

[Akceptuję](#)

W ramach naszej witryny stosujemy pliki cookies w celu świadczenia państwu usług na najwyższym poziomie, w tym w sposób dostosowany do indywidualnych potrzeb. Korzystanie z witryny bez zmiany ustawień dotyczących cookies oznacza, że będą one zamieszczone w Państwa urządzeniu końcowym. Możecie Państwo dokonać w każdym czasie zmiany ustawień dotyczących cookies. Więcej szczegółów w naszej [Polityce Prywatności](#)

[Portal](#) [Informacje](#) [Katalog firm](#) [Praca](#) [Szkozenia](#) [Wydarzenia](#) [Porównania międzylaboratoryjne](#)
[Kontakt](#)



[Laboratoria](#)
[.net](#)
[Innowacje](#)
[Nauka](#)
[Technologie](#)



[Logowanie](#) [Rejestracja](#) [pl](#)

Newsletter

zapisz się

Naukowy styl życia

Nauka i biznes

- [Nowe technologie](#)
- [Felieton](#)
- [Tygodnik "Nature"](#)
- [Edukacja](#)
- [Artykuły](#)
- [Przemysł](#)

[Strona główna](#) > [Informacje](#)

Dlaczego ludzie oszukują samych siebie?

Oszukiwanie się jest normalne, powszechne i może być przydatne, ale tylko na krótką metę; w dłuższej perspektywie szkodzi - ustalili belgijsko-niemiecki zespół naukowców.

Artykuł na ten temat ukazał się w czasopiśmie „Philosophical Psychology” (<http://dx.doi.org/10.1080/09515089.2021.2019693>).

Filozofowie z Ruhr-Universität Bochum i Uniwersytetu w Antwerpii przeanalizowali rolę, jaką oszukiwanie samych siebie odgrywa w codziennym życiu, oraz strategię, których ludzie używają aby się oszukiwać. Wyodrębnili cztery takie strategię i ustalili, że ludzie korzystają z nich, aby stabilizować i ochraniać pozytywny obraz siebie oraz aby zachować motywację w trudnych sytuacjach.

„Wszyscy się oszukujemy i to dość często – mówi prof Albert Newel, jeden z autorów publikacji. - Na przykład: jeśli ojciec jest przekonany, że jego syn jest dobrym uczniem, a potem ten syn zaczyna regularnie przynosić do domu złe oceny, to rodzic może najpierw uznać, że to nic ważnego lub że nauczyciel nie wyjaśnił dobrze materiału. My nazywamy tę strategię samooszukiwania reorganizacją przekonań”.

Poza reorganizacją naukowcy opisali jeszcze trzy inne sposoby, które stosowane są nawet częściej i w pierwszej kolejności. Wszystko po to, aby nie dopuścić do siebie nieprzyjemnych faktów.

Jedną z nich jest celowe wybieranie niektórych faktów, a unikanie innych: np. unikamy miejsc czy osób, które przypominają nam o niewygodnych rzeczach. W opisaney powyżej sytuacji mogłoby to być unikanie zebrań szkolnych, na których wspomniany rodzic musiałby się skonfrontować z nauczycielami.

Koleją strategią jest odrzucenie faktów poprzez poddanie w wątpliwość wiarygodności źródła. I znowu: dopóki ojciec tylko pośrednio słyszy o problemach edukacyjnych syna i nie widzi jego ocen, może je ignorować.

Ostatnią strategią jest coś, co autorzy badania nazwali generowaniem faktów z niejednoznacznego stanu rzeczy. „Na przykład, jeśli uprzejmy nauczyciel matematyki delikatnie zasugeruje, że syn sobie nie radzi, to ojciec może zinterpretować jego życzliwy ton i łagodny opis sytuacji jako pozytywną ocenę zdolności syna” – wyjaśnia dr Francesco Marchi, współautor omawianej pracy.

Badacze mówią, że wszystkie cztery strategię są bardzo typowe i dobrze znane psychologom. Dodają, że oszukiwanie samego siebie nie jest ani nierozsądne, ani szkodliwe, jednak tylko w krótkim okresie. W średnim i długim - zawsze jest szkodliwe.

