

Uniwersytet im. Adama Mickiewicza w Poznaniu  
Wydział Psychologii i Kognitywistyki

**Kamil Janowicz**

**Wybrane czynniki związane z kształtowaniem się wizji własnego  
dorosłego życia w okresie wylaniającej się dorosłości**

**The chosen factors related to the development of the vision of one's adult life  
in emerging adulthood**

**Praca doktorska  
przygotowana pod kierunkiem  
prof. UAM dr hab. Lucyny Bakiery**



**Poznań 2022**

**Bardzo dziękuję**

**Pani Profesor Lucynie Bakierze**

*za bycie prawdziwą Mentorką;*

*za inspirujące zajęcia, które, jeszcze w czasie studiów, rozbudziły we mnie zainteresowanie psychologią rozwoju człowieka;*

*za ogrom czasu poświęconego na rozmowy i przekazywanie precyzyjnych i konstruktywnych uwag, które pomogły mi dopracować koncepcję projektu oraz uzyskać finalny kształt niniejszej pracy doktorskiej;*

*za wrażliwość, troskę i łagodność połączone, gdy trzeba, ze stanowczością oraz za codzienną życzliwość i zainteresowanie;*

**Paniom Profesor Katarzynie Adamczyk i Emilii Soroko**

*za cenne uwagi na etapie recenzji konspektu pracy doktorskiej;*

*za wiele rozwijających wspólnych, naukowych doświadczeń;*

*za zaufanie w powierzanych mi obowiązkach*

*oraz za wszelką życzliwość i każde dobre słowo;*

**Pracownikom i Doktorantom Zakładu Psychologii Rozwoju**

*za możliwość konsultacji licznych naukowych pomysłów, cenne uwagi oraz dzielenie się doświadczeniem dydaktycznym;*

**Wszystkim uczestnikom tego badania**

*za zaufanie i gotowość podzielenia się swoimi doświadczeniami;*

**Dyrekcji i Pracownikom szkół oraz Władzom uczelni, w których przeprowadzone zostało badanie**

*za życzliwość i pomoc w jego realizacji;*

## **Moim Najbliższym:**

### **Ukochanej Żonie**

*za pełne troski i czułości towarzyszenie w dobrych i trudnych chwilach;  
za wszelkie wsparcie, umożliwiające mi spokojną pracę;  
a przede wszystkim  
za miłość i wspólnotę życia.*

### **Kochanym Rodzicom**

*za wszelkie otrzymane dobro oraz wsparcie, które umożliwiły mi rozwijanie  
swoich pasji oraz talentów przez wszystkie lata mojego życia;*

### **Drogiej Siostrze**

*za wsparcie, obecność i możliwość dzielenia wielu cennych doświadczeń;*

### **Przyjaciółom i Znajomym**

*za zainteresowanie, życzliwość, wiele pięknych wspólnych chwil oraz okazywane  
wsparcie.*

## Spis treści

1. Wprowadzenie.....	9
1.1. Przedstawienie problematyki badawczej.....	9
1.2. Uzasadnienie wyboru problematyki badawczej i określenie celu badań .....	10
1.3. Struktura pracy .....	14
2. Wizja własnego dorosłego życia a inne formy umysłowej aktywności prospektywnej .....	16
2.1. Przyszłościowe myślenie epizodyczne i semantyczne .....	16
2.2. Wizja własnego dorosłego życia jako forma symulacji przyszłości .....	18
2.1. Wizja własnego dorosłego życia jako forma umysłowej antycypacyjnej aktywności prospektywnej.....	20
2.3. Możliwe selves .....	22
2.4. Definiujące tożsamość wyobrażenia własnej przyszłości .....	26
2.5. Cele życiowe.....	28
2.6. Marzenia .....	33
2.7. Plany życiowe.....	36
2.8. Perspektywy życiowe .....	38
2.9. Koncepcja własnego życia.....	40
3. Rozwojowe znaczenie wizji własnego dorosłego życia w okresie wyłaniającej się dorosłości .....	44
4. Wybrane czynniki podmiotowe i pozapodmiotowe związane z kształtowaniem się wizji własnego dorosłego życia.....	55
4.1. Podmiotowe czynniki związane z kształtowaniem się wizji własnego dorosłego życia .....	55
4.1.1. Rozwojowy kontekst kształtowania się wizji własnego dorosłego życia.....	55
4.1.2. Neuronalne podstawy umysłowej aktywności prospektywnej .....	72
4.1.3. Perspektywa czasowa i orientacja przyszłościowa .....	73
4.1.4. Wartości życiowe.....	83
4.1.5. Płeć.....	88
4.2. Wybrane czynniki pozapodmiotowe związane z kształtowaniem się wizji własnego dorosłego życia.....	89
4.2.1. Uwarunkowania rodzinne .....	90
4.2.2. Status społeczno-ekonomiczny i miejsce zamieszkania.....	94
5. Model podsumowujący teoretyczną podstawę projektu badawczego.....	98

6. Metodologiczne podstawy badań własnych.....	104
6.1. Problemy badawcze.....	104
6.2. Definicje zmiennych.....	105
6.2.1. Wizja własnego dorosłego życia.....	105
6.2.2. Wymiary rozwoju tożsamości .....	107
6.2.3. Statusy tożsamości.....	108
6.2.4. Przyszłościowa perspektywa czasowa.....	109
6.2.5. Perspektywa czasu .....	110
6.2.6. Poczucie sensu w życiu.....	111
6.2.7. Wartości życiowe.....	111
6.2.8. Zmienne socjodemograficzne .....	113
6.3. Model struktury zmiennych.....	113
6.4. Szczegółowe pytania badawcze.....	137
6.5. Hipotezy badawcze.....	142
6.6. Metody i narzędzia badawcze.....	161
6.6.1. Badanie wizji własnego dorosłego życia .....	161
6.6.2. Badanie natężenia wymiarów rozwoju tożsamości i statusów tożsamości .....	162
6.6.3. Badanie perspektywy czasu .....	165
6.6.4. Badanie poczucia sensu w życiu i nastawienia na jego poszukiwanie w przyszłości .....	166
6.6.5. Badanie struktury wartości życiowych.....	167
6.7. Przebieg i procedura badania.....	168
6.7.1. Badanie pilotażowe.....	168
6.7.2. Pierwsza część badania (pomiar 1.).....	169
6.7.3. Druga część badania (pomiar 2.) .....	171
6.8. Uczestnicy badania .....	172
6.8.1. Liczebność grupy .....	172
6.8.2. Kryteria włączania osób do udziału w badaniu .....	172
6.8.3. Opis grupy badanej .....	173
6.9. Etyka procesu badawczego.....	178
6.10. Metody analizowania danych .....	180
6.10.1. Analiza danych dotyczących wizji własnego dorosłego życia .....	180
6.10.2. Analiza danych dotyczących zmian w wizji własnego dorosłego życia.....	186

6.10.3. Wykorzystane pakiety statystyczne .....	189
7. Wyniki.....	190
7.1. Wyniki badania pilotażowego .....	190
7.1.1. Treść i struktura wizji własnego dorosłego życia u osób na początku i na końcu wyłaniającej się dorosłości .....	192
7.1.3. Wizja własnego dorosłego życia a natężenie wymiarów rozwoju tożsamości u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości .....	196
7.1.4. Wizja własnego dorosłego życia a perspektywa czasu u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości .....	197
7.1.5. Wizja własnego dorosłego życia a wartości życiowe u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości .....	198
7.1.6. Wizja własnego dorosłego życia a poczucie sensu w życiu u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości .....	200
7.2. Wyniki badania właściwego.....	201
7.2.1. Opis zmiennych .....	201
7.2.2. Wizja własnego dorosłego życia u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości.	204
7.2.3. Wizja własnego dorosłego życia u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości a wybrane czynniki podmiotowe i pozapodmiotowe .....	219
7.2.4. Wizja własnego dorosłego życia a rozwój tożsamości w okresie wyłaniającej się dorosłości.....	235
7.2.5. Wizja własnego dorosłego życia a poczucie aktualnego sensu w życiu i nastawienie na jego poszukiwanie w przyszłości .....	243
7.2.6. Zmiany w wizji własnego dorosłego życia u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości podczas ostatniego roku edukacji w szkole średniej/ na studiach wyższych .....	248
7.2.7. Wybrane czynniki podmiotowe i pozapodmiotowe a zmiany w wizji własnego dorosłego życia u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości .....	254
7.2.8. Zmiany w wizji własnego dorosłego życia a zmiany w obrębie tożsamości.....	267
7.2.9. Zmiany w wizji własnego dorosłego życia a zmiany poczucia sensu w życiu...	278
8. Dyskusja wyników .....	280
8.1. Omówienie badania pilotażowego.....	280
8.2. Wyniki zrealizowanego badania w świetle wiedzy teoretycznej i wcześniejszych badań empirycznych.....	283

8.2.1. Wizja własnego dorosłego życia u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości.	283
8.2.2. Zmiany zachodzące w wizji własnego dorosłego życia u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości podczas ostatniego roku edukacji w szkole średniej/ na studiach wyższych .....	296
8.2.3. Wybrane czynniki podmiotowe i pozapodmiotowe a wizja własnego dorosłego życia u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości .....	299
8.2.3. Wizja własnego dorosłego życia a tożsamość osób w okresie wyłaniającej się dorosłości .....	321
8.2.4. Wizja własnego dorosłego życia a poczucie sensu w życiu osób w okresie wyłaniającej się dorosłości .....	327
8.3. Ograniczenia przeprowadzonego badania .....	329
8.4. Implikacje uzyskanych wyników .....	332
8.4.1. Implikacje uzyskanych wyników dla dalszych kierunków badań .....	332
8.4.2. Implikacje uzyskanych wyników dla praktyki psychologicznej .....	334
8.4.3. Implikacje uzyskanych wyników dla dydaktyki.....	337
9. Podsumowanie i wnioski.....	338
Bibliografia.....	342
11. Spis tabel, wykresów i rysunków .....	366
12. Załączniki .....	369

## Streszczenie

### **Cel prowadzonych badań**

Problematyka niniejszego projektu dotyczy roli umysłowej aktywności prospektywnej w rozwoju osób w okresie wyłaniającej się dorosłości. Głównym przedmiotem niniejszego badania była wizja własnego dorosłego życia rozumiana jako posiadane przez jednostkę wyobrażenie jej przewidywanego przyszłego, dorosłego życia. Wizja ta jest jedną z form umysłowej antycypacyjnej aktywności prospektywnej (Katra, 2008a), a dokładniej niespecyficzną symulacją własnej przyszłości (Szpunar i in., 2014b). Najważniejszymi celami zrealizowanego projektu było: 1) poznanie wizji własnego dorosłego życia u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości – dokonanie opisu jej treści i struktury oraz zachodzących w niej na przestrzeni czasu zmian; 2) zweryfikowanie zależności pomiędzy wybranymi czynnikami podmiotowymi i pozapodmiotowymi a charakterystyką wizji własnego dorosłego życia u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości; 3) sprawdzenie, czy czynniki te są predyktorami lub czynnikami różnicującymi zakres zmian w obrębie wizji własnego dorosłego życia; 4) analiza zależności pomiędzy charakterystyką tejże wizji a rozwojem tożsamości i poczuciem sensu w życiu; 5) weryfikacja, czy zmiany w obrębie wizji własnego dorosłego życia są powiązane ze zmianami w zakresie tożsamości i poczucia sensu w życiu.

### **Material i metoda**

Niniejsze badanie miało charakter podłużny i obejmowało dwa pomiary zrealizowane w odstępie 9-10 miesięcy. W pierwszej części badania udział wzięło 299 bezdzietnych osób w okresie wyłaniającej się dorosłości (17 – 27 lat), spośród których 177 wzięło udział także w drugiej części badania. Ze względu na pandemię COVID-19 dane były zbierane za pomocą internetu. Badanie wizji własnego dorosłego życia przeprowadzono za pomocą pytania otwartego. Wypowiedzi pisemne uczestników badania były analizowane przez zespół wyćwiczonych sędziów kompetentnych. Wybrane czynniki podmiotowe i pozapodmiotowe uwzględnione w niniejszym projekcie były badane za pomocą wystandaryzowanych kwestionariuszy (Skala Wymiarów Rozwoju Tożsamości [DIDS], Kwestionariusz Poczucia Sensu w Życiu [MLQ], Portretowy Kwestionariusz Wartości [PVQ-RR], Inwentarz Perspektywy Czasu Zimbardo [ZTPI], Kwestionariusz Przyszłościowej Perspektywy Czasowej [FTPQ]) oraz rozbudowanej ankiety socjodemograficznej.

### **Wyniki**

Uzyskane rezultaty wskazują na to, że osoby w okresie wyłaniającej się dorosłości mają raczej umiarkowanie rozbudowaną i szczegółową wizję własnego dorosłego życia. Najczęściej reprezentowanymi (i najbardziej szczegółowo opisywanymi) obszarami życia są praca zawodowa, związek intymny, miejsce zamieszkania i rodzicielstwo. Wizja ta jest też dosyć stabilna w czasie i na przestrzeni ostatniego roku edukacji w szkole średniej/ na uczelni wyższej nie zachodzą w niej zbyt wielkie zmiany. Przeprowadzone analizy wykazały, że charakterystyka wizji własnego dorosłego życia jest u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości w co najwyżej umiarkowanym stopniu powiązana z takimi czynnikami jak perspektywa czasu i wartości życiowe. Zaobserwowano natomiast sporo różnic międzypłciowych oraz związanych z wiekiem – osoby na końcu wyłaniającej się dorosłości mają bardziej rozbudowaną i szczegółową wizję własnego dorosłego życia.



Analizowane czynniki podmiotowe i pozapodmiotowe w niewielkim stopniu były także predyktorami zmian w wizji własnego dorosłego życia. Okazało się także, że posiadanie bardziej rozbudowanej i szczegółowej wizji własnego dorosłego życia, większa łatwość jej przywołania i opisanie oraz bardziej pozytywny stosunek emocjonalny wobec niej powiązane są z posiadaniem bardziej dojrzałej tożsamości i silniejszego poczucia sensu w życiu. W końcu, zaobserwowano, że zmiany w wizji własnego dorosłego życia (szczególnie w zakresie subiektywnego ustosunkowania się do niej) są powiązane ze zmianami w obrębie tożsamości i poczucia sensu w życiu.

### **Wnioski**

Osoby w okresie wyłaniającej się dorosłości (zwłaszcza na jej początku) w wielu przypadkach nie są w stanie dokonać przewidywań na temat własnej przyszłości i stworzyć jej symulacji. Symulacja ta w niewielkim stopniu powiązana jest z systemem wartości tych osób. Nierzadko odzwierciedla ona jednak stereotypy dotyczące ról płciowych. W świetle uzyskanych wyników, można stwierdzić, że problemy w zakresie formowania wizji własnego dorosłego życia mogą po części wynikać z mało rozwiniętej przyszłościowej perspektywy czasu, nadmiernego skupienia się na teraźniejszości, czy też braku zaangażowania w formowanie tożsamości. Trudności w zakresie ukształtowania dojrzałej tożsamości mogą być także efektem tych trudności, gdyż uzyskane dane wskazują na wzajemne przenikanie się procesów formowania się wizji własnego dorosłego życia i rozwoju tożsamości. Uzyskane wyniki pozwalają lepiej zrozumieć rzadko badaną dotychczas formę umysłowej aktywności prospektywnej jaką jest tworzenie wizji własnego dorosłego życia, także w odniesieniu do czynników związanych z jej formowaniem się i jej roli dla rozwoju tożsamości oraz osiągnięcia poczucia sensu w życiu. Rezultaty niniejszego badania mogą znaleźć swoje zastosowanie w profilaktyce zdrowia psychicznego młodych ludzi, szczególnie w kontekście wspierania rozwoju ich tożsamości.

**Słowa kluczowe:** wizja własnego dorosłego życia, umysłowa aktywność prospektywna, wyłaniająca się dorosłość, tożsamość, perspektywa czasu, poczucie sensu w życiu, wartości życiowe

# Abstract

## **Aim of the research**

The research problem was related to the role of prospective thinking for emerging adults' development. The main subject of the study was the vision of one's adult life, defined as the anticipation (Katra, 2008a), and, to be more precise, non-specific simulation of one's future (Szpunar et al., 2014b). The main goals of the study were: 1) explore the vision of one's adult life in emerging adults, including describing its content, and structure and changes in this vision over time; 2) investigating relations between the chosen factors and the vision of one's adult life in emerging adults; 3) verifying if these factors are predictors of changes in the vision on one's adult life; 4) analyzing relations between the characteristic of the vision of one's adult life and identity development, and meaning in life; 5) verifying if changes in this vision are related to changes in identity and meaning in life.

## **Material and method**

This study was longitudinal. The second measurement was conducted 9-10 months after the first one. In the first measurement, 299 emerging adults aged 17 to 27 were recruited, and 177 of them also took part in the second part of the study. Due to the COVID-19 pandemic, data were gathered via the internet. Participants were asked to write about their predictions about their future, adult life. The adequately prepared judges coded these written answers. Data were gathered through standardized questionnaires (Dimension of Identity Development Scale [DIDS], Meaning in Life Questionnaire [MLQ], Portrait Values Questionnaire [PVQ-RR], Zimbardo Time Perspective Inventory [ZTPI], Future Time Perspective Questionnaire [FTPQ]) and extended sociodemographic survey.

## **Results**

Results of the study indicate that emerging adults have moderately extended and detailed vision of their adult life. The most frequently represented (and mostly detailed described) aspects of life are work, intimate relationships, residence, and parenthood. The vision of one's adult life seems to be stable over the last year of education in high school/ at university. The conducted analyses have revealed that vision of one's adult life is at most moderately related to time perspective and life values. Additionally, various factors analyzed in this study seem not to be strong predictors of changes in the vision of one's adult life. Another finding of this study is that forming a more extended and detailed vision of one's adult life, stronger ease in recalling and describing it, and having a more positive emotional attitude toward it are related to having a more matured identity and higher meaning in life. Finally, it was observed that changes in the vision of one's adult life (especially in the subjective attitude toward it) are related to changes in identity and meaning in life.

## **Conclusions**

Many emerging adults can not predict their future, adult life, and developing its simulation. The vision of one's adult life in emerging adults seems to be weakly related to life values, but in some aspects, it reflects stereotypes of gender roles. According to the findings of this study, it may be claimed that difficulties in developing the vision of one's adult life may be the effect of poorly extended future time perspective, excessive focus on the present, and lack of engagement in identity development. Difficulties in achieving a matured identity may also

result from difficulties in developing the vision of one's adult life. Gathered data indicate mutual relationships between the process of identity development and forming the vision of one's adult life. The findings of this study shed light on the topic which was rarely explored before, which is forming the vision of one's adult life—also concerning factors related to its development and the role of this vision for identity development and meaning in life. Results of this study may be applied to the youth's mental health prevention, especially in the area of identity development.

**Keywords:** vision of one's adult life, prospective thinking, emerging adulthood, identity, time perspective, meaning in life, life values

# 1. Wprowadzenie

## 1.1. Przedstawienie problematyki badawczej

Ukierunkowanie ku przyszłości jest istotną cechą ludzkiego myślenia i działania (Seligman i in., 2013), zwłaszcza z perspektywy rozwoju człowieka (Obuchowski, 1985; Tyszkowa, 1979). Szczęólnego znaczenia nabiera ono w okresie dorastania, kiedy to kształtują się plany życiowe jednostki oraz jej tożsamość (Liberska, 1996; Nurmi, 1991; Tyszkowa, 1979). Kształtowanie się tożsamości, przygotowanie się do podjęcia dorosłych ról społecznych oraz konstruowanie wizji własnej przyszłości to kluczowe zadania okresu dorastania, na które wskazują w swoich pracach m.in. Erikson (1997), Havighurst (1981), Levinson (1988) czy też Inhelder i Piaget (1970). Liczni autorzy (m.in. Arnett, 2000; Obuchowska, 2000; Liberska, 2007) podkreślają, że na przestrzeni ostatnich dekad procesy te coraz rzadziej są finalizowane przez jednostkę w okresie dorastania i przenoszone są na pierwsze lata dorosłości, co łączyć można z przedłużaniem się okresu moratorium psychospołecznego w wysokorozwiniętych społeczeństwach (Erikson, 2004; Liberska, 2007).

W związku z dynamicznymi przemianami (m.in. politycznymi, ekonomicznymi, kulturowymi i społecznymi), zwiększaniem się oddziaływania procesów związanych z globalizacją, a także rosnącego udziału nowych technologii w codziennym życiu, kontekst rozwojowy współczesnej młodzieży znacząco różni się od tego, w jakim dorastali ich rodzice czy dziadkowie, a zmiany te są szczególnie intensywne w dużych ośrodkach miejskich. Dotyczy to także ewolucji wzorców ról płciowych i rodzinnych, które również ulegają w ostatnich dekadach intensywnym przeobrażeniom (Bakiera i Harwas-Napierała, 2016; Gębka, 2006, 2010; Jacques i Radtke, 2012). Życie współczesnych młodych ludzi jest często tak bardzo zróżnicowane, że Arnett (2000, s. 477) stwierdza, że „mało co jest tutaj normatywne”, a Rindfuss (1991) i Wallace (1995) podkreślają, że współcześnie żaden inny okres rozwojowy w życiu człowieka nie charakteryzuje się takim brakiem jednorodności, jak czas między 18. a 25. rokiem życia. Dla podkreślenia tego faktu Arnett (2000) proponuje wyodrębnienie tego czasu jako osobnego okresu rozwojowego i nazywa go wyłaniającą się dorosłością (*emerging adulthood*).

Osiągnięcie stabilnej i dojrzałej tożsamości, a także skonstruowanie wyobrażenia na temat swojego przyszłego życia wydaje się niezbędne, aby jednostka mogła podjąć kolejne zadania rozwojowe związane z dorosłym życiem (Erikson, 1997; Inhelder i Piaget, 1970; Levinson, 1988; Niemczyński, 1980, 1988; Tyszkowa, 1985). Wizja własnego dorosłego

życia wydaje się zatem istotnym czynnikiem mogącym ukierunkowywać aktualną i przyszłą aktywność młodego człowieka (Czerwińska-Jasiewicz, 2005; Levinson, 1988). Proces formowania się tejże wizji (od początkowo chaotycznej, powierzchownej i nieustrukturyzowanej do wizji uporządkowanej, rozbudowanej, szczegółowej i odnoszącej się do kluczowych obszarów życia w okresie dorosłości) z jednej strony może odzwierciedlać przemiany zachodzące w życiu jednostki (np. zmiany w obrębie jej celów życiowych, włączanie nowych identyfikacji w obręb własnej tożsamości), z drugiej zaś stanowić ich katalizator (np. stymulując do rewizji własnych celów, opracowania nowych planów, czy pogłębienia eksploracji w obrębie jakiejś domeny tożsamościowej). Zmiany w obrębie wizji własnego dorosłego życia mogą dotyczyć trzech jej aspektów: treści (zmianie ulega to, do jakich obszarów życia odwołuje się jednostka w swoich predykcjach na temat przyszłości), struktury (zmianie ulega poziom rozbudowania, szczegółowości czy też zbalansowania wizji) oraz subiektywnego ustosunkowania się do posiadanej wizji własnego dorosłego życia (np. zmiana natężenia emocji towarzyszących przywoływaniu wizji albo towarzyszącego jej poczucia ciągłości).

## **1.2. Uzasadnienie wyboru problematyki badawczej i określenie celu badań**

Badania dotyczące różnych form umysłowej aktywności prospektywnej są szeroko prowadzone od wielu lat zarówno w Polsce (np. Bakiera, 1996; Baran, 1985; Czerwińska-Jasiewicz, 2005; Kutra, 2008a; Liberska, 2004; Tyszkowa, 1985) jak i zagranicą (np. Bexley i in., 2013; Ellison i in., 2014; Marsiglio i in., 2000; Nurmi, 1991; Salmela-Aro i in., 2007; Twenge i in., 2012). Wiele prac w tym obszarze dotyczy jednak wyobrażeń młodych ludzi tylko w odniesieniu do pojedynczych obszarów życia – życia zawodowego (np. Czerwińska-Jasiewicz, 1979; Krause, 2012) czy też życia rodzinnego (np. Janowicz, 2017; Majoreczyk, 2014; Marsiglio i in., 2000; Mynarska, 2011) lub planów edukacyjno-zawodowych (np. Brzezińska i in., 2016). Relatywnie niewiele jest prac poświęconych całościowemu wyobrażeniu młodych ludzi na temat ich przyszłego życia (np. Czerwińska-Jasiewicz, 2005; Kutra, 2008a; Liberska, 2004; Trempała i Malmberg, 1996; Tyszkowa, 1985). Zdecydowanie przeważają też opracowania poświęcone planom edukacyjno-zawodowym, natomiast niewiele jest publikacji dotyczących planów związanych z życiem rodzinnym.

Nierzadko też obserwować można mieszanie się różnych pojęć, m.in. takich jak: plany życiowe, cele życiowe, aspiracje życiowe, perspektywy temporalne, wyobrażenia na temat przyszłości, wizja przyszłości czy marzenia. Choć odnoszą się one do odmiennych zjawisk, to często, błędnie, stosowane są zamiennie. Bardzo zróżnicowana jest także metodologia takich

badania, choć najczęściej można spotkać się ze zbieraniem danych za pomocą wywiadów/ wypracowań oraz ich jakościową analizą (np. Baran, 1985; Liberska, 2004; Majorczyk, 2014; Mynarska, 2011; Thompson i in. 1985; Tyszkowa, 1985), co wydaje się podejściem uzasadnionym, choć trudno w takiej sytuacji o zgromadzenie danych od większej liczby uczestników i zgeneralizowanie wyników na populację (zwłaszcza przy dużej heterogeniczności w obrębie grupy badanej). Przeważająca część badań skupia się na opisie treści wyobrażeń młodych ludzi na temat ich własnej przyszłości, niewiele natomiast jest prac, które analizie poddawałyby także strukturę tych wyobrażeń, np. stopień rozbudowania, szczegółowość, zbalansowanie, zabarwienie emocjonalne. Analizy takie prowadził m.in. zespół Marii Tyszkowej (Baran, 1985; Tyszkowa, 1985) oraz badacze związani z podejściem narracyjnym (Katra, 2008a; Klapaczyńska, 1999; Wiszejko, 1998; za: Trzebiński, 2002).

Choć zdarzają się prace porównujące wyobrażenia osób w różnym wieku (Cielińska-Miszczuk i Wiśniewska, 2015; Czerwińska-Jasiewicz, 2005; Dziwańska, 2009; Gajtkowska, 2016; Janowicz, 2017, 2018a; Liberska, 2004) to trudno doszukać się badań longitudinalnych poświęconych procesowi kształtowania się przewidywań młodych ludzi na temat ich przyszłości. Wyniki przywołanych powyżej badań poprzecznych wskazują, że wyobrażenia te znacząco różnią się pomiędzy osobami na początku i końcu okresu dorastania, a także pomiędzy nastolatkami i młodymi dorosłymi, co skłania do zadania pytania o dynamikę tego procesu i poszukiwania czynników nań wpływających.

Przeważająca część badań w tym obszarze skupia się wyłącznie na opisie (mniej lub bardziej szczegółowym) tych wyobrażeń, ale bardzo rzadko są one umiejscowione w szerszym kontekście funkcjonowania psychicznego jednostki. Jak wspomniano powyżej, nierzadkie są opracowania porównujące te wyobrażenia u osób w różnym wieku. Często uwzględniane są też liczne czynniki demograficzne, takie jak płeć (np. Czerwińska-Jasiewicz; Janowicz, 2018a; Majdzińska i Śmigielski, 2009; Salmela-Aro i in., 2000; Włodarczyk, 2009), status społeczny (np. Gajtkowska, 2016; Varlamova in., 2008) czy typ szkoły, do której uczęszcza młodzież (np. Włodarczyk, 2009). Niewiele jednak jest prac, w których analizie poddano treść i strukturę przewidywań na temat własnej przyszłości w odniesieniu do wybranych aspektów ich funkcjonowania psychicznego (Katra, 2008a; Liberska, 2004). Można więc stwierdzić, że choć wiedza o planach czy celach życiowych młodych ludzi jest dosyć rozbudowana, to niewiele wiemy o tym, jakie są ich przewidywania na temat własnej przyszłości oraz jak te przewidywania są umiejscowione w szerszej problematyce dotyczącej rozwoju i funkcjonowania psychicznego osób w okresie wyłaniającej się dorosłości.

Inspiracja do zaprojektowania tych badań ma kilka źródeł. Pierwszym z nich jest obserwowana rozbieżność pomiędzy wynikami badań dotyczących deklarowanych wartości i planów życiowych współczesnej młodzieży a tym jak rzeczywiście wygląda aktualnie życie osób znajdujących się pomiędzy 20. a 30. rokiem życia. Choć według współczesnych badań (Czerwińska-Jasiewicz, 2005, 2015; Dubis, 2016; Ignatczyk, 2005; Wojtowicz, 2013) deklaratywnie najistotniejsze dla polskich nastolatków i młodych dorosłych są takie kwestie jak miłość, szczęśliwe życie rodzinne i znalezienie przyjaciół, to nierzadko trudno odnaleźć to w sposobie ich funkcjonowania lub w strukturze decyzji życiowych. Również deklarowane najczęściej plany dotyczące założenia rodziny (liczba dzieci, moment ich urodzenia) rozmiągają się często z rzeczywistością. W pierwszej kolejności rozdzwięk ten zaintrygował autora w odniesieniu do rodzicielstwa i życia rodzinnego (co znalazło swój wyraz w tematyce pracy magisterskiej; Janowicz, 2017), a dalej zainteresowanie to rozszerzyło się na całościowe wyobrażenie młodych ludzi o ich przyszłości.

Drugim z czynników, wpływających na zajęcie się tą tematyką były osobiste obserwacje i kontakt z osobami należącymi do pokolenia urodzonego w latach 1990-2000, wśród których rzadko udawało się natrafić na kogoś o sprecyzowanych planach i wyobrażeniach o swojej przyszłości. W życiu wielu tych osób było i jest mnóstwo zmian (kierunku studiów, miejsca zamieszkania, miejsca pracy, partnerów życiowych, zainteresowań itd.) a myśli o przyszłości wydają się być dla nich czymś marginalnym. Ich plany życiowe i wyobrażenia na temat dorosłego życia nierzadko miały dość powierzchowny i stereotypowy charakter, a im samym trudno było (i nadal jest) osiągnąć jakąś stabilizację w życiu. Podobne doświadczenia autor zbierał w wielu osobistych relacjach, jak i podczas pełnienia obowiązków wychowawcy na rozmaitych wyjazdach dla młodzieży, czy też prowadzenia i animowania różnych grup w środowiskach studenckich, w tym rozmaitych warsztatów psychologicznych dla młodzieży szkolnej i akademickiej. Choć może taka obserwacja „z życia” nie ma wartości naukowej, to była ona czynnikiem motywującym do przyjrzenia się sposobowi funkcjonowania osób w okresie wyłaniającej się dorosłości z naukowej perspektywy.

