁY PRZECZĄCE</b>				
<b>wp-nl</b>	<b>0.020</b>	<b>0.015</b>	<b>0.025</b>	<b><math>p &lt; 0.001</math></b>
<b>wl-nl</b>	<b>0.012</b>	<b>0.007</b>	<b>0.017</b>	<b><math>p &lt; 0.001</math></b>
<b>wl-wp</b>	<b>-0.008</b>	<b>-0.013</b>	<b>-0.003</b>	<b><math>p &lt; 0.001</math></b>

Tabela 2. Wyniki istotności statystycznej dla partykuł twierdzących i przeczących

W odniesieniu do partykuł twierdzących istotne okazały się różnice pomiędzy grupą osób niskolękowych a grupami osób wypierających i wysokolękowych, w odniesieniu do partykuł przeczących — wszystkie różnice okazały się istotne statystycznie. Obliczone miary efektu dla wszystkich różnic wskazują na bardzo dużą siłę związku między zmiennymi ( $d > 1$ ). Oznacza to, że istnieje silna zależność pomiędzy poziomem lęku a częstością używania partykuł przez badane osoby.

Na koniec obliczona jeszcze została korelacja parami metodą Pearsona. Okazało się, że partykuły twierdzące korelują istotnie ( $r = 0.323$ ) z partykułami przeczącymi (zależność dwustronna,  $p < 0,01$ ), te zaś — ze skłonnością do obronnego samooszukiwania ( $r = 0.298$ ,  $p < 0,01$ ) i ze skłonnością do świadomego kierowania wrażeniem ( $r = 0.216$ ,  $p < 0,05$ ).

## WNIOSKI

Przeprowadzony przez nas eksperyment potwierdził zaobserwowany także przez innych badaczy związek pomiędzy częstością użycia partykuł a lękiem (por. Mahl 1956, 1987a, 1987b; Kasl, Mahl 1965; Zimbardo, Mahl, Barnard 1963; Gawda 2007; Obrębska, Obrębski 2007). Osoby wysokolękowe uzyskały wynik istotnie wyższy od niskolękowych. *Novum* naszego badania polega na obserwacji, że próby tłumienia, wypierania czy blokowania emocji lęku jeszcze nasilają tendencję do posługiwania się partykułami. Najwyższy wskaźnik ich użycia wystąpił bowiem w grupie osób wypierających, dla których charakterystyczna jest skłonność do blokowania percepcji zagrożenia i zaprzeczania negatywnym emocjom. Osoby wypierające, zgodnie z wynikami badań Asendorpha i Scherera (1983), przejawiają niewielką skłonność do świadomego doświadczania lęku, ale jednocześnie ujawniają wysoki lęk poprzez wskaźniki fizjologiczne i behawioralne. Podobnie w naszym badaniu osoby wypierające uzyskały niskie wyniki na samoopisowej skali cechy lęku, wysokie zaś na behawioralnym wymiarze częstości użycia partykuł, który traktowany jest jako obiektywny i niepoddający się świadomej kontroli wskaźnik lękowego pobudzenia. Charakterystyczny dla osób wypierających brak wglądu w swoje stany emocjonalne uniemożliwia adekwatne radzenie sobie z nimi, co skutkuje nieświadomym odreagowaniem na innym poziomie. Partykuły, wyrażając różne kategorie modalne, sygnalizują emocjonalny stosunek do przedstawianych treści (Grochowski 1986; Gawda 2007). Ich największa liczba pojawiła się w wypowiedziach osób, które najsilniej próbowały emocje tłumić lub wypierać, co uznać można za nieświadomy sposób opracowywania doświadczanego w sytuacji eksperymentalnej lękowego pobudzenia.

