

MARLENA STĘPIEŃ, EWA TOPOLEWSKA

marlena.d.stepien@gmail.com

Uniwersytet Kardynała Stefana Wyszyńskiego w Warszawie

STYLE TOŻSAMOŚCI W UJĘCIU BERZONSKY'EGO A PROKRASYNACJA

RECENZJA

Recenzent: dr Jan Ciecuch

Artykuł Marleny Stępień i Ewy Topolewskiej dotyczy relacji między dwoma konstruktami, których znaczenie w psychologii w ostatnich latach wzrasta: poczuciem tożsamości oraz prokrastynacją. Jest dobrze napisanym raportem z prostego, ale dość rzetelnie zrobionego badania. Chciałbym podkreślić dwa główne walory tekstu.

Pierwszym z nich jest osadzenie rozważań teoretycznych w aktualnej literaturze naukowej. Temat ten nie jest jeszcze w Polsce wystarczająco opisany, dlatego Autorki korzystały głównie z literatury anglojęzycznej, wyszukując kluczowe teksty i sprawnie budując z nich podstawy badań własnych. Drugim z nich jest wrażliwość metodologiczna, objawiająca się w precyzyjnym potraktowaniu problemu jakości mierzonych zmiennych. Autorki w przypadku obu narzędzi zastosowały niestandardową procedurę, którą jednak precyzyjnie uzasadniły, stosując wyrafinowane metody analizy danych. Strategia ta polega na tym, że w przypadku obu narzędzi zrezygnowały z zastosowania prostego klucza, proponowanego przez autorów narzędzi (Michaela Berzonsky'ego i Piersa Steela) i – posiłkując się konfirmacyjną analizą czynnikową – wprowadziły dodatkowe subtelne rozróżnienia. W przypadku jednego narzędzia analizy zostały przeprowadzone w recenzowanym artykule, a w przypadku drugiego – w innym, na który Autorki się powołują. Taka strategia okazała się niezwykle owocna. Zastosowana w głównych analizach zwykła analiza regresji pozwoliła dostrzec wiele ciekawych prawidłowości, które umknęłyby uwadze, gdyby nie został przeprowadzony wstępny etap precyzyjnej analizy jakości pomiaru.

Warto też zwrócić uwagę na dużą grupę osób badanych (ponad 300) oraz klarowny język Auterek. Biorąc to wszystko pod uwagę, rekomenduję artykuł do publikacji.

Jedną z najczęściej przyjmowanych konceptualizacji tożsamości jest model stylów tożsamości Berzonsky'ego (2011). W modelu tym wyróżnia się trzy style kształtowania się tożsamości: informacyjny, normatywny i dyfuzyjno-unikowy. Styl dyfuzyjno-unikowy charakteryzuje się tendencją do unikania i odwlekania podejmowania decyzji oraz niechęcią do radzenia sobie z problemami (Berzonsky, 2011). Prokrastynacja, określana jako dysfunkcyjne zwlekanie, to forma niepowodzenia w realizacji celowych działań, samodyscyplinie i samoregulacji (Dryden, Neenan, 1990/2004; Tice, Bratslavsky, Baumeister, 2001). Odwołuje się do irracjonalnego odwlekania zaplanowanego zadania, któremu towarzyszą psychiczny dyskomfort i negatywne emocje (Ellis, Knaus 1977; Solomon, Rothblum, 1984).

W poniższym artykule zaprezentowano wyniki analiz dotyczących związków między stylami tożsamości a różnymi aspektami prokrastynacji. Biorąc pod uwagę charakterystykę definicyjną stylu dyfuzyjno-unikowego, zakładaliśmy, że będzie on istotnie wiązał się z prokrastynacją. Zgodnie z propozycją Topolewskiej i Ciecucha (2012), dotyczącą pomiaru stylów tożsamości przy wykorzystaniu ISI-4, zostaną wyliczone dwie podskale stylu dyfuzyjno-unikowego: styl unikowy oraz styl dyfuzyjno-beztroski. Uwzględniając ich znaczenie teoretyczne, można przypuszczać, że oba podstyle dyfuzyjno-unikowe będą wykazywały istotne związki z prokrastynacją.

Do pomiaru stylów tożsamości wykorzystano *Kwestionariusz stylów tożsamości* ISI-4 Berzonsky'ego, w polskiej adaptacji Senejko i Okręglickiej-Forysiak (Senejko, 2010), a do pomiaru prokrastynacji – *Pure Procrastination Scale* (PPS) Steela (2010), w polskiej adaptacji Stępień i Ciecucha. Na podstawie czynników wyodrębnionych w confirmacyjnej analizie czynnikowej wyliczyliśmy również trzy aspekty prokrastynacji: decyzyjny, behawioralny, nieadaptacyjny. Uzyskane wyniki sugerują, że stylami istotnie wiążącymi się z prokrastynacją są nie tylko oba podstyle dyfuzyjno-unikowe, ale również styl informacyjny. Ponadto trzy aspekty prokrastynacji różnią się między sobą w predykcji stylów tożsamości.