Z opisanym powyżej sposobem funkcjonowania młodych osób nierozzerwalnie wiążę się podnoszony często w literaturze (Bakiera, 2009, 2017; Harwas-Napierała, 2007; 2014; Liberska, 2007) wątek przesuwania się procesu kształtowania się tożsamości oraz realizacji zadań rozwojowych (w szczególności tych związanych z osiągnięciem emocjonalnej i finansowej niezależności od rodziców, ukończeniem edukacji, zbudowaniem trwałego

związku intymnego, wejściem na rynek pracy i założeniem rodziny). Szczególnie kwestie związane z życiem rodzinnym zdają się być coraz silniej odkładane na dalsze lata życia niż było to jeszcze kilkanaście lat temu.

Pytania te odnoszą się do wątków związanych z kształtowaniem się tożsamości na przełomie dorastania i wczesnej dorosłości. I choć w literaturze przedmiotu podkreśla się, że jednym z kluczowych pytań tożsamościowych jest pytanie o kształt własnego życia w przyszłości (Czerwińska-Jasiewicz, 2015; Erikson, 1997), a stworzenie wyobrażenia na temat swojej przyszłości i rozwój perspektywy czasowej to jedne z kluczowych zadań okresu dorastania (Czerwińska-Jasiewicz, 2015; Erikson, 1997; Levinson, 1988), to nie natrafiono na pogłębione analizy empiryczne dotyczące związków między rozwijaniem się wyobrażenia na temat swojego dorosłego życia a procesem kształtowania się tożsamości.

Badanie to miało na celu opisanie struktury i treści wizji własnego dorosłego życia u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości (czyli znajdujących się między 18. a 25. r. ż.), a także zweryfikowanie związków wybranych czynników podmiotowych i pozapodmiotowych z treścią i strukturą tejże wizji. Istotnym celem zrealizowanego badania było także przeanalizowanie zależności pomiędzy strukturą i treścią wizji własnego dorosłego życia a strukturą tożsamości i poczuciem sensu w życiu u osób będących na przełomie dorastania i wczesnej dorosłości. Ponadto, analizie poddano także zmiany zachodzące w obrębie struktury i treści wizji własnego dorosłego życia w trakcie ostatniego roku nauki w szkole podstawowej/ na studiach wyższych u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości. Ostatnim z kluczowych celów badawczych była analiza zależności pomiędzy tymi zmianami w obrębie wizji własnego dorosłego życia a zmianami w obrębie tożsamości i poczucia sensu. Aby zrealizować przedstawione powyżej cele badawcze, zastosowano zarówno metody jakościowe jak i ilościowe. Te pierwsze, w połączeniu z wystandaryzowanym systemem kodowania i zaangażowaniem sędziów kompetentnych, pozwoliły na opisanie treści i struktury wizji własnego dorosłego życia u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości. Natomiast metody ilościowe wykorzystano, aby sprawdzić, które z wybranych czynników są istotnie związane z treścią i strukturą wizji własnego dorosłego życia u młodych ludzi oraz w jakim stopniu treść i struktura tej wizji wiążą się ze strukturą tożsamości oraz poczuciem sensu w życiu. Badaniem objęto osoby będące na początkowym (17-19 lat) i końcowym (23-27 lat) etapie wyłaniającej się dorosłości.



### 1.3. Struktura pracy

W pierwszej części rozprawy wstępnie zarysowana została problematyka badawcza podjęta w ramach niniejszej rozprawy wraz z uzasadnieniem wyboru tego tematu. Omówione zostały także inspiracje, które wpłynęły na wybór tej tematyki i ostateczny kształt zrealizowanego badania.

W części drugiej przedstawione zostało tło teoretyczne projektu oraz wyniki wcześniejszych badań, które rzucają światło na podejmowane tutaj problemy badawcze. Część tę rozpoczynają wyjaśnienia terminologiczne dotyczące różnych form myślenia o własnej przyszłości. Następnie omówione zostało znaczenie podejmowania umysłowej aktywności prospektywnej w rozwoju człowieka, ze szczególnym uwzględnieniem ich roli w odniesieniu do formowania się tożsamości. Przedstawione zostały także kluczowe tezy i wyniki badań wskazujące na podmiotowe i pozapodmiotowe czynniki związane z podejmowaniem umysłowej aktywności prospektywnej przez młodych ludzi. Na końcu tej części pracy omówiono model podsumowujący teoretyczne podstawy całego projektu.

Część trzecia poświęcona została metodologicznym zagadnieniom zrealizowanego badania. W pierwszej kolejności opisano problemy badawcze, a następnie sposób operacjonalizacji zmiennych oraz model zależności między nimi. W dalszej części tego rozdziału przedstawiono pytania badawcze oraz wypływające z nich hipotezy badawcze. W odniesieniu do hipotez podano teoretyczne i empiryczne przesłanki, które stanowiły podstawę ich sformułowania. Kolejna część tego rozdziału dotyczy metod i narzędzi badawczych wykorzystanych w niniejszym badaniu oraz procedury samego badania. W dalszej kolejności przedstawiono szczegółową charakterystykę uczestników badania. Na zakończenie tego rozdziału poruszono kwestie dotyczące etycznych zagadnień związanych ze zrealizowanym badaniem. Przedstawiono i omówiono możliwe zagrożenia w tym obszarze oraz przyjęte sposoby działania na rzecz wysokiego standardu etycznego zrealizowanego badania.

Część czwarta rozpoczyna się od przedstawienia wyników badania pilotażowego, które zostało przeprowadzone w celu dopracowania procedury badania, a także wstępnej weryfikacji postawionych hipotez badawczych. Następnie szczegółowo zostały zaraportowane i omówione wyniki badania głównego, którego celem była weryfikacja postawionych hipotez badawczych i udzielenie odpowiedzi na postawione pytania badawcze. Wyniki zostały przedstawione w odniesieniu do wspomnianych powyżej hipotez.

Kolejny rozdział pracy poświęcony został zestawieniu uzyskanych wyników w odniesieniu do rezultatów innych badań i uznanych teorii z obszaru psychologii rozwoju

człowieka. Ta część pracy pozwolić na spojrzenie na niniejsze badanie w szerszym kontekście i odniesienie go do aktualnego stanu wiedzy naukowej. Wskazane zostały także nowe pytania badawcze pojawiające się w związku z uzyskanymi wynikami i możliwe kierunki dalszych badań, które z nich wypływają.

W części szóstej przedstawiono i omówiono ograniczenia niniejszego projektu. Część ta ma na celu m.in. wskazanie na możliwy zakres generalizowania wyników a także kwestie, które powinny zostać wzięte pod uwagę w przypadku prowadzenia dalszych badań w tym obszarze.

Część siódma poświęcona została implikacjom uzyskanych wyników dla praktyki psychologicznej. Wskazano możliwe obszary zastosowania nowej wiedzy oraz potencjalne korzyści z tym związane.

Całość pracy wieńczy podsumowanie zbierające kluczowe aspekty zrealizowanego badania, z uwzględnieniem jego podstaw teoretycznych, najważniejszych wyników i głównych wniosków. Na końcu pracy zamieszczono spis literatury a także wykaz tabel i grafik.

Podczas pisania rozprawy zastosowano najnowsze wytyczne American Psychological Association dotyczące zasad cytowania, tzw. standard APA 7. Wszystkie odnośniki bibliograficzne, cytaty, a także formatowanie i opis tabel, wykresów oraz rysunków zostały sporządzone zgodnie z tymi wytycznymi.

Projekt sfinansowano w ramach kilku edycji Konkursu na dofinansowanie realizacji lub upowszechniania badań empirycznych na Wydziale Psychologii i Kognitywistyki UAM (dawniej: Instytut Psychologii UAM). Badanie pilotażowe zostało sfinansowane dzięki funduszom uzyskanym w edycji 10/2019, realizacja pierwszego pomiaru dzięki funduszom uzyskanym w edycji 03/2020, natomiast realizacja drugiego pomiaru dzięki funduszom uzyskanym w edycji 10/2020.

## **2. Wizja własnego dorosłego życia a inne formy umysłowej aktywności prospektywnej**

Jak już zasygnalizowano we wprowadzeniu do niniejszej pracy, w literaturze przedmiotu obecnych jest wiele pojęć odnoszących się do sposobu spostrzegania przyszłości, m.in.: plany życiowe, cele życiowe, aspiracje życiowe, wyobrażenia na temat przyszłości, wizja przyszłości czy marzenia. Choć często są one wobec siebie bliskoznaczne, to dotyczą jednak nieco odmiennych kwestii. Nierzadko także w różnych pracach te same terminy używane są w odniesieniu do innych zjawisk, co prowadzi do niejasności i trudności w zestawianiu ze sobą wyników badań dotyczących różnych form umysłowej aktywności prospektywnej (ukierunkowanej na przyszłość). W związku z tym, w tej części pracy opisane zostanie rozumienie wizji własnego dorosłego życia, będące podstawą zrealizowanego projektu badawczego. Opis ten zostanie dokonany w odniesieniu do innych form umysłowej aktywności prospektywnej.

Głównym przedmiotem zainteresowania w niniejszym projekcie była **wizja własnego dorosłego życia** u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości. Jest ona rozumiana jako **wyobrażenie własnego życia w określonym momencie przyszłości**. Wizja ta **odnosi się do stanu przewidywanego (antycypowanego)** a nie pożądanego – tego jak jednostka przewiduje, że będzie wyglądało jej życie a nie jak chciałaby, żeby wyglądało. Zdolność to wytworzenia takiej wizji jest przejawem podejmowania umysłowej aktywności prospektywnej. Natomiast proces **kształtowania się wizji własnego dorosłego życia** rozumiany jest jako **przemiany zachodzące w treści i strukturze tejże wizji**. Towarzyszyć temu może także zmiana w subiektywnym ustosunkowaniu się do posiadanej wizji własnego dorosłego życia.

### **2.1. Przyszłościowe myślenie epizodyczne i semantyczne**

Zarówno ludzka pamięć, jak i myślenie o przyszłości zazwyczaj rozumiane są w odniesieniu do dwóch systemów: semantycznego i epizodycznego (Tulving, 1984). Pamięć epizodyczna opisywana jest jako system, który pozwala nam przypominać sobie konkretne wydarzenia z przeszłości. Natomiast pamięć semantyczna najczęściej rozumiana jest jako nasza „wiedza o świecie” (Tulving, 2001). Rozróżnienie pomiędzy oboma systemami może zostać zobrazowane różnicą pomiędzy posiadaniem wiedzy na temat czegoś (np. jak nazywa

się lokalny klub piłkarski) a pamiętaniem konkretnego wydarzenia (np. kibicowanie podczas finałowego meczu ligi lub świętowanie ze znajomymi zwycięstwa po tym meczu).

Atance i O'Neil (2001) zaproponowały, że to rozróżnienie można zastosować także w odniesieniu do myślenia o przyszłości. Bazując na koncepcji Tulvinga (1984), zasugerowały, że przyszłościowe myślenie semantyczne (*semantic future thinking*) odnosi się do zdolności odpowiedzenia na pytania o „znaną przyszłość”, „wiedzę na temat przyszłości” (*known future*). Może to odnosić się zarówno do przyszłości świata „w ogóle” (semantyczna wiedza o świecie w przyszłości), jak i do przyszłości danej jednostki (semantyczna wiedza o sobie w przyszłości) (Conway, 2005; Conway i in., 2004). Semantyczną reprezentacją własnej osoby w przyszłości są na przykład abstrakcyjne reprezentacje ról społecznych („będę ojcem”), cech („będę inteligentnym człowiekiem”), czy też wykonywanego zawodu („będę psychologiem”) (D'Argembeau i in., 2012). Natomiast przyszłościowe myślenie epizodyczne (*episodic future thinking*) to wyobrażenia konkretnych wydarzeń z własnej przyszłości (np. dnia swojego ślubu albo obrony rozprawy doktorskiej) (Atance i O'Neil, 2001). Z tej perspektywy, ludzie są zdolni do „ponownego doświadczenia (*re-experience*), poprzez świadomość autooetyczną, wcześniejszych doświadczeń oraz do tworzenia wyobrażeń podobnych wydarzeń w przyszłości” (Tulving, 1999, s. 13). Te wyobrażenia przyszłego wydarzenia mogą dotyczyć zarówno spraw codziennych i mało znaczących dla jednostki, jak i rzeczy bardzo ważnych.

Odnosząc się do powyższych ustaleń dotyczących przyszłościowego myślenia semantycznego i epizodycznego, wizję własnego dorosłego życia należy rozumieć jako przykład przyszłościowego myślenia semantycznego, a dokładniej jako semantyczną reprezentację własnej osoby w przyszłym, dorosłym życiu (D'Argembeau i in., 2012), która może zawierać reprezentacje poznawcze antycypowanych ról społecznych, które jednostka będzie pełnić w dorosłości (np. rodzic, psycholog, członek osiedlowego klubu brydżowego, dorosłe dziecko własnych rodziców, przyjaciel); cech, które będą charakteryzować jednostkę w dorosłości (np. bycie troskliwym, ambitnym, religijnym i proekologicznym); aktywności, jakie jednostka będzie podejmować w dorosłym wieku (np. podróże, regularne uprawianie sportu, uczenie się gry na gitarze); oraz warunków, w jakich przyjdzie jednostce w dorosłości żyć (np. zamieszkiwanie w Polsce, we własnym domu, bycie osobą majątną). Schacter i współpracownicy (2017) podkreślają znaczenie semantycznej wiedzy o sobie (także tej przyszłościowej) dla wyobrażania konkretnych wydarzeń z przyszłości (przyszłościowe myślenie epizodyczne). Stwierdzają oni, że jednostka w pierwszej kolejności odwołuje się

zazwyczaj do ogólnej wiedzy o sobie zanim zacznie tworzyć wyobrażenia specyficznych wydarzeń z własnej przeszłości. Stwierdzają oni także, że w tym procesie semantyczna wiedza o sobie w przyszłości może stanowić dla jednostki pewien schemat wyższego rzędu, stanowiący punkt odniesienia przy tworzeniu wyobrażeń poszczególnych przyszłych wydarzeń (przyszłościowe myślenie epizodyczne) i organizowaniu ich w łączące się ze sobą wiązki.

## **2.2. Wizja własnego dorosłego życia jako forma symulacji przyszłości**

Zagadnienia dotyczące epizodycznego i semantycznego myślenia o przyszłości zostały w ostatnich latach twórczo rozwinięte przez Szpunara i jego współpracowników (2014b), którzy zaproponowali wyodrębnienie czterech głównych form myślenia o przyszłości (*prospective cognition*): symulacji, przewidywania, intencji i planowania. Każda z tych form może odnosić się do myślenia epizodycznego lub semantycznego (rysunek 1.). Rozumienie wizji własnego dorosłego życia przyjęte w tym projekcie najlepiej odpowiada symulacji zawierającej zbalansowany udział czynnika epizodycznego i semantycznego (*non-specific simulation*), gdyż według wspomnianych autorów tej taksonomii (Szpunar i in., 2014b, s. 18415) jest to „konstruowanie poznawczej reprezentacji niespecyficznego przyszłego stanu autobiograficznego” (np. odgrywanie znaczącej roli w firmie za kilka lat). Dla porównania, symulacja epizodyczna odnosi się do konstruowania poznawczej reprezentacji specyficznego autobiograficznego wydarzenia z przyszłości (np. wyobrażanie sobie przebiegu spotkania z szefem w nadchodzącym tygodniu), natomiast symulacja semantyczna odnosi się do konstruowania poznawczej reprezentacji ogólnego stanu świata w przyszłości (np. wyobrażanie sobie przyszłego kierunku rozwoju firmy).

## Rysunek 1

### Taksonomia form myślenia o przyszłości według Szpunara i współpracowników

	<u>SYMULACJA</u>	<u>PREDYKCJA</u>	<u>INTENCJA</u>	<u>PLANOWANIE</u>
<b>Epizodyczne</b>	Konstrukcja mentalnej reprezentacji konkretnego autobiograficznego przyszłego wydarzenia.	Estymacja prawdopodobieństwa konkretnego autobiograficznego przyszłego wydarzenia i/ lub czyjejś reakcje na nie.	Wyznaczenie celu w odniesieniu do konkretnego autobiograficznego przyszłego wydarzenia.	Organizacja kroków potrzebnych do dojścia do konkretnego autobiograficznego przyszłego rezultatu.
	Konstrukcja mentalnej reprezentacji nie-konkretnego autobiograficznego stanu.	Estymacja prawdopodobieństwa nie-konkretnego przyszłego autobiograficznego stanu i/ lub czyjejś reakcji na niego.	Wyznaczenie nie-konkretnego autobiograficznego przyszłego celu.	Organizacja kroków potrzebnych, aby jakiś nie-konkretny autobiograficzny stan zaistniał w przyszłości
	Konstrukcja mentalnej reprezentacji ogólnego lub abstrakcyjnego stanu świata.	Estymacja prawdopodobieństwa ogólnego lub abstrakcyjnego przyszłego stanu świata i/ lub czyjejś reakcji na niego.	Wyznaczenie generalnego lub abstrakcyjnego celu, takiego jak cel jakiejś organizacji.	Organizacja kroków potrzebnych, aby jakiś ogólny lub abstrakcyjny stan świata zaistniał w przyszłości.
<b>Semantyczne</b>				

Źródło: opracowanie własne na podstawie: Szpunar i in., 2014b, s. 18415.

Jak wskazują autorzy, możliwe są interakcje pomiędzy różnymi formami myślenia o przyszłości. Dla tworzenia symulacji szczególnie istotne wydają się zdolność do formułowania planów oraz umiejętność dokonywania predykcji prawdopodobieństwa zaistnienia jakichś wydarzeń. Wszystkie opisane przez Szpunara i współpracowników (2014b) formy myślenia o przyszłości mogą odgrywać istotną rolę dla modyfikowania zachowań jednostki. Autorzy wspominają między innymi o tym, że porównywanie symulacji dotyczącej własnej przyszłości (*the vision of the future self*) z aktualnym *self*<sup>1</sup> (*current self*) może być czynnikiem motywującym jednostkę do podjęcia konkretnych działań.

Podsumowując, wizja własnego dorosłego życia rozumiana jako forma symulacji własnej przyszłości może mieć istotne znaczenie dla kształtowania aktywności osób w okresie wyłaniającej się dorosłości. Jednocześnie można przewidywać, że nie każda młoda osoba będzie w stanie stworzyć dokładną i rozbudowaną symulację własnego życia, gdyż potrzebne są do tego wysokie kompetencje w zakresie formułowania planów i dokonywania predykcji na temat swojego życia i ogólnego kierunku w jakim będą następowały zmiany w świecie.

<sup>1</sup> Ponieważ w różnych koncepcjach psychologicznych pojęcia takie jak „self”, „I”, „Ja”, czy „ja” stosowane są w rozmaitych kontekstach i nie są traktowane synonimicznie, w niniejszej rozprawie przyjęto, że jeśli autorzy prac anglojęzycznych posługiwali się terminem *self*, to pozostawiano je w takim brzmieniu.

## **2.1. Wizja własnego dorosłego życia jako forma umysłowej antycypacyjnej aktywności prospektywnej**

Inny sposób analizowania aktywności prospektywnej zaproponowała Kutra (2008a), która wyróżniła dwa wymiary, na których można analizować aktywność ukierunkowaną na przyszłość. Pierwszy z nich to wymiar wewnętrzny (umysłowy) ↔ zewnętrzny (behawioralny). Drugi to antycypacja ↔ kreacja. Aktywność wewnętrzna (umysłowa) może mieć zatem charakter antycypacyjny lub kreacyjny. Umysłowa prospektywna aktywność antycypacyjna odnosi się do „tworzenia wizji i przewidywania możliwych stanów rzeczy” (Kutra, 2008a, s. 38) natomiast umysłowa prospektywna aktywność kreacyjna dotyczy „tworzenia wizji pożądaných i upragnionych stanów rzeczy, formułowania celów życiowych i planowania własnej drogi życiowej” (tamże).

Wydaje się, że w tej propozycji umysłowa antycypacyjna aktywność prospektywna rozumiana jest raczej w odniesieniu do bazującego na wiedzy o świecie zrozumienia prawidłowości rządzących otaczającą rzeczywistością i tego jak świat może wyglądać w przyszłości – przewidywań dotyczących „świata w ogóle” (np. rozwoju technologii, sytuacji geopolitycznej, form życia społecznego itd.). W niniejszej pracy zaproponowano rozszerzenie rozumienia umysłowej antycypacyjnej aktywności prospektywnej także na antycypacje dotyczące życia jednostki. W takim ujęciu będą one bazowały nie tylko na wiedzy jednostki o świecie, ale także na jej samowiedzy. I jak „wiedza pozwala nam na antycypację tego, co się może wydarzyć [w świecie – przyp. KJ] z określonym prawdopodobieństwem” (Kutra, 2008a, s. 38), tak samowiedza powinna pozwalać jednostce dodatkowo na antycypację tego, co może się wydarzyć w przyszłości w jej życiu. Aby ta antycypacja była bardziej trafna (większe prawdopodobieństwo, że życie jednostki będzie wyglądało tak, jak ona przewiduje) potrzebny wydaje się zarówno dosyć wysoki poziom samowiedzy, jak i wiedzy o świecie, gdyż rozwój jednostki nie dokonuje się w próżni, ale w konkretnych warunkach historycznych, kulturowych, społecznych, ekonomicznych i politycznych, które mogą wspierać lub utrudniać jednostce realizację jej potencjałów i życie w zgodzie z własnymi wartościami i pragnieniami. Jak wskazuje przegląd badań dotyczących zależności między pamięcią epizodyczną i pamięcią semantyczną (Irish i Piguet, 2013), osoby doświadczające zaburzeń w obrębie pamięci semantycznej (odnoszącej się zarówno do osobistych wspomnień jak i wiedzy o świecie w ogóle) doświadczały równoległe poważnych trudności w formułowaniu wyobrażeń nt. własnej przyszłości. Powyższe twierdzenia i wyniki korespondują z założeniami hipotezy

*semantycznego rusztowania (semantic scaffolding hypothesis)*, zgodnie z którą pamięć semantyczna dostarcza kontekstu ukierunkowującego myślenie o przyszłości (Irish i Piolino, 2016). Zdaniem Schacter i Addis (2007), autorów hipotezy nt. konstruktywnych symulacji epizodycznych (*constructive episodic simulation hypothesis*), także pamięć epizodyczna odgrywa istotne znaczenie dla tworzenia wyobrażeń nt. przyszłości, gdyż przypominanie sobie konkretnych wydarzeń z osobistej przeszłości również może stanowić ważne źródło informacji o sobie, które mogą być następnie projektowane w przyszłość. Twierdzenia te znajdują potwierdzenie w badaniach wykorzystujących metody neuroobrazowania, które wykazały, że podobne obszary mózgu są aktywowane zarówno podczas przypominania sobie jakichś osobistych wspomnień jak i wyobrażania sobie konkretnych przyszłych wydarzeń (Addis i in., 2007; Schacter i Addis, 2007).

Efektom tak rozumianej umysłowej antycypacyjnej aktywności prospektywnej będzie wizja własnego życia w określonym momencie przyszłości. Wizja ta może odnosić się do przyszłości bliższej (np. przewidywania na temat własnego życia za rok czy dwa) lub dalszej (przewidywania na temat własnego życia za kilka, kilkanaście, lub nawet kilkadziesiąt lat). Jeśli dotyczyć będzie wybranego momentu życia w dorosłości, można nazwać ją wizją własnego dorosłego życia. I to właśnie taka wizja oraz czynniki związane z jej kształtowaniem się były głównym przedmiotem badania w niniejszym projekcie.

Jak podkreśla Kutra (2008a, s. 36) „tworzenie reprezentacji własnej drogi życiowej, stawianie celów życiowych i budowanie własnej hipotetycznej biografii stanowią wyższe formy aktywności prospektywnej”. Wyższe, a więc można przewidywać, że nie każda jednostka będzie miała podobną łatwość i zdolność podejmowania takiej aktywności. Choćby ze względu na różny poziom wiedzy o świecie i samowiedzy. Inne czynniki mogące różnicować zdolność do podejmowania umysłowej antycypacyjnej aktywności prospektywnej u młodych ludzi zostaną szerzej omówione w rozdziale 4.



### 2.3. Możliwe selves<sup>2</sup>

Omawiając taksonomię myślenia o przyszłości zaproponowaną przez Szpunara i współpracowników (2014b), wspomniano o tym, że symulację własnej przyszłości określili oni jako „*the vision of the future self*” (tamże, s. 18420). Choć autorzy nie odwoływali się do koncepcji *możliwych selves* (*possible selves*) opracowanej przez Markus i Nurius (1986), to użyte przez nich sformułowanie wydaje się interesująco z nią korespondować. Zgodnie z propozycją tych autorek *możliwe selves* „reprezentują pomysły jednostki na to, kim może się stać, kim chciałaby się stać i kim obawia się stać” (Markus i Nurius, 1986, s. 954). Są to zatem semantyczne reprezentacje „możliwego siebie” w przyszłości. Mogą zawierać wyłącznie proste rzeczowniki (np. „ja jako psychoterapeuta”), jak również przymiotniki (np. „ambitny”, „pracowity”), czy też dłuższe frazy opisowe (np. „ciągle doskonalący swój warsztat”, „pracujący z bardzo trudnymi pacjentami”). Istotna wydaje się przy tym uwaga autorek, że te wyobrażenia mogą odnosić się zarówno do stanów pożądaných („myślę, że mogę taki być i chciałbym taki być”), jak i takich, które budzą obawy jednostki („myślę, że mogę taki być i obawiam się, że taki będę”). *Możliwe selves* zawierają zatem w sobie jakiś rodzaj emocjonalnego ustosunkowania jednostki do tego, jak wyobraża sobie własną przyszłość i siebie w niej – każde *możliwe self* może zostać ocenione jako pozytywne, neutralne lub negatywne (Dunkel, 2000). Ze względu na ten aspekt emocjonalnego odniesienia, *możliwe selves* dają połączenie pomiędzy poznaniem a motywacją i istotnie wpływają na aktywność jednostki, gdyż są *selves*, które jednostka chce osiągnąć lub których chce uniknąć. Wskazują na to wyniki badań, w których wykazano skuteczność interwencji polegających m.in. na tworzeniu *możliwych selves* odnoszących się do sukcesów szkolnych

---

<sup>2</sup> Choć we wcześniejszych polskojęzycznych pracach (np. Kutra, 2008a) odwołujących się do koncepcji *possible selves* Markus i Nurius (1986), termin ten tłumaczony był jako „Ja możliwe”, to w niniejszej rozprawie podjęto decyzję o wykorzystaniu terminu *selves*, gdyż termin „Ja możliwe” nie wskazuje jednoznacznie na to, czy dotyczy to jednego możliwego Ja, czy też wielu możliwych Ja. Co więcej, bazując na fragmentach wspomnianego opracowania Katry (2008; „...<<Ja możliwe>>, czyli wyobrażenia stanów Ja w przyszłości. <<Ja możliwe>> należy do systemu Ja (pojęcia czy obrazu Ja)...” [s. 83], „<<Ja możliwe>> spełnia warunek realizmu...” ] s. 84]), wydaje się, że przyjęto w nim rozumienie „Ja możliwego” jako czegoś pojedynczego („należy” zamiast „należą”, „spełnia” zamiast „spełniają”), co nie odzwierciedla w pełni precyzyjnie myśli zawartej w koncepcji Markus i Nurius (1986, s. 954), którzy w swoim tekście konsekwentnie używają liczby mnogiej (np. „possible selves are [podkreślenie – KJ] the cognitive components of hopes, fears, goals, and threats, and they give the specific self-relevant form, meaning, organization, and direction to these dynamics”), wskazując na to, że jednostka może wytwarzać wiele alternatywnych i równoległych funkcjonujących możliwych wersji *self*.

(Oyersman i in., 2006), czy też przeformułowywaniu *możliwych selves* tak, aby zakładały większe zaangażowanie w podejmowane aktywności i przeciwdziałanie potencjalnym trudnościom (Oyersman i in., 2004). Interwencje te przyczyniały się do poprawy osiągnięć szkolnych u uczniów, a także pozytywnych zmian w ich zachowaniu (np. większe zaangażowanie w wykonywanie zadań domowych). Ponadto, *możliwe selves* dostarczają punktu odniesienia dla oceny aktualnego *self*.

Markus i Nurius (1986) wskazują, że wyobrażenia te często są rezultatami dokonywanych wcześniej porównań społecznych w myśl zasady „mogę stać się taki, jacy inni są teraz” (np. znajomy moich rodziców jest cenionym psychoterapeutą i ja wyobrażam sobie, że też kiedyś mógłbym być cenionym psychoterapeutą). Ponadto, wcześniejsze doświadczenia jednostki (i obrazy siebie w przeszłości, tzw. *past selves*) mogą stać się podstawą tego, w jaki sposób wyobraża ona sobie siebie w przyszłości (np. wyobrażenie „ja odnoszący sukcesy zawodowe” może bazować na obrazie siebie z przeszłości zawierającym się w stwierdzeniu „byłem dobrym uczniem”). Dane wskazujące na różnice międzykulturowe w zakresie treści *możliwych selves* u młodych dorosłych i ich stosunku do tych wyobrażeń na temat własnej przyszłości (Rathbone i in., 2016) pozwalają postawić hipotezę, że otoczenie jednostki oraz dominujące w jej społeczeństwie skrypty kulturowe także mogą wpływać na sposób myślenia o swoim przyszłym życiu.

Jednostka w ramach swojej umysłowej aktywności prospektywnej może wytworzyć wiele, nawet konkurencyjnych wobec siebie, *możliwych selves*, np. „ja jako psychoterapeuta”, „ja jako naukowiec”, „ja jako coach”, „ja jako polityk” itd. Do każdego z tych wyobrażeń osoba może się także poznawczo i emocjonalnie ustosunkować. Jedne mogą być oceniane jako bardziej, a inne jako mniej prawdopodobne. Odnosząc to do wizji własnego dorosłego życia, można stwierdzić, że wizja ta będzie składała się z *najbardziej możliwych selves*, np. „będę pracownikiem naukowym” (jako bardziej możliwe niż „będę psychoterapeutą”) i „będę ojcem dwójki dzieci” (jako bardziej możliwe niż „będę osobą bezdzietną”), oraz „będę mieszkał w Warszawie” (jako bardziej możliwe niż „będę mieszkał w Paryżu”) itd. Wybór tych *najbardziej możliwych selves* może być dla jednostki dużym wyzwaniem, a jego dokonanie będzie wymagać wysokich zdolności w zakresie dokonywania predykcji na temat przyszłości własnej i świata (Szpunar i in., 2014b). Wydaje się także, że na wybór tych *najbardziej możliwych selves* wpływać mogą bieżące doświadczenia, zmiana w ocenie własnej przeszłości a także zmiany w warunkach życia jednostki. Na przykład, rozstanie z aktualnym partnerem może spowodować, że bardziej możliwe stanie się w ocenie jednostki

*self* określone jako „ja jako osoba samotna” niż to zawierające się w stwierdzeniu „będę żoną”, a pogorszenie sytuacji ekonomicznej w kraju i wzrost cen nieruchomości mogą sprawić, że bardziej możliwe wyda się *self* „ja mieszkający z rodzicami” niż „ja mający własny dom”. Ponadto, różny może być udział w wizji własnego dorosłego życia *selves* pożądanых (*hoped selves*) i *selves* obawianych (*feared selves*). Otwarte pozostaje pytanie, w jaki sposób będzie to wpływać na stosunek jednostki do własnej przyszłości oraz podejmowane przez nią aktywności. Można przewidywać, że przewaga pożądanых *selves* w wizji będzie wiązać się z bardziej pozytywnym stosunkiem do tej wizji i własnej przyszłości, w przeciwieństwie do sytuacji, gdy najbardziej możliwe będzie się wydawało jednostce zrealizowanie tych niechcianych scenariuszy własnego życia. Pierwsza sytuacja powinna motywować jednostkę do podtrzymywania aktualnej aktywności, druga do znaczących zmian w jej obrębie, choć można przypuszczać, że zbyt duże natężenie negatywnych emocji zahamuje w jednostce zdolność do dokonania takich zmian.