Osoby wypierające w porównaniu z grupą osób niskolękowych istotnie częściej posługiwały się zarówno partykułami twierdzącymi, jak i przeczącymi. Ich wypowiedzi pełne więc były sprzecznych tendencji: akcentowania i zaprzeczania, wzmocnienia i negowania, co oddaje być może dynamikę przeżywaną przez nie emocji. Zgodne jest to z obserwacją Trompa, Kossa, Figueredo i Tharana (1995), którzy ustalili, że osoby o wysokim poziomie lęku, z diagnozą stresu pourazowego, używały więcej słów emocjonalnych o dużym natężeniu afektywnym, a także określeń o charakterze ambiwalentnym i niejednoznacznym. Partykuły, szczególnie oparte na perseweracjach, wprowadzają do wypowiedzi dynamikę i uwydatniają jej ekspresyjność, zaś ich zróżnicowanie pod względem znaku sprzyja wrażeniu ambiwalencji i złożoności (Maciuszek 2006; Gawda 2007).

Dylemat, czy osoby represywne unikają bodźców zagrażających świadomie czy też w sposób automatyczny i nieświadomy, także w naszym badaniu pozostał nierozstrzygnięty. Partykuły przeczące korelują zarówno ze Skalą Samooszukiwania, jak i Skalą Kierowania Wrażeniem, choć silniej z tą pierwszą. Derakshan i Eysenck (1999) również badali samooszukiwanie i kierowanie wrażeniem za pomocą kwestionariusza opracowanego przez Paulhusa (1984). W ich badaniu osoby wypierające uzyskały wysokie wyniki zarówno na Skali Samooszukiwania, jak i na Skali Kierowania Wraże-

niem, co sygnalizuje, że obie te tendencje mogą być typowe dla wyróżnionej grupy. Na obronną funkcję partykuł przeczących i ich powiązanie z tendencją do stosowania mechanizmów obronnych wskazywał już Weintraub (1989), zaś Gawda (2007, 2010) w swoich badaniach nad osobowością antyspołeczną podkreślała związek używanych w wypowiedziach negacji z tendencją do zaprzeczania istniejącemu stanowi rzeczy. Uzyskane przez nas korelacje mogą być więc kolejnym argumentem potwierdzającym zależność pomiędzy częstością użycia partykuł przeczących a poziomem obronności i tendencją do negowania sygnałów świadczących o zagrożeniu.

Podsumowując, przeprowadzone badanie potwierdza związek częstości użycia partykuł twierdzących z przeżywanym lękiem, niezależnie od stopnia jego uświadomienia. Natomiast partykuły przeczące wydają się być powiązane nie tylko ze stanem lęku, ale także z wysokim poziomem obronności, charakteryzującym osoby zaprzeczające doświadczaniu negatywnych emocji. Próby obronnego tłumienia, wypierania czy blokowania lęku nasilają tendencję do posługiwania się partykułami, będącymi jednym z obiektywnych, leksykalnych wskaźników lękowego pobudzenia. Świadome doświadczanie lęku umożliwia również świadome sobie z nim radzenie, co nie jest możliwe w przypadku osób wypierających. Stąd, być może, tak wysoki poziom użycia partykuł, będący wyrazem obronnego opracowania doświadczanego lęku. Osoby wypierające wykazały tak naprawdę więcej podobieństw do osób wysokolękowych niż niskolękowych, za które pragnęłyby uchodzić, a których wyniki w zakresie częstości użycia partykuł okazały się najniższe.

Wydaje się, że ciekawym kierunkiem badań byłoby uchwycenie zależności pomiędzy wyborami leksykalnymi a stanem lęku, badanym bardziej obiektywnymi metodami, mierzącymi na przykład wskaźniki fizjologiczne czy behawioralne, jak *Facial Action Coding System* (Ekman, Friesen 1978; Ekman i in. 2002). Warto byłoby również zanalizować inne, opisywane w literaturze, leksykalne wskaźniki lęku i sprawdzić, czy korelują z uzyskanymi przez nas wynikami. Mamy więc nadzieję, że zaprezentowany artykuł zainspiruje do dalszych badań i poszukiwań w zakażonym przez nas obszarze badawczym.