Słowa kluczowe: prokrastynacja, style tożsamości, styl dyfuzyjno-unikowy

Style kształtowania się tożsamości w modelu M. Berzonsky'ego

Erikson (2004) uznawał kształtowanie się tożsamości za jedno z najważniejszych zadań okresu adolescencji. Efektem przezwyciężenia kryzysu rozwojowego jest tożsamość ukształtowana, a efektem pozostawania w kryzysie – tożsamość rozproszona. Marcia (1966) dokonał operacjonalizacji eriksonowskiego rozumienia tożsamości ukształtowanej oraz rozproszonej, wyróżniając cztery statusy tożsamości: tożsamość osiągniętą, rozproszoną, przejętą oraz moratorium tożsamościowe. Zgodnie z teorią Berzonsky'ego (2011) ludzie różnią się tym, w jaki sposób radzą sobie z wyzwaniami i konfliktami w procesie kształtowania się tożsamości. Berzonsky (2011), opierając się na perspektywie poznawczej, proponuje ujęcie tożsamości jako konstruowanej przez człowieka teorii siebie. Taka teoria siebie jest zbiorem społeczno-poznawczych konstruktów oraz przekonań wykorzystywanych przy podejmowaniu decyzji tożsamościowych, przetwarzaniu informacji dotyczących własnego *ja* i rozwiązywaniu problemów osobistych. W swoim modelu Berzonsky (1989) wyodrębnił trzy style tożsamości: informacyjny, normatywny oraz dyfuzyjno-unikowy.

Osoby, które charakteryzuje styl informacyjny kształtowania się tożsamości, są otwarte na nowe doświadczenia, wiedzę o sobie samych oraz otaczającym świecie. Wykazują wysoki poziom sumienności i autorefleksji, przy dużym krytycyzmie wobec własnych konstruktów poznawczych. Osoby o stylu informacyjnym podjęcie decyzji tożsamościowych poprzedzają aktywnym poszukiwaniem, analizowaniem oraz interpretacją ważnych dla siebie informacji. Dzięki temu są gotowe na zmianę poglądów w odpowiedzi na otrzymywane z otoczenia informacje zwrotne. Osoby, dla których typowy w kształtowaniu się tożsamości jest styl normatywny, przejmują poglądy, system wartości i wskazówki życiowe innych, ważnych osób. Dzieje się to w sposób automatyczny, niepoprzedzony analizą i własną oceną. Osoby o stylu normatywnym charakteryzuje zamkniętość poznawcza i duża potrzeba ładu. Starają się utrzymać swój system przekonań i bronią się przed informacjami mogącymi zagrozić ich poglądom. Osoby, które cechuje styl dyfuzyjno-unikowy kształtowania się tożsamości, wykazują brak autorefleksji oraz zewnętrzną kontrolę zachowania. Mają skłonność do unikania, odsuwania problemów i zwlekania z podejmowaniem decyzji. Można więc określić styl dyfuzyjno-unikowy jako prokrastynujący w kontekście zadań i dylematów tożsamościowych. Sam Berzonsky (2011), opisując styl dyfuzyjno-unikowy, twierdzi, że jeżeli zwlekanie (*procrastinates*) trwa zbyt długo, działania oraz decyzje mogą być podejmowane pod wpływem czynników sytuacyjnych.

Do pomiaru stylów tożsamości służy *Inwentarz stylów tożsamości (Identity Style Inventory, ISI)*. W prezentowanych badaniach wykorzystaliśmy zrewidowaną wersję

narzędzia, *Revised Identity Issues Inventory* (ISI-4; Berzonsky i in., 2010) w polskiej adaptacji Senejko i Okręglikiej-Forysiak (Senejko, 2010).

Jak wynika z badań przeprowadzonych przez Topolewską i Ciecucha (2012), styl dyfuzyjno-unikowy nie jest konstruktorem jednorodnym. Na podstawie eksplo-racyjnych oraz konfirmacyjnych analiz czynnikowych wyodrębniono dwa podstyle dyfuzyjno-unikowe: unikowy oraz dyfuzyjno-beztroski. Topolewska i Ciecuch (2012) sugerują, aby w badaniach z wykorzystaniem ISI-4 rozważyć wprowadzenie do analiz również dwóch podstylów dyfuzyjno-unikowych.

Traktowanie stylu dyfuzyjno-unikowego jako złożonego konstruktów może skutkować ujawnieniem pomiędzy badanymi zmiennymi nowych jakości, które zostałyby pominięte przy uznaniu jednorodności tego stylu. W literaturze obecne są wyniki badań, w których uzyskano odmienne układy korelacji pomiędzy dwoma stylami dyfuzyjno-unikowymi a cechami osobowości (Topolewska, Mańko, 2012) oraz preferencjami wartości (Topolewska, Ciecuch, 2012). Biorąc pod uwagę wyniki wymienionych badań, szczególnie cenne wydaje się sprawdzenie związków zachodzących pomiędzy stylami dyfuzyjno-unikowymi a prokrastynacją.

Prokrastynacja – dysfunkcyjne zwlekanie

Prokrastynacja to tendencja do ciągłego odwlekania wykonania pewnych czynności. Można ją definiować jako odkładanie zadania, które było pierwotnie zaplanowane, pomimo przewidywania, iż będzie się w gorszej sytuacji z racji opóźnienia (Steel, 2007). Polska literatura naukowa dotychczas stosunkowo rzadko zajmowała się tym zagadnieniem. W tłumaczeniach i polskich pracach badawczych występuje ono jako *zwlekanie* (Baumeister, Heatherton, Tice, 2000), *odkładanie działania* (Fiore, 2008) czy *odkładanie spraw na później* (Wichrowski, 2008). My jednak konsekwentnie będziemy się posługiwać terminem *prokrastynacja* z kilku powodów. Po pierwsze, pod taką postacią problem ten występuje w polskich artykułach popularnonaukowych i w takiej postaci zyskuje na popularności. Po drugie, każda prokrastynacja jest odwlekaniem, ale nie każde zwlekanie czy odkładanie spraw na później jest prokrastynacją. Intencjonalne opóźnienie w wykonaniu jakiejś pracy, np. w przypadku potrzeby zebrania większej ilości informacji, jest często mądrym posunięciem, korzystniejszym niż impulsywne działanie (Pychyl, 2010). Prokrastynacja w tym ujęciu jest formą niepowodzenia w samoregulacji i realizacji celowych działań. Odwołuje się do irracjonalnego odwlekania zaplanowanego zadania, któremu towarzyszy psychiczny dyskomfort i negatywne emocje (Dryden, Neenan, 1990/2004; Ellis i Knaus, 1977; Solomon, Rothblum, 1984; Tice, Bratslavsky, Baumeister, 2001).