Ze względu na omówione znaczenie *możliwych selves* dla ustosunkowania się do własnej przyszłości, formowania aktywności jednostki i oceny aktualnego *self*, konstrukt ten został włączony do badań nad rozwojem tożsamości u młodych ludzi (Dunkel, 2000; Dunkel i Anthis, 2001). Dunkel (2000) porównał na przykład młode (17-25 lat) osoby o różnych statusach tożsamości pod kątem liczby *możliwych selves*, z którymi się utożsamiają, spostrzeganiem ich prawdopodobieństwa oraz częstotliwością myślenia o poszczególnych *możliwych selves*. Okazało się, że osoby o tożsamości moratoryjnej i lustrzanej utożsamiały się z większą liczbą pozytywnych *możliwych self* niż osoby o tożsamości osiągniętej i rozproszonej. Z drugiej strony, osoby o tożsamości moratoryjnej utożsamiały się jednocześnie z większą liczbą neutralnych i negatywnych *możliwych selves*. Wskazuje to, że młodzi ludzie o tożsamości moratoryjnej rozważają więcej *możliwych self*. Może to wynikać z intensywności zachodzących u nich procesów eksploracyjnych (Marcia, 1966; za: Oleszkowicz, 1995; Luyckx i in., 2006, 2008). Jednocześnie, w porównaniu do rówieśników o innych statusach tożsamości, wśród ich *możliwych self* procentowy udział *selves* negatywnych był wyższy, a *selves* pozytywnych niższy. Dunkel (2000) proponuje tutaj dwa możliwe wyjaśnienia. Po pierwsze, osoby o tożsamości moratoryjnej mogą dążyć do większego balansu między liczbą pozytywnych i negatywnych *możliwych selves*. Po drugie, doświadczanie lęku, niepokoju i trudności związanych z natężeniem procesów eksploracyjnych może prowadzić do większego udziału negatywnych *możliwych selves* w ich wyobrażeniach na temat własnej przyszłości. Jeśli chodzi o spostrzegane

prawdopodobieństwo realizacji *możliwych selves*, to osoby o tożsamości osiągniętej i lustrzanej spostrzegały swoje pozytywne *możliwe selves* jako bardziej prawdopodobne niż osoby o tożsamości dyfuzyjnej. Wynik ten był zgodny z hipotezami autora, gdyż podjęcie zobowiązania (charakterystyczne dla obu tych statusów tożsamości) powinno skutkować właśnie wzrostem poczucia, że jednostce uda się zrealizować te pozytywne i pożądane scenariusze własnego życia. Zaobserwowano także różnice w częstotliwości myślenia o swoich *możliwych selves* pomiędzy osobami o różnych statusach tożsamości. Osoby o tożsamości dyfuzyjnej rzadziej myślały o pozytywnych *możliwych self* (w porównaniu do osób o tożsamości osiągniętej, lustrzanej i moratoryjnej), co może wynikać z faktu, że osoby te nie angażują się jeszcze zbyt intensywnie w proces eksploracji (Marcia, 1966; za: Oleszkowicz, 1995; Luyckx i in., 2006, 2008).

Inne badanie dotyczące zależności pomiędzy *możliwymi selves* a rozwojem tożsamości miało charakter podłużny i jego głównym celem było zweryfikowanie, jak zmiany w natężeniu eksploracji i podejmowania zobowiązania będą powiązane ze zmianami w liczbie i charakterystyce *możliwych selves* u młodych osób (18-25 lat) (Dunkel i Anthis, 2001). Okazało się, że osoby o tożsamości osiągniętej podawały więcej zarówno upragnionych *selves* jak i tych obawianych. Natężenie procesów eksploracji i podejmowania zobowiązania było umiarkowanie pozytywnie skorelowane z liczbą generowanych *możliwych selves*. Zależności te były silniejsze dla eksploracji a także dla upragnionych *selves* niż dla obawianych *selves*. Wykazano także, że zmiany w natężeniu procesów eksploracyjnych były powiązane ze zmianami w liczbie generowanych *możliwych selves*. Osoby, których natężenie eksploracji spadło, po 4 miesiącach tworzyły mniej zarówno upragnionych, jak i obawianych *selves*. Natomiast uczestnicy, u których zaobserwowano istotne nasilenie procesów eksploracyjnych (o minimum jedno odchylenie standardowe) generowali więcej *możliwych selves* (obu rodzajów). Także zmiany w zakresie podejmowania zobowiązania były powiązane z liczbą generowanych *możliwych selves*. Osoby u których doszło do wzrostu nasilenia podejmowania zobowiązania generowały istotnie więcej upragnionych *możliwych selves*. Co więcej, u tych osób wyższa była stałość generowanych *możliwych selves* (tzn. częściej podawały one to samo *możliwe self* w obu pomiarach). Uzyskane wyniki pokazują, że proces formowania się tożsamości może być powiązany ze zmianami w sposobie spostrzegania własnej przyszłości.

Odnosząc powyższe wyniki do problematyki dotyczącej wizji własnego dorosłego życia, można przewidywać, że osoby o silniejszym natężeniu procesów eksploracyjnych będą

posiadać bardziej rozbudowaną wizję własnego życia w dorosłości a także, że zmiany w zakresie intensywności eksploracji i podejmowania zobowiązania będą powiązane ze zmianami w zakresie posiadanej wizji własnego dorosłego życia. Można też przewidywać, że stałość wizji w czasie będzie silniejsza u osób, u których wzrosnie siła podjętych zobowiązań.

#### **2.4. Definiujące tożsamość wyobrażenia własnej przyszłości**

Jak wspomniano wcześniej, istotną zdolnością gatunku ludzkiego jest możliwość wyobrażania sobie potencjalnych wydarzeń z własnej przyszłości – zarówno tych codziennych i mało znaczących, jak i takich, które dotyczą fundamentalnych dla ludzi wartości i kluczowych obszarów życia (Atance i O’Neil, 2001). Wyobrażenia przyszłych wydarzeń, które dają jednostce kluczowe informacje o niej samej i pomagają lepiej siebie zrozumieć nazywane są definiującymi tożsamość wyobrażeniami własnej przyszłości (*self-defining future projections* [SDFP]; D’Argembeau i in., 2012). O ile *możliwe self* jest raczej przykładem semantycznej reprezentacji siebie w przyszłości, to definiujące tożsamość wyobrażenia własnej przyszłości są przejawem epizodycznego myślenia przyszłościowego, gdyż dotyczą pojedynczych wydarzeń (np. ślub, urodzenie dziecka, awans zawodowy, śmierć kogoś bliskiego). Jedne jak i drugie mogą być dla jednostki ważnym źródłem informacji o jej aktualnym *self* oraz odgrywać istotne znaczenie dla formowania tożsamości. Istotne wydaje się jednak odróżnienie wyobrażeń przyszłych wydarzeń odnoszących się do tożsamości od bardziej abstrakcyjnych (semantycznych) reprezentacji *przyszłego self* (D’Aregmebau i in., 2012).

Fenomen wyobrażeń dotyczących definiujących tożsamość wydarzeń z własnej przyszłości został wyprowadzony na podstawie konceptualizacji Singer i Moffita (1992) dotyczącej definiujących tożsamość wspomnień (*self-defining memories*). W odniesieniu do tej propozycji, D’Argembeau i współpracownicy (2012) zaproponowali następujące kryteria wyróżniające definiujące tożsamość wyobrażenia przyszłych wydarzeń od innych wyobrażeń na temat własnej przyszłości: 1) dotyczą one wyobrażeń, które mogą się wydarzyć nie wcześniej niż za rok; 2) dotyczą potencjalnego wydarzenia, które jednostka jest w stanie jasno przywołać i co do którego czuje, że jest ono dla niej ważne; 3) jest to wyobrażenie, które pomaga jednostce zrozumieć, kim jest jako osoba; 4) wiąże się z silnymi emocjami (niezależnie od ich kierunku); 5) jednostka myślała o tym wydarzeniu wiele razy – to wyobrażenie powinno być jej dobrze znane. Przykładem takiego definiującego tożsamość wydarzenia z przyszłości może być na przykład antycypowany dzień własnego ślubu, obrona

pracy dyplomowej, wizyta w miejscu, które chciałoby się zobaczyć albo też śmierci kogoś bliskiego (D'Argembeau i in., 2012). Najczęściej wyobrażenia te dotyczą wydarzeń związanych z jakimś osiągnięciem albo relacjami, choć pojawiają się też takie, które odnoszą się do czynności rekreacyjnych albo wydarzeń zagrażających życiu lub zdrowiu (D'Argembeau i in., 2012).

Główną funkcją SDFP jest ugruntowywanie koncepcji jednostki na temat siebie w przyszłości. Jednocześnie wyobrażenia te mogą być egzemplifikacją tych koncepcji (*możliwe self*), np. definiujące tożsamość wyobrażenie dotyczące dnia własnego ślubu może być związane z tym, że *możliwym self* jest dla jednostki „bycie mężem/ żoną”. Wydaje się zatem, że wzajemne zależności pomiędzy koncepcją siebie w przyszłości a definiującymi tożsamość wyobrażeniami przyszłych wydarzeń są dwustronne – z jednej strony wyobrażenia te mogą wzmacniać ogólną koncepcję siebie w przyszłości, z drugiej natomiast, reflektowanie nad tą koncepcją może stymulować do tworzenia wyobrażeń poszczególnych wydarzeń. Odnosząc to do problematyki wizji własnego dorosłego życia, można stwierdzić, że zdolność do tworzenia SDFP może wzmacniać posiadaną wizję własnego dorosłego życia – możliwość wyobrażenia sobie siebie przyjmującego pierwszego w karierze pacjenta przy jednoczesnej trudności w wyobrażeniu sobie siebie dokonującego zaawansowanych analiz statystycznych może prowadzić do tego, że *możliwe self* „będę psychoterapeutą” stanie się dla jednostki bardziej prawdopodobne niż *możliwe self* „będę naukowcem” i to właśnie ono znajdzie się w wizji własnego dorosłego życia. Sama wizja (sformułowana na poziomie ogólnym) może być też punktem wyjścia dla tworzenia bardziej szczegółowych wyobrażeń na temat konkretnych możliwych wydarzeń z własnego przyszłego dorosłego życia. Na przykład, włączenie do swojej wizji *możliwego self* „będę psychoterapeutą” może stymulować osobę do wyobrażania sobie siebie korzystającego z superwizji albo mierzącego się z oporem pacjenta podczas sesji. Wszystko to może też ugruntowywać bycie terapeutą w przyszłości jako element tożsamości jednostki.

Badania zrealizowane przez D'Argembeau i współpracowników (2012) wykazały, że definiujące tożsamość wyobrażenia przyszłych wydarzeń są silnie powiązane z poczuciem ciągłości między przeszłością, teraźniejszością i przyszłością. Z kolei, to poczucie ciągłości towarzyszące SDFP wiąże się z doświadczaniem słabszego dystresu tożsamościowego przez nastolatków i młodych dorosłych (Janowicz i in., 2021) a także silniejszą identyfikacją ze zobowiązaniem i słabszym natężeniem eksploracji ruminacyjnej (Janowicz, w przygotowaniu). Co więcej, osoby, które w związku z definiującymi tożsamość

wyobrażeniami przyszłych wydarzeń doświadczały silniejszych negatywnych emocji, doświadczały jednocześnie poważniejszych trudności w zakresie formowania się tożsamości i charakteryzowały się słabszą identyfikacją ze zobowiązaniem oraz silniejszą eksploracją ruminacyjną. Zaobserwowano także, że osoby o różnych statusach tożsamości doświadczały odmiennego natężenia poczucia ciągłości towarzyszącego definiującym ich tożsamość wyobrażeniom przyszłych wydarzeń. Osoby o tożsamości dyfuzyjnej relacjonowały istotnie niższe poczucie ciągłości związane z SDFP niż osoby o tożsamości osiągniętej i lustrzanej (Janowicz, w przygotowaniu). Pewne różnice pomiędzy definiującymi wyobrażeniami przeszłych i przyszłych wydarzeń zaobserwowano w odniesieniu do obecnych w tych wyobrażeniach motywów tożsamościowych – w wyobrażeniach dotyczących przyszłych wydarzeń częściej pojawiały się motywy dotyczące samooceny i skuteczności (Demblon i D'Argembeau, 2017).

## **2.5. Cele życiowe**

Jedną z najczęściej analizowanych i omawianych form myślenia o własnej przyszłości są cele, czyli „przyszłe stany rzeczy, mające dla człowieka dużą wartość i siłę motywacyjną, do których realizacji człowiek dąży poprzez działanie” (Czerwińska-Jasiewicz, 2015, s. 160; por. Nurmi, 1991; Zaleski, 1991). Jak zauważa Zaleski, (1991, s. 60) cel, rozumiany ogólnie, to „poznawczo reprezentowany, możliwy do osiągnięcia, mający wartość i siłę regulacyjną przyszły stan rzeczy, do którego człowiek dąży poprzez działanie”. Jest to więc wyobrażenie na temat pożądanego kształtu swojego przyszłego życia, które ma dla jednostki wartość motywacyjną. Cel jest zwykle znany przed planem (Nurmi, 1991; Nuttin, 1984), a jego wyznaczenie to pierwszy krok do tworzenia planów. Odnosząc się do przedstawionego wcześniej podziału umysłowej aktywności prospektywnej na antycypacyjną i kreacyjną (Katra 2008a, s. 38), cele należy uznać za przejaw tej drugiej. Natomiast Szpunar i współpracownicy (2014b) w swojej taksonomii sposobów myślenia o przyszłości wyznaczanie celów przypisują do kategorii „intencji”, podkreślając, że mogą mieć one charakter epizodyczny (np. konieczność zatankowania paliwa przed weekendowym wyjazdem nad morze) oraz semantyczny (np. wyznaczenie celów biznesowych dla firmy na najbliższy rok).

Cele można analizować z co najmniej kilku perspektyw. Po pierwsze, mogą one dotyczyć różnych obszarów życia. Gdy odnoszą się całościowo do istotnych obszarów życia jednostki, można uznać je za cele życiowe (Katra, 2003). Przykładem mogą być tutaj cele

edukacyjne (skończyć szkołę średnią), cele zawodowe (w wieku 30 lat mieć kierownicze stanowisko) i cele osobiste (zbudować udane małżeństwo). Możliwe jest jednak także wyznaczanie sobie celów o znacznie mniejszej randze, dotyczących mniej istotnych, doraźnych, spraw – na przykład zrobić w danym dniu zakupy zgodnie z ustaloną z partnerem listą potrzebnych rzeczy (Katra, 2003; Szewczuk, 1975). Cele mogą być także analizowane pod względem tego do jak odległego momentu w przyszłości się odnoszą. W tym przypadku najczęściej wyróżnia się cele bliskie (proksymalne) i dalekie (dystalne) (Franken, 2005; Timoszczyk-Tomczak, 2010). W swoich badaniach Katra (2008a) wprowadziła także kategorię celów o średnim zasięgu. Trudnością jest tutaj jednak zdefiniowanie „bliskiej” i „dalekiej” przyszłości. Jak pokazują badania Zaleskiego (1988), ludzie znacząco różnią się w tej kwestii. Fakt, że jedne cele dotyczą bliższej a inne dalszej przyszłości, prowadzi także do rozpatrywania celów jako nadrzędnych lub podrzędnych. Te pierwsze dotyczą zazwyczaj dosyć ogólnych życiowych kwestii. Takim nadrzędnym celem może być zdobycie dobrej pracy za 5 lat. Aby ten cel zrealizować, konieczna jest jednak realizacja wielu celów niższego rzędu (np. ukończenie studiów, zrealizowanie praktyk i staży, uzyskanie dodatkowego certyfikatu itd.). Każdy z tych celów można by „rozłożyć” na jeszcze mniejsze cele (np. na ukończenie studiów składa się m.in. zaliczenie wszystkich przedmiotów, napisanie pracy dyplomowej, dopełnienie licznych formalności). Dla realizacji kluczowych celów nadrzędnych ważna jest zdolność zaangażowania w cele niższego rzędu, nawet jeśli nie są one atrakcyjne same w sobie (Bandura, 1989; Simons i in., 2004). Wyraźnie podkreślał to w swoich pracach Obuchowski (1970, 1983), wskazując, że realizacja celów ulokowanych w odległej przyszłości odbywa się poprzez realizację celów ulokowanych w mniej odległym czasie. Cele dalekie są przez młodych ludzi spostrzegane jako bardziej złożone (wymagające realizacji większej liczby celów pośrednich) niż cele bliskie (Timoszyk-Tomczak, 2010). Cele można też analizować pod kątem ich trudności (Katra, 2008a). W realizację jednych celów (np. ukończenie studiów) trzeba włożyć dużo wysiłku i potrzeba do tego konkretnego wachlarza kompetencji. Inne cele (np. zrobienie zakupów zgodnie z listą) są zdecydowanie łatwiejsze i nie wymagają dużego nakładu sił. Istotnym aspektem jest także stopień realizmu tworzonych celów i to, na ile uwzględniają one prawa i reguły rządzące światem.

Jak wskazuje Katra (2008a) zdolność formułowania celów stanowiących podstawę aktywności wydaje się szczególnie istotna we współczesnym, oferującym wiele możliwości, świecie. Nie każdy jednak posiada kompetencje pozwalające formułować takie cele, a tym bardziej realizować je. Cele pełnią zatem istotną funkcję regulacyjną w życiu człowieka.



Pozwalają łączyć bieżącą aktywność z reprezentacjami przyszłych pożądaných zdarzeń, co może mieć istotne znaczenie motywacyjne, gdyż z jednej strony inicjują one działania, a z drugiej podtrzymują je. Badania Salmeli-Aro i Nurmiego (1997) wykazały, że cele życiowe studentów na pierwszym roku studiów są predyktorami ich późniejszych doświadczeń (na trzecim roku studiów) – większe zainteresowanie celami dotyczącymi *self* było predyktorem większej liczby pozytywnych doświadczeń życiowych, natomiast większe zainteresowanie celami dotyczącymi życia rodzinnego i osiągnięć stanowiło predyktor mniejszej liczby negatywnych doświadczeń życiowych. Można postawić hipotezę, że posiadane cele wpływały na podejmowanie różnych działań, które z kolei przekładały się na pozytywne lub negatywne doświadczenia (np. posiadanie celów dotyczących osiągnięć, mogło motywować studentów do bardziej wyężonej nauki, co skutkowało mniejszą liczbą niepowodzeń [np. niezaliczonych egzaminów]). Na regulacyjne znaczenie celów życiowych wskazuje także inny aspekt badań Salmeli-Aro i Nurmiego (1997) – posiadanie na pierwszym roku studiów celów dotyczących życia rodzinnego i osiągnięć było istotnym predyktorem wzrostu samooceny (w porównaniu między pierwszym a trzecim rokiem studiów), a posiadanie celów związanych z życiem rodzinnym było dodatkowo predyktorem spadku natężenia symptomów depresyjnych u studentów. Warto przy tej okazji wspomnieć także, że działania dotyczące celów długoterminowych wiązały się dla badanych przez Timoszyk-Tomczak (2010) studentów z poczuciem większej satysfakcji niż działania podejmowane na rzecz realizacji celów krótkoterminowych. Natomiast Kutra (2009) wykazała, że wywołanie u nastolatków aktywności prospektywnej polegającej na formułowaniu celów prowadzi do obniżenia się skłonności do podejmowania ryzykownych decyzji. Zaangażowanie się w realizację celów życiowych może być zatem dla jednostki istotnym źródłem satysfakcji oraz chronić ją przed ryzykownymi decyzjami i wynikającymi z nich potencjalnie trudnymi doświadczeniami.

Odnosząc przedstawione powyżej sposoby rozumienia i analizowania celów życiowych do problematyki wizji własnego dorosłego życia, należy stwierdzić, że zależności pomiędzy formowaniem celów a rozwojem wizji własnego dorosłego życia mogą być dwustronne. Po pierwsze, wizję własnego dorosłego życia można w tym kontekście rozumieć jako efekt refleksji nad własnymi celami życiowymi. Gdy jednostka dokonuje predykcji w odniesieniu do własnych intencji, możliwe jest stworzenie symulacji przyszłości (Szpunar i in., 2014b). Celem młodego człowieka może być na przykład zostanie dyrektorem banku w wieku 35 lat. Jednak zważając na różne czynniki (np. własne umiejętności, sytuację gospodarczą, ścieżki awansu w korporacjach) oraz inne cele (np. mieć żonę i dwójkę dzieci w

wieku 35 lat), może on przewidywać, że tego celu nie uda mu się zrealizować i bardziej prawdopodobne jest, że w tym określonym momencie przyszłości będzie kierownikiem, a nie dyrektorem. W takim przypadku w jego wizji własnego dorosłego życia znajdzie się antycypacja „siebie jako kierownika w banku” a nie „siebie jako dyrektora banku”. Z drugiej strony, stworzona symulacja własnej przyszłości (wizja własnego dorosłego życia) może stymulować jednostkę do wyznaczania nowych lub przeformułowywania starych celów. Szczególnie, gdy wizja ta nie odpowiada pragnieniom jednostki. Wspomniany młody człowiek, gdyby stwierdził, że nie zadowala go perspektywa bycia tylko kierownikiem w banku w wieku 35 lat, mógłby wyznaczyć sobie nowe cele (np. skończyć dodatkowo kierunek studiów, znaleźć staż zagraniczny itp.) lub przeformułować dotychczasowe cele (np. założyć, że o drugie dziecko zacznie się starać dopiero po zostaniu dyrektorem). Wydaje się, że istotna może być tutaj szczególnie kwestia oceniania zgodności dokonanej symulacji (wizji własnego dorosłego życia) z pragnieniami jednostki. Analizując wzajemne relacje między aktywnością kreacyjną i antycypacyjną Katra (2008a, s. 37) stwierdza, że „wydaje się, że poznawanie przyszłości, przewidywanie biegu zdarzeń i przyszłych uwarunkowań ma większe znaczenie dla formułowania celów i przyporządkowanej im aktywności, niż odwrotnie” a „poznawanie tego, co ma nadejść, jest podstawą tworzenia przede wszystkim, chociaż nie jedynie, celów związanych z zapobieganiem i unikaniem stanów rzeczy i zmian niekorzystnych lub zagrażających jednostce albo też podtrzymywaniem korzystnych dla człowieka stanów i zmian”. Jak zatem widać, zarówno formułowanie celów może mieć istotny wpływ na finalny kształt wizji własnej przyszłości, jak i ta wizja może motywować jednostkę do tworzenia nowych i zmieniania wcześniejszych celów. Mając na względzie te wzajemne zależności, poniżej przedstawione zostaną kluczowe z perspektywy niniejszego projektu wyniki badań dotyczących celów życiowych młodych ludzi oraz ich miejsca w rozwoju nastolatków i młodych dorosłych.

W pierwszej kolejności warto wspomnieć, że nie wszyscy młodzi ludzie potrafią sformułować swoje cele życiowe. Aż 20% maturzystów badanych przez Czerwińską-Jasiewicz (2005) zadeklarowało, że nie posiada takich celów. Większość badanych maturzystów swoje cele życiowe uważała za ważne, względnie trwałe i raczej prawdopodobne (choć trudne) do osiągnięcia (Czerwińska-Jasiewicz, 2005). Wyniki badań realizowanych w Polsce na przestrzeni ostatnich kilkunastu lat (Celińska i Wiśniewska, 2015; Czerwińska-Jasiewicz, 2005; Katra, 2008a; Liberska, 2004; Timoszyk-Tomczak, 2010) dosyć spójnie pokazują, że najważniejszymi celami życiowymi nastolatków i młodych dorosłych są

cele zawodowe (znaleźć dobrze płatną i ciekawą pracę), rodzinne (założyć szczęśliwą rodzinę) oraz te dotyczące wartości (życie zgodne z własnymi normami i ideałami). Jako inne cele życiowe młodzi ludzie wspominają także czasem na dążenie do samorozwoju i uzyskanie wykształcenia (najczęściej jako środek do zdobycia pracy). Zbliżone wyniki uzyskali badacze z Finlandii (Salmela-Aro i Nurmi, 1997) i USA (Roberts i Robins, 2000), choć wśród studentów amerykańskich wysoko wartościowane były także cele hedonistyczne (mieć dobrą zabawę, zdobywać dużo nowych i ciekawych doświadczeń). Na podstawie wspomnianych w tym akapicie badań można przewidywać, że obszarami życia najczęściej wspominanymi w wizji własnego dorosłego życia będą praca zawodowa, życie rodzinne i kwestie dotyczące norm, wartości i ideałów.

Z perspektywy niniejszego projektu niezwykle ważne i interesujące są wyniki badań Liberskiej (2004) dotyczące temporalnego rozlokowania celów życiowych przez nastolatków. W pierwszej kolejności warto wspomnieć, że zakładali oni, że wszystkie istotne cele życiowe (np. zdobyć dobry zawód, założyć rodzinę, podróżować i zwiedzać świat, być użytecznym dla kraju) zrealizują do 35. roku życia. Najwcześniej (mniej więcej w wieku 22 lat) oczekiwali zrealizowania celów dotyczących podróży i zdobycia dobrego zawodu. Przeciętny oczekiwany wiek zawarcia małżeństwa oscylował w okolicach 26. roku życia, a oczekiwany moment pojawienia się pierwszego dziecka wskazywany był przeciętnie przez nastolatków na 29. roku życia. Można przewidywać, że obecnie, niemal 20 lat po zrealizowaniu tych badań, wyniki te byłyby nieco inne i te granice wiekowe uległyby przesunięciu. Starsi nastolatkowie (mający od 16 do 18 lat), w porównaniu do młodszych (w wieku od 13 do 15 lat), oczekiwana realizację celów życiowych rozciągali na dłuższy czas, co wskazuje na mniejsze zagęszczenie tych oczekiwań w perspektywie czasu. Jeśli zatem młodzi ludzie wskazywali, że oczekują realizacji swoich celów życiowych do 35. roku życia., to można przewidywać, że swoją wizję własnego dorosłego życia będą mogli odnieść właśnie do tych celów. Timoszyk-Tomczak (2010) porównała z kolei cele formułowane przez studentów pod kątem ich odległości w czasie, wykazując, że formułują oni podobną liczbę celów krótko-, średnio- i długodystansowych. Zarówno w tym badaniu, jak i w badaniu Katry (2008), odmienne cele dominowały w zależności od odległości czasowej, np. jako cele krótko- i średnioterminowe najczęściej wspomniane były cele edukacyjne, natomiast jako cele długoterminowe dominowały te dotyczące pracy zawodowej i życia rodzinnego.

Ponieważ jednym z istotnych aspektów projektu badawczego stanowiącego podstawę niniejszej rozprawy było zbadanie zależności pomiędzy formowaniem się wizji własnego

dorosłego życia a rozwojem tożsamości, warto też wspomnieć o innym aspekcie badań Liberskiej (2002, 2004). Wykazała ona istotne różnice w strukturze ważności celów życiowych pomiędzy osobami o różnych statusach tożsamości. Choć dobre zdrowie było najważniejsze zarówno dla osób o tożsamości osiągniętej, lustrzanej jak i moratoryjnej, to dla osób o tożsamości dyfuzyjnej zajmowało trzecie miejsce (a najważniejsze były kontakty z przyjaciółmi). Wysoko cenione (trzecie miejsce) przez nastolatków o tożsamości osiągniętej, lustrzanej i moratoryjnej posiadanie satysfakcjonującego zawodu dla osób o tożsamości dyfuzyjnej miało ostatnie znaczenie (ósmie miejsce). Znalezienie bliskiej osoby (miłość) było ważniejsze dla osób o tożsamości osiągniętej (drugie miejsce) niż dla osób o pozostałych statusach tożsamości (czwarte lub piąte miejsce). Odmierna była także lokalizacja temporalna celów życiowych nastolatków o różnych statusach tożsamości – najdalej w przyszłość wybiegali ci o tożsamości dyfuzyjnej. Dostyc zbliżony był rozkład temporalny celów u osób o tożsamości osiągniętej i nadanej. Na zależności pomiędzy formułowaniem celów życiowych i rozwojem tożsamości wskazują także wyniki Skhirtladze i współpracowników (2021), którzy wykazali, że zmianom w zaangażowaniu w realizację ważnych celów życiowych towarzyszą zmiany w natężeniu dwóch kluczowych procesów tożsamościowych: podejmowaniu zobowiązania i eksploracji. Te rezultaty pokazują, że zaangażowanie w realizację celów życiowych (*goals engagement*) lub porzucenie tychże celów (*goals disengagement*) może pełnić istotną rolę w procesie rozwoju tożsamości u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości.

## 2.6. Marzenia

Kolejną z form myślenia o przyszłości są marzenia. Przez niektórych autorów (Mądrzycki, 2002; Zaleski, 1991) uważane są za pozbawione realizmu wyobrażenia na temat pożądanego kształtu swojego przyszłego życia (np. wygrać dużą sumę na loterii, polecieć na egzotyczną wycieczkę, mieć dom na prywatnej wyspie), co byłoby bliskie potocznemu rozumieniu marzeń. Przy takim rozumieniu marzenia można by uznać je za pozbawione realizmu i mało prawdopodobne do zrealizowania cele oraz przejaw umysłowej kreatywnej aktywności prospektywnej (Katra, 2008a, s. 38) zakładającej „tworzenie wizji upragnionych stanów rzeczy”. Mogą one wywoływać intensywne pozytywne emocje, ale ze względu na niskie prawdopodobieństwo ich zrealizowania, mają niewielką wartość motywacyjną, gdyż ich realizacja zależy raczej od czynników zewnętrznych (np. łut losu, pomoc „siły wyższej”) niż aktywności jednostki. Jednocześnie, Obuchowski (2000, s. 281) wskazuje na znaczenie

takich niezbyt realnych złudzeń, fantazji i marzeń, stwierdzając, że „nadają one kształt codziennym wydarzeniom. Pozwalają na odpoczynek, na chwilę słabości, a nawet rozkoszy. Unormalniają nienormalne życie”. Liberska (2004), komentując tę refleksję Obuchowskiego, stwierdza, że zastosowanie przez jednostkę takich mechanizmów obronnych dotyczących myślenia o własnej przyszłości nie musi oznaczać zubożenia sfery przeżyć psychicznych.