„To nie wyrachowanie czy złośliwość z naszej strony, ale część podstawowego wyposażenia poznawczego każdego człowieka. Pomaga zachować ugruntowany pogląd na siebie oraz świat” – tłumaczy prof. Newen. Dodaje jednak, że sprawdza się to tylko w normalnych czasach, przy niewielkich zmianach. Wówczas skłonność do trzymania się sprawdzonych poglądów jest pomocna, a także głęboko zakorzeniona w ewolucji. „Jednak ta tendencja staje się katastrofalna w czasach radykalnie nowych wyzwań, które wymagają szybkich zmian w zachowaniu” – dodaje.

Przykładem może być pandemia COVID-19. „Jeśli ludzie we wczesnych stadiach pandemii są sceptyczni co do tego, czy szczepionka jest bezpieczna, czy ma nieoczekiwane skutki uboczne itp., jest to zrozumiała ostrożność. Tego typu oszukiwanie się może też pomóc w uniknięciu paniki – wyjaśnia Newen. - Jeśli jednak w perspektywie średnioterminowej stanie się jasne, że skutki uboczne szczepionki są wyraźnie ograniczone, a jej podawanie konieczne, to wówczas wątpliwości są już nieuzasadnione i przeradzają się w bezpośrednie zagrożenie dla siebie i innych. Takie samooszukiwanie może stabilizować obraz samego siebie, utrwalone sposoby myślenia i motywację do działania w normalnych czasach, ale w czasie kryzysu jest bardzo szkodliwe i naraża na ryzyko nie tylko nas, ale i całe społeczeństwo”.

Źródło: pap.pl

<https://laboratoria.net/aktualnosci/31063.html>



23-06-2026

Flexicon FPC50 w dydaktyce pracy laboratoryjnej

Dostawca szkoleń aptaskil przygotowuje wykwalifikowanych specjalistów.



22-06-2026

Blisko 2,8 mln zł na badania nad terapią

Opracowanie strategii leczenia nowotworów odpornych na terapię.



22-06-2026

Studenci AGH zaprezentowali swój najnowszy bolid elektryczny

Pojazd powstał z myślą o udziale w zawodach inżyniersko-wyścigowych.



22-06-2026

[Naukowcy sprawdzili, czy protony są wieczne](#)

W badaniach uczestniczyły polskie ośrodki.



22-06-2026

[Polska wśród krajów z najniższym poziomem stresu psychicznego](#)

Wśród ukraińskich uchodźców.



22-06-2026

[Życie seksualne coraz częściej przenosi się do świata technologii](#)

Sfera ta rośnie szybciej niż wiedza o jej wpływie na ludzką seksualność.



22-06-2026

Przyjemnych snów życzy anestezyjolog

Wystarczy przestrzegać protokołu znieczulenia.



22-06-2026

Za mało siedzenia także może szkodzić

Od lat lekarze i naukowcy powtarzają, że należy mniej siedzieć i więcej się ruszać.

Informacje dnia: [Flexicon FPC50 w dydaktyce pracy laboratoryjnej](#) [Blisko 2,8 mln zł na badania nad terapią](#) [Studenci AGH zaprezentowali swój najnowszy bolid elektryczny](#) [Naukowcy sprawdzili, czy protony są wieczne](#) [Polska wśród krajów z najniższym poziomem stresu psychicznego](#) [Życie seksualne coraz częściej przenosi się do świata technologii](#) [Flexicon FPC50 w dydaktyce pracy laboratoryjnej](#) [Blisko 2,8 mln zł na badania nad terapią](#) [Studenci AGH zaprezentowali swój najnowszy bolid elektryczny](#) [Naukowcy sprawdzili, czy protony są wieczne](#) [Polska wśród krajów z najniższym poziomem stresu psychicznego](#) [Życie seksualne coraz częściej przenosi się do świata technologii](#)

Partnerzy