Prokrastynacja bywa również opisywana jako neurotyczne niezdecydowanie, objawiające się powtarzającym się zwlekaniem z podjęciem ważnych decyzji życiowych (Milgram, Sroloff, Rosenbaum, 1988), co jest charakterystyczne dla stylu dyfuzyjno-unikowego z koncepcji Berzonsky'ego.

Style tożsamości a prokrastynacja

Berzonsky oraz Ferrari (1996) prowadzili badania na temat związków pomiędzy stylami tożsamości a strategiami decyzyjnymi. Do nieadaptacyjnych strategii podejmowania decyzji zaliczyli m.in. prokrastynację. Do pomiaru stylów tożsamości użyli zrewidowanego ISI, do pomiaru prokrastynacji decyzyjnej (*decisional procrastination*) *Decision Making Questionnaire* Manna (1982), natomiast przy wykorzystaniu *General Procrastination Scale* (Lay, 1986) przeprowadzili pomiar prokrastynacji behawioralnej (*behavioral procrastination*). Wyniki, które uzyskali, wskazują na negatywny związek pomiędzy stylem informacyjnym a prokrastynacją decyzyjną ($r = -0,29$; $p < 0,01$) oraz prokrastynacją behawioralną ($r = -0,33$; $p < 0,01$). Pozytywne korelacje wystąpiły pomiędzy stylem dyfuzyjno-unikowym a prokrastynacją decyzyjną ($r = 0,58$; $p < 0,01$) oraz prokrastynacją behawioralną ($r = 0,47$; $p < 0,01$). Styl normatywny wiązał się z kolei negatywnie z prokrastynacją behawioralną ($r = -0,19$; $p < 0,01$). Berzonsky i Ferrari (1996) przeprowadzili także regresję krokową, w wyniku której okazało się, że prokrastynacja decyzyjna jest pozytywnym predyktorem stylu dyfuzyjno-unikowego ($\beta = 0,608$; $p < 0,01$).

Istnieją również inne badania dotyczące związku prokrastynacji ze stylami tożsamości. W badaniach Ferrariego, Wolfego, Wesleya, Schoff i Becka (1995) wykorzystano ISI oraz *Procrastination Assessment Scales-Students* (PASS). Narzędzie PASS służy do badania prokrastynacji akademickiej. Wyniki badań wskazują na pozytywną relację pomiędzy stylem dyfuzyjno-unikowym i prokrastynacją w warunkach akademickich (od $r = 0,24$ do $r = -0,36$; $p < 0,01$) oraz na słaby, lecz istotny, negatywny związek pomiędzy stylem informacyjnym a prokrastynacją akademicką (od $r = -0,13$ do $r = -0,23$; $p < 0,05$).

Powyżej przywołane badania (Berzonsky, Ferrari, 1996; Ferrari i in., 1995) sugerują, że istnieje pozytywny związek pomiędzy prokrastynacją a stylem dyfuzyjno-unikowym oraz negatywny związek pomiędzy prokrastynacją a stylem informacyjnym. Warto jednak zbadać bardziej szczegółowo tę zależność i sprawdzić, czy prokrastynacja będzie się odmiennie wiązała z podstylem unikowym i dyfuzyjno-beztroskim.

Problem badań własnych

Prezentowane badania mają na celu określenie związków pomiędzy prokrastynacją a stylami tożsamości w ujęciu Berzonsky'ego. W celu sprawdzenia ogólnych związków zachodzących pomiędzy stylami tożsamości a prokrastynacją ogólną i aspektami prokrastynacji przeprowadziłyśmy analizę korelacji. W swoich badaniach Berzonsky i Ferrari (1996) wykonali analizę regresji krokowej, w której to prokrastynacja była jednym z predyktorów stylów tożsamości. Uznałyśmy więc, że warto sprawdzić, czy trzy aspekty prokrastynacji pozwalają na predykcję stylów tożsamości. W tym celu przeprowadziłyśmy analizy regresyjne. Postawiłyśmy przy tym następujące hipotezy:

Hipoteza 1. Styl dyfuzyjno-unikowy jest wyjaśniany przez trzy aspekty prokrastynacji.

Hipoteza 2. Styl unikowy oraz styl dyfuzyjno-beztroski są wyjaśniane przez trzy aspekty prokrastynacji w odmienny sposób.

Hipoteza 3. Aspekty prokrastynacji są negatywnymi predyktorami stylu informacyjnego.

Hipoteza 4. Aspekty prokrastynacji różnią się między sobą w predykcji stylów tożsamości.

METODA

W badaniu wzięło udział 302 studentów kilku warszawskich uczelni w wieku 19–24 lata ($M_{\text{wiek}} = 20,28$; $SD_{\text{wiek}} = 2,08$), wśród których kobiety stanowiły 58%. Badania przeprowadzono metodą papier-ołówek.