Inni autorzy (np. Tiepłow, 1951) proponują odmienne rozumienie marzeń i stwierdzają, że ujawniają się w nich pożądane stany przyszłe, wymagające zazwyczaj od jednostki świadomego (i nierzadko długotrwałego) zaangażowania w ich osiągnięcie. Ukierunkowują one działanie jednostki i nie są pozbawione realizmu, w przeciwieństwie do mrzonek, które dotyczą zamiarów mało realnych lub nawet niemożliwych do realizacji (Janowicz i Bakiera, 2018b). W tym drugim ujęciu, można by utożsamić marzenia z celami życiowymi i uznać, że mogą one posiadać istotną wartość motywacyjną, nadając kierunek aktywności jednostki.

Przy okazji omawiania pojęcia marzenia nie sposób nie wspomnieć o kategorii Levinsonowskiego Marzenia (pisownia z wielkiej litery zgodna z oryginałem – *the Dream*). Według Levinsona (1988, s. 91) Marzenie stanowi wizję samego siebie lokowaną w przyszłości. Jej sformułowanie jest jednym z kluczowych zadań w fazie nowicjatu (między 17. a 35. rokiem życia). Marzenie to „niejasne poczucie siebie-w-dorosłym-świecie. Ma cechę wizji, wyobrazonej możliwości generującej ekscytację i żywotność. Z początku jest słabo wyartykułowane i tylko luźno powiązane z rzeczywistością, chociaż może zawierać konkretne obrazy”. Jest to koncepcja życia, przewidywana przez jednostkę droga życiowa. Formowanie Marzenia jest związane z procesem „wchodzenia w dorosły świat”<sup>3</sup>, co odnosi się do eksploracji możliwości dorosłości i wyobrażenia sobie siebie jako jej uczestnika, a także podjęcie pewnych próbnych wyborów<sup>4</sup>. Levinson podkreśla, że formułowanie Marzenia jest procesem – początkowo może być ono bardzo ogólnikowe, słabo wyartykułowane i niejasne, z czasem nabierając konkretności.

Zdaniem Levinsona (1988) Marzenie ma ogromne znaczenie dla ukierunkowywania aktywności. Przytoczone powyżej sformułowanie o „generowaniu ekscytacji i żywotności” można rozumieć jako wywoływanie motywacji do działania i pozytywnych emocji

---

<sup>3</sup> Sformułowanie to, w zaskakujący sposób, bliskie jest Piagetowskiemu „wrastaniu w świat dorosłych”.

<sup>4</sup> Myśli te korespondują z poglądami Luyckxa (2008) na temat rozwoju tożsamości – można dostrzec tutaj punkt wspólny tych koncepcji, wskazujący na wagę procesów eksploracji i podejmowania zobowiązania w kształtowaniu się dorosłej struktury życia/ tożsamości.

związanych z własną przyszłością. Zbudowanie swojego dorosłego życia wokół Marzenia ma zdaniem Levinsona (1988, s. 92) istotne znaczenie dla sposobu przechodzenia przez kolejne fazy rozwoju osobowości – „ci, którzy zdradzili Marzenie będąc dwudziestokilkulatkami będą musieli stawić czoła konsekwencjom tego w przyszłości”. Zdradzenie Marzenia to podjęcie działań nakierowanych na kształtowanie swojej struktury życia w oderwaniu od niego. Należy podkreślić także, że według Levinsona w życiu młodego dorosłego istotne jest budowanie relacji z innymi dorosłymi, którzy będą wspierać proces formułowania Marzenia i wprowadzania go w życie. Wśród tych osób (którymi mogą być np. członkowie rodziny, przyjaciele, współmałżonek) szczególnie miejsce Levinson (1988, s. 97) przypisuje mentorowi, czyli „zazwyczaj kilka lat starszej osobie, mającej większe doświadczenie i staż w dorosłym świecie, w który młody człowiek dopiero wkracza” – jej najważniejszym zadaniem jest wspieranie osoby będącej w fazie nowicjatu w procesie kształtowania i realizacji Marzenia.

Choć Levinson nie odwoływał się do koncepcji *możliwych selves* Markus i Nurius (1986), to można dostrzec, że propozycje te korespondują ze sobą, podkreślając znaczenie eksplorowania potencjalnego kształtu własnej przyszłości. Należy jednak zaznaczyć, że Levinsonowskie Marzenie odnosi się do całości życia, natomiast *możliwe selves* dotyczą raczej pojedynczych jego obszarów. Marzenie jest jedno, a *możliwych selves* może być wiele. Levinsonowskie rozumienie Marzenia bardzo bliskie jest rozumieniu wizji własnego dorosłego życia przyjętemu w tym projekcie. Wydaje się jednak, że choć Levinson używał sformułowań podobnych do tych, które przedstawiono na wstępie tego rozdziału przy okazji zdefiniowania wizji własnego dorosłego życia, to inaczej rozumiał część tych pojęć. Choć pisał on o „wizji” i „przewidywanej koncepcji życia”, to inne fragmenty jego pracy<sup>5</sup> pozwalają uznać, że Marzenie ma raczej charakter prospektywnej umysłowej aktywności kreacyjnej niż antycypacyjnej (por. Kutra, 2008a) i jest raczej intencją niż symulacją (por. Szpunar i in., 2014b). Niemniej, należy raz jeszcze podkreślić, że jego zdaniem formułowanie wyobrażeń na temat własnej przyszłości jest niezbędne dla prawidłowego rozwoju w okresie dorosłości, a treść tej „wizji siebie w przyszłości” istotnie ukierunkowuje działalność jednostki i stanowi także punkt odniesienia przy bilansie własnego życia w przyszłości.

---

<sup>5</sup> np. te dotyczące „zdrady Marzenia” przez budowanie struktury życia (aktywność) w oderwaniu od niego (Levinson, 1988, s. 92) lub wyraźne stwierdzenie, że „wielu młodych ludzi ma Marzenie o tym, do jakiego rodzaju życia jako dorośli chcą zmierzać” (Levinson, 1988, s. 91) [podkreślenie KJ].

## 2.7. Plany życiowe

Kolejnym z terminów często pojawiających się w odniesieniu do myślenia o przyszłości są plany życiowe. Według Mądrzyckiego (2002) plany życiowe to sposoby i strategie realizacji celów życiowych – plan łączy wyobrażenie z działaniem. Jak podsumowuje Czerwińska-Jasiewicz (2015, s. 160) „cel określa to, do czego człowiek dąży, natomiast plan zawiera drogi i strategie dojścia do celu”. Formułowanie planów to kolejny, obok celów i marzeń, przykład umysłowej perspektywnej aktywności kreacyjnej (Katra, 2008a) i jedna z czterech głównych form myślenia o przyszłości (obok, intencji, predykcji i symulacji) (Szpunar i in., 2014b). Tak jak cele życiowe mogą dotyczyć różnych obszarów życia (np. edukacji, pracy, życia rodzinnego), tak i plany życiowe mogą odnosić się do poszczególnych sfer funkcjonowania jednostki. Można więc wyróżnić m.in. plany edukacyjne (co zrobię, aby uzyskać pożądane wykształcenie, zawód), plany zawodowe (kroki, które mają doprowadzić do osiągnięcia upragnionej pozycji zawodowej i możliwości pracy w określonej branży) czy też plany dotyczące życia rodzinnego (co jednostka będzie robić, aby zbudować szczęśliwą rodzinę).

Jak podkreśla Czerwińska-Jasiewicz (2015), sformułowanie planów życiowych jest konieczne, aby podjąć odpowiednie działania mające na celu osiągnięcie w przyszłości preferowanego kształtu życia. Innymi słowy – plan jest wyobrażeniem tego, w jaki sposób jednostka może doprowadzić do realizacji swoich celów (Szpunar i in., 2014b). Jeśli mowa o planach i celach życiowych, to jest to wyobrażenie tego, co należy zrobić, aby życie jednostki rzeczywiście wyglądało zgodnie z kształtem przyszłości opisywanym przez cele życiowe. Symulacja umysłowa poszczególnych działań mających prowadzić do realizacji celu, ułatwia podejmowanie tych działań (Pham i Taylor, 1999). Planowanie jest uważane (Gollwitzer, 1999; Katra, 2008b; Szpunar i in., 2014b) za integralną część osiągnięcia celów. Dotyczy to szczególnie celów odległych, do których zrealizowania potrzeba podjęcia wielu rozłożonych w czasie działań. Sformułowanie planów pomaga zarówno w zainicjowaniu aktywności (zrobienie „pierwszego kroku” w kierunku realizacji celu), jak i jej podtrzymywaniu (pomagając utrzymać odpowiedni kierunek działania, pomimo trudności). Sformułowanie planów, które pomogą osiągnąć cel wymaga zdolności dokonywania predykcji dotyczących przyszłości, tak aby zawczasu ocenić, które z możliwych rozwiązań przyniesie lepsze efekty i da większą pewność osiągnięcia zamierzonego stanu rzeczy (Szpunar i in., 2014b). Regulacyjne znaczenie tworzenia przez jednostkę planów jest też silnie eksplorowane pod kątem praktycznych implikacji przez licznych autorów zajmujących się szeroko rozumianą

psychologią zdrowia (np. Ajzen, 1991; Łuszczynska-Schwarzer, 2003). Wskazują oni na istotną rolę stawiania celów i konstruowania planów dotyczących przyszłości w odniesieniu do profilaktyki prozdrowotnej, a wiele interwencji w tym obszarze bazuje właśnie na zachęcaniu ludzi do tworzenia konkretnych planów działań prozdrowotnych (np. plan treningu, dieta, zaplanowanie momentu wzięcia leków).

Zbierając powyższe ustalenia, należy stwierdzić zatem, że zdolność formułowania planów może być kluczowa dla stworzenia wizji własnego dorosłego życia, gdyż nie mając stworzonego planu działania w kluczowych obszarach funkcjonowania (np. edukacja, praca, rodzina, rozwój osobisty), trudno może być jednostce stworzyć w miarę realistyczną symulację własnego przyszłego dorosłego życia (Szpunar i in., 2014b). Doświadczanie trudności w stworzeniu planów, które pomogą zrealizować jakiś istotny cel życiowy może prowadzić do tego, że młody człowiek stwierdzi, iż celu tego nie uda mu się osiągnąć, a więc nie będzie on elementem jego przyszłego życia. To z kolei, może skutkować poczuciem rozczarowania ze względu na świadomość, że przyszłość prawdopodobnie nie będzie taka jak by się tego chciało. Z drugiej strony, skonfrontowanie się z wizją własnego dorosłego życia, która jest niezgodna z celami życiowymi jednostki, może być czynnikiem motywującym do większego zaangażowania w aktywność związaną z planowaniem – aby te cele jednak udało się zrealizować. Mając na względzie te wzajemne zależności, poniżej przedstawione zostaną kluczowe z perspektywy niniejszego projektu wyniki badań dotyczących planów życiowych młodych ludzi oraz ich miejsca w rozwoju nastolatków i młodych dorosłych.

W pierwszej kolejności warto przyrzeć się temu, jak często młodzi ludzie posiadają w ogóle plany życiowe. Można tutaj odwołać się do wyników badania zrealizowanego przez Katrę (2008a), które wskazują na to, że plany na całe życie posiadało tylko 60% maturzystów. Plany na najbliższe 10 lat opisało 80% uczestników badania. Potwierdza to, że nie każdy młody człowiek jest w stanie podjąć umysłową aktywność prospektywną polegającą na planowaniu działań, które pozwolą mu zrealizować ważne dla niego cele życiowe. Odnosząc to do procesu formowania się wizji własnego dorosłego życia, można przewidywać zatem, że także nie wszyscy młodzi ludzie będą w stanie dokonać symulacji własnej przyszłości, dla której plany życiowe są istotnym punktem odniesienia (Szpunar i in., 2014b). Wspominane już badanie Czerwińskiej-Jasiewicz (2005) wykazało, że najczęściej plany życiowe maturzystów dotyczyły obszarów edukacji, życia rodzinnego i pracy zawodowej. Oznacza to, że to tym obszarom poświęcali oni najwięcej uwagi w zakresie planowania kroków pozwalających osiągnąć założone cele. Można przewidywać, że w odniesieniu do tych



obszarów najłatwiej będzie dokonać młodym ludziom symulacji własnej przyszłości (a więc odniesienia się do tych kwestii w wizji własnego dorosłego życia). Innym aspektem badanym przez Katrę (2008a) była złożoność planów. Plany życiowe miały najczęściej charakter ogólny, tzn. składały się najwyżej z trzech kroków (elementów), co wskazuje na wysoki stopień abstrakcyjności tych planów. Im bardziej też te plany wybiegały w przyszłość, tym mniej ustrukturalizowane były. Przeważająca część maturzystów biorących udział w badaniu (74 %) uznawała swoje plany życiowe za bardzo ważne. Katra poprosiła także uczestników badania o oszacowanie prawdopodobieństwa zrealizowania tych planów – nieco ponad połowa (56 %) z nich przewidywała, że plany życiowe uda im się zrealizować w co najmniej  $\frac{3}{4}$ . Przewidywane prawdopodobieństwo realizacji planów spadało wraz z wydłużeniem się dystansu czasowego pomiędzy teraźniejszością a momentem, do których te plany się odnosiły. Wydaje się, że odzwierciedla to realistyczny stosunek maturzystów do ich planów, gdyż im dłuższa perspektywa czasu, tym częściej mogą one ulec zmianie lub więcej nieprzewidywanych czynników może utrudnić ich realizację. Odnosząc to do zależności pomiędzy planami życiowymi a wizją własnego dorosłego życia, można przewidywać, że ze względu na umiarkowaną pewność co do możliwości realizacji własnych planów życiowych u młodych ludzi, dokonanie symulacji własnej przyszłości może stanowić dla nich pewne wyzwanie.

## 2.8. Perspektywy życiowe

Pojęcie perspektyw życiowych wydaje się mniej dookreślone od wspomnianych powyżej, gdyż według Tyszkowej (1985, s. 71) stanowią „zespół powiązanych ze sobą nawzajem wyobrażeń, pojęć, antycypacji i aspiracji oraz pragnień i dążeń jednostki dotyczących własnej osoby, miejsca w społeczeństwie i sytuacji w przyszłości” lub inaczej (tamże, s. 72) „prospektywny obraz samego siebie w najważniejszych płaszczyznach życia”. Mieszają się tutaj zatem przewidywania co do tego „jak będzie” i pragnienia „jak chciał(a)bym, żeby było”. Jak zaznacza sama autorka wyobrażenia te mogą być zarówno źródłem celów życiowych, jak i celami samymi w sobie. W tym ujęciu jest to zatem pojęcie szersze od wizji własnego dorosłego życia i innych form myślenia o przyszłości opisanych wcześniej w tym rozdziale.

Fakt, iż pojęcie to odnosi się do tak zróżnicowanych form myślenia o przyszłości sprawia, że interpretacja wyników badań dotyczących tak definiowanych perspektyw życiowych może nastroczać pewnych trudności. Z perspektywy niniejszej rozprawy warto

jednak przytoczyć badanie zrealizowane przez Tyszkową (1985), gdyż częściowo dotyczyło ono form myślenia o własnej przyszłości zbliżonej do wizji własnego dorosłego życia. Zadaniem biorących udział w badaniu uczniów było na liście zawodów wskazać te, które według własnej opinii będą oni w stanie pełnić w wieku 30 lat. Wymagało to zatem dokonania predykcji dotyczących własnych możliwości i przewidywanej ścieżki rozwoju zawodowego. Uzyskane wyniki wskazują, że nastolatki miały raczej optymistyczne przewidywania na temat własnej przyszłości zawodowej, zakładając, że będzie udawało im się pełnić prestiżowe i cenione zawody. Częściej zdobycie bardziej prestiżowego zawodu przewidywała młodzież miejska niż wiejska. Ponadto w badaniu tym poproszono młodzież o napisanie wypracowania pt. „Gdy będę miał(a) 30 lat”. Niestety w tekście opisującym to badanie nie podano dokładnie, jakie polecenie otrzymały osoby w nim uczestniczące, ale sądząc po przytoczonych odpowiedziach, można przewidywać, że było ono zbliżone do tego, które wykorzystano w badaniu stanowiącym podstawę niniejszej rozprawy (por. s. 163) i dotyczyło przewidywanego kształtu własnej przyszłości. Przytoczone przez autorkę (Tyszkowa, 1985, s. 88-89) przykładowe wypowiedzi uczniów wskazują na to, że dokonywali oni symulacji własnej przyszłości, jednocześnie odwołując się czasem do pragnień – „będę” mieszało się w nich z „chciał(a)bym”. Wypowiedzi uczniów nie były zbyt długie – te, które przytacza autorka miały zazwyczaj po kilka wersów. Większość z nich, jak wskazuje Tyszkowa (1985), była optymistyczna i to w odniesieniu do wszystkich kluczowych płaszczyzn życia (praca, życie rodzinne, sytuacja materialna). Szczegółowość i dokładność opisywanych perspektyw życiowych wzrastała wraz z wiekiem.

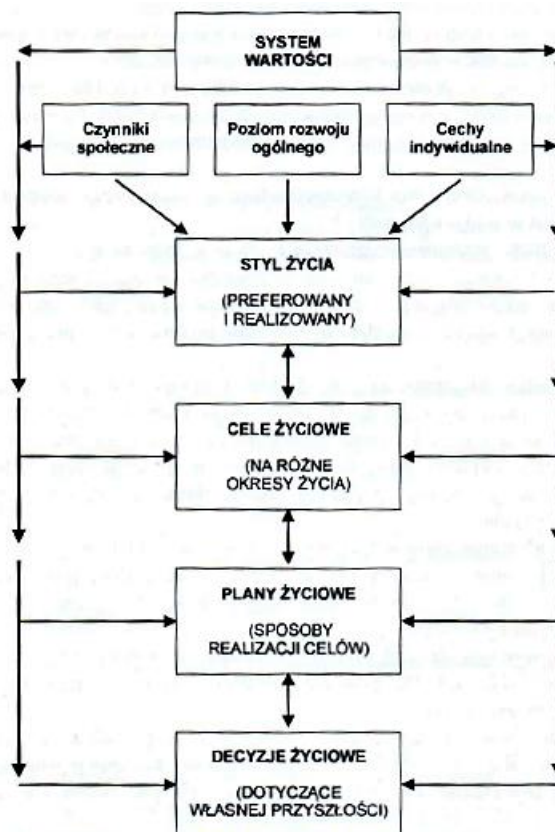
Podobne badanie przeprowadził Baran (1985), analizując dane uzyskane od młodzieży męskiej znajdującej się w domach dziecka, ośrodkach wychowawczych i rodzinach zastępczych. Zaobserwował on, że badani nastolatki miały niezbyt rozbudowaną wizję swojej przyszłości. Najslabiej rozwinięte wyobrażenia na temat swojego dorosłego życia posiadali wychowankowie zakładów wychowawczych. Natomiast najbardziej rozwinięte wyobrażenia na temat swojej dorosłości posiadali nastolatki, znajdujący się pod opieką rodziców zastępczych. Chłopcy wychowujący się w rodzinach zastępczych i domach dziecka częściej od rówieśników z zakładów poprawczych przewidywali, że będą w przyszłości pracować w zawodzie „inteligentnym”, a nie jako robotnicy czy też pracownicy fizyczni. Co ciekawe, we wszystkich grupach od dziesięciu do kilkunastu procent nastolatek przewidywała, że nie założy własnej rodziny.

## 2.9. Koncepcja własnego życia

Zagadnieniu myślenia o własnej przyszłości wiele uwagi w swoich pracach poświęciła też Czerwińska-Jasiewicz (1997, 2005, 2015), formułując ostatecznie model koncepcji własnego życia u młodzieży. Termin ten należy rozumieć jako „konceptualizację dotyczące własnego życia oparte na uznanym systemie wartości oraz innych czynnikach indywidualnych i społecznych” (2015, s. 154-155), a skrótowo autorka definiuje koncepcję własnego życia jako „specyficzną <<wizję>> własnego życia, wyobrażenie własnej przyszłości” (tamże, s. 155).

### Rysunek 2

*Model rozwoju koncepcji własnego życia u młodzieży według Czerwińskiej-Jasiewicz*



Źródło: Czerwińska-Jasiewicz, 2015, s. 169.

Podstawą tworzenia tej koncepcji jest system wartości jednostki, który prowadzi do wyboru pewnego stylu życia (realizowanego i preferowanego). W odniesieniu do tego stylu życia jednostka formułuje swoje cele życiowe (dotyczące różnych okresów życia), będące z kolei podstawą do stworzenia planów życiowych (sposobów realizacji celów). Plany te stanowią podstawę konkretnych decyzji dotyczących własnych przyszłości. Za najważniejsze

czynniki wpływające na tworzenie przez młodych ludzi koncepcji ich życia autorka wskazuje wartości życiowe, poziom rozwoju ogólnego, cechy indywidualne jednostki oraz rozmaite czynniki społeczne (np. ogólna sytuacja w kraju, sytuacja ekonomiczno-polityczna, sytuacja rodzinna czy też szkolna). Opisany powyżej model przedstawia graficznie rysunek 2.

Choć w pierwszym momencie można by uznać, że rozumienie koncepcji własnego życia jako „wizji własnego życia” (Czerwińska-Jasiewicz, 2015, s. 155) odpowiada przyjętemu w tym projekcie sposobowi definiowania wizji własnego dorosłego życia, to jednak fakt, iż Czerwińska-Jasiewicz (2015, s. 155) za element koncepcji własnego życia uznaje także m.in. preferowany styl życia, cele życiowe, plany życiowe, a nawet konkretne decyzje dotyczące własnej przyszłości, każe uznać, iż nie są to pojęcia tożsame. Tym bardziej, że w dalszej części swojej pracy autorka stwierdza, że „tworzenie przez młodzież ogólnej koncepcji dotyczącej własnego życia wyprzedza proces planowania własnej przyszłości, [...] ponieważ trudno planować swoją przyszłość bez ogólnej wizji własnego życia, określenia w jaki sposób chciałoby się żyć” (Czerwińska-Jasiewicz, 2015, s. 179). Tutaj zatem, „wizja” odnosi się do stanu pożądanego, a nie przewidywanego. Model koncepcji własnego życia obejmuje więcej rodzajów umysłowej aktywności prospektywnej niż wizja własnego dorosłego życia. Także same badania dotyczące koncepcji własnego życia (Czerwińska-Jasiewicz, 2005) nie dotyczyły antycypacji, a preferowanych modeli życia, celów życiowych i planów życiowych.

Niemniej, z perspektywy niniejszego projektu, teoretyczny model zaproponowany przez Czerwińską-Jasiewicz (2015) należy uznać za istotny dla umiejscowienia procesu formowania się wizji własnego dorosłego życia w kontekście rozwoju jednostki oraz licznych uwarunkowań tegoż procesu. Jak już wspomniano we wcześniejszych częściach tego rozdziału, wizja ta bazuje na sformułowanych wcześniej przez jednostkę celach i planach życiowych, które opierają się z kolei na wartościach i preferowanym stylu życia. Kwestia ta zostanie szerzej przedstawiona i omówiona w rozdziale 5. dotyczącym modelu teoretycznego stanowiącego podstawę niniejszego projektu.

Podsumowując omówione powyżej różne formy umysłowej aktywności prospektywnej w odniesieniu do problematyki niniejszego projektu i centralnego dla niego pojęcia wizji własnego dorosłego życia, należy podkreślić, że wizja ta rozumiana może być jako przykład umysłowej prospektywnej aktywności antycypacyjnej (Katra, 2008a) i niespecyficznego symulacji własnej przyszłości (Szpunar i in., 2014b). Jej formowanie się

bazuje na tworzonych przez jednostkę celach i planach życiowych. Pojęciami blisko związanymi z przyjętym rozumieniem wizji własnego dorosłego życia są Levinsonowskie Marzenie (Levinson, 1988), koncepcja własnego życia (Czerwińska-Jasiewicz, 2015) oraz *możliwe selves* (Markus i Nurius, 1986). Jednak, jak przedstawiono powyżej, nie są to pojęcia tożsame. Choć może się wydawać, że wobec wielości funkcjonujących w dyskursie naukowym określeń dotyczących różnych form myślenia o przyszłości, wprowadzanie kolejnego terminu przyczyni się do jeszcze większego chaosu a nie uporządkowania, to jednak wydaje się to konieczne, gdyż żadne z napotkanych w literaturze przedmiotu określeń nie odpowiada w pełni przedmiotowi zrealizowanego badania i przyjętemu sposobowi rozumienia i operacjonalizowania wizji własnego dorosłego życia. Levinsonowskie Marzenia i koncepcja własnego życia w modelu Czerwińskiej-Jasiewicz są pojęciami szerszymi a w pewnych miejscach granice pomiędzy nimi a innymi formami umysłowej aktywności prospektywnej (m.in. celami życiowymi) są nieco rozmyte i niezbyt precyzyjnie określone. W związku z tym stwierdzenie, że w niniejszym projekcie badano „Marzenie” lub „koncepcję własnego życia” u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości mogłoby być dla czytelnika mylące. Także uznanie, że przedmiotem badania były symulacje własnej przyszłości (por. Szpunar i in., 2014b) lub umysłowa prospektywna aktywność antycypacyjna (por. Katra, 2008a) nie byłoby wystarczająco precyzyjne, gdyż symulacje mogą mieć charakter zarówno epizodyczny, niespecyficzny, jak i semantyczny (WWDŻ to przykład symulacji niespecyficznej), a umysłowa prospektywna aktywność antycypacyjna może dotyczyć zarówno stanu świata „w ogóle”, jak i własnego życia. Wizja własnego dorosłego życia odnosi się do tej drugiej kategorii. Wizja własnego życia nie jest także *możliwym self*, gdyż tych jednostka może stworzyć wiele (Dunkel, 2000; Dunkel i Anthis, 2001; Markus i Nurius, 1986). Jest ona raczej, jak wspomniano wcześniej, *najbardziej możliwym self*.

Wizję tę należy zatem rozumieć jako uogólnioną reprezentację „siebie w przyszłości”, a więc odnosi się ona do przyszłościowego myślenia semantycznego. Wyobrażenia przyszłych pojedynczych zdarzeń (przyszłościowe myślenie epizodyczne), w tym definiujące tożsamość wyobrażenia własnej przyszłości, mogą stanowić swoisty „budulec” tej całościowej wizji siebie w przyszłości. Nie jest ona jednak tylko sumą takich pojedynczych wyobrażeń, ale raczej efektem metarefleksji nad tymi poszczególnymi wydarzeniami. W tworzeniu finalnej wizji własnego dorosłego życia ścierać się mogą ze sobą różne *możliwe selves*, zarówno te budzące pozytywne nastawienie jednostki, jak i te związane z obawami. Ponieważ wizja ta jest zaawansowaną formą umysłowej aktywności prospektywnej (Katra,

2008a; Szpunar i in., 2014b) i jej sformułowanie wymaga zaangażowania wielu procesów poznawczych, można przewidywać, że osoby w okresie wyłaniającej się dorosłości będą różnić się zdolnością stworzenia i opisanie wizji własnego dorosłego życia.

W kolejnym rozdziale (3.) omówione zostanie rozwojowe znaczenie wizji własnego dorosłego życia dla osób w okresie wyłaniającej się dorosłości. Następnie (rozdział 4.) przedstawione zostaną czynniki, które mogą być związane z kształtowaniem się wizji własnego dorosłego życia. W pierwszej kolejności omówione zostaną czynniki podmiotowe (kontekst rozwojowy, perspektywa czasowa, wartości życiowe i płeć), a w dalszej części czynniki pozapodmiotowe (uwarunkowania rodzinne, status społeczno-ekonomiczny i miejsce zamieszkania).

### **3. Rozwojowe znaczenie wizji własnego dorosłego życia w okresie wyłaniającej się dorosłości**

Po przedstawieniu sposobu rozumienia i definiowania wizji własnego dorosłego życia przyjętego w niniejszym projekcie oraz przeanalizowaniu zależności pomiędzy wizją własnego dorosłego życia a innymi formami myślenia o przyszłości, w tej części omówione zostanie znaczenie tejże wizji dla rozwoju człowieka w okresie wyłaniającej się dorosłości. Ze względu na brak całościowych teorii dotyczących rozwoju w tym okresie życia, przedstawione zostaną tutaj także zagadnienia dotyczące końcówki okresu dorastania oraz początku wczesnej dorosłości, gdyż metrykalnie okresy te zachodzą na wiek, który Arnett (2000) określa mianem wyłaniającej się dorosłości.

Myślenie o własnej przyszłości jest zgodnie ukazywane jako istotne dla rozwoju człowieka w wielu teoriach, m.in. teorii rozwoju poznawczego Piageta (1970), teorii rozwoju psychospołecznego Eriksona (1997, 2004), koncepcji podwójnego cyklu formowania się tożsamości Luyckxa (2006, 2008), koncepcji cyklu życia Levinsona (1988), czy też modelu indywidualnego rozwoju człowieka zaproponowanym przez Niemczyńskiego (1980). W odniesieniu do prac tych autorów omówione zostanie miejsce wizji własnego dorosłego życia w rozwoju jednostki w okresie wyłaniającej się dorosłości.

Inhelder i Piaget (1970) w swym obszernym opracowaniu poświęconym rozwojowi poznawczemu wrastanie jednostki (nastolatka) w społeczeństwo dorosłych uznają za podstawową właściwość dorastania. Przywołani autorzy podkreślają, że istotnym elementem tego procesu jest myślenie o przyszłości – „jednostka do swoich chwilowych czynności dorzuca program życia dla swych przyszłych czy <<dorosłych>> czynności” (tamże, s. 361). Z procesem szukania swojego miejsca w społeczeństwie dorosłych związana jest także chęć przekształcenia otaczającej rzeczywistości (zreformowania jej) wedle własnego pomysłu, co może prowadzić do konfliktów z otoczeniem. Wspomniany przez Inhelder i Piageta „program życia” tworzony przez nastolatka często może mieć dosyć idealistyczny, stereotypowy i ogólnikowy kształt. Doświadczenia zbierane w toku życia (np. podjęcie pracy) zdaniem przywołanych autorów wspierają proces decentracji w kontekście kształtowania wyobrażeń o swojej przyszłości – „reformator idealista przekształca się w realizatora” (tamże, s. 369). Choć Inhelder i Piaget wspominają tutaj głównie o podjęciu pracy jako czynniku sprzyjającym urealnianiu programu życiowego u młodzieży, to współczesne badania (Janowicz 2017, 2020) wskazują, że również doświadczenia wyniesione z faktu znajdowania

się w bliskim związku intymnym są związane z kształtowaniem się wizji własnej przyszłości, przynajmniej w odniesieniu do życia rodzinnego. Tak więc chociaż tworzone przez młodzież programy życiowe mogą mieć nierzadko charakter kompensacyjny (na co uwagę zwracał także Obuchowski, 2000) i często są efektem przejęcia stereotypowych wzorców obecnych w otoczeniu jednostki<sup>6</sup>, to w toku rozwoju i zdobywania kolejnych doświadczeń życiowych stają się one coraz bardziej realistyczne i prowadzą do wrastania młodego człowieka w społeczeństwo dorosłych oraz do „gruntownego przeobrażenia osobowości” (Inhelder i Piaget, 1970, s. 358). I choć Inhelder oraz Piaget nie rozwijali obszernie w swoich pracach tego związku pomiędzy kształtowaniem się u jednostki wizji własnej przyszłości a przemianami w jej osobowości, to należy zaznaczyć, że myśl ta jest w ich pracach obecna. Podkreślić należy znaczenie myślenia o własnej przyszłości dla ukierunkowywania aktualnej aktywności (owo „dorzucanie programu życia do chwilowych czynności” [Inhelder i Piaget, 1970, s. 361) młodego człowieka. W świetle tych słów, można uznać, że wizja własnego dorosłego życia powinna pełnić ważną funkcję w rozwoju człowieka w okresie wyłaniającej się dorosłości, gdyż wspiera ona odniesienie bieżącej aktywności do przyszłości, co ma istotne znaczenie dla realizacji własnych dążeń. Ważna wydaje się też potencjalna rola konfliktu między adolescentem a otaczającą rzeczywistością wynikająca z reformatorskiego charakteru myślenia i działania nastolatków. Po pierwsze, refleksowanie nad własną przyszłością może wzmacniać to reformatorskie nastawienie (np. gdy jednostka będzie przewidywać, że aktualny stan otaczającej rzeczywistości może doprowadzić do tego, że jej życie nie będzie wyglądało tak, jak by tego chciała). Natomiast skuteczność działań podejmowanych w ramach tego „ścierania się z rzeczywistością” może istotnie rzutować na poczucie sprawstwa i kontroli u młodego człowieka, co z kolei może przekładać się na to, w jakim stopniu będzie widział on szanse na realizację własnych celów życiowych. Ponadto, konflikt ten pomaga przejść ze sfery idealistycznego myślenia do konkretnego działania.