## BIBLIOGRAFIA

- Argaman O. 2010: Linguistic markers and emotional intensity, *Journal of Psycholinguistic Research* 39, 89–99.
- Asendorph J. A., Scherer K. R. 1983: The discrepant repressor: differentiation between low anxiety, high anxiety and repression of anxiety by autonomic-facial-verbal patterns of behavior, *Journal of Personality and Social Psychology* 45, 1334–1346.
- Baumeister R. F., Cairns K. J. 1992: Repression and self-presentation: When audiences interfere with self-deceptive strategies, *Journal of Personality and Social Psychology* 62, 3, 651–662.
- Bąk P. 1993: *Gramatyka języka polskiego*, Warszawa: Wydawnictwo Wiedza Powszechna.
- Bucci W., Freedman N. 1981: The language of depression, *Bulletin of the Menninger Clinic* 45, 334–358.
- Crowne D. P., Marlowe D. 1960: A new scale of social desirability independent of psychopathology, *Journal of Consulting Psychology* 24, 4, 349–354.

- Crowne D. P., Marlowe D. 1964: *The Approval Motive: Studies in evaluative dependence*, New York: John Wiley.
- Derakshan N., Eysenck M. W. 1997: Interpretive biases for one's own behavior and physiology in high-trait anxious individuals and repressors, *Journal of Personality and Social Psychology* 73, 816–825.
- Derakshan N., Eysenck M. W. 1999: Are repressors self-deceivers or other-deceivers, *Cognition and Emotion* 13, 1–17.
- Derakshan N., Eysenck M. W. 2001a: Manipulation of focus of attention and its effect on anxiety in high-anxious individuals and repressors, *Anxiety, Stress, & Coping* 14, 173–191.
- Derakshan N., Eysenck M. W. 2001b: Effects of focus of attention on experienced anxiety in high-anxious, low-anxious, defensive high-anxious, and repressor individuals, *Anxiety, Stress, & Coping* 14, 285–300.
- Ekman P., Friesen W. V. 1978: *Facial Action Coding System (FACS) : A technique for the measurement of facial actions*, Palo Alto, CA: Consulting Psychologists Press.
- Ekman P., Friesen W. V., Hager J. C. 2002: *Facial Action Coding System. The Manual on CD ROM*, Salt Lake City UT: Research Nexus division of Network Information Research Corporation.
- Ertel S. 1986: Language, thought and culture: Toward a merge of diverging problem fields, [w:] Kurcz I., Shugar G.W., Danks J.H. (red.), *Knowledge and Language*, Amsterdam: Elsevier Science Publishers, 139–163.
- Gawda B. 2007: *Ekspresja pojęć afektywnych w narracjach osób z osobowością antyspołeczną*, Lublin: Wydawnictwo Uniwersytetu Marii Curie-Skłodowskiej.
- Gawda B. 2010: Negacje w narracjach o miłości osób antyspołecznych, [w:] Straś-Romanowska M., Bartosz B., Żurko M. (red.), *Psychologia małych i wielkich narracji*, Wrocław: Wydawnictwo ENETEA, 245–255.
- Grochowski M. 1986: *Polskie partykuły. Składnia, semantyka, leksykografia*, Wrocław–Warszawa–Kraków–Gdańsk–Łódź: Wydawnictwo Polskiej Akademii Nauk.
- Grochowski M., Kisiel A., Żabowska M. 2014: *Słownik gniazdowy partykuł polskich*, Kraków: Polska Akademia Umiejętności.
- Grzegorzczak R., Laskowski R., Wróbel H. (red.) 1998: *Gramatyka współczesnego języka polskiego. Morfologia*, Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Johnson J. J. 2010: Beyond a shadow of doubt: the psychological nature of dogmatism, *The International Journal of Interdisciplinary Social Sciences* 5, 3, 1833–1882.
- Kasl S. V., Mahl G. F. 1965: The relationship of disturbances and hesitations in spontaneous speech to anxiety, *Journal of Personality and Social Psychology* 1, 5, 425–433.
- Krejtz K., Krejtz I. 2007: Jednoczynnikowa analiza wariancji w schemacie międzygrupowym, [w:] Bedyńska S., Brzezicka A. (red.), *Statystyczny drogowskaz. Praktyczny poradnik analizy danych w naukach społecznych na przykładach z psychologii*, Warszawa: Wydawnictwo Szkoły Wyższej Psychologii Społecznej Academica, 208–230.
- Leathers D. G. 1997/2007: *Komunikacja niewerbalna. Zasady i zastosowania*, przekł. M. Trzcńska, Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Maciuszek J. 2006: *Negacja w języku i komunikacji. O przetwarzaniu negacji w kontekście opisu cech ludzi*, Kraków: Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego.
- Maher B. 1980: Język a psychopatologia, [w:] Stanosz B. (red.), *Język w świetle nauki*, tłum. T. Hołówka, Warszawa: Spółdzielnia Wydawnicza Czytelnik, 211–222.
- Mahl G. F. 1956: Disturbances and silences in the patient's speech in psychotherapy, *Journal of Abnormal Psychology* 53, 1, 1–15.
- Mahl G. F. 1987a: *Everyday disturbances of speech*, New York: Plenum Press.
- Mahl G. F. 1987b: *Explorations in nonverbal and vocal behavior*, Hillsdale: Lawrence Erlbaum Associates.
- Morreale S. P., Spitzberg B. H., Barge J. K. 2008: *Komunikacja między ludźmi. Motywacja, wiedza i umiejętności*, tłum. P. Izdebski, A. Jaworska, D. Kobylińska, Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Myers L. B. 2010: The importance of the repressive coping style: findings from 30 years of research, *Anxiety, Stress, & Coping* 30 (1), 3–17.