Do pomiaru stylów tożsamości wykorzystaliśmy nową, zrewidowaną wersję *Inwentarza stylów tożsamości* (ISI-4; Berzonsky i in., 2010) w polskiej adaptacji Senejko oraz Okręglickiej-Forysiak (Senejko, 2010). Kwestionariusz składa się z czterech skal: styl informacyjny (13 itemów), styl normatywny (13 itemów), styl dyfuzyjno-unikowy (13 itemów) oraz skala zaangażowania (9 itemów). Zgodnie z wynikami badań Topolewskiej i Ciecucha (2012), oprócz jednego stylu dyfuzyjno-unikowego, do analiz włączyłyśmy dwa jego podstyle: styl dyfuzyjno-beztroski (itemy 8, 12, 16, 28) oraz unikowy (itemy 20, 32, 42, 45, 48). Osoba badana udziela odpowiedzi na pięciostopniowej skali od 1 (*zdecydowanie do mnie nie pasuje*) do 5 (*zdecydowanie mnie opisuje*). Współczynniki rzetelności alfa Cronbacha dla poszczególnych skal w tym badaniu wynoszą odpowiednio: styl informacyjny $\alpha = 0,82$; styl normatywny $\alpha = 0,76$; styl dyfuzyjno-beztroski $\alpha = 0,56$; styl unikowy $\alpha = 0,75$.

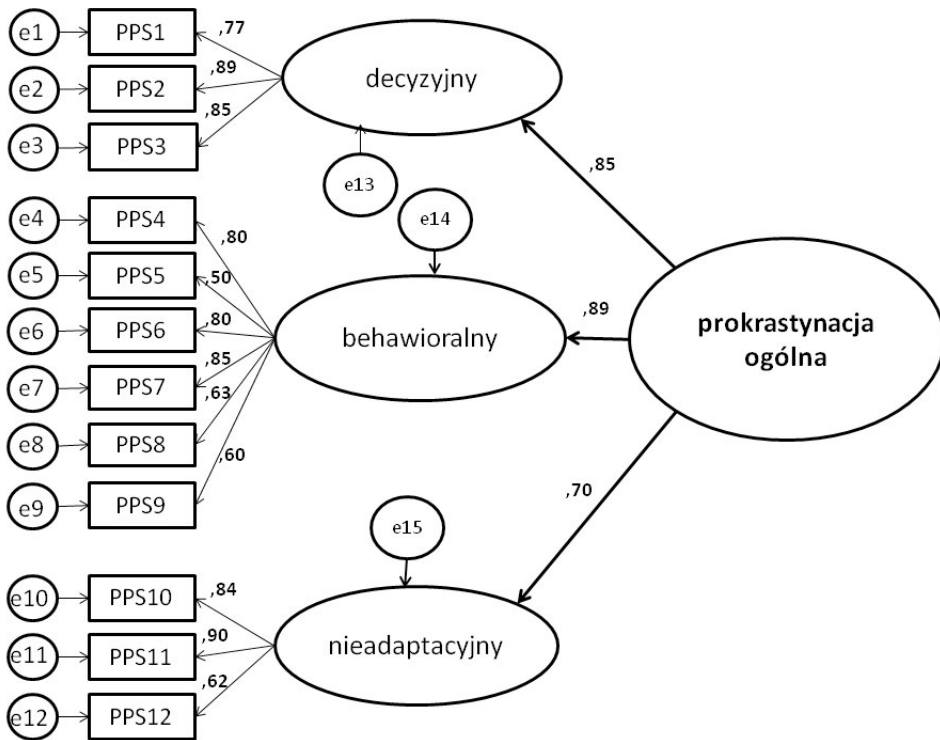
Pomiar prokrastynacji przeprowadziłyśmy przy użyciu kwestionariusza *Pure Procrastination Scale* (Steel, 2010), w polskiej adaptacji Stępień i Ciecuch. Kwestionariusz zawiera stwierdzenia, na które należy udzielić odpowiedzi od 1 (*całkowicie nietrafnie mnie opisuje*) do 5 (*całkowicie trafnie mnie opisuje*). Jest to narzędzie składające się z 12 itemów, w zamyśle autora jednoczynnikowe. Jego geneza sięga jednak trójczęściowego modelu prokrastynacji Ferrariego (1992). Model ten zakłada istnienie trzech rodzajów prokrastynacji: decyzyjnej (*decisional*) – mierzonej *Decisional Procrastination Questionnaire*, (DPQ; Mann, Burnett, Radford, Ford, 1997); pobudzeniowej, aktywnej (*arousal*) – mierzonej *General Procrastination Scale* (GPS; Lay, 1986) i unikowej (*avoidance*) – mierzonej *Adult Inventory of Procrastination* (AIP; McCown, Johnson, 1989). Prokrastynacja decyzyjna wiąże się z odwlekaniem decyzji, unikowa z odkładaniem w celu ochrony samooceny lub z powodu lęku przed porażką, a pobudzeniowa z odwlekaniem zadań po to, by doznać „dreszczyku emocji”. Steel (2010) przeprowadził meta-analityczny przegląd dowodów potwierdzających teorię Ferrariego. Wynikało z niego, że prokrastynacja – mierzona zarówno przez GPS, jak i AIP – słabo koreluje z poszukiwaniem wrażeń, samooceną i lękiem przed porażką. Oznacza to, że GPS nie bada prokrastynacji pobudzeniowej, a AIP – unikowej. Steel (2010) zbadał także 4000 respondentów, posługując się różnymi skalami mierzącymi prokrastynację. Na podstawie eksploracyjnej analizy czynnikowej wyodrębnił *general procrastination factor*, który wyjaśniał najwięcej – 36% wariancji – i który zawierał itemy ze wszystkich skal z modelu Ferrariego. Dwanaście itemów wchodzących w jego skład opisuje nawykowe i problematyczne odwlekanie. Na ich podstawie Steel skonstruował nową skalę – *Pure Procrastination Scale*. Na swojej próbie wyliczył również wskaźniki dopasowania modelu Ferrariego, jednak model nie był dobrze dopasowany do danych ($\chi^2 = (737) = 11889$; GFI = 0,708; CFI = 0,758; RMSEA = 0,09; AIC = 12055).