---

<sup>6</sup> Ta myśl Piageta w ciekawy sposób koresponduje z opisem tzw. tożsamości lustrzanej w koncepcji Marcii (1966: za: Oleszkowicz, 1995, s. 29): „Status ten obejmuje okres silnej identyfikacji z osobami będącymi autorytetami dla jednostki. Jej zaangażowanie w różne sprawy jest głównie wiernym odbiciem osobowości innych osób.” Proces rozwoju tożsamości zakłada porzucenie tych identyfikacji na rzecz podjęcia eksploracji, co wiązać można m.in. ze wspomnianym przez Piageta podjęciem nowych ról (np. pracy) oraz głębszym zaangażowaniem się w jakiś obszar aktywności (np. konkretny kierunek studiów). Te stwierdzenia odsyłają nas natomiast do koncepcji Luyckx’a (2006, 2008) i procesów eksploracji wszerz i eksploracji w głąb. Zależności te zostaną szerzej przedstawione w dalszej części tego rozdziału.



Refleksja nad wizją własnego dorosłego życia może tutaj stanowić punkt odniesienia dla bieżącej aktywności.

Więcej miejsca znaczeniu myślenia o własnej przyszłości w rozwoju człowieka w okresie dorastania poświęcił w swoich pracach Erikson (1997, 2004). Stwierdza on (Erikson, 1997, s. 320), że w okresie dorastania „najbliższa przyszłość staje się fragmentem świadomego planu życiowego”, co oznacza, że dla prawidłowego rozwoju tożsamości jednostka w swoich wyborach musi zacząć uwzględniać to, co wykracza poza teraźniejsze doświadczenia. Jednym z kluczowych aspektów formowania się tożsamości jest według Eriksona (1997, 2004) rozwój perspektywy czasowej, czyli umiejętność spostrzegania swojego życia w perspektywie czasu. Zaburzenie rozwoju tej perspektywy może prowadzić do problemów z planowaniem swojego życia oraz tworzeniem celów życiowych. Bardzo istotna jest także zdolność przewidywania swoich przyszłych osiągnięć związana z formułowaniem odległych celów i tworzeniem planów ich realizacji. Tę zdolność przewidywania swoich osiągnięć można by uznać za zdolność do tworzenia wizji własnego dorosłego życia, gdyż, jak wskazano wcześniej, tworzenie tej symulacji własnej przyszłości bazuje właśnie na dokonywaniu predykcji. Według Eriksona (1997, 2004) poszukiwanie odpowiedzi na pytanie „kim będę?” jest ściśle połączone z drugim z kluczowych pytań tożsamościowych – „kim jestem?”. Wizja własnej przyszłości jest dla nastolatka istotnym źródłem informacji o tym, kim jest aktualnie – można by powiedzieć, że cele i plany dotyczące przyszłości w znacznej mierze świadczą o tym, jak spostrzegam siebie w teraźniejszości. Jak wskazuje Erikson osiągnięcie tożsamości nie jest możliwe bez zdolności do spostrzegania swojego życia w perspektywie czasu (także w odniesieniu do przyszłości) oraz umiejętności przewidywania tego, jak nasze życie może wyglądać w przyszłości. Opierając się na tych elementach teorii Eriksona, można stwierdzić, że proces kształtowania się wizji własnego dorosłego życia jest nierozzerwalnie związany z procesem kształtowania się tożsamości i jest niezbędny dla jego prawidłowego przebiegu. Opisywany przez Eriksona proces eksploracji różnych możliwości w toku kształtowania się tożsamości i zdobywane przez jednostkę doświadczenia w ramach pełnienia (choćby na próbę) różnych ról stwarzają kontekst dla kształtowania się bardziej dojrzałej i dookreślonej wizji własnego dorosłego życia. Można zakładać, że wizja ta będzie zyskiwać na precyzyjności, spójności i stabilności w czasie wraz z włączaniem przez jednostkę kolejnych identyfikacji w obręb własnej tożsamości. Częściowo potwierdzają to przytaczane już badania Liberskiej (2004), która wykazała, że osoby o odmiennych statusach tożsamości różniły się sposobem rozmieszczenia

oczekiwań życiowych w perspektywie temporalnej i strukturą ważności oczekiwań życiowych. W badaniach tych to osoby o osiągniętym statusie tożsamości formułowały oczekiwania najsilniej skoncentrowane na kwestiach związanych z budowaniem związku intymnego, wykształceniem, pracą i obowiązkami wobec najbliższych i społeczeństwa. Taka struktura wyobrażeń na temat własnej przyszłości wskazuje na dojrzałość psychospołeczną. Natomiast chłopcy i dziewczęta o tożsamości moratoryjnej nie byli w stanie zbudować wyobrażeń o złożonej strukturze treściowej i temporalnej. Z kolei wyniki Dunkela (2000), także już wspomniane, wskazują, że osoby o odmiennych statusach tożsamości różniły się między sobą liczbą tworzonych *możliwych selves*, wszystkich rodzajów (pozytywne, neutralne, negatywne). Osoby o tożsamości moratoryjnej i lustrzanej generowały więcej *możliwych selves* od osób o tożsamości rozproszonej. Natomiast osoby zaklasyfikowane do statusu tożsamości moratoryjnej tworzyły więcej negatywnych *możliwych selves* niż wszyscy pozostali uczestnicy. Z kolei osoby charakteryzujące się osiągniętym statusem tożsamości w porównaniu do tych o tożsamości rozproszonej zakładały, że realizacja ich *możliwych selves* jest bardziej prawdopodobna. W świetle opisanych wyników można stwierdzić, że najmniej zaangażowane w myślenie o własnej przyszłości wydają się osoby o tożsamości rozproszonej, natomiast najbardziej te o tożsamości osiągniętej i moratoryjnej. Jest to zgodne z przedstawionym powyżej stwierdzeniem, bazującym na pracach Eriksona, że procesowi eksploracji powinno towarzyszyć silniejsze natężenie myślenia o własnej przyszłości.

Analizując zależności pomiędzy myśleniem o własnej przyszłości a rozwojem tożsamości, należy wspomnieć o koncepcji Luyckx'a i jego współpracowników (2006, 2008), którzy w swoich pracach czerpią z dorobku Eriksona. Opisując kształtowanie się tożsamości zwracają oni uwagę na udział w tym dwóch procesów – eksploracji i identyfikacji. W pierwszej kolejności jednostka rozpoznaje szerokie spektrum możliwości i obszarów aktywności (eksploracja wszerz), następnie podejmuje ona wstępny wybór obszarów zaangażowania spośród wielu dostępnych alternatyw (podjęcie zobowiązania), po czym następuje proces introspekcyjnej oceny podjętych zobowiązań i weryfikacji ich zgodności z wyobrażeniami, oczekiwaniami i możliwościami jednostki (eksploracja w głąb) – jeśli zostaną one uznane za dobrze dopasowane do jednostki, następuje ich włączenie w strukturę tożsamości (identyfikacja ze zobowiązaniem). Wydaje się, że zależności pomiędzy rozwojem tożsamości a formowaniem się wizji własnego dorosłego życia mogą być dwustronne. Na początku dorastania zarówno wizja własnej przyszłości jak i tożsamość jednostki są niedookreślone. Nastolatek może mieć mglistą wizję tego, jak będzie wyglądać jego przyszłość

życie (np. „Będę mieć jakąś pracę i założę rodzinę”). Obszary obecne w tej wizji mogą stanowić punkt wyjścia dla podejmowania eksploracji wszcz (np. rozważania różnych potencjalnych zawodów oraz kwestii dotyczących życia rodzinnego). W wyniku podjętej eksploracji jednostka może spostrzegać wiele możliwych dróg życia, co może przyczynić się z jednej strony do rozbudowania wizji o nowe obszary (lub kilka możliwych wariantów w odniesieniu do danego obszaru życia), ale także w trudności w zakresie dookreślenia tej wizji (wyboru najbardziej prawdopodobnej ścieżki). Optymalnym rozwiązaniem na tym etapie jest podjęcie wstępnego zobowiązania – wybór obszarów zaangażowania na podstawie wcześniejszej eksploracji. Wizja własnego dorosłego życia może stanowić tutaj istotny punkt odniesienia. Z drugiej strony, podjęcie wstępnego zobowiązania może skutkować przemianami w obrębie tejże wizji – przede wszystkim jaśniejszym dookreśleniem reprezentowanych w niej obszarów życia i poczuciem większej łatwości w sformułowaniu tejże wizji. W ramach tych wstępnie wybranych obszarów zaangażowania (reprezentowanych także w wizji własnego dorosłego życia) jednostka podejmować może proces eksploracji w głąb, czyli ocenę podjętych zobowiązań, weryfikowanie ich zgodności z własnymi oczekiwaniami i możliwościami. Zaangażowanie w ten proces może skutkować wzrostem szczegółowości wizji własnego dorosłego życia w wyniku refleksji nad każdym z reprezentowanych w niej obszarów. Taka uszczegółowiona wizja własnego dorosłego życia może stanowić dla jednostki istotną pomoc w procesie identyfikacji ze zobowiązaniem, czyli ostatecznego włączania zobowiązań w strukturę tożsamości. Można przewidywać, że zgodność wizji z pragnieniami jednostki będzie sprzyjała identyfikacji z podjętymi zobowiązaniami. W takim przypadku zarówno tożsamość, jak i wizja nie powinny podlegać już dużym przeobrażeniom, stanowiąc stabilną podstawę do kształtowania bieżącej aktywności jednostki. Natomiast rozbieżność pomiędzy wizją własnego dorosłego życia a pragnieniami jednostki na tym etapie rozwoju tożsamości może prowadzić do powrotu do wcześniejszych faz cyklu formowania się tożsamości. Analizując zależności pomiędzy formowaniem się wizji własnego dorosłego życia a rozwojem tożsamości, należy też podkreślić, że potencjalne trudności w zakresie stworzenia takiej wizji mogą negatywnie oddziaływać na proces rozwoju tożsamości, np. skutkując wysokim natężeniem eksploracji ruminacyjnej, związanej z dezadaptacyjnym natężeniem procesów eksploracji i doświadczaniem trudności w uzyskaniu odpowiedzi na pytania tożsamościowe. Na wzajemne powiązania między procesem rozwoju tożsamości a myśleniem o własnej przyszłości wskazują przywoływane już wcześniej badania Dunkel i Anthis (2001) oraz Skhirtladze i

współpracowników (2021). Badanie stanowiące podstawę niniejszej rozprawy miało na celu pogłębienie wiedzy dotyczącej tych zależności.

Luyckx wraz ze współpracownikami (2008), rozwijając koncepcję wymiarów tożsamości, zaproponowali, że określone profile ich wzajemnych zależności można interpretować jako przejawy określonych statusów tożsamości. W toku swoich badań prowadzonych z wykorzystaniem Skali Rozwoju Wymiarów Tożsamości (*Dimensions of Identity Development Scale [DIDS]*; Luyckx i in., 2008) i zastosowaniem analizy skupień, wyróżnili oni sześć statusów tożsamości. Propozycja ta jest w pewien sposób rozwinięciem prac Marcii (1966; za: Oleszkowicz, 2000). Pierwszy z wyróżnionych statusów to tożsamość osiągnięta (*achievement*), charakteryzująca osoby o wysokich wynikach na obu dymensjach dotyczących zobowiązania (podejmowanie zobowiązania i identyfikacja ze zobowiązaniem), umiarkowanych lub wysokich wynikach na skalach dotyczących adaptacyjnych form eksploracji (eksploracja wszerek i eksploracja w głąb) oraz niskich wynikach nieadaptacyjnej eksploracji ruminacyjnej. Do tego statusu przypisano ok. 14% badanych. Bazując na przedstawionych powyżej przewidywaniach dotyczących zależności pomiędzy formowaniem się wizji własnego dorosłego życia a rozwojem tożsamości, można zakładać, że osiągnięcie tego statusu tożsamości wspierać będzie posiadanie rozbudowanej i szczegółowej wizji własnego dorosłego życia, stabilnej w czasie, dającej poczucie ciągłości i związanej z pozytywnymi emocjami. Status tożsamości rozproszona dyfuzja (*diffused diffusion*), który ujawniało 14% badanych charakteryzował osoby o niskich wynikach na obu dymensjach dotyczących zobowiązania, przeciętnych wynikach na skalach dotyczących adaptacyjnych form eksploracji oraz wysokich lub bardzo wysokich wynikach nieadaptacyjnej eksploracji ruminacyjnej. Można przewidywać, że osoby o tym statusie tożsamości będą doświadczać dużych trudności w zakresie stworzenia wizji własnego dorosłego życia, niskiego poczucia ciągłości wynikającego z tej wizji oraz negatywnych emocji związanych z trudnością dookreślenia własnej przyszłości. Z kolei beztroska dyfuzja (*carefree diffusion*) to status charakteryzujący osoby o niskich lub umiarkowanie niskich wynikach na obu dymensjach dotyczących zobowiązania, niskich lub bardzo niskich wynikach na skalach dotyczących adaptacyjnych form eksploracji oraz przeciętnych wynikach nieadaptacyjnej eksploracji ruminacyjnej. Są to osoby, które na dobre nie rozpoczęły jeszcze zaangażowania w proces formowania tożsamości. Taki profil wyników został zaobserwowany u 13-20% badanych. Można przewidywać, że takiemu statusowi tożsamości sprzyjać będzie mało rozbudowana i szczegółowa wizja własnego dorosłego życia, a także raczej neutralny stosunek emocjonalny

do tejże wizji, gdyż będą to prawdopodobnie osoby, które nie myślały dotychczas zbyt dużo o własnej przyszłości. Czwarty z wyróżnionych statusów, zaobserwowany w grupie od 8 do 18% badanych, to ruminacyjne moratorium (*ruminative moratorium*) charakteryzujący osoby o umiarkowanie niskich lub przeciętnych wynikach na obu dymensjach dotyczących zobowiązania oraz wysokich lub bardzo wysokich wynikach na skalach dotyczących wszystkich trzech form eksploracji. Temu statusowi tożsamości sprzyjać może posiadanie dosyć rozbudowanej i szczegółowej wizji własnego dorosłego życia, przy jednoczesnym doświadczaniu trudności w zakresie jej sformułowania i wątpliwości, na ile jest to możliwe. Status określony jako tożsamość lustrzana (*foreclosure*) charakteryzuje osoby o wysokich lub umiarkowanie wysokich wynikach na obu dymensjach dotyczących zobowiązania, umiarkowanie niskich lub bardzo niskich wynikach na skalach dotyczących eksploracji wszerz i eksploracji ruminacyjnej oraz przeciętnym lub umiarkowanie niskim natężeniu eksploracji w głąb. Taki profil wymiarów tożsamości charakteryzował ok. 14-15% badanych. Można przewidywać, że takiemu statusowi tożsamości sprzyjać będzie umiarkowanie rozbudowana i szczegółowa wizja własnego dorosłego życia oraz raczej wysoka łatwość jej przywołania i pozytywne ustosunkowanie do niej. Ostatni z wyróżnionych statusów, zaobserwowany u 22-29% osób, to tożsamość niezróżnicowana (*undifferentiated*) charakteryzująca osoby o przeciętnych wynikach na wszystkich skalach kwestionariusza DIDS. W tym przypadku można przewidywać, że osoby te będą charakteryzować się umiarkowanym rozbudowaniem i szczegółowością wizji własnego dorosłego życia, jak i przeciętnym poziomem doświadczanej w związku z nią ciągłości oraz raczej niskim natężeniem emocji związanych z tą wizją. Jak już wspomniano wcześniej, istnieje kilka przesłanek empirycznych (Dunkel, 2000; Dunkel i Anthis, 2001; Liberska 2004) wskazujących na różnice w zakresie sposobu myślenia o własnej przyszłości i formowania wizji siebie w przyszłości u osób o odmiennych statusach tożsamości. Celem badania stanowiącego podstawę niniejszej rozprawy było poszerzenie wiedzy dotyczącej tych zależności, szczególnie w perspektywie relacji między zmianami w obrębie wizji własnego dorosłego życia a zmianami w obrębie tożsamości.

Przywołani powyżej autorzy (Piaget, Erikson, Luyckx) odnoszą się w swoich pracach głównie do okresu adolescencji (początku wyłaniającej się dorosłości), natomiast o istotnym miejscu wyobrażeń na temat swojej przyszłości, także w okresie wczesnej dorosłości (koniec wyłaniającej się dorosłości), pisali m.in. Niemczyński (1980), Obuchowski (1970, 1985, 2000) i Levinson (1988). Choć według Niemczyńskiego (1980) formułowanie celów i planów

życiowych ma miejsce już w okresie dorastania, to dopiero w okresie wczesnej dorosłości następuje połączenie w spójną całość aktywności odnoszącej się do teraźniejszości z aktywnością odnoszącą się do przyszłości (projektowanej w zgodzie z wizją własnego przyszłego życia). Jest to tzw. poziom osobowościowej organizacji działania, po którym następuje dopełnienie osobowościowej organizacji działania, kiedy to młody dorosły integruje wizję własnego dorosłego życia z kontekstem społeczno-historycznym (co wymaga dobrego rozeznania w sensie aktualnych zdarzeń w społeczeństwie oraz ich znaczenia dla życia jednostki). Warte podkreślenia są te założenia przywołanej skrótowo powyżej koncepcji wskazujące na to, że rozwój tożsamości następuje także w okresie wczesnej dorosłości (koniec wyłaniającej się dorosłości) i jest ściśle związany z uwzględnianiem w swoich aktualnych wyborach i aktywności wyobrażeń na temat swojej przyszłości, które ukierunkowują aktualne działania jednostki i przyczyniają się do kształtowania się jej dojrzałej tożsamości.

Na istotny udział wyobrażenia na temat własnego przyszłego życia dla ukierunkowywania aktualnej działalności podmiotu wskazywał w swojej koncepcji także Levinson (1988). Jego zdaniem sformułowanie Marzenia, czyli, jak już wspomniano, wizji samego siebie lokowanej w przyszłości, którą formułuje człowiek w fazie nowicjatu, jest kluczowym zadaniem tego okresu życia. Formowanie Marzenia jest związane z procesem „wchodzenia w dorosły świat”<sup>7</sup>, co odnosi się do eksploracji możliwości dorosłości i wyobrażenia sobie siebie jako jej uczestnika, a także podjęcie pewnych próbnych wyborów<sup>8</sup>. Levinson podkreśla, że formułowanie Marzenia jest procesem – początkowo może być ono bardzo ogólnikowe, słabo wyartykułowane i niejasne, z czasem nabierając konkretności. Zbudowanie swojego dorosłego życia wokół Marzenia ma zdaniem Levinsona (1988) ogromne znaczenie, gdyż będzie ono punktem odniesienia dla ewaluacji własnego życia w przyszłości a także zwiększa to szansę na osobiste spełnienie. Z kolei „zdradzenie Marzenia” może według Levinsona skutkować trudnościami w zakresie osiągnięcia poczucia spełnienia i sensu, a także być przyczyną negatywnej ewaluacji własnego życia w przyszłości. Tak stworzona struktura życia może też być mniej trwała. Jak już wspomniano, inni ludzie (np. członkowie rodziny, przyjaciele, współmałżonek oraz, przede wszystkim, mentor) mogą być

---

<sup>7</sup> Sformułowanie to, w zaskakujący sposób, bliskie jest Piagetowskiemu „wrastaniu w świat dorosłych”.

<sup>8</sup> I choć Luyckx nie odwołuje się w swych pracach bezpośrednio do Levinsona, to możemy dostrzec tutaj punkt wspólny tych koncepcji, wskazujący na wagę procesów eksploracji i podejmowania zobowiązania w kształtowaniu się dorosłej struktury życia/ tożsamości.

dla osoby w fazie nowicjatu ważnym źródłem wsparcia w procesie formowania Marzenia. Podsumowując zatem poglądy Levinsona na miejsce myślenia o własnej przyszłości w rozwoju jednostki, podkreślić należy, że jego zdaniem sformułowanie wizji własnej przyszłości jest niezbędne dla prawidłowego rozwoju w okresie dorosłości, a treść tego wyobrażenia istotnie ukierunkowuje działalność jednostki i stanowi także punkt odniesienia przy bilansie własnego życia w przyszłości. Zaznaczyć należy także znaczącą rolę innych osób w procesie kształtowania się wizji własnego dorosłego życia u osób w okresie wczesnej dorosłości.

Przedstawione powyżej tezy czołowych psychologów rozwojowych na temat roli myślenia o własnej przyszłości w rozwoju jednostki formułowane były głównie w odniesieniu do tradycyjnie wyodrębnianych okresów adolescencji i wczesnej dorosłości. Wyjątkiem jest tu koncepcja Levinsona, który sformułował własną propozycję periodyzacji rozwoju człowieka, pisząc o fazie nowicjatu<sup>9</sup>. Obserwując jednak opóźnianie się momentu osiągnięcia dojrzałej tożsamości u młodych ludzi i coraz częstsze zjawisko wydłużania moratorium psychospołecznego (Erikson, 2004; Liberska, 2007), możliwe wydaje się odniesienie znacznej części tych twierdzeń do osób w okresie wyłaniającej się dorosłości.

Na koniec tej części omówione zostanie rozwojowe znaczenie wizji własnego dorosłego życia w odniesieniu do wskazanych przez Arnetta (2000, 2004) cech charakteryzujących, jego zdaniem, funkcjonowanie osób w okresie wyłaniającej się dorosłości. W pierwszej kolejności wymienia on eksplorowanie tożsamości. W tym kontekście przywołać można kwestie opisane już powyżej w odniesieniu do zależności między formowaniem się wizji własnego dorosłego życia a rozwojem tożsamości u nastolatków (Erikson, 1997, 2004; Lucyck, 2006, 2008). Arnett wskazuje także na niestabilność wewnętrzną i zewnętrzną, odnosząc je z jednej strony do dynamicznie zmieniających się wyobrażeń na temat siebie jako osoby dorosłej, a także częstych zmian w strukturze życia (edukacja, zatrudnienie, budowanie związków intymnych, relacje społeczne). Wydaje się, że posiadanie stabilnej, rozbudowanej i szczegółowej wizji własnego dorosłego życia mogłoby być czynnikiem osłabiającym tę niestabilność. Z drugiej strony, trudności w zakresie formowania wizji siebie w przyszłości mogą potęgować poczucie niestabilności wewnętrznej i utrudniać jednostce ukierunkowywanie swojej aktywności, zwiększając ryzyko

---

<sup>9</sup> Okres wyłaniającej się dorosłości (18.-25. r.ż.) obejmuje opisywaną przez Levinsona tranzycję do wczesnej dorosłości (*early adult transition*; 17.-22. r.ż.) i częściowo wchodzenie w dorosły świat (*entering the adult world*; 22.-28. r.ż.).

niestabilności zewnętrznej (np. częstsza zmiana kierunku studiów, podejmowanie się różnych prac, częste rozpoczynanie i kończenie związków romantycznych). Arnett wskazuje także na skupienie się na sobie konieczne dla rozwoju tożsamości i poznania siebie. Eksplorowanie własnej przyszłości może być jednym z aspektów takiej introspekcji i wydatnie wspierać stawanie się człowiekiem dorosłym. Kolejnym z aspektów wskazywanych przez Arnetta jest poczucie bycia „pomiędzy” („już nie jestem nastolatkiem, ale jeszcze nie jestem dorosłym”). Formowanie się wizji własnego dorosłego życia może wspierać rozwiązywanie tego dylematu w kierunku silniejszego poczucia dorosłości, wynikającego ze zdolności wyobrażenia sobie swojego dorosłego życia, jak i możliwości identyfikowania siebie jako osoby dorosłej. Ostatni z aspektów wskazywanych przez Arnetta jako specyficzny dla okresu wyłaniającej się dorosłości to uznanie tego okresu za „wiek możliwości” ze względu na wielość opcji, z których osoba może wybierać i kształtować swoje życie. Z jednej strony może to potęgować trudności w zakresie formowania się wizji własnego dorosłego życia. Z drugiej, posiadanie już ukształtowanej wizji siebie w dorosłym życiu, która daje poczucie ciągłości i z którą jednostka się identyfikuje, może sprzyjać wybieraniu spośród tych możliwości tego, co będzie wspierać jednostkę w realizacji jej celów życiowych i maksymalizować szansę na to, że wizja stanie się realnością. Podsumowując, można stwierdzić, że zdolność dokonywania przewidywań na temat własnej przyszłości powinna pełnić istotną rolę w rozwoju osób w okresie wyłaniającej się dorosłości, a sam ten okres wydaje się, w ujęciu Arnetta, czasem kumulacji procesów rozwojowych, szczególnie istotnych w kontekście kształtowania się wizji własnego dorosłego życia.

Należy nadmienić przy tym, że propozycja Arnetta spotkała się z wieloma głosami krytycznymi (np. Czerwińska-Jasiewicz, 2015; Gurba, 2011; Hendry i Kloep, 2011). Wspomniani autorzy podkreślali, że cechy te nie są wcale specyficzne dla okresu wyłaniającej się dorosłości i nie dotyczą wszystkich osób w tym wieku, wobec czego nie można uznać ich za normatywne i uczynić podstawą wyodrębniania wyłaniającej się dorosłości jako osobnego okresu rozwojowego. Choć celem niniejszej rozprawy nie było rozstrzygnięcie tych dyskusji, to wydaje się, że uzyskane wyniki mogą rzucić istotne światło na lepsze rozumienie funkcjonowania osób w okresie nazywanym przez Arnetta wyłaniającą się dorosłością.

Przedstawione powyżej tezy czołowych psychologów rozwojowych na temat miejsca wyobrażeń na temat własnej przyszłości w rozwoju człowieka były inspiracją do tworzenia nowych koncepcji (m.in. Czerwińska-Jasiewicz, 2015; Nurmi, 1991; Nuttin, 1985) i projektowania licznych badań empirycznych (Czerwińska-Jasiewicz, 1979, 2005, 2015;



Katra, 2008a; Liberska, 2004; Rydz, 1997; Zaleski, 1991), które wykazały wagę posiadanych przez jednostkę wyobrażeń na temat własnej przyszłości dla jej aktualnego funkcjonowania i rozwoju – także w kontekście poczucia sensu życia (Zaleski, 1991), samooceny (Katra, 2008a) czy też aktualnej satysfakcji z życia i ogólnego dobrostanu (King, 2001; Salmela-Aro i Nurmi, 1997; Sheldon i Kasser, 1998). W toku badań prowadzonych w tym obszarze wskazano także szereg czynników modyfikujących sposób myślenia o własnej przyszłości u młodych ludzi. Wybrane spośród nich zostaną szerzej omówione w kolejnej części pracy (rozdział 4.), jako dalsza część wprowadzenia w projekt badań własnych.

## **4. Wybrane czynniki podmiotowe i pozapodmiotowe związane z kształtowaniem się wizji własnego dorosłego życia**

W opracowaniach dotyczących różnych umysłowej aktywności prospektywnej (m.in. Atance i O'Neil, 2001; Czerwińska-Jasiewicz, 2005, 2015; Katra, 2008a; Liberska, 2004; Schacter i in., 2017; Tyszkowa, 1985) wskazuje się na rozmaite czynniki mogące wpływać zarówno na zdolność jednostki do podejmowania takiej aktywności, jak i na treść oraz strukturę tych rozmaitych poznawczych reprezentacji przyszłości. W tej części rozprawy przedstawione zostaną podmiotowe oraz pozapodmiotowe czynniki mogące mieć znaczenie w procesie kształtowania się wizji własnego dorosłego życia u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości. Zostaną one przedstawione i omówione zarówno w odwołaniu do ustaleń teoretycznych, jak i wyników badań empirycznych dotyczących zależności pomiędzy tymi czynnikami a różnymi formami umysłowej aktywności prospektywnej. Ze względu na znikomą liczbę badań dotyczących form myślenia o przyszłości odpowiadających sposobowi rozumienia wizji własnego dorosłego życia przyjętego w tym projekcie, znajdują się tutaj także odwołania do wyników badań dotyczących m.in. celów i planów życiowych, *możliwych selves*, czy też epizodycznego myślenia przyszłościowego. Pozwoli to też, w pewnym stopniu, w późniejszej dyskusji wyników zestawień uzyskane rezultaty z tymi wynikami i dokonać wstępnego porównania, czy czynniki wskazywane jako istotne dla kształtowania na przykład umysłowej prospektywnej aktywności kreatywnej (tworzenie planów i celów życiowych) mają znaczenie także w odniesieniu do umysłowej prospektywnej aktywności antycypacyjnej (tworzenie wizji własnego dorosłego życia).

### **4.1. Podmiotowe czynniki związane z kształtowaniem się wizji własnego dorosłego życia**

#### ***4.1.1. Rozwojowy kontekst kształtowania się wizji własnego dorosłego życia***

W pierwszej kolejności omówiony zostanie rozwojowy kontekst kształtowania się wizji własnego dorosłego życia – m.in. w odniesieniu do rozwoju poznawczego, społecznego, emocjonalnego, czy też rozwoju tożsamości. Ponieważ nie powstały dotychczas teorie opisujące specyfikę rozwoju człowieka w okresie wyłaniającej się dorosłości, przytoczone zostaną tutaj teorie odnoszące się do okresu adolescencji i wczesnej dorosłości, gdyż metrykalnie zachodzą one częściowo na wyłaniającą się dorosłość (18 – 25 r.ż.). Odwołując się do tego klasycznego sposobu periodyzacji okresów rozwojowych (np. Gurba, 2000;

Obuchowska, 2000), można by powiedzieć, że wyłaniająca się dorosłość obejmuje końcówkę późnej adolescencji i początek wczesnej dorosłości.