- Natale M., Dahlberg C. C., Jaffe J. 1978: The relationship of defensive language behavior in patient monologues to the course of psychoanalysis, *Journal of Clinical Psychology* 34/2, 466–470.
- Newton T. L., Conrada R. J. 1992: Repressive coping and verbal — autonomic response dissociation: The influence of social context, *Journal of Personality and Social Psychology* 62, 159–167.
- Obrębska M. 2010: Wielkie narracje w schizofrenii, [w:] Straś-Romanowska M., Bartosz B., Żurko M. (red.), *Psychologia małych i wielkich narracji*, Wrocław: Wydawnictwo ENETEIA, 215–227.
- Obrębska M., Obrębski T. 2007: Lexical and Grammatical Analysis of Schizophrenic Patients' Language: a Preliminary Report, *Psychology of Language and Communication* 11, 1, 63–72.
- Obrębska M., Zinzuk-Zielazna J. 2016: Explainers as an indicator of anxiety in individuals different in their styles of coping with threatening stimuli, *Psychology of Language and Communication* (artykuł w trakcie recenzji).
- Ożóg K. 1990: *Leksykon metatekstowy współczesnej polszczyzny mówionej. Wybrane zagadnienia*, Kraków: Wydawnictwo UJ.
- Paulhus D. L. 1984: Two-Component Models of Socially Desirable Responding, *Journal of Personality and Social Psychology* 46, 3, 598–609.
- Paulhus D. L. 1998: Interpersonal and intrapsychic adaptiveness of trait self-enhancement: A mixed blessing? *Journal of Personality and Social Psychology* 74, 1197–1208.
- Pennebaker J. W., Mehl M. R., Niederhoffer K. 2003: Psychological aspects of natural language use: Our words, our selves, *Annual Review of Psychology* 54, 547–577.
- Rappaport E. 1978: The effects of dogmatism and anxiety on changes in religious identification, *The Journal of Social Psychology* 104, 141–142.
- Rappaport E. 1979: Effects of dogmatism on state anxiety during the analysis and synthesis of new beliefs, *Journal of Personality Assessment* 43, 3, 284–288.
- Redfering D. L. 1979: Relationship between attitudes toward feminism and levels of dogmatism, achievement and anxiety, *The Journal of Psychology* 101, 297–304.
- Rokeach M. 1960: *The Open and Closed Mind. Investigation into Nature of Belief Systems and Personality Systems*, New York: Basic Books.
- Siuta J. 1989: Zmienna aprobaty społecznej w badaniach nad zjawiskami hipnotycznymi, *Zeszyty Naukowe UJ* 5, 131–141.
- Szepietowska E. M., Gawda B. 2011: *Ścieżkami fluencji werbalnej*, Lublin: Wydawnictwo Uniwersytetu Marii Curie-Skłodowskiej.
- Tromp S., Koss M., Figueredo A. J., Tharan M. 1995: Are rape memories different? A comparison of rape, other unpleasant and pleasant memories among employed women, *Journal of Traumatic Stress* 8, 4, 607–627.
- Urbańczyk S. (red.) 1994: *Encyklopedia języka polskiego*, Wrocław–Warszawa–Kraków: Zakład Narodowy im. Ossolińskich.
- Weinberger D. A., Davidson M. N. 1994: Styles of Inhibiting Emotional Expression: Distinguishing Repressive Coping from Impression Management, *Journal of Personality* 62 (4), 587–613.
- Weinberger D. A., Schwartz G. E., Davidson R. J. 1979: Low-anxious, high-anxious, and repressive coping styles. Psychometric patterns and behavioral and physiological responses to stress, *Journal of Abnormal Psychology* 88, 369–380.
- Weintraub W. 1989: *Verbal behavior in every-day life*, New York: Springer.
- Weintraub W., Aronson H. 1974: The application of verbal behavior analysis to the study of psychological defense mechanisms, *Archives of General Psychiatry* 30, 297–300.
- Wierzbička A. 1971: Metatekst w tekście, [w:] Mayenowa M. R. (red.), *O spójności tekstu*, Wrocław–Warszawa–Kraków–Gdańsk: Wydawnictwo Polskiej Akademii Nauk, 105–121.
- Wrześniewski K., Sosnowski T., Matusik D. 2002: *Inwentarz Stanu i Cechy Lęku STAI. Polska adaptacja STAI. Podręcznik*, Warszawa: Pracownia Testów Psychologicznych PTP.
- Zinzuk J. 2008: Koherencja komponentów reakcji emocjonalnej a style radzenia sobie z bodźcami zagrażającymi — raport z badań, *Psychologia — Etiologia — Genetyka* 17, 59–88.