W celu weryfikacji struktury czynnikowej PPS przeprowadziłyśmy eksploracyjną oraz confirmacyjną analizę czynnikową. Wyniki analiz eksploracyjnych (EFA) potwierdziły jednoczynnikową strukturę kwestionariusza (jeden czynnik wyjaśnia 45% wariancji). Jednak zgodnie z wynikami confirmacyjnej analizy czynnikowej (CFA) skala prokrastynacji z PPS dzieli się na trzy czynniki.

Model dla jednej prokrastynacji okazał się niedopasowany do danych ($\chi^2 = 476,026$; $p < 0,001$; $df = 54$; CFI = 0,780; RMSEA = 0,161; SRMR = 0,0802; GFI = 0,778; AIC = 524,026).

Wskaźniki modyfikacji wskazywały na zasadność skorelowania między sobą błędów itemów 1, 2, 3 oraz błędów itemów 10, 11, 12. Model z tak skorelowanymi błędami okazał się dobrze dopasowany do danych ($\chi^2 = 114,279$; $p < 0,001$; $df = 48$, CFI = 0,965, RMSEA = 0,068, SRMR = 0,0802, GFI = 0,941, AIC = 174,279). Jednak

takie pogrupowanie itemów może sugerować strukturę bardziej złożoną niż jednoczynnikowa. Biorąc pod uwagę genezę PPS, sięgającą założeń teoretycznych Ferrariego (1992) oraz treściowe podobieństwo itemów, których błędy zostały skorelowane, zdecydowaliśmy się sprawdzić model trójczynnikowy. Model ten uzyskał najlepsze wskaźniki dopasowania spośród wszystkich testowanych modeli ($\chi^2 = 107,958$; $p < 0,001$; $df = 51$; CFI = 0,970; RMSEA = 0,061; PCLOSE = 0,124; SRMR = 0,0331; GFI = 0,943; AIC = 161,958). Wyniki prezentuje rysunek 1.



Rysunek 1. Model struktury czynnikowej PPS.

Ferrari (1992) wyodrębniał prokrastynację decyzyjną, pobudzeniową oraz unikową. Wydaje się jednak, że terminy prokrastynacja unikowa oraz prokrastynacja pobudzeniowa, tak jak ich charakterystyka, nie znajdują odzwierciedlenia w treści itemów zarówno w wersji polskiej, jak i anglojęzycznej.

Termin prokrastynacja unikowa proponujemy zastąpić aspektem nieadaptacyjnym prokrastynacji (itemy 10, 11, 12), prokrastynację pobudzeniową – nawiązując do określenia prokrastynacja behawioralna, użytego przez Berzonsky'ego i Ferrariego (1996)

– aspektem behawioralnym (itemy 4, 5, 6, 7, 8, 9), a decyzyjną – po prostu aspektem decyzyjnym (itemy 1, 2, 3). Aspekt nieadaptacyjny („Odwlekanie rzeczy na ostatnią chwilę spowodowało, że poniosłem straty finansowe”, „Nie wykonuję zadań na czas”) określa stopień, w jakim osoba nie radzi sobie z prokrastynacją i ponosi w jej wyniku straty. Aspekt behawioralny odnosi się do odwlekania zadań obligatoryjnych, aktywności związanych z życiem codziennym oraz do angażowania w czynności zastępcze („Kiedy przygotowuję coś na wyznaczony termin, często tracę czas, robiąc inne rzeczy”). Natomiast aspekt decyzyjny obejmuje sytuacje wyboru i dotyczy zarówno zwlekania z podjęciem decyzji, jak i opóźnienia momentu jej realizacji („Zwlekam z podjęciem decyzji tak długo, aż jest już za późno”).

Do modelu w CFA wprowadziłyśmy zmienną drugorzędową – czynnik ogólny prokrastynacji. Taka modyfikacja nie spowodowała pogorszenia wskaźników dopasowania modelu. Trzy aspekty prokrastynacji – decyzyjny, behawioralny i nieadaptacyjny – można więc uznać za składowe prokrastynacji jako cechy. Rzetelność tak uzyskanych skal sprawdziliśmy metodą alfa Cronbacha. Współczynniki rzetelności dla poszczególnych skal wynoszą odpowiednio: prokrastynacja ogólna (12 itemów) $\alpha = 0,89$; aspekt decyzyjny (trzy itemy) $\alpha = 0,87$; aspekt behawioralny (sześć itemów) $\alpha = 0,82$; aspekt nieadaptacyjny (trzy itemy) $\alpha = 0,83$.

Proponujemy więc swoiste połączenie podejść Steela i Ferrariego: jedną prokrastynację, ale składającą się z trzech aspektów – decyzyjnego, behawioralnego oraz nieadaptacyjnego.