#### *4.1.1.1. Rozwój poznawczy jako podstawa kształtowania się wizji własnego dorosłego życia w okresie wyłaniającej się dorosłości*

Zdolność do odbywania umysłowych podróży w czasie (*mental time travel*) obserwuje się już u dzieci w okresie przedszkolnym (Atance, 2008; Suddendorf i Corballis, 2007) – dotyczy to zarówno wracania do przeszłości, jak i wybiegania myślami w przyszłość. Świadomość istnienia przyszłości można obserwować już przed 3. rokiem życia – zarówno w mowie, jak i zachowaniach dzieci (np. Benson, 1994; Eisenberg, 1985; za: Atance i O'Neill, 2001). W wieku przedszkolnym rozwija się zdolność do uwzględniania możliwych przyszłych konsekwencji swoich aktualnych zachowań (Thompson i in., 1997; Moore i in., 1998) i doskonalą się ona w kolejnych latach.

##### 4.1.1.1.1. Rozwój myślenia formalnego jako podstawa kształtowania się wizji własnego dorosłego życia

Jedną z najczęściej wykorzystywanych do opisu rozwoju poznawczego młodych ludzi teorią jest ta stworzona przez Piageta (1970, 2006). Z perspektywy niniejszej pracy szczególnie istotne są jego ustalenia dotyczące rozwoju myślenia formalnego w okresie dorastania. Celem niniejszego podrozdziału nie jest wnikliwe referowanie wszystkich założeń Piageta dotyczących rozwoju poznawczego nastolatków, ale wskazanie na te aspekty jego teorii, które są szczególnie istotne dla zrozumienia procesów leżących u podstawy rozwoju wizji własnego dorosłego życia u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości.

Piaget (2006) wskazuje, że okres dorastania to czas przejścia od myślenia konkretno-operacyjnego do myślenia formalnego, które umożliwia dokonywanie działań umysłowych całkowicie oderwanych od percepcji i bezpośrednich doświadczeń, a więc w pełni zinterioryzowanych. Operowanie symbolami pozwala natomiast na rozstrzygnięcie abstrakcyjnych problemów. Odwoływanie się do logicznych systemów wynikających z możliwości kombinacji zdań daje nastolatkowi możliwość systematycznego weryfikowania wszystkich potencjalnych układów między poszczególnymi założeniami. Rozwój poznawczy daje adolescentom możliwość operowania na płaszczyźnie idei, a także wnioskowania na podstawie przesłanek, które są możliwe, ale nie muszą być konieczne. Zwiększająca się elastyczność w poruszaniu się na osi czasu pozwala na bardziej złożone analizowanie

przyczynowości ujmowanej w sposób procesualny. Możliwość uwzględniania wielu przesłanek i różnorodnych aspektów rzeczywistości prowadzi do postrzegania jej jako urozmaiconej, ale nierzadko sprzecznej i niespójnej. Myślenie nastolatków często przyjmuje charakter probabilistyczny („co by było gdyby”) i odnosi się to zarówno do spraw osobistych, jak i bardziej ogólnych – takich jak los społeczeństwa czy polityki globalnej. Rozwój tych wszystkich procesów znajduje swoje odzwierciedlenie w tym, jak młodzież postrzega swoją przyszłość i siebie w niej. Adolescenci będący w końcowej fazie dorastania (na początku wyłaniającej się dorosłości) mają już dosyć duże możliwości snucia planów dotyczących swojego życia, uwzględniania w nich różnych punktów widzenia, a także spostrzegania swojego dalszego życia jako ciągu połączonych ze sobą, zgodnie z zasadą przyczynowości zdarzeń. Odnosząc się do teorii Piageta, można zatem stwierdzić, że rozwój myślenia formalnego stanowi ważną podstawę dla zdolności tworzenia wizji własnego dorosłego życia. Rozwój poznawczy umożliwia nastolatkowi włączanie do niej refleksji nad przeszłymi i aktualnymi wydarzeniami ze swojego życia oraz obserwowanymi wzorcami i ideami – coraz pełniejsza orientacja w świecie pozwala tworzyć wizję siebie lepiej dostosowaną do jego oczekiwań, ale także do wewnętrznych standardów i istotnych dla nastolatka wartości. Badania Liberskiej (2004) wskazują, że osiągnięcie wyższego poziomu rozwoju operacji formalnych (IIIB)<sup>10</sup> wiąże się ze zwiększeniem zainteresowania oczekiwaniami związanymi z założeniem rodziny, aktywnością towarzyską i sukcesem zawodowym u nastolatków w późnej adolescencji. Wraz z osiągnięciem przez badanych wyższego stadium operacji umysłowych przyjmowane przez nich perspektywy temporalne ulegały wydłużeniu, co może wynikać z tego, że uwzględniali oni więcej aspektów związanych z danym obszarem życia, który jawi się wtedy jako bardziej skomplikowany, a więc i wymagający więcej czasu do zrealizowania swoich celów związanych z tym obszarem. Z kolei badanie Katry (2009) wykazało, że osoby charakteryzujące się wyższym poziomem myślenia formalnego posiadają lepiej rozwiniętą przyszłościową perspektywę czasową i silniejszą skłonność do antycypowania i rozważania przyszłych skutków swoich obecnych zachowań.

Należy jednak zaznaczyć, że nawet pod koniec dorastania myślenie nastolatków nie jest wolne od idealizacji. Choć idealizm antycypacyjny charakterystyczny dla początkowych lat dorastania (Piaget, 1970) jest już wtedy słabszy, to nadal myślenie młodych osób w tym wieku nie jest wolne od idealizacji. Z jednej strony może sprzyjać to bardziej odważnemu

---

<sup>10</sup> Poziom rozwoju operacji umysłowych badano tutaj za pomocą eksperymentu „kombinacja ciał chemicznych dających i nie dających zabarwienia” zaczerpniętego z prac Inhelder i Piageta (1970).

podejmowaniu działań związanych z realizacją swoich planów życiowych, z drugiej jednak może przyczyniać się do wykształcenia się naiwnego przekonania, że bez większego wysiłku można zrealizować takie cele, jak zdobycie dobrego wykształcenia, osiągnięcie wysokiej pozycji zawodowej czy też zbudowanie trwałego i satysfakcjonującego związku intymnego oraz bycie dobrym rodzicem. Badania dotyczące wyobrażeń nastolatków na temat swojego przyszłego rodzicielstwa (Janowicz, 2017) wykazały, że wyobrażenia te rzeczywiście cechowały się wysokim poziomem idealizmu, były bardzo optymistyczne i zawierały niewiele obaw. Również badania Bakiery (1995) wskazują na dosyć optymistyczną percepcję własnych perspektyw życiowych u młodzieży – zarówno w odniesieniu do życia zawodowego, jak i osobistego oraz rodzinnego. Jak wskazują badania Weinsteina (1980) i przegląd dokonany przez Gilberta i Wilsona (2007) nierealistyczny optymizm nie jest jednak cechą charakteryzującą wyłącznie nastolatków i obecny jest także w myśleniu dorosłych. Wskazuje to, że skłonność do przeceniania szans na zaistnienie w przyszłości pozytywnych wydarzeń (sukces finansowy, szczęśliwe życie rodzinne) i niedoceniaania szans na zaistnienie wydarzeń negatywnych (np. choroba, rozpad związku) jest obecna także u osób znajdujących w okresie wyłaniającej się dorosłości. W związku z tym, można przewidywać, że wizja własnego dorosłego życia u osób w tym okresie może mieć dosyć optymistyczny charakter i zawierać antycypacje raczej udanego życia, choć jednocześnie możliwe jest, że poziom tej idealizacji będzie wyższy u osób na początku wyłaniającej się dorosłości niż u osób na jej końcu.

Okres dorastania wiąże się też z egocentryzmem młodzieńczym, który według Piageta (2006) wynika z przeświadczenia dorastającej młodzieży o potęgę logicznego myślenia. Według Wadswortha (1998), adolescentom trudno jest jednak połączyć idee i realny świat, co popycha ich do koncentracji na własnych argumentach – adolescenti skupiają się na własnym myśleniu i wnikliwie je analizują, jednocześnie zastanawiając się nad tym, co myślą inne osoby. Młodzieńczemu egocentryzmowi towarzyszą też, wynikające ze zdolności do myślenia hipotetyczno-dedukcyjnego, postawy idealistyczne i reformatorskie. Opieranie się głównie na rozumowaniu logicznym często prowadzi do krytycyzmu wobec zastanej rzeczywistości, metod wychowawczych swoich rodziców, realizowanego przez nich modelu rodziny, a także kwestionowania wyznawanych przez nich wartości. Często prowadzi to do intensywnych dyskusji z rówieśnikami i dorosłymi o tym, jak zmienić ten nieakceptowany stan rzeczy. I choć takie dyskusje mogą być przyczyną konfliktów, to rozwój poznawczy umożliwia nastolatkowi zajęcie w nich mocniejszej pozycji niż wcześniej – jest on zdolny do tworzenia

rozbudowanej argumentacji, łączenia różnych wydarzeń i opinii oraz wypracowywania na ich podstawie swoich osobistych poglądów. Łatwiej jest mu też uwzględniać opinie odmienne od jego własnych i włączać je w swój świat znaczeń. Konfrontacja idealistycznych i egocentrycznych przekonań adolescentów z bardziej pragmatycznym myśleniem dorosłych staje się drogą do dalszego rozwoju poznawczego i sprzyja wychodzeniu z młodzieńczego egocentryzmu, który w późnej adolescencji przejawia się w funkcjonowaniu poznawczym ze znacznie mniejszą siłą niż jeszcze kilka lat wcześniej. Wszystko to powinno prowadzić do tworzenia bardziej realistycznych wyobrażeń na temat przyszłości, w tym wizji własnego dorosłego życia uwzględniającej kontekst, w jakim żyje jednostka, możliwości stwarzane przez jej otoczenie, ale także potencjalne zagrożenia i trudności. Odnosi się to do opisywanego już wcześniej znaczenia wiedzy o świecie i samowiedzy dla rozwoju wizji własnego dorosłego życia (por. podrozdział 2.1.).

Piaget (1970) zakładał, że rozwój operacji formalnych ma charakter „elitarny”, to znaczy na czas pojawienia się i długość trwania stadiów rozwoju myślenia istotny wpływ ma środowisko społeczne (szkoła, rodzina). W związku z tym sformułował on hipotezę, że nastolatki mogą różnić się w zakresie tego, kiedy pojawią się u nich operacje formalne. W badaniach Liberskiej (2004) u około 25% maturzystów zaobserwowano poziom rozwoju operacji umysłowych zdominowany przez operacje konkretne. Odnosząc to do problematyki niniejszego projektu, można przewidywać, że część osób w okresie wyłaniającej się dorosłości może nie mieć rozwiniętego myślenia formalnego, a co za tym idzie sformułowanie wizji własnego dorosłego życia może być dla tych osób dużo trudniejsze. Niemniej, znaczna większość osób w okresie wyłaniającej się dorosłości powinna posiadać poziom rozwoju poznawczego wspierający ich w podejmowaniu takiej ukierunkowanej na przyszłość aktywności umysłowej. Zmiany w procesach poznawczych dokonujące się w późnej adolescencji (na początku wyłaniającej się dorosłości) powinny sprzyjać kształtowaniu się coraz bardziej spójnej i realistycznej wizji własnego dorosłego życia.

#### 4.1.1.1.2. Rozwój myślenia postformalnego jako podstawa kształtowania się wizji własnego dorosłego życia

Choć Piaget (2006) zakończył opis rozwoju poznawczego na osiągnięciu w okresie dorastania stadium operacji formalnych, to z biegiem lat kolejni badacze zaczęli wskazywać na aspekty myślenia dorosłych, które odróżniają ich od nastolatków, a które wiążą się z koniecznością nieustannego mierzenia się z otwartymi i niedookreślonymi problemami życia

codziennego. Ogólnie określa się je mianem myślenia postformalnego. Jako jeden z pierwszych zwrócił na to uwagę Perry (1968; za: Gurba, 2000), który zaobserwował u studentów biorących udział w badaniach zdolność do ujmowania problemu w ramach różnych systemów odniesień, co pozwalało im konstruować wiele mających równoważny charakter rozwiązań tego samego problemu. Młodzi dorośli ujmowali sprawy w sposób relatywny, rozumiejąc, że wiedza zależy od punktu widzenia jednostki i jej subiektywnych doświadczeń.

Według Sinnott (1984) operacje relatywistyczne powstają w wyniku akomodacji struktur poznawczych podczas rozwiązywania codziennych zadań i umożliwiają jednostce uwzględnianie punktu widzenia innych osób. Może to wspierać rozwój bardziej rozbudowanej i realistycznej wizji własnego dorosłego życia właśnie poprzez uwzględnienie perspektywy innych osób. Co więcej, zdolność ta może być istotna w procesie ewaluacji wizji własnego dorosłego życia – właśnie w odniesieniu do tego, jak na życie jednostki i jej przyszłość patrzą inne znaczące osoby.

Z kolei Basseches (1990) wskazał na dialektyczny aspekt myślenia dorosłych, który umożliwia reprezentowanie tkwiących w rzeczywistości sprzeczności i jej nieustannej zmienności. W swoich pracach wyróżnił on 24 specyficzne formy myślenia dialektycznego, które uporządkowano w cztery schematy poznawcze. Z perspektywy badań nad wizją własnego dorosłego życia szczególnie istotne wydają się schematy zorientowane na zmianę, w ramach których „podmiot zwraca uwagę na procesy zmian, jakim ciągle podlega każda struktura rzeczywistości oraz rozszerza refleksję dotyczącą określonej idei o ideę przeciwną do niej, rozwijając w ten sposób schemat teza-antyteza-synteza” (Gurba, 2000, s. 214). Jeśli za tę poznawaną strukturę rzeczywistości uznać by wizję własnego dorosłego życia, to przejawem myślenia dialektycznego mogłoby być stworzenie czegoś na kształt „anty-wizji” i jej eksplorowanie (np. osoba przewidująca, że w wieku 35 lat będzie mieć dzieci mogłaby próbować wyobrazić sobie, jak będzie wyglądało jej życie, jeśli jednak nie będzie mieć dzieci). Myślenie dialektyczne może być istotne w odniesieniu do procesu wybierania *najbardziej możliwego self* (wizji własnego dorosłego życia) spośród wielu *możliwych selves* (Markus i Nurius, 1986).

Zdolność do myślenia relatywistycznego i dialektycznego według Arlin (1975) wyznacza umiejętność odkrywania problemów, która jest szczególnie przydatna wobec problemów otwartych i niedookreślonych, a więc na przykład tych odnoszących się do różnych sfer życia społecznego czy rodzinnego. Budowanie bliskich relacji intymnych, wychowywanie dzieci czy praca zawodowa wiążą się z wieloma sytuacjami, w których

odwoływanie się do czystej logiki może okazać się niewystarczające, a pomocne jest wygenerowanie kilku równoważnych wersji rozwiązania danej sytuacji oraz uwzględnienie perspektyw różnych osób uczestniczących w danym zdarzeniu (np. własnej partnerki życiowej i dziecka). Zdolność do odkrywania problemów może istotnie wspierać proces eksplorowania możliwych ścieżek życiowych oraz wybierania tej, która wydaje się jednostce najbardziej prawdopodobna.

Labouvie-Vief (1982) podkreślała z kolei, że osiągnięcie w myśleniu poziomu regulacji autonomicznych (w którym istotna jest nadrzędna pozycja struktury „Ja” integrującej myślenie, emocje i działanie) wiąże się z wzięciem przez podmiot odpowiedzialności za swoje działanie z jednoczesnym uwzględnieniem różnych ograniczeń, co sprzyja realizowaniu istotnych dla jednostki celów i wartości. Zdolność do myślenia postformalnego otwiera przed młodymi dorosłymi możliwość budowania bardziej rozbudowanych reprezentacji rzeczywistości oraz samego siebie z uwzględnieniem różnych punktów widzenia, wyznawanych wartości oraz wpływu okoliczności. W kontekście kształtowania się wizji własnego dorosłego życia może to sprzyjać tworzeniu wizji biorących pod uwagę większą ilość perspektyw, zauważających sprzeczne motywy i oczekiwania – wizji, które będą lepiej dostosowane do wyzwań potencjalnej dorosłej codzienności.

Podsumowując, zdolność do myślenia postformalnego otwiera przed młodymi dorosłymi (osobami na końcu wyłaniającej się dorosłości) możliwość budowania bardziej rozbudowanych reprezentacji rzeczywistości oraz samego siebie z uwzględnieniem różnych punktów widzenia, wyznawanych wartości oraz wpływu okoliczności. W kontekście kształtowania się wizji własnego dorosłego życia może to sprzyjać tworzeniu wizji biorącej pod uwagę większą ilość perspektyw, zauważających sprzeczne motywy i oczekiwania.

Przywołane powyżej teorie dotyczące rozwoju poznawczego mają już ugruntowaną pozycję w obrębie psychologii rozwojowej. Stanowiły także główny punkt odniesienia w badaniach dotyczących umysłowej aktywności prospektywnej (np. Czerwińska-Jasiewicz, 2005, 2015; Liberska, 2004). Współczesne opracowania poruszające to zagadnienie (np. Atance i O’Neill, 2001; Schacter i in., 2017; Szpunar i in., 2014b) niewiele uwagi poświęcają kontekstowi rozwojowemu w analizowaniu zagadnień dotyczących umysłowej aktywności prospektywnej, skupiając się głównie na zależnościach pomiędzy pamięcią i myśleniem o przyszłości a także neuronalnych podstawach takich aktywności jak formułowanie celów i planów czy dokonywanie predykcji na temat własnej przyszłości i jej symulacji. Kwestie



dotyczące zależności między pamięcią epizodyczną i semantyczną a umysłową aktywnością prospektywną zostały przedstawione we wcześniejszej części niniejszej rozprawy (rozdział 2.), natomiast zagadnienia dotyczące neuronalnych podstaw aktywności mentalnej ukierunkowanej na przyszłość zostaną omówione w podrozdziale 4.1.2.

#### *4.1.1.2. Rozwój emocjonalny jako podstawa kształtowania się wizji własnego dorosłego życia w okresie wylaniającej się dorosłości*

W okresie dorastania młodzież stawia kolejne kroki na drodze ku emocjonalnej dojrzałości. Obuchowska (1982) wskazuje na następujące kierunki zmian, które świadczą o coraz większej dojrzałości: od zależności uczuciowej do niezależności, od nieopanowanego ulegania uczuciom do ich opanowywania, od niekontrolowanego uzewnętrzniania uczuć do poddania ich kontroli oraz od egocentryzmu do socjocentryzmu, czyli ukierunkowania uczuć głównie na relacje społeczne. W tym okresie następuje także rozwój tzw. uczuć wyższych – estetycznych, moralnych, patriotyczno-społecznych i intelektualnych.

Saarni (za: Maruszewski i Ściagała, 1998, s. 108-117) wskazuje na liczne kompetencje emocjonalne, które rozwijają się w tym okresie. Są to m.in. umiejętność wykorzystywania wiedzy o partnerze interakcji we wnioskowaniu emocjonalnym, umiejętność różnicowania emocji przeżywanych przez innych na podstawie wskaźników sytuacyjnych i mimiki, umiejętność empatycznego wnikania w stany emocjonalne innych osób, świadomość stanów emocjonalnych, wiedza o tym, że relacje społeczne zależą od bezpośredniej relacji emocjonalnej. Nabywanie ich umożliwi budowanie trwalszych i głębszych relacji z innymi osobami. Rozwojowi emocjonalnemu towarzyszy także rozbudowa związków z innymi ludźmi, a ich podstawą stają się zazwyczaj wspólne zainteresowania i orientacje zawodowe. Te nowo nabyte kompetencje ułatwiają młodzieży poszukiwanie i przekształcanie relacji w taki sposób, by pełniej odpowiadały na ich potrzeby. Rosnące poczucie kompetencji w zakresie radzenia sobie z własnymi emocjami powinno wspierać u młodej osoby poczucie, że w przyszłości będzie ona sobie w stanie radzić z trudnymi sytuacjami (a więc na przykład, że uda jej się skończyć wymagające studia albo zbudować trwały związek intymny). Z kolei doświadczane trudności w zakresie radzenia sobie ze swoimi emocjami, mogą przyczyniać się do osłabienia wiary w skuteczne radzenie sobie z takimi sytuacjami w przyszłości (a więc jednostka może z większym prawdopodobieństwem zakładać, że na przykład nie uda jej się stworzyć stabilnego związku intymnego albo będzie doświadczać trudności w relacjach ze swoją rodziną pochodzenia w dorosłym życiu).

Pod koniec adolescencji (na początku wyłaniającej się dorosłości) nastolatek zbliża się do stabilności emocjonalnej charakterystycznej dla osób dorosłych, co sprzyja budowaniu bardziej dojrzałych relacji interpersonalnych i bardziej wyważonemu oraz mniej podatnemu na zmiany ustosunkowywaniu się do różnych tematów – w tym także do własnej przyszłości i wizji tego, jak to dorosłe życie może wyglądać. Dotyczy to na przykład powstrzymania impulsywnych reakcji w odpowiedzi na zastane wzorce męskości i kobiecości, co może sprzyjać refleksji nad nimi i możliwości włączenia ich (lub nie) w kształtowaną przez siebie wizję własnego dorosłego życia. Nabyte kompetencje emocjonalne pozwalają nastolatkom w większym stopniu uwzględniać w tworzonych przez siebie planach życiowych potrzeby swoje i innych osób, co z kolei może prowadzić do refleksowania nad większą liczbą możliwych zachowań i postaw, a także nad potencjalnymi konsekwencjami przyjęcia takiego a nie innego podejścia (np.: „czy moje dzieci będą szczęśliwe, jeśli będę pracował(a) po 10 godzin dziennie?” albo „Czy po przeprowadzce będę umiał(a) zadbać o relacje z przyjaciółmi?”). Zdolność do uwzględnienia kontekstu emocjonalnego w tworzonych planach życiowych powinna zwiększać szansę na ich realizację a co za tym idzie stwarzać jednostce możliwość dokonywania bardziej trafnych predykcji na temat własnej przyszłości.

Początek wczesnej dorosłości (koniec wyłaniającej się dorosłości) jest czasem ustabilizowania się efektów zmian, które zachodziły w emocjonalności człowieka od początku jego życia, a szczególnie w burzliwych latach adolescencji. W tym okresie można mówić o dojrzałej emocjonalności cechującej się niezależnością, zdolnością do opanowywania uczuć i poddawania ich ekspresji kontroli oraz socjocentryzmem (Obuchowska, 1982). Doświadczenia zbierane w poprzednich latach życia pozwalają młodemu dorosłemu lepiej różnicować emocje innych osób na podstawie różnych wskaźników sytuacyjnych i mimicznych, wnikać głębiej w stany emocjonalne partnerów interakcji oraz sprawniej wykorzystywać wiedzę o drugiej osobie we wnioskowaniu emocjonalnym niż to miało miejsce pod koniec dorastania. Może to sprzyjać lepszemu uwzględnianiu potrzeb i stanów emocjonalnych innych ludzi (np. dziecka i partnerki/-a życiowej/-ego) w kształtowaniu się wizji własnego dorosłego życia u osób będących na końcu wyłaniającej się dorosłości, którzy mają, w porównaniu do osób będących na początku wyłaniającej się dorosłości, więcej kompetencji pozwalających na przewidzenie konsekwencji swojego zachowania dla budowania relacji z innymi ludźmi. Większa niż na początku wyłaniającej się dorosłości stabilność emocjonalna, lepsze zdolności samoregulacyjne oraz względna niezależność od opinii i zachowania innych w połączeniu ze zdolnością do

korzystania z sieci wsparcia społecznego powinny pozwalać osobom na końcu wyłaniającej się dorosłości na bardziej autonomiczne kształtowanie swoich poglądów, decyzji i zachowań, wobec czego także wizja własnego dorosłego życia u tych osób może być w mniejszym stopniu obciążona niestabilnością i zmiennością ze względu na wahania nastroju lub opinie innych osób.

Rozwój kompetencji emocjonalnych i wzrastająca zdolność do rozumienia emocji innych ludzi, jak i własnych, wydają się też istotne w kontekście subiektywnego ustosunkowania się do posiadanej wizji własnego dorosłego życia. Wizji tej mogą towarzyszyć bowiem różne emocje – np. radość (na myśl o przewidywanych sukcesach, np. ukończeniu edukacji, ślub, awans zawodowy), ekscytacja (na myśl o przewidywanych nowych doświadczeniach, np. podróżach, podjęciu wymarzonej pracy), lęk (na myśl o przewidywanych trudnościach w realizacji własnych planów, np. przewidywanej trudności w zbudowaniu satysfakcjonującego związku intymnego albo znalezieniu satysfakcjonującej pracy), rozczarowanie (w związku z przewidywaną niemożnością realizacji własnych celów życiowych, np. posiadania domu z ogrodem, posiadania dobrych relacji z rodziną w przyszłości). Można przewidywać, że rozwój kompetencji emocjonalnych będzie sprzyjał uświadomieniu sobie tych emocji i twórczemu ich wykorzystaniu. Mogą one na przykład, wobec spostrzeganego rozbieżności wizji własnego dorosłego życia z celami jednostki i w związku z doświadczanym wobec tego smutkiem i rozczarowaniem, motywować do modyfikacji własnej aktywności.

Należy też wskazać, że osiągnięcie względnej dojrzałości emocjonalnej w tym okresie jest istotnym czynnikiem sprzyjającym budowaniu stabilnych i satysfakcjonujących związków intymnych, a także innych relacji (z rodziną pochodzenia, przyjaciółmi, współpracownikami). Wszystkie te doświadczenia mogą sprzyjać kształtowaniu się poczucia kompetencji w budowaniu relacji z osobami w różnym wieku i o różnych potrzebach, co może przekładać się na większe poczucie pewności siebie jako przyszłego partnera, rodzica, czy pracownika. Doświadczanie siebie jako kompetentnego w budowaniu relacji z innymi powinno ułatwiać wyobrażenie sobie siebie w szczęśliwym związku intymnym, jako rodzica mającego dobrą relację z dzieckiem lub osobę posiadającą grono sprawdzonych przyjaciół.

Istotną kwestią dotyczącą rozwoju emocjonalnego w okresie wyłaniającej się dorosłości, która może rzutować na proces kształtowania się wizji własnego dorosłego życia jest także nasilenie doświadczanych negatywnych emocji. Wyniki dotyczące nasilenia przeżywania negatywnych emocji we wczesnej dorosłości są niejednoznaczne. Część badaczy

wskazuje, że ich nasilenie jest mniejsze niż u nastolatków (Labouvie-Vief i in., 1989), co jest łączone z rozwojem kompetencji związanych z rozumieniem własnych emocji i kontroli nad nimi. Badania Birditt i Fingerman (2003) dostarczają nieco odmiennych danych, według których natężenie przeżywania takich emocji, jak złość i smutek było zbliżone u chłopców pod koniec dorastania i mężczyzn we wczesnej dorosłości, a w przypadku złości było ono istotnie wyższe niż u mężczyzn w średnim wieku i późnej dorosłości. Zbliżone wyniki, wskazujące na to, że młodzi dorośli przeżywają więcej negatywnych emocji niż osoby w średnim wieku i starsze, przedstawiają Mroczek i Kolarz (1998). Według nich różnica ta może wynikać z dużego natężenia stresu związanego z podejmowanymi u progu dorosłości decyzjami życiowymi (m.in. zakończenie edukacji, rozpoczęcie pracy, wybór partnera życiowego, założenie rodziny). Jak wskazuje Arnett (2000) okres wyłaniającej się dorosłości charakteryzuje się dużą niestabilnością struktury życia młodych ludzi, co może prowadzić do doświadczania wielu różnorodnych emocji. Niestabilność ta i powiązane z nią reakcje emocjonalne mogą rzutować na kształtującą się wizję własnego dorosłego życia, choćby przez jej silniejsze zabarwienie emocjonalne.

Podsumowując, można stwierdzić, że okres wyłaniającej się dorosłości to czas ugruntowywania się osiągnięć w zakresie rozwoju emocjonalnego z okresu dorastania a także dalszego rozwijania kompetencji emocjonalnych. Rosnąca stabilność emocjonalna, zdolność do lepszego rozumienia emocji własnych i innych ludzi oraz umiejętność radzenia sobie z trudnymi emocjami (np. złość, smutek, poczucie bezradności, lęk) powinny sprzyjać większej stabilności posiadanej wizji własnego dorosłego życia a także jej większemu realizmowi poprzez uwzględnienie kontekstu emocjonalnego i relacyjnego.

#### *4.1.1.3. Rozwój społeczny jako podstawa formowania się wizji własnego dorosłego życia w okresie wyłaniającej się dorosłości*

Nabywanie nowych kompetencji poznawczych i emocjonalnych otwiera osoby w okresie wyłaniającej się dorosłości na poszerzanie swoich relacji społecznych i zawiązywanie nowych znajomości. Relacje te mogą mieć charakter pionowy lub poziomy. Relacje pierwszego typu (budowane m.in. pomiędzy dorosłymi i „wyłaniającymi się” dorosłymi) powstają na podstawie interakcji osób o różnym statusie społecznym, kompetencji i wieku, mają charakter komplementarny, a główną ich funkcją jest umożliwienie młodemu człowiekowi zdobycie umiejętności i wiedzy potrzebnych w dorosłości. Natomiast relacje poziome są tworzone pomiędzy rówieśnikami zbliżonymi do siebie statusem społecznym, poziomem kompetencji i wiedzą, mają charakter symetryczny i pomagają kształtować

umiejętności współpracy i rywalizacji (Schaffer, 2005). W kręgu znajomych coraz częściej pojawiają się przedstawiciele obydwu płci, a także osoby spoza grupy rówieśniczej – młodzież nawiązuje znajomości z osobami starszymi (z pokolenia swoich dziadków) oraz młodszymi dziećmi. W tych zróżnicowanych relacjach młodzi ludzie mogą doświadczać siebie samych w nowych sytuacjach i kontekstach, co sprzyja powiększeniu samowiedzy i tworzeniu bardziej realistycznego obrazu siebie.