- Zinczuk J., Draheim S. E. 2009: Represywny styl radzenia sobie z bodźcami zagrażającymi a samo-oszukiwanie, *Czasopismo Psychologiczne* 15 (1), 23–41.
- Zinczuk-Zielazna J., Obrębska M. 2016: Styles of coping with threatening stimuli and level of dogmatism in texts as an indicator of anxiety in situations of social exposure, *Polish Psychological Bulletin* 47 (4), 402–411.
- Zimbardo P. G., Mahl G. F., Barnard J. W. 1963: The measurement of speech disturbance in anxious children. *Journal of Speech & Hearing Disorders* 28, 4, 362–370.

#### ABSTRACT

##### **Styles of coping with threatening stimuli and frequency of use of particles in speech as an indicator of anxiety in a situation of public exposure**

**Key words:** anxiety, particles, styles of coping with threatening stimuli, repression.

Weinberger and his collaborators distinguished three basic groups of individuals different in their styles of coping with threatening stimuli: low-anxious and high-anxious individuals, and repressors. In their own study, the authors aimed to look into speeches of the examined individuals, selected according to Weinberger's criteria, taking into account the frequency of the use of particles, which are regarded in the literature as one of the most reliable lexical indicators of anxiety. The screening tests included 570 students, 90 of whom were selected and classified into three groups: high-anxious (N = 30), low-anxious (N = 30) and repressor individuals (N = 30). The research task, which goal was to arouse anxiety, consisted in giving a speech of several minutes in front of a video camera and an audience composed of experts. The texts of the recorded speeches have been transcribed and analysed in terms of the frequency of the use of particles marked in accordance with *Słownik gniazdowy partykuł polskich*. The obtained results generally confirmed the assumed dependence: the particles proved to be a good predictor of anxiety, significantly differentiating between repressors, high-anxious and low-anxious individuals.