W niniejszym artykule, uwzględniając wyniki analiz confirmacyjnych oraz treściowe zróżnicowanie pomiędzy itemami uzyskanych czynników, postanowiłyśmy wprowadzić do analiz nie tylko skalę prokrastynacji ogólnej, ale też podskale dla jej trzech aspektów. Przyjęłyśmy zaproponowane przez nas nazewnictwo.

WYNIKI

Analizy statystyczne wykonałyśmy w programie SPSS 20 oraz AMOS 20. W celu sprawdzenia, jak układają się związki pomiędzy stylami tożsamości i prokrastynacją, przeprowadziłyśmy analizę korelacji liniowej r Pearsona. Wyniki przedstawia tabela 1.

Tabela 1

Współczynniki korelacji *r* Pearsona między stylami tożsamości a prokrastynacją i jej aspektami (N = 302)

| | Styl dyfuzyjno- -unikowy | Styl dyfuzyjno- -beztroski | Styl unikowy | Styl informacyjny | Styl normatywny |
|-----------------------------|-----------------------------|-------------------------------|--------------|----------------------|--------------------|
| Prokrastynacja (cała skala) | 0,55** | 0,30** | 0,57** | 0,04 | 0,06 |
| Aspekt decyzyjny | 0,67** | 0,38** | 0,70** | -0,06 | 0,07 |
| Aspekt behawioralny | 0,40** | 0,18** | 0,42** | 0,12* | 0,07 |
| Aspekt nieadaptacyjny | 0,40** | 0,27** | 0,41** | -0,05 | 0,00 |

* $p < 0,05$; ** $p < 0,001$

Zgodnie z oczekiwaniami wystąpiły istotne statystycznie, pozytywne związki pomiędzy stylem dyfuzyjno-unikowym a prokrastynacją ogólną i jej aspektami. Styl dyfuzyjno-beztroski oraz unikowy, dwie podskale stylu dyfuzyjno-unikowego, również wiązały się pozytywnie ze wszystkimi skalami prokrastynacji, przy czym to styl unikowy uzyskał wyższe współczynniki korelacji *r* Pearsona. Styl informacyjny wiązał się pozytywnie jedynie z aspektem behawioralnym. Wysokie wskaźniki korelacji pozwalają przypuszczać, że aspekty prokrastynacji mogą być predyktorami stylów tożsamości. Przeprowadziłyśmy więc analizę regresji, której wyniki znajdują się w tabeli 2.

Tabela 2

Współczynniki beta regresji liniowej stylów tożsamości i aspektów prokrastynacji

| | Styl dyfuzyjno- -unikowy $R^2 = 0,46^{***}$ | Styl dyfuzyjno- -beztroski $R^2 = 0,17^{***}$ | Styl unikowy $R^2 = 0,49^{***}$ | Styl informacyjny $R^2 = 0,05^{**}$ | Styl normatywny $R^2 = 0,01$ |
|-----------------------|---------------------------------------------------|-----------------------------------------------------|------------------------------------|----------------------------------------|---------------------------------|
| Aspekt decyzyjny | 0,68*** | 0,41*** | 0,70*** | -0,20* | 0,10 |
| Aspekt behawioralny | -0,08 | -0,15* | -0,10 | 0,29*** | 0,10 |
| Aspekt nieadaptacyjny | -0,09 | 0,14* | 0,10 | -0,10 | -0,10 |

* $p < 0,05$; ** $p < 0,01$; *** $p < 0,001$.

Okazało się, że istotnymi pozytywnymi predyktorami stylu dyfuzyjno-beztroskiego były aspekty decyzyjny i nieadaptacyjny prokrastynacji, a predyktorem negatywnym – aspekt behawioralny. Pozytywnym predyktorem stylu unikowego był tylko aspekt decyzyjny prokrastynacji. W przypadku stylu informacyjnego aspekt decyzyjny był predyktorem negatywnym, natomiast aspekt behawioralny – predyktorem pozytywnym.

DYSKUSJA

Styl dyfuzyjno-unikowy charakteryzuje się zarówno unikaniem, jak i odwlekaniem podejmowania decyzji i zadań tożsamościowych. Jak wynika z przeprowadzonych analiz, prokrastynacja, czyli dysfunkcyjne zwlekanie, istotnie, pozytywnie koreluje ze stylem dyfuzyjno-unikowym. Taki wniosek można wyciągnąć, przyjmując, że obie mierzone zmienne są konstruktami jednowymiarowymi. Jednak założenie, że prokrastynacja oraz styl dyfuzyjno-unikowy są konstruktami złożonymi dostarcza nowych, dokładniejszych informacji.

W ramach skali prokrastynacja ogólna wyodrębniłyśmy trzy aspekty: decyzyjny, behawioralny oraz nieadaptacyjny. Biorąc z kolei pod uwagę sugestię Topolewskiej i Ciecucha (2012), wyliczyłyśmy dwa podstyle dyfuzyjno-unikowe: dyfuzyjno-beztroski oraz unikowy. Do analiz wprowadziłyśmy więc prokrastynację ogólną wraz z jej trzema aspektami oraz styl dyfuzyjno-unikowy i jego dwa podstyle: dyfuzyjno-beztroski i unikowy.