W okresie wyłaniającej się dorosłości tworzenie heteroseksualnych diad przez chłopców i dziewczęta jest zjawiskiem powszechnym – doświadczenie bycia w minimum jednej takiej relacji raportowało około 70% 18-latków badanych przez Carver i współpracowników (2003; za: Collins, 2003). Odsetek osób znajdujących się aktualnie w jakimś związku romantycznym jest wyższy u osób będących na końcu niż na początku wyłaniającej się dorosłości (Izdebski, 2012). Takie „chodzące ze sobą” pary mają w tym okresie różny stopień trwałości – niektóre rozstają się bardzo szybko, inne przekształcają w długotrwałe związki intymne. Do 24. roku życia są to najczęściej związki nieformalne bez wspólnego mieszkania, a po 25. roku życia odsetek osób w związkach formalnych wyraźnie wzrasta (Izdebski, 2012). Dane pochodzące z tych samych badań pokazują, że mężczyźni rzadziej niż kobiety wchodzi w związki formalne (odpowiednio 33% i 57%) - taka dysproporcja może być spowodowana m.in. niechęcią mężczyzn do podejmowania zobowiązania, chęcią zachowania swobody w budowaniu relacji seksualnych, ale także odraczeniem decyzji o formalizacji związku na okres po ustabilizowaniu kariery zawodowej. Prawdopodobne jest, że wśród licznych tematów wspólnych rozmów odbywanych w parze mogą znajdować się także te dotyczące planów na przyszłość – np. zbudowania trwałego związku, posiadania potomstwa, pracy zawodowej, czy miejsca zamieszkania itd. Dla młodych osób może to być często jedna z pierwszych okazji do skonfrontowania swojej wizji z poglądami innej znaczącej osoby. Można więc zakładać, że posiadanie aktualnych lub przeszłych związków intymnych będzie się wiązało z większą liczbą takich rozmów, a więc i większą liczbą szans na przemyślenie sobie różnych kwestii i przedyskutowanie ich z drugą osobą, co powinno sprzyjać tworzeniu się coraz bardziej rozbudowanej, szczegółowej i realistycznej wizji własnego dorosłego życia. Badania porównujące wizję własnego rodzicielstwa pomiędzy osobami żyjącymi w pojedynkę a znajdującymi się w związku intymnym (Janowicz, 2020) wykazały, że ci drudzy mają zdecydowanie bardziej rozbudowane wyobrażenia na temat swojego przyszłego życia rodzinnego i częściej podejmowali refleksję nad tym tematem. Czynnikiem wzmacniającym ten proces może być

obecność w otoczeniu młodych ludzi znanych par biorących ślub lub decydujących się na dziecko – mogą być to zarówno osoby spokrewnione (rodzeństwo, kuzynostwo), jak i nie, np. znajomi z uczelni lub pracy, a nawet osoby znane z telewizji (Sassler i Miller, 2012). Uczestniczenie w takich uroczystościach jak ślub, chrzciny lub urodziny czyjegoś dziecka mogą być impulsem do rozmów na ten temat pomiędzy partnerami – dla osób w okresie wyłaniającej się dorosłości może to być okazja do zmierzenia się z pytaniami m.in. o to, jak widzi siebie jako partnera życiowego w związku intymnym lub rodzica oraz czy czuje się na to gotowy, a jeśli nie to dlaczego. I czy w ogóle założenie rodziny i posiadanie potomstwa jest elementem jego wizji własnego dorosłego życia. Posiadanie stałego partnera życiowego może stymulować do refleksji na temat przyszłości (także w kontekście budowania jej razem), podobnie jak regularne współżycie seksualne (charakterystyczne dla znacznej części osób w tym okresie życia) – świadomość tego, że możliwą jego konsekwencją jest pojawienie się dziecka może skłaniać do myślenia o miejscu rodzicielstwa w planach życiowych jednostki i jego potencjalnych konsekwencjach dla innych obszarów życia. Dodatkowo, fakt znajdowania się aktualnie w związku intymnym, może czynić perspektywę bycia w takim związku i założenia rodziny w przyszłości bardziej prawdopodobną niż w przypadku, gdy młoda osoba żyje w pojedynkę i nie wie, czy i kiedy spotka potencjalnego partnera/-kę i, czy uda się jej taki związek stworzyć (Boss, 2007; Jackson, 2018).

Istotne mogą być także relacje z reprezentantami starszego pokolenia. Podczas rozmów z dziadkami osoby w okresie wyłaniającej się dorosłości mają okazję poznać historię swojej rodziny, co wspiera kształtowanie się tożsamości (Harwas-Napierała, 2008). Dziadkowie mogą też być powiernikami młodzińskich dylematów – mają zazwyczaj więcej czasu niż rodzice, mogą więc spokojnie wysłuchać swoich wnuków, podzielić się swoim wieloletnim doświadczeniem – młodzi ludzie mogą uzyskać nowe spojrzenie, swego rodzaju „widok z mostu”, jak określa to Levinson (1986), które pomaga poszerzyć życiowe doświadczenia o aspekty niedostępne w kontaktach z innymi osobami. Spotkania i rozmowy z osobami starszymi mogą też stymulować osoby w okresie wyłaniającej się dorosłości do refleksji o tym, jak sami wyobrażają swoje życie, gdy będą w wieku swoich dziadków – jacy chcieliby wtedy być, co chcieliby osiągnąć, co sprawiłoby, że czuliby się życiowo spełnieni. Dziadkowie prawdopodobnie będą przekazicielami tradycyjnych wzorców związanych z rolami płciowymi, co może być dla młodych osób okazją do lepszego ich poznania, a także ewentualnego kontestowania. Również chętnie poszukiwane przez nastolatków historie z dzieciństwa i młodości ich rodziców (których dziadkowie mogą być doskonałym źródłem)

mogą stymulować do dyskusji o takich kwestiach, jak podejście do dzieci i stosowane metody wychowawcze, łączenie pracy z życiem rodzinnym czy sposób spędzania wolnego czasu. Myślenie o własnej odległej przyszłości (np. momencie, gdy będzie się miało 70 lat) siłą rzeczy może pobudzać do myślenia o etapach wcześniejszych, co może stymulować rozwój wizji własnego dorosłego życia.

Okres wyłaniającej się dorosłości to także czas budowania relacji z młodszymi od siebie osobami. Relacje te także mogą być źródłem wielu cennych doświadczeń. Najbardziej dostępną formą takiej relacji jest dla osób w okresie wyłaniającej się dorosłości kontakt z młodszym rodzeństwem, ale nierzadko angażują się oni też w mniej lub bardziej sformalizowane grupy, w ramach których spędzają czas z osobami w różnym wieku – zarówno starszymi, jak i młodszymi. Można tu wskazać między innymi na harcerstwo, kluby zainteresowań, kluby sportowe, grupy w domach kultury czy grupy religijne. W takich grupach osoby te mogą znajdować się w pozycji zbliżonej do młodszych dzieci (np. gdy uczestniczą wspólnie w jakiś warsztatach), ale mogą też stawać się dla nich instruktorami lub pomocnikami (np. drużynowi w harcerstwie, animatorzy w grupach religijnych). W niektórych szkołach realizuje się też projekty, w których starsi uczniowie pomagają młodszym dzieciom w nauce i wspólnie się z nimi bawią. Takie doświadczenia mogą być okazją do poznawania siebie w roli czyjegoś opiekuna lub przewodnika, który bierze w pewnym stopniu odpowiedzialność za rozwój drugiej osoby, będącej w pozycji zależności. Te doświadczenia mogą istotnie modyfikować zapatrywania na własną przyszłość oraz cele życiowe (np. decyzja o kształceniu w kierunku pozwalającym na pracę z dziećmi albo decyzja o tym, że nie chce się mieć dzieci, gdyż opieka nad nimi jest bardzo wymagająca). Warto przy tej okazji wspomnieć o tym, że spora część osób w okresie wyłaniającej się dorosłości podejmuje się też działalności wolontaryjnej – osoby te stanowią najliczniejszą grupę wśród Polek i Polaków zaangażowanych w działania non-profit (Przewłocka, 2011). Badania Prymon-Ryś (2015) wskazują, że w taką aktywność zaangażowanych była nieco ponad 1/3 ankietowanych w wieku 18-30 lat, którzy uczestniczyli głównie w działaniach skierowanych do dzieci i młodzieży. Najczęściej wskazywana motywacja do zaangażowania się w takie działania była chęć zdobycia doświadczeń i umiejętności, także tych, które mogą być użyteczne w przyszłości (np. w odniesieniu do pracy zawodowej). Czasem takie zaangażowanie otwiera drogę do uzyskania zatrudnienia w interesującym młodą osobę obszarze (gdy po uzyskaniu dyplomu zostaje się zatrudnionym w miejscu, gdzie wcześniej było się wolontariuszem) albo pomaga uzyskać potrzebne kwalifikacje (np. wolontariat w

szpitalu psychiatrycznym jako forma zdobywania doświadczenia w kontekście przyszłej pracy jako psycholog kliniczny).

W kontekście kształtowania się wizji własnego dorosłego życia istotną rolę może odgrywać także relacja z własnymi rodzicami, którzy od początku życia stanowią pierwszy i zazwyczaj najbardziej dostępny model męskości i kobiecości oraz realizowania ról rodzinnych, społecznych i zawodowych. Należy przy tym wspomnieć o procesach modelowania i identyfikacji. Farnicka i Liberska (2014, s. 188) definiują modelowanie jako „proces wzbudzany przez przykład osobowy i umożliwiający wytworzenie zachowań stanowiących symboliczne równoważniki zachowań modela” - dziecko przestaje kopiować zachowanie innej osoby, a zamiast tego dochodzi do zrozumienia jego sensu, zapamiętania zachowania i celowego odtworzenia w wybranych okolicznościach, zależnie od swoich potrzeb i celów. Według tych samych autorek identyfikacja jest „na ogół nie w pełni uświadomioną tendencją do bycia takim samym jak model, którym ma szansę stać się osoba wzbudzająca silne pozytywne uczucia” (tamże, s. 189). Jest ona procesem najgłębszym, ale wymagającym pozytywnego klimatu emocjonalnego w rodzinie. W sposób oczywisty procesy te będą utrudnione (lub niemal niemożliwe) w sytuacji braku dostępności modela (np. śmierć rodzica, rozłąką w wyniku rozpadu związku rodziców) lub wadliwej relacji z modelem (np. ze względu na stosowanie przemocy albo uzależnienie). I choć młodzi ludzie w różnych momentach kwestionują postawy swoich rodziców, to wszystkie obserwacje i doświadczenia wyniesione z tej relacji stanowią dla nich, w sposób metaforyczny, puzzle, z których można układać wizję siebie jako osoby dorosłej. Na przykład w odniesieniu do życia rodzinnego, obserwacja własnych rodziców była kluczowym źródłem wiedzy o rolach małżeńskich i rodzinnych dla około  $\frac{3}{4}$  młodych dorosłych badanych przez Przybył (2001). Z kolei badania Starrels i Holm (2000) wykazały, że oczekiwania matek dotyczące przyszłego życia rodzinnego ich dzieci są istotnym i silnym predyktorem planów dotyczących małżeństwa i rodziny u ich dzieci. Zależności te były silniejsze w przypadku relacji matka-córka niż matka-syn. Wyniki innego badania (Wiese i Freund, 2011) pokazały, że spostrzegane u rodziców przez nastolatków zaangażowanie w pracę modyfikowało plany zawodowe tychże nastolatków. Wzorce te nie były jednak przejmowane bezrefleksyjnie, ale adolescenti często wchodzili z nimi w dyskusję i traktowali je raczej jako punkt odniesienia niż kalkę do skopiowania.

Okres wyłaniającej się dorosłości to także czas zdobywania pierwszych doświadczeń zawodowych. Przyjmując podział Ginzberga (1972) osoby na początku wyłaniającej się



dorobosci znajdujĄ się na ostatnim etapie procesu wyboru przyszłego zawodu, określanego mianem realistycznego. Jest to czas ekstensywnych poszukiwań zawodu, który byłby dla nich korzystny – młodzież stara się poznać dany zawód i w ramach niego selekcjonuje konkretne rodzaje pracy. Proces ten jest bardzo istotny dla kształtowania się wizji swojego życia w przyszłości i życiowych celów. W tym kontekście można wskazać na to, że proces dokonywania wyboru przyszłego zawodu nie dokonuje się w oderwaniu od innych istotnych celów życiowych nastolatka (np. tych związanych z założeniem rodziny czy miejscem zamieszkania). Zadawanie sobie pytania o to, w jaki sposób wykonywana praca będzie sprzyjała lub nie realizacji tych celów może skłaniać do refleksji nad ich hierarchią (np. „czy bardziej zależy mi na pracy dającej szybki awans i duży zarobek, czy na takiej, która pozwoli mi spędzać dużo czasu z moją partnerką życiową i dziećmi?”). Należy jednak zaznaczyć, że obecnie procesy te często przesuwają się na początek trzeciej dekady życia (Arnett, 2000; Liberska, 2007).

Istotnym aspektem rozwoju społecznego mogącym wpływać na wizję własnego dorosłego życia jest stopniowe uzyskiwanie samodzielności życiowej przez osoby w okresie wyłaniającej się dorosłości. Dotyczy to m.in. wyprowadzki z domu rodzinnego, ukończenia edukacji oraz rozpoczęcia pracy zawodowej i samodzielnego utrzymywania się. Według różnych badań (Brzezińska i in., 2011; Choroszczewicz i Wolff, 2010) we wczesnej dorosłości wciąż zamieszkuje z rodzicami od 40 do 60% młodych Polaków. Opóźnienie wyprowadzki z domu najczęściej spowodowane jest brakiem możliwości finansowych i niewystarczającą dostępnością mieszkań w przystępnych cenach (Flash Eurobarometer, 2007; za: Szafraniec, 2011). Należy zwrócić uwagę na fakt, że pozostawianie w zależności finansowej i lokalowej od rodziców może utrudniać uzyskiwanie pełni psychicznej autonomii i swobody w podejmowaniu różnych życiowych wyborów, na co wskazywali badani, z którymi rozmawiała Minta (2007). Przedłużające się problemy w uzyskaniu samodzielności przez osoby w okresie wyłaniającej się dorosłości mogą obniżać u nich wiarę w to, że w przyszłości będą w stanie skutecznie realizować różne role społeczne (np. partnera życiowego i rodzica). Trudności związane z wyprowadzeniem się od rodziców i zyskaniem finansowej niezależności mogą też wiązać się z odraczaniem przez młode osoby decyzji o założeniu rodziny.

Jeśli chodzi o aktywność edukacyjną, to obecnie zdecydowana większość absolwentów szkół średnich w Polsce podejmuje studia wyższe (Szafraniec, 2011), a dane Głównego Urzędu Statystycznego (2010) wskazują na rosnący udział osób z wykształceniem

wyższym w całej populacji naszego kraju. Wskaźnik skolaryzacji brutto dla studiów wyższych w Polsce w roku 2010 wyniósł ponad 50% (Instytut Rozwoju Kapitału Intelektualnego im. Sokratesa, 2010; za: Szafraniec, 2011). Okres wyłaniającej się dorosłości jest też dla wielu młodych osób momentem wchodzenia na rynek pracy. Odwołując się do teorii Supera (1980; za: Gruba, 2000) na okres wyłaniającej się dorosłości przypadają dwie fazy rozwoju zawodowego: specyfikacji (18-22), w której następuje zawężenie potencjalnych ról zawodowych oraz implementacji (22-24 lata), kiedy jednostka kończy edukację i rozpoczyna pracę. Około 20% osób w wieku 24 lat łączy naukę i pracę - najczęściej na niepełny etat i w ok. 45% przypadków (Szafraniec, 2011) w dziedzinach niezwiązanych z kierunkiem studiów, natomiast prawie 60% osób w tym wieku zajmuje się wyłącznie pracą zawodową (na pełen etat). Jak zauważa Gurba (2000) podejmowanie pracy zawodowej jest silniej wpisane w zakres męskiej niż kobiecej roli społecznej, co może wzmacniać presję podjęcia tej aktywności i znajduje też odzwierciedlenie w marzeniach i celach młodych mężczyzn, którzy znacznie silniej niż kobiety koncentrują się na karierze zawodowej, a istotnie słabiej na relacjach z innymi ludźmi (Greene i DeBacker, 2004; Miluska, 1996; Rodriguez-Tomé i Bariaud, 1987; za: Liberska, 2004). Te dane pochodzące z badań demograficznych i psychologicznych wskazują, że okres wyłaniającej się dorosłości jest dla wielu młodych osób momentem podejmowania nowych ról społecznych – studenta i/lub pracownika. Z jednej strony zdobywane wiedza i doświadczenie zawodowe mogą zwiększać poczucie przygotowania do podjęcia dorosłych ról społecznych (pracownika, partnera, rodzica), a z drugiej fakt wydłużającego się okresu nauki i bycie na początku kariery zawodowej mogą skłaniać młode osoby do odraczania różnych decyzji, np. tych dotyczących założenia rodziny i skupienia się głównie na karierze zawodowej. Wszystko to może przekładać się na wizję własnego dorosłego życia. Zdobywane doświadczenie może wzmacniać poczucie, że uda się zrealizować zamierzone cele. Z kolei przedłużenie się edukacji czy wchodzenia na rynek pracy może sprawiać, że w przewidywaniach jednostki realizacja tych celów odsunie się w czasie.

Podsumowując, okres wyłaniającej się dorosłości jest związany z intensywnym rozwojem społecznym – dotyczy to zarówno podejmowania nowych ról (studenta, partnera, pracownika), jak i przekształcaniem tych już pełnionych (np. roli dziecka). Doświadczenia wyniesione z tych rozmaitych interakcji społecznych mogą w istotny sposób wpływać na to, jak osoby w okresie wyłaniającej się dorosłości wyobrażają sobie własną przyszłość – jakie

obszary życia są reprezentowane w ich wizji własnego dorosłego życia i na ile jest ona szczegółowa i realistyczna.

#### ***4.1.2. Neuronalne podstawy umysłowej aktywności prospektywnej***

Choć w ramach niniejszego projektu nie będą podlegać analizie mózgowo podstawy aktywności związanej z opisywaniem wizji własnego dorosłego życia, to w tym podrozdziale przedstawione zostaną kluczowe wnioski dotyczące neuronalnych podstaw umysłowej aktywności prospektywnej. Wydaje się to istotne z kilku powodów. Po pierwsze, jest to prężnie rozwijający się nurt badań i ostatnie dwie dekady pozwoliły na znaczące poszerzenie wiedzy dotyczącej mózgowych podstaw różnych form myślenia o przyszłości. Po drugie, uwzględnienie tego aspektu może stanowić dopełnienie dla innych podmiotowych i pozapodmiotowych czynników związanych z podejmowaniem umysłowej aktywności prospektywnej, które zostały omówione w tym rozdziale. Po trzecie, należy podkreślić, że niewielka liczba dotychczasowych badań z obszaru neuropsychologii dotyczyła aktywności antycypacyjnej i semantycznego myślenia o przyszłości. Dominowały raczej badania skupione na myśleniu epizodycznym, co wpisuje się w przedstawioną w niniejszej rozprawie obserwację, że aktywność antycypacyjna była dotychczas badana rzadziej niż aktywność kreacyjna, a myślenie semantyczne rzadziej niż myślenie epizodyczne.

Rozwój neuronauki, a także metod pozwalających na dokładniejsze obserwowanie aktywności mózgu przyniósł szereg badań dotyczących neuronalnych podstaw umysłowej aktywności prospektywnej (por. Atance i O'Neill, 2001; Schacter i in., 2017). Dotyczą one jednak głównie przyszłościowego myślenia epizodycznego. Wyniki te zostaną jednak przywołane ze względu na wykazane wcześniej znaczenie epizodycznego myślenia przyszłościowego dla formowania się wizji własnego dorosłego życia. W dalszej kolejności przedstawione zostaną wnioski płynące z badań odnoszących się do przyszłościowego myślenia semantycznego, bazujące głównie na analizach dokonanych na osobach doświadczających różnych chorób neurodegeneracyjnych, takich jak choroba Alzheimera albo demencja (np. Irish i in., 2016).

Badania wykorzystujące metody neuroobrazowania wykazały, że podczas wyobrażania sobie przyszłych doświadczeń istotnie wzrasta aktywność sieci korowej (np. Schacter i in., 2007). Niedawna metaanaliza badań dotyczących tego zagadnienia dostarczyła potwierdzenia, że sieć korowa i sieć wzbudzeń podstawowych (*default mode network*) są zaangażowane podczas tworzenia symulacji przyszłych wydarzeń. Eksperymenty zrealizowane przez Szpunara i współpracowników (2014a) wykazały ponadto, że inne

obszary mózgu są aktywowane podczas tworzenia symulacji dotyczących osób (środkowa kora przedczołowa), obiektów (dolna kora czołowa i dolna kora przedruchowa) i lokacji (kora zakrętu obręczy, kora retrosplenialna, kora przyhipokampalna i cieminiowa kora boczna). Co ciekawe, podobne obszary mózgu zdają się być zaangażowane zarówno w proces przypominania sobie konkretnych wydarzeń, jak i w wyobrażanie sobie potencjalnych wydarzeń z przyszłości (Addis i in., 2007; Schacter i in., 2007), co wskazuje na zależności pomiędzy pamięcią epizodyczną a myśleniem o własnej przyszłości.

Badanie Irish i współpracowników (2016) wykazało natomiast, że osoby chorujące na demencję i Alzheimera mają znacząco większe trudności w zakresie przyszłościowego myślenia semantycznego niż osoby zdrowe. Ponadto, badanie to pokazało, że semantyczne myślenie o przyszłości jest powiązane z aktywnością m.in. kory potylicznej, lewej kory przedczołowej i bocznej części płata skroniowego. Analizy konkretnych przypadków pacjentów z uszkodzeniami mózgu zebrane i omówione przez Atance i O'Neill (2001) wykazały, że uszkodzenia poszczególnych obszarów mózgu mogą skutkować odmiennymi problemami w zakresie podejmowania umysłowej aktywności prospektywnej. Na przykład pacjent z wieloogniskowym uszkodzeniem mózgu (m.in. górna przednia kora ciemieniowa) nie był w stanie udzielić żadnych odpowiedzi na temat jego osobistej przyszłości, choć umiał opowiedzieć, jak wyglądałaby potencjalna wizyta w restauracji. Z kolei pacjent z umiarkowaną atropią centralną i bocznią, choć był w stanie snuć przypuszczenia na temat potencjalnych osiągnięć medycyny w przyszłości, nie potrafił odpowiedzieć na pytania dotyczące swojego przyszłego życia (np. co będzie robił w bliższej i dalszej przyszłości).

Podsumowując przedstawione powyżej wyniki, należy stwierdzić, że nie realizowano dotychczas szerzej zakrojonych badań, które analizowałyby mózgowie podstawy aktywności związane z tworzeniem wizji własnej przyszłości. Przywołane badania dotyczyły w głównej mierze przyszłościowego myślenia epizodycznego, a jeśli odnosiły się do kwestii związanych z myśleniem semantycznym, to raczej analizowano zdolność formułowania ogólnych sądów na temat przyszłości albo skryptów dotyczących codziennych czynności. W związku z tym, należy stwierdzić, że neuronalne podstawy formowania się wizji własnego dorosłego życia nie zostały dotychczas odpowiednio poznane.

#### ***4.1.3. Perspektywa czasowa i orientacja przyszłościowa***

Jednymi z kluczowych czynników wskazywanych w literaturze jako istotne dla podejmowania umysłowej aktywności prospektywnej są perspektywa czasowa i orientacja przyszłościowa (np. Arnold i in., 2011; Atance i O'Neill, 2001; Czerwińska-Jasiewicz, 2015;

Liberska, 2004; Katra, 2008a). W tym podrozdziale zostaną przedstawione wiodące koncepcje dotyczące perspektywy czasowej i orientacji przyszłościowej, ukazując ich znaczenie dla procesu formowania się wizji własnego dorosłego życia. Celem niniejszego podrozdziału nie jest wyczerpujące i całościowe wyjaśnienie wszystkich aspektów tych koncepcji, ale wskazanie na te, które są szczególnie istotne z perspektywy problematyki podjętej w niniejszej rozprawie. Omówione zostaną także wyniki badań wskazujących na zależności pomiędzy perspektywą czasową i orientacją przyszłościową a różnymi formami umysłowej aktywności prospektywnej. Znaczna część z nich nie dotyczyła wizji własnego dorosłego życia, ale raczej celów lub planów życiowych, niemniej, wyniki te wydają się istotne dla ukazania znaczenia perspektywy czasowej i orientacji przyszłościowej dla podejmowania aktywności umysłowej ukierunkowanej na przyszłość.

Jednym z pierwszych, którzy zwrócili uwagę na znaczenie wymiaru czasu był Lewin (1936; za: Katra, 2008a), podkreślając, że postawy, myśli i uczucia odnoszące się do przeszłości i przyszłości mają wpływ na postępowanie jednostki. Ze względu na to, że w literaturze można spotkać kilka pojęć odnoszących się do zdolności człowieka do zajmowania się przeszłością, teraźniejszością i przyszłością, na początku tego podrozdziału zostanie przedstawione kilka krótkich wyjaśnień definicyjnych. Perspektywa czasowa (PC) oznacza „zdolność jednostki do umiejscawiania zdarzeń na osi czasu” (Katra, 2008a, s. 41). Zimbardo i Boyd (1999, s. 1271) stwierdzają dodatkowo, że jest to „proces dzielenia doświadczenia na odrębne kategorie lub ramy czasowe”, dzięki czemu łatwiej jest jednostce ujmować te doświadczenia jako spójne i przynoszące poczucie sensu. Z perspektywy niniejszego projektu najistotniejsza jest przyszłościowa perspektywa czasowa (PPC) odnosząca się do „porządkowania na wymiarze przyszłego czasu reprezentacji potencjalnych zdarzeń, które są antycypowane lub konstruowane przez podmiot” (Katra, 2008a, s. 41). Orientacja czasowa (OC) odnosi się natomiast do „stałej i dominującej tendencji lub skłonności jednostki do bycia zorientowanym” w stronę przyszłości, przeszłości lub teraźniejszości. Dominowanie pewnej orientacji czasowej (np. przyszłościowej) nie oznacza, że jednostka nie jest zdolna do przyjmowania perspektywy czasowej odnoszącej się do pozostałych punktów czasowych (np. przeszłości i teraźniejszości). Orientacja przyszłościowa oznacza, że dominującą tendencją jednostki jest bycie zorientowaną w stronę przyszłości.

#### *4.1.3.1. Perspektywa czasu według Joespha Nuttina*

Nuttin (1985) wskazał trzy aspekty psychologicznego wymiaru czasu: 1) perspektywę czasową (charakteryzującą się zasięgiem, gęstością, integracją i realizmem); 2) dominującą

orientację czasową (ku przeszłości/ terażniejszości/ przyszłości); 3) ustosunkowanie się do przeszłości, terażniejszości i przyszłości. W swoich pracach (1980, 1985) Nuttin wyraźnie podkreślał, że zarówno przeszłe, jak i przyszłe wydarzenia, osadzone w ramach perspektywy czasu podmiotu, wpływają na jego aktualne zachowanie.

W analizie perspektywy czasu można zdaniem Nuttina przyjąć dwie perspektywy – subiektywną i obiektywną. Ta pierwsza dotyczy strefy czasu, do której granic jednostka wybiega w swoim myśleniu o przyszłości. Ów zasięg perspektywy czasu (horyzont temporalny) może być dłuższy lub krótszy. Badania Liberskiej (2004) wykazały, że w odniesieniu do większości kluczowych celów życiowych perspektywa czasowa młodzieży sięgała przedziału pomiędzy 20. a 40. rokiem życia, choć niektórzy wybiegali w myślach niemal do 60. rokiem życia. Wraz z wiekiem zasięg ten rósł. Jak wskazuje Liberska (2004, s. 24) zasięg perspektywy czasu „odgrywa ważną rolę w opracowywaniu planów zachowania i programów działania”. Z perspektywy niniejszego projektu jest to o tyle istotne, że można przewidywać, iż dla części osób w okresie wyłaniającej się dorosłości dokonanie symulacji własnej przyszłości w odniesieniu do dorosłości może stanowić trudność ze względu na niewielki zasięg perspektywy czasu. Osoby te prawdopodobnie mogą nie być w stanie stworzyć tak odległych celów i planów życiowych, a co za tym idzie dokonać przewidywań na temat szans ich realizacji. Jak wspomniano, perspektywa czasowa może być analizowana także z obiektywnego punktu widzenia – w takim rozumieniu perspektywa czasu jest sekwencją celów ulokowaną wewnątrz strefy czasowej podmiotu. Strefa ta może być mniej lub bardziej rozszerzona.

Gęstość perspektywy czasowej odnosi się do tego, jak ułożone są w niej rozmaite cele życiowe, na jaki moment życia jednostka przewiduje ich realizację. Mogą one być rozłożone dosyć równomiernie na kolejne etapy życia lub też być zagęszczone w różnych sektorach czasu. Wyniki uzyskane przez Liberską (2004) wykazały, że wraz z wiekiem spada zagęszczenie perspektywy czasowej u młodzieży – nastolatki będący w drugiej fazie dorastania rozlokowywali swoje cele bardziej równomiernie niż osoby będące w początkowej fazie adolescencji. Niestety, brak analogicznych wyników dla osób starszych (początek wczesnej dorosłości).

Integracja perspektywy czasowej odnosi się do stopnia strukturacji celów – istnienia lub nie, powiązań między nimi. Perspektywa czasowa charakteryzująca się silniejszym stopniem integracji powinna sprzyjać realizacji założonych celów, a co za tym idzie może się przekładać na silniejsze poczucie pewności co do tego, jak będzie wyglądało przyszłe życie

jednostki. Natomiast niski poziom integracji perspektywy czasowej może skutkować trudnościami w zakresie dokonywania predykcji na temat własnej przyszłości i stworzenia wizji własnego dorosłego życia. Odnosząc się do wyników wskazujących na wzrost poziomu ustrukturywania celów życiowych młodzieży wraz z wiekiem (Liberska, 2004), można przewidywać, że osoby na końcu wyłaniającej się dorosłości będą posiadać bardziej ustrukturyzowaną perspektywę czasową, co powinno sprzyjać tworzeniu bardziej rozbudowanej wizji własnego dorosłego życia i czynić sam proces dokonywania predykcji na temat własnej przyszłości łatwiejszym.

Bardzo istotnym aspektem rozumienia perspektywy czasowej przez Nuttina (1985) jest jej realizm. To, co w przyszłości wydaje się jednostce bardziej realne ma większą siłę oddziaływania na jej bieżące funkcjonowanie. Ważna obserwacja Nuttina dotyczy zależności pomiędzy zasięgiem a realizmem perspektywy czasowej. Ponieważ to, co znajduje się poza horyzontem temporalnym jednostki jest dla niej mniej realne, to posiadanie krótkiej perspektywy czasowej (mało wysuniętej w przyszłość) może skutkować tym, że odległe cele będą wydawać się mniej realistyczne, a co za tym idzie będą posiadać mniejszą wartość motywacyjną. Odnosząc te ustalenia do wizji własnego dorosłego życia, można przewidywać, że w przypadku osób o krótkiej perspektywie czasu będzie ona trudniejsza do sformułowania, mniej realna, a w związku z tym w słabszym stopniu powiązana z aktualnym funkcjonowaniem jednostki (także w kwestii dostarczania poczucia sensu czy wpływu na formowanie się tożsamości).

Zdaniem Nuttina (1985) dla aktualnego funkcjonowania jednostki bardzo ważna jest jej dominująca orientacja czasowa. Sporo uwagi poświęcił on w swoich dociekaniach zjawisku, które określił jako patologiczne zorientowanie ku terażniejszości. Dotyczy to sytuacji, w której jednostka żyje wyłącznie chwilą bieżącą, nie myśli o przyszłości i przyszłość ta w żaden sposób nie stymuluje i nie koordynuje jej aktywności. Zdaniem Nuttina konieczne jest wtedy przeorientowanie jednostki ku przyszłości, a może się to dokonać poprzez ukazanie związków między aktualnym zachowaniem a odległymi celami i doświadczeniami z przyszłości. W związku z powyższym można uznać, że skupienie się głównie na przeszłości lub terażniejszości oraz małe zaangażowanie w myślenie o przyszłości będzie negatywnie oddziaływać na funkcjonowanie jednostki. W przypadku nadmiernego skupienia na przeszłości, może się to objawiać na przykład nieustannym rozpamiętywaniem przeszłych wydarzeń, kosztem zaangażowania w sprawy dotyczące bieżącego życia jednostki lub jej przyszłości. Z kolei nadmierne zaangażowanie w myślenie o terażniejszości może

skutkować niemożnością uwzględnienia w swoich wyborach przeszłych doświadczeń oraz potencjalnych konsekwencji. Trudności w zakresie formowania wizji własnej przyszłości, która stanowiłaby punkt odniesienia dla aktualnej aktywności oraz dostarczała poczucia sensu i ciągłości można rozważać jako jeden z mechanizmów pośredniczących w tych zależnościach.