Wyniki analizy korelacji sugerują, że oba style, dyfuzyjno-beztroski oraz unikowy, wiążą się pozytywnie z prokrastynacją ogólną oraz jej trzema aspektami, ale to styl unikowy charakteryzuje się silniejszymi związkami z prokrastynacją. Jednakże analiza regresji dostarcza bardziej zróżnicowanych wyników. Po wprowadzeniu do modelu trzech aspektów prokrastynacji okazuje się, że oba style mają różne predyktory spośród aspektów prokrastynacji. Wszystkie trzy aspekty są istotnymi predyktorami stylu dyfuzyjno-beztroskiego: aspekty decyzyjny oraz nieadaptacyjny predykują pozytywnie, aspekt behawioralny z kolei jest predyktorem negatywnym. Dla stylu unikowego jedynym istotnym predyktorem był aspekt decyzyjny. Może to oznaczać, że istotne znaczenie dla stylu unikowego ma przede wszystkim odwlekanie podejmowania decyzji życiowych. Osoby o stylu unikowym mogą dużo czasu spędzać na rozmyślaniu o przyszłości, ale nie wiąże się to z podejmowaniem decyzji. Ponadto za wszelką cenę mogą unikać ponoszenia konsekwencji odwlekania swoich obligatoryjnych działań, dlatego mimo wszystko wykonują je w terminie. Warto podkreślić, że aspekt nieadaptacyjny jest predyktorem jedynie stylu dyfuzyjno-beztroskiego spośród wszystkich testowanych zmiennych. W połączeniu tego aspektu z odwlekaniem podejmowania decyzji życiowych oraz nieodkładaniem zadań bieżących rysuje się pewien obraz osoby o stylu dyfuzyjno-beztroskim. Odwlekanie ważnych decyzji życiowych oraz odsuwanie myśli o przyszłości na rzecz skupienia się na teraźniejszości może prowadzić do pewnych strat, takich jak utrata nadarzającej się okazji do rozwoju, zdobycia lepszej pracy czy zarobienia większej sumy pieniędzy. Być może oznacza to, że osoby o stylu dyfuzyjno-beztroskim ponoszą znaczne

koszty swojej prokrastynacji, gdyż nie przejmują się jej konsekwencjami i wolą wieść beztroski styl życia.

Uzyskane wyniki wskazują na niejednorodność stylu dyfuzyjno-unikowego. Po pierwsze, oba style uzyskały znacząco różne wartości współczynników korelacji z prokrastynacją ogólną. Po drugie, aspekty nieadaptacyjny oraz behawioralny są predyktorami tylko stylu dyfuzyjno-beztroskiego, a nie są predyktorami stylu unikowego. Na tej podstawie można twierdzić, że oba te podstyle mają inne znaczenie psychologiczne i wprowadzenie rozróżnienia na styl dyfuzyjno-beztroski i unikowy wydaje się zasadne.

Wyniki uzyskane dla stylu informacyjnego są odmienne od wyników obecnych w literaturze (Berzonsky, Ferrari, 1996), w których to prokrastynacja była predyktorem negatywnym stylu informacyjnego. Można wysnuć wniosek, że dla osób o stylu informacyjnym nie jest charakterystyczne odwlekanie podjęcia decyzji. Mogą one jednak zwlekać z wykonaniem swoich działań lub też tracić dużo czasu, wykonując te zadania po to, by np. zdobyć więcej informacji na dany temat.

Po wykorzystaniu w analizach skali prokrastynacji ogólnej okazuje się, że koreluje ona silniej ze stylem unikowym niż ze stylem dyfuzyjno-beztroskim. Natomiast w modelu regresji, w którym predyktorami są trzy aspekty prokrastynacji, istotnym predyktorem stylu unikowego jest tylko aspekt decyzyjny. Wszystkie trzy aspekty są zaś istotnymi predyktorami stylu dyfuzyjno-beztroskiego, przy czym aspekty decyzyjny oraz nieadaptacyjny stanowią predyktory pozytywne, a aspekt behawioralny jest predyktorem negatywnym. Niska wartość korelacji prokrastynacji ogólnej ze stylem dyfuzyjno-beztroskim może być konsekwencją wpływu negatywnego predyktora, jakim jest aspekt behawioralny prokrastynacji. Mamy tutaj do czynienia z sytuacją, w której traktowanie zmiennej w rzeczywistości złożonej z kilku konstruktów jako zmiennej jednowymiarowej może prowadzić do nieprawidłowych wniosków. Uznając, że prokrastynacja jest zmienną jednoczynnikową, powoduje utratę informacji, które uzyskuje się, przyjmując istnienie trzech jej podskal. Podobne znoszenie się przeciwstawnych zależności zachodzi w przypadku stylu informacyjnego. Prokrastynacja ogólna nie jest istotnym predyktorem tego stylu. Jednakże gdy wziąć pod uwagę aspekty prokrastynacji, okazuje się, że aspekt decyzyjny jest predyktorem negatywnym, a aspekt behawioralny – predyktorem pozytywnym stylu informacyjnego. Podsumowując, uzyskane przez nas wyniki wskazują, że zasadne wydaje się traktowanie prokrastynacji jako zmiennej złożonej z różnych aspektów.

W literaturze mało jest dostępnych badań dotyczących związków pomiędzy prokrastynacją a tożsamością. W prezentowanym badaniu wykorzystano nowe narzędzia oraz nowe konceptualizacje – propozycję podziału prokrastynacji na trzy aspekty oraz podział stylu dyfuzyjno-unikowego na styl dyfuzyjno-beztroski

oraz unikowy (Topolewska, Ciecuch, 2012). Uzyskane wyniki badania wydają się potwierdzać sensowność takich propozycji. Warto również sprawdzić zależności pomiędzy prokrastynacją a tożsamością w innych ujęciach teoretycznych. Szczególnie interesujące byłoby zbadanie potencjalnych związków pomiędzy prokrastynacją a pięcioma wymiarami tożsamości z modelu podwójnego cyklu formowania się tożsamości Luyckxa i in. (2008) oraz trzema wymiarami tożsamości z modelu Crocetti, Rubini i Meeusa (2008).

BIBLIOGRAFIA

- Baumeister, R. F., Heatherton, T. F., Tice, D. M. (2000). *Utrata kontroli. Jak i dlaczego tracimy zdolność samoregulacji*. Warszawa: Państwowa Agencja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych.
- Berzonsky, M. D. (1989). Identity style: Conceptualization and measurement. *Journal of Adolescent Research*, 4(3), 267–281.
- Berzonsky, M. D., Soenens, B., Smits, I., Luyckx, K., Goossens, L., Dunkel, C. S., Papini, D. R. (2010). *Development and validation of the Revised Identity Style Inventory (ISI-4): Factor structure, reliability, and convergent validity*. Unpublished manuscript, State University of New York at Cortland, Cortland, NY.
- Berzonsky, M. D. (2011). A social-cognitive perspective on identity construction. W: S. J. Schwartz, K. Luyckx, V. L. Vignoles (red.), *Handbook of identity theory and research* (s. 55–76). New York: Springer.
- Berzonsky, M. D., Ferrari, J. R. (1996). Identity orientations and decisional strategies. *Personality and Individual Differences*, 20(5), 597–606.
- Crocetti, E., Rubini, M., Meeus, W. (2008). Capturing the dynamics of identity formation in various ethnic groups: Development and validation of three-dimensional model. *Journal of Adolescence*, 31, 207–222.
- Dryden, W., Neenan, M. (1990/2004). *Rational emotive behavioural counselling in action*. London: Sage Publications.
- Ellis, A., Knaus, W. J. (1977). *Overcoming procrastination*. New York: Signet Books.
- Erikson, E. H. (2004). *Tożsamość a cykl życia*. Poznań: Wydawnictwo Zysk i S-ka.
- Ferrari, J. R. (1992). Psychometric validation of two procrastination inventories for adults: Arousal and avoidance measures. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 14(2), 97–110.
- Ferrari, J. R., Wolfe, R. N., Wesley, J. C., Schoff, L. A., Beck, B. L. (1995). Ego identity and academic procrastination among university students. *Journal of College Student Development*, 36, 361–367.
- Fiore, N. (2008). *Nawyk samodyscypliny*. Gliwice: Helion.
- Lay, C. H. (1986). At last my research article on procrastination. *Journal of Research in Personality*, 20(4), 474–495.

- Luyckx, K., Schwartz, S., Berzonsky, M. D., Soenens, B., Vansteenkiste, M., Smits, I., Goossens, L. (2008). Capturing ruminative exploration: Extending the four-dimensional model of identity formation in late adolescence. *Journal of Research in Personality*, 42, 58–82.
- Mann, L. (1982). *Decision-making questionnaire*. Unpublished manuscript. Flinders University of South Australia.
- Mann, L., Burnett, P., Radford, M., Ford, S. (1997). The Melbourne Decision Making Questionnaire: An instrument for measuring patterns for coping with decisional conflict. *Journal of Behavioral Decision Making*, 10, 1–19.
- Marcia, J. E. (1966). Development and validation of ego-identity status. *Journal of Personality and Social Psychology*, 3(5), 551–558.
- McCown, W., Johnson, J. (1989). *Differential arousal gradients in chronic procrastination*. Paper presented at the American Psychological Association, Alexandria, USA.
- Milgram, N. A., Sroloff B., Rosenbaum, M. (1988). The procrastination in everyday life. *Journal of Research in Personality*, 22, 197–212.
- Pychyl, T. A. (2010). *The procrastinator's digest: A concise guide to solving the procrastination puzzle*. Bloomington, Indiana: Xlibris Corporation.
- Senejko, A. (2010). Inwentarz Stylów Tożsamości (ISI) Michaela D. Berzonsky'ego – dane psychometryczne polskiej adaptacji kwestionariusza. *Psychologia Rozwojowa*, 15(4), 31–48.
- Solomon, L. J., Rothblum, E. D. (1984). Academic procrastination: Frequency and cognitive-behavioral correlates. *Journal of Counseling Psychology*, 31, 503–509.
- Steel, P. (2007). The nature of procrastination: A meta-analytic and theoretical review of quintessential self-regulatory failure. *Psychological Bulletin*, 133(1), 65–94.
- Steel, P. (2010). Arousal, avoidant and decisional procrastinators: Do they exist? *Personality and Individual Differences*, 48(8), 926–934.
- Tice, D. M., Bratslavsky, E., Baumeister, R. F. (2001). Emotional distress regulation takes precedence over impulse control: If you feel bad, do it! *Journal of Personality and Social Psychology*, 80, 53–67.
- Topolewska, E., Ciecuch, J. (2012). Jeden czy dwa style dyfuzyjno-unikowe w modelu Berzonsky'ego? Nierozwiązany problem w nowej wersji *Inwentarza Stylów Tożsamości (ISI-4)*. *Studia Psychologica*, 12(1), 5–23.
- Topolewska, E., Mańko, A. (2012). Osobowościowe uwarunkowania stylów tożsamości w ujęciu Berzonsky'ego. W: E. Drop, M. Maćkiewicz (red.), *Młoda Psychologia*, t. 1 (s. 267–282). Warszawa: LiberiLibri.
- Wichrowski, A. (2008). *Temperamentalne i rodzinne uwarunkowania odkładania na później spraw związanych z nauką*. Niepublikowana praca magisterska, Szkoła Wyższa Psychologii Społecznej, Warszawa.