Ostatnim z istotnych zagadnień dotyczących perspektywy czasowej poruszanych przez Nuttina jest ustosunkowanie się jednostki do przeszłości, teraźniejszości i przyszłości. Może być ono odmienne w odniesieniu do każdej z tych perspektyw (np. pozytywne ustosunkowanie się do przeszłości i negatywne ustosunkowanie do przyszłości). Jak wykazały badania Zimbardo i współpracowników (1997) sposoby odnoszenia się do przeszłości, teraźniejszości i przyszłości są powiązane ze sobą, np. osoby o silniejszym natężeniu negatywnej orientacji przeszłościowej charakteryzowały się jednocześnie słabszym natężeniem orientacji przyszłościowej. Inne badania (Janowicz, 2019) wykazały, że silniejsze negatywne ustosunkowanie do własnej przeszłości jest predyktorem doświadczania silniejszych obaw dotyczących przyszłości (w odniesieniu do bycia rodzicem). Bazując na twierdzeniach Nuttina, ustosunkowanie się do własnej przyszłości może mieć istotne znaczenie dla bieżącego funkcjonowania jednostki. Pozytywne emocje towarzyszące wizji własnego dorosłego życia powinny wzmacniać motywację do realizacji opracowanych planów oraz sprzyjać lepszemu samopoczuciu jednostki. Natomiast negatywny stosunek do przewidywanego kształtu własnej przyszłości może skutkować koniecznością zredefiniowania własnych planów, a także przyczyniać się do wzrostu negatywnego afektu.

#### *4.1.3.2. Orientacja przyszłościowa według Jari-Erika Nurmi*

Kolejnym z autorów zajmujących się w swoich pracach zagadnieniem myślenia o przyszłości jest Nurmi (1991), twórca koncepcji orientacji młodzieży ku przyszłości. Opisuje on orientację przyszłościową jako trój etapowy proces obejmujący motywację, planowanie i ewaluację. Motywacja wyznacza obszary zainteresowań jednostki, które pragnie ona zrealizować w przyszłości. Planowanie polega na określeniu i wyborze sposobów realizacji tych zainteresowań. Natomiast ewaluacja określa oczekiwany przez jednostkę stopień realizacji jej zamierzeń. Procesy te odpowiadają formom myślenia o przyszłości wyróżnionym przez Szpunara i współpracowników (2014b): intencji, planowaniu i predykcji. Z perspektywy problematyki podejmowanej w niniejszej rozprawie szczególnie istotny wydaje się aspekt ewaluacji, gdyż to właśnie ocena szans realizacji planów (a co za tym idzie



osiągnięcia celów) będzie skutkować formowaniem konkretnych przewidywań na temat własnej przyszłości – wizji własnego dorosłego życia. Istotne wydaje się także zwrócenie przez Nurmię uwagi na to, że ewaluacja zawiera również aspekt emocjonalny. Należy podkreślić, że w ujęciu Nurmię orientacja przyszłościowa nie jest dominującą tendencją do wybiegania w przyszłość, ale raczej propozycją opisu wyjaśnienia mechanizmów powstawania perspektywy przyszłościowej.

Nurmi (1991) proponuje podejście rozwojowe do orientacji przyszłościowej i podkreśla złożoność oraz wielopoziomowość procesu jej rozwoju. Jego zdaniem istotny kontekst dla rozwoju orientacji przyszłościowej tworzą normatywne wydarzenia życiowe oraz zadania rozwojowe właściwe dla danego okresu życia. W związku z tym, można przewidywać występowanie różnic w zakresie rozwoju orientacji przyszłościowej u osób w różnych okresach rozwojowych oraz podobieństw pomiędzy osobami znajdującymi się w tym samym okresie rozwojowym. Rozwój schematów poznawczych ma istotne znaczenie dla zdolności jednostki do przewidywania przyszłości i formułowania celów. Przewidywane zdarzenia i rezultaty własnych działań mają dla jednostki określone znaczenie oraz są porównywane z jej osobistymi standardami pod kątem tego, na ile są dopasowane do aspiracji i wartości jednostki.

#### *4.1.3.3. Orientacja przyszłościowa według Janusza Trempały i Larsa Malmberga*

Zagadnienia dotyczące rozwoju orientacji przyszłościowej w swoich pracach podejmowali także Trempała i Malmberg (1996, 1998). Wskazali oni na cztery elementy uczestniczące w powstawaniu orientacji na przyszłość u nastolatków. Ich zdaniem orientacje przyszłościowe są złożonym konstruktem i obejmują przyszłe, oczekiwane zdarzenia. Zdarzeniom tym towarzyszy ocena ich ważności, prawdopodobieństwa ich urzeczywistnienia i określenie momentu, w którym zdarzenie to może się pojawić. Procesy te wydają się bardzo istotne w kontekście formowania się wizji własnego dorosłego życia i osobistego ustosunkowania jednostki do niej. Co ważne, zarówno proces formułowania przewidywań na temat własnej przyszłości, jak i ocena tych przewidywań uwarunkowane są przez kontekst socjokulturowy – bezpośrednio lub pośrednio, przez własne doświadczenia jednostki. Ten element koncepcji Trempały i Malmberga podkreśla znaczenie wcześniejszych doświadczeń na przewidywania dotyczące własnej przyszłości. W ramach tych doświadczeń zawiera się zarówno zdobywanie ogólnej wiedzy o świecie, jak i wiedzy o sobie samym (samowiedza). Koresponduje to z opisanymi w podrozdziale 2.1. zależnościami pomiędzy pamięcią epizodyczną i semantyczną a myśleniem o własnej przyszłości.

W kontekście problematyki niniejszej rozprawy na podkreślenie zasługuje stwierdzenie Trempały i Malmberga, że zdolność dokonania oceny prawdopodobieństwa przyszłych zdarzeń pozwala jednostce na zmniejszenie poczucia niepewności. Z tej perspektywy zdolność jednostki do sformułowania wizji własnego dorosłego życia może mieć istotne znaczenie dla jej dobrostanu czy poczucia sensu, gdyż wyższa niepewność dotycząca własnej przyszłości jest powiązana z niższym poziomem dobrostanu (Hancock i Mattick, 2020). Aktywność umysłowa zorientowana na przyszłość ma według Trempały i Malmberga (por. Trempała, 2000) służyć radzeniu sobie z problemami społecznymi oraz zadaniami rozwojowymi. Co więcej, wspiera ona proces przekształcania kontekstu życiowego zgodnie z antycypacjami jednostki i tym, jak ocenia ona własną przyszłość. Odnosząc te stwierdzenia do wizji własnego dorosłego życia, kolejny raz należy podkreślić jej potencjalne regulacyjne znaczenie.

#### *4.1.3.4. Przyszłościowa perspektywa czasu według Willy'ego. Lensa*

Lens (1986) jako uczeń i kontynuator myśli Nuttina w swoim rozumieniu przyszłościowej perspektywy czasowej również przyjmuje założenie o jej poznawczo-dynamicznym charakterze. Podejmując myśl o różnicach pomiędzy ludźmi w kwestii tego, jaki aspekt temporalny dominuje w ich funkcjonowaniu, uznaje on, że indywidualna konfiguracja przedziałów czasowych jednostki tworzy profil temporalny charakterystyczny dla jej osobowości. W tym ujęciu perspektywa czasowa traktowana jest jako wymiar osobowości, który kształtuje się już od wczesnego dzieciństwa. W swoich pracach Lens (1986, 1993; za: Katra, 2008a, 1998; za: Katra, 2008a) skupiał się głównie na motywacyjnym aspekcie przyszłościowej perspektywy czasowej, podkreślając, że łączy ona przyszłość z terażniejszością. Zdaniem Lensa (1993; za: Katra, 2008a) zdolność wyznaczania celów wyzwala ludzką motywację w większym stopniu niż instynkty. W koncepcji Lensa przyszłościowa perspektywa czasowa związana jest głównie z celami. W niewielkim stopniu odnosił się on do innych form myślenia o własnej przyszłości. Niemniej, z perspektywy niniejszej rozprawy istotne jest podkreślenie znaczenia, jakie Lens nadawał myśleniu o własnej przyszłości i traktowaniu go jako jednej z istotnych determinant ludzkiego funkcjonowania.

Badania inspirowane konceptualizacją Lensa i wykorzystujące przygotowane przez niego narzędzie do pomiaru przyszłościowej perspektywy czasowej wykazały m.in., że osoby o bardziej rozwiniętej PPC tworzyły dalsze, lepiej ustrukturalizowane i bardziej złożone plany życiowe (Katra, 2008a). Ponieważ zdolność planowania jest bardzo istotna dla zdolności

dokonywania symulacji własnej przyszłości (Szpunar i in., 2014b), pośrednio można wnioskować z tych wyników, że posiadanie rozwiniętej PPC także powinno wspierać tę kompetencję, a co za tym idzie formowanie się wizji własnego dorosłego życia. Wskazują na to również wyniki innego badania zrealizowanego przez Katrę (2009), w ramach których wykazano, że osoby o lepiej rozwiniętej przyszłościowej perspektywie czasowej charakteryzują się również większą skłonnością do przewidywania konsekwencji własnych działań. Sama skłonność nie musi jednak, rzecz jasna, oznaczać wyższej trafności takich predykcji. Niemniej, może jej sprzyjać. Pewnego poparcia dla hipotezy wskazującej na zależność pomiędzy rozwinięciem przyszłościowej perspektywy czasu a posiadaniem bardziej rozbudowanej i szczegółowej wizji własnego dorosłego życia dostarczają badania dotyczące zależności pomiędzy perspektywą czasu a rozbudowaniem wizji własnego rodzicielstwa (Janowicz i in., 2019). Osoby o dłuższej perspektywie czasu i silniej zaangażowane w realizację celów dotyczących dalekiej przyszłości posiadały bardziej rozbudowane wyobrażenia na temat siebie jako rodzica w przyszłości. Z kolei osoby silniej skupione na bieżących sprawach mniej uwagi poświęcały kwestiom związanym z planowaniem rodzicielstwa.

#### *4.1.3.5. Perspektywa czasu według Philipa Zimbardo*

W ujęciu Zimbardo i Boyda (1999, s. 1271) perspektywa czasu obejmuje „często nieświadome procesy, w ramach których ciągły przepływ osobistych i społecznych doświadczeń jest rozkładany lub przydzielany do wybranych ram lub kategorii czasowych”, co pomaga nadać tym wydarzeniom porządek, spójność i znaczenie. W ramach tych procesów przeszłe, teraźniejsze i przyszłe ramy czasowe są wykorzystywane do kodowania, magazynowania i przypominania przeżytych wydarzeń a także formowania oczekiwań, celów i możliwych scenariuszy wydarzeń. Dzięki takiemu ujęciu możliwe jest uchwycenie, który przedział czasowy dominuje w procesie podejmowania decyzji, inicjowania działania czy też formowania sądów – przeszłość, teraźniejszość, czy przyszłość. Podobnie jak w koncepcji Lensa, perspektywa czasu może być w tym przypadku rozumiana jako zmienna osobowościowa oznaczająca względnie trwałą tendencję do ujmowania własnych doświadczeń i otaczającego świata głównie w odniesieniu do przeszłości, teraźniejszości lub przyszłości. Zimbardo i Boyd (1999) sugerują, że w większości przypadków najlepiej sprawdza się posiadanie względnie zbalansowanej perspektywy czasu, co pozwala na elastyczne przełączanie się między jedną orientacją temporalną a drugą. Osoby o bardziej zbalansowanej PC charakteryzują się wyższym dobrostanem (Boniwell i in., 2010; Gao,

2011). Niemniej, w pewnych przypadkach korzystniejsze dla jednostki może być, gdy dominuje dana perspektywa – np. osoby skupione głównie na terażniejszości są w stanie w większym stopniu czerpać satysfakcję z bieżących doświadczeń, gdyż nie zaprzatają ich troski o przyszłość ani nie rozpamiętują oni przeszłości. Z drugiej strony osoby te mogą nie być w stanie odraczać gratyfikacji lub formować dalekosiężnych celów. Ci, którzy są zwrócenii głównie ku przyszłości mogą z łatwością tworzyć cele i plany oraz rozważać różne możliwe scenariusze, a także w mniejszym stopniu być narażonymi na podejmowanie ryzykownych zachowań dzięki lepszej zdolności przewidywania ich konsekwencji. Jednocześnie nadmierne skupienie na przyszłości może odcinać te osoby od zaangażowania w aktualne relacje i wydarzenia. Osoby u których dominuje orientacja przeszłościowa mogą mieć większą zdolność do docenienia tego, co za nimi, pielęgnowania wspomnień i czerpania z przeszłych doświadczeń w kontekście podejmowania bieżących decyzji. Z drugiej strony, istnieje u tych osób ryzyko nadmiernej zachowawczości i opór wobec zmian. Jak widać, zdaniem Zimbardo i Boyda, przyjęcie każdej z tych perspektyw czasu może prowadzić zarówno do pozytywnych, jak i negatywnych skutków dla jednostki. Z tego powodu, wskazuje się (Keough i in., 1999) na znaczenie posiadania zbalansowanej perspektywy czasu, która charakteryzuje się wysokim natężeniem pozytywnej perspektywy przeszłościowej, umiarkowanie wysokim natężeniem perspektywy przyszłościowej i terażniejszościowej-hedonistycznej oraz niskim natężeniem fatalistycznej perspektywy terażniejszościowej i negatywnej perspektywy przeszłościowej (Stolarski i in., 2011). Liczne badania odwołujące się do koncepcji Zimbardo i Boyda wykazały, że z silniejszą terażniejszością PC i słabszą przyszłościową PC związane są między innymi: większa skłonność do ryzykownych zachowań związanych z prowadzeniem samochodu (Zimbardo i in., 1997), picia alkoholu i palenia papierosów (Keough i in., 1999; Daugherty i Brase, 2010; Henson i in., 2008); większa łatwość podejmowania kontaktów seksualnych z nieznanymi osobami (Henson i in., 2006; Daugherty i Brase, 2010; Zdybek, 2012); silniejsza skłonność do agresji (Zimbardo i Boyd, 1999) oraz większa trudność w odraczaniu gratyfikacji (Daugherty i Brase, 2010). Silniejsze natężenie fatalistycznego patrzenia na terażniejszość wiąże się też z gorszymi wynikami na studiach (Pigott, 2018) oraz większymi obawami co do bycia rodzicem w przyszłości (Janowicz i in., 2019). Natomiast PPC jest powiązana dodatkowo z większym zaangażowaniem w naukę w przypadku studentów (Pigott, 2018), także w trakcie pandemii (Janowicz i Ciesielski, 2021) i lepszymi ocenami na studiach (Pigott, 2018), silniejszą skłonnością do proaktywnego radzenia sobie z problemami (Anagnostopoulos i Griva, 2012;

Janowicz i Ciesielski, 2021) i bardziej rozbudowaną wizją własnego rodzicielstwa (Janowicz i in., 2019). Ponadto perspektywa czasowa wydaje się być w znacznym stopniu związana z preferowanymi sposobami spędzania czasu wolnego (García i Ruiz, 2015) oraz spostrzeganymi korzyściami wynikającymi z różnych działań rekreacyjnych (Shores i Scott, 2007).

W odniesieniu do procesu formowania się wizji własnego dorosłego życia można przewidywać, że będzie on wspierany przez posiadanie rozwiniętej perspektywy przyszłościowej oraz, bazując na wspomnianych już ustaleniach dotyczących zależności między pamięcią a prospekcją, przeszłościowej. Natomiast skupienie głównie na teraźniejszości może sprawiać, że jednostka nie będzie poświęcać zbyt wiele uwagi swemu życiu w przyszłości, co może skutkować trudnościami w zakresie stworzenia rozbudowanej wizji własnego dorosłego życia.

Przedstawione powyżej koncepcje ujmowania przyszłości wskazują, że istnieje wiele pojęć dotyczących do tego zjawiska i sposobów rozumienia ludzkiej aktywności ukierunkowanej na przyszłość. Jednak każde z zaprezentowanych ujęć uznaje istotną rolę myślenia o własnej przyszłości dla funkcjonowania i rozwoju człowieka, także w okresie dorastania i wchodzenia w dorosłość. Zdolność podejmowania umysłowej aktywności prospektywnej jawi się jako ważna dla regulacji bieżącej aktywności jednostki, a także osiągnięcia przez nią dobrostanu i poczucia sensu w życiu. Także wyniki zrealizowanych dotychczas w Polsce i na świecie badań empirycznych wykazały zależności pomiędzy perspektywą czasu i dominującą orientacją czasową a różnymi formami umysłowej aktywności prospektywnej. W związku z tym, perspektywa czasowa została włączona do zrealizowanego projektu jako jedna z kluczowych zmiennych mogących mieć związek z procesem formowania się wizji własnego dorosłego życia u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości. Odnosząc się do przedstawionych w tym podrozdziale koncepcji, można zakładać, że będzie ona powiązana szczególnie z takim aspektami wizji własnego dorosłego życia jak jej rozbudowanie i szczegółowość, a także łatwość przywołania tejże wizji. Wydaje się, że w mniejszym stopniu powiązana będzie z jej treścią, gdyż ta zakorzeniona jest raczej w wartościach i pragnieniach jednostki, a także znajduje się pod silniejszym wpływem kontekstu sytuacyjnego i czynników społeczno-kulturowych (Trempała i Malmberg, 1996, 1998).

#### **4.1.4. Wartości życiowe**

Kolejnym z czynników istotnie związanych z kształtowaniem się wyobrażeń na temat własnej przyszłości są przyjmowane przez jednostkę wartości. Na istotną zależność między systemem wartości a formułowaniem celów i planów życiowych wskazywało liczne grono badaczy – zarówno polskich (Czerwińska-Jasiewicz, 2005, 2015; Koziński, 1975; Matuszewicz, 1975; Mądrzycki, 2002; Tyszkowa, 1985; Zaleski, 1991), jak i zagranicznych (Inhelder i Piaget, 1970; Nurmi, 1991; Nuttin, 1980). Kształtowanie się systemu wartości jest też ściśle związane z procesem formowania się tożsamości (Berzonsky, 2003; Berzonsky i in., 2011) – oba te procesy nabierają na intensywności w okresie adolescencji (Bakiera, 2009; Ciecuch, 2013; Obuchowska, 2000). Stworzenie spójnego i sensownego systemu wartości jest w tym czasie bardzo istotne, gdyż to one w dużej mierze „wyznaczają punkty orientacyjne w procesie podejmowania decyzji” (Bakiera, 2009, s. 63; Havighurst, 1981) – także (a może i szczególnie) w odniesieniu do ważnych życiowych decyzji (a więc tych związanych z przyszłością). W podobny sposób podkreśla to Czerwińska-Jasiewicz (2015, s. 156), stwierdzając, że wartości życiowe „stanowią główne kryterium określania ogólnej koncepcji własnego życia i jej elementów”. Na związek aktualnych wartości z przyszłością jednostki wskazują także Schwartz (Schwartz, 2012; s. 664), definiując wartości jako „poznawcze reprezentacje (zwykle przekonanie) motywacyjnego, godnego pożądanego, ponadsytuacyjnego celu”. W odniesieniu do nich jednostka ukierunkowuje jego zdaniem swoją aktualną aktywność, tak aby przekształcać swoje życie i otoczenie w zgodzie z przyjętym systemem wartości.

Można więc postawić hipotezę, że wraz z rozwojem jednostki jej cele i plany życiowe powinny być coraz silniej zakorzenione w osobistym systemie wartości, co wiązałoby się z większą ich trwałością i odpornością na wpływy otoczenia. Tak sformułowane cele i plany życiowe powinny mieć silniejszą wartość motywacyjną dla młodego człowieka. Na wagę emocjonalnego nastawienia do własnej przyszłości w kontekście podejmowania intencjonalnej aktywności na nią ukierunkowaną uwagę zwraca w swoich pracach Lens (1986). Przemiany te wpisują się w proces kształtowania się autonomii jednostki, szczególnie istotny w okresie dorastania i wczesnej dorosłości, kiedy to powinna ona osiągnąć emocjonalną i materialną niezależność od dorosłych opiekunów (Havighurst, 1981). Związane jest to także z procesem kształtowania się tożsamości – tak, aby opierała się ona na identyfikacjach ze zobowiązaniami podjętymi przez jednostkę, a nie przejętymi od otoczenia (Luyckx i in., 2006; Luyckx i in., 2008; Marcia, 1966; za: Oleszkowicz, 1995).

Powyższe stwierdzenia znajdują potwierdzenie w wynikach licznych badań empirycznych, które wskazują na istotne związki pomiędzy wartościami i światopoglądem młodych ludzi a ich celami i planami życiowymi. Zagadnienie to jest przedmiotem dociekań badaczy od wielu dekad (np. Bernalov i in., 2017; Biernati i in., 2007; Mathews i Tiedeman, 1964; Morinaga i in., 1993; Sinisalo, 2004; Vinken, 2007). Choć w badaniach tych różnie definiowano i mierzono wartości młodych ludzi, to, niezależnie od tego, dosyć spójnie, pokazują one, że są one istotnym czynnikiem kształtującym cele, aspiracje, czy też preferowany styl życia. Na przykład badanie Bernalova i współpracowników (2017) wykazały, że osoby wyżej ceniące wartości związane z przekraczaniem siebie (np. uniwersalizm, troskę) częściej formowały aspiracje dotyczące budowania bliskich relacji, poczucia wspólnotowości, rozwoju osobistego i zdrowia. Natomiast osoby wyżej ceniące wzmocnienie siebie (np. władzę, dominację, prestiż) rzadziej przejawiały takie aspiracje, natomiast silniejsze były u nich aspiracje dotyczące stanu posiadania, wizerunku i sławy. Inne badanie (Vinken, 2007), dotyczące wartości i orientacji zawodowych nastolatków i młodych dorosłych, dostarczyło danych pokazujących, że osoby wyżej ceniące w odniesieniu do pracy zawodowej wartości materialne (zarobek, status, udogodnienia związane z pracą) przejawiały słabszą orientacją na pracę związaną z pomocą innym. Z kolei osoby ceniące w odniesieniu do pracy wartości ekspresyjne (autonomia, posiadanie inicjatywy, możliwość samorozwoju i robienia interesujących oraz odpowiedzialnych rzeczy) przejawiały silniejszą orientację na zdobycie pracy, która da im niezależność (byciem własnym szefem) lub przewodzenie innym. Z kolei w badaniach Bieranta i współpracowników (2007), dotyczących m.in. związków między przywiązaniem do wartości religijnych a celami i planami dotyczącymi życia rodzinnego, zaobserwowano, że osoby wyżej ceniące wartości religijne częściej zamierzały mieć dzieci i nadawały posiadaniu potomstwa wyższe znaczenie wśród swoich celów życiowych. Jeśli chodzi o zapatrywania na swoje życie rodzinne, to osoby wyżej ceniące religijność częściej zakładały, że opieką nad dziećmi w ich rodzinie będzie zajmować się kobieta. Co ważne, realizowanie celów życiowych w odniesieniu do własnego systemu wartości jest istotne dla osiągnięcia przez jednostkę poczucia sensu w życiu (Kossakowska i in., 2013; Steger i in., 2006).

Bazując na pracach Czerwińskiej-Jasiewicz (2015) i Levinsona (1988), można założyć, że wartości życiowe powinny mieć istotny udział również w przypadku kształtowania się wizji własnego dorosłego życia u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości. Pewnych przesłanek empirycznych na poparcie tej tezy dostarczają wyniki

wskazujące, że deklarowany światopogląd istotnie różnicował osoby w wieku 18-25 lat pod kątem kształtu wyobrażeń na temat własnego przyszłego rodzicielstwa (Janowicz i in., 2019). Również wartości życiowe (badane według modelu Schwarza) okazały się istotnym predyktorem rozbudowania wizji własnego rodzicielstwa (tamże). I znów – optymalnym rozwojowo kierunkiem wydaje się ten, w którym struktura wartości życiowych jednostki znajdowałaby wraz z upływem czasu coraz wierniejsze odzwierciedlenie w treści wizji własnego dorosłego życia. Również w tym przypadku przywołane powyżej badania (Janowicz i in., 2019) dostarczają przesłanek dla umocowania tego stwierdzenia w danych empirycznych – siła korelacji między preferencją poszczególnych wartości życiowych a stopniem rozbudowania wyróżnionych aspektów wizji własnego rodzicielstwa była silniejsza u osób na końcu wyłaniającej się dorosłości niż u osób na jej początku. I choć są to wyniki pochodzące z badań poprzecznych, a nie podłużnych, to mogą one być podstawą do sformułowania hipotezy, że w kolejnych okresach rozwojowych rola wartości życiowych w kształtowaniu się wyobrażeń na temat własnej przyszłości wzrasta. Można też przewidywać, że towarzyszyłby temu wzrost poczucia sensu w życiu. Natomiast dostrzeżenie rozbieżności między wybranym systemem wartości a przewidywaniami co do własnej przyszłości mogłyby prowadzić do niższego aktualnego poczucia sensu w życiu i ewentualnie silniejszego nastawienia na to, by znaleźć go w przyszłości (np. poprzez modyfikację własnych celów i planów życiowych).

Podsumowując, wartości życiowe stanowią dla osób w okresie wyłaniającej się dorosłości istotny punkt odniesienia w procesie formułowania celów i planów życiowych. Wobec tego mogą znajdować one swoje odzwierciedlenie także w treści wizji własnego dorosłego życia. W dalszej części tego podrozdziału przedstawiony zostanie kołowy model wartości Schwarza, który stanowił podstawę sposobu definiowania i operacjonalizowania wartości życiowych w niniejszym projekcie. Jest on jednym z najpopularniejszych obecnie sposobów rozumienia i badania wartości życiowych.

Pierwszą wersję swojego modelu Schwartz przedstawił w 1987 roku (Schwartz i Bilsky, 1987), dokonując na przestrzeni kolejnych lat różnych modyfikacji. Najbardziej aktualna wersja modelu została przedstawiona w 2012 roku (Schwartz i in., 2012). Model był weryfikowany i badany w wielu krajach, także w Polsce (Cieciuch, 2013a, 2013b). Jak już wspomniano w modelu kołowym wartości definiowane są jako „poznawcze reprezentacje motywacyjnego, godnego pożądania, ponadsytuacyjnego celu” (Schwartz i in., 2012, s. 664). Głównymi tezami teorii Schwarza są kontinuum i kołowość. Wartości jego zdaniem

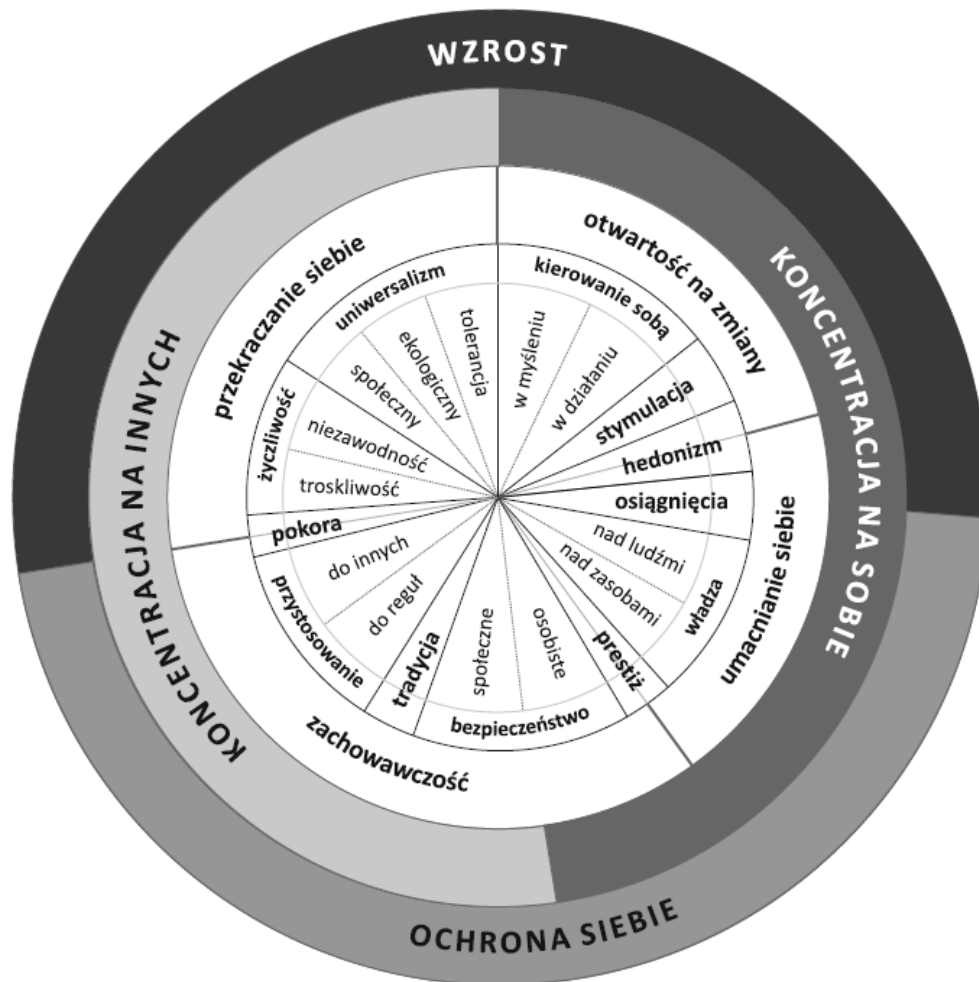


(Schwartz i in., 2012) tworzą kontinuum, co oznacza, że każdy jego podział jest w pewien sposób arbitralny, a więc może być dokonany na różne sposoby. Zdaniem Schwartza kontinuum wartości to kontinuum motywacyjne, co oznacza, że obok siebie usytuowane są motywacyjnie podobne wartości, które mogą być realizowane w tym samym działaniu (np. dążenie do władzy nad zasobami i prestiżu może być realizowane w ubieganiu się o awans w miejscu pracy). W ujęciu Schwartza kontinuum wartości ma charakter koła a zasada podobieństwa sąsiadujących wartości jest uzupełniona o zasadę niezgodności wartości leżących na przeciwległych stronach tego koła. Niezgodność ta oznacza niemożność lub trudność w zrealizowaniu obu wartości w tym samym działaniu oraz sprzeczne psychologiczne i realne konsekwencje realizacji tych wartości (np. trudno w ramach opieki nad starzejącym się rodzicem [realizacja wartości życzliwości-troskliwości] zrealizować potrzeby wynikające z wysokiego wartościowania hedonizmu).

W zaktualizowanej wersji modelu kołowego Schwartz i jego współpracownicy (2012) zaproponowali wyłonienie 19 wartości, które na kołowym kontinuum rozłożone są w odniesieniu do dwóch wymiarów: wzrost ↔ ochrona siebie i koncentracja na innych ↔ koncentracja na sobie. Nastawienie na wzrost i koncentrację na innych tworzy grupę wartości związanych z przekraczaniem siebie. Natomiast nastawienie na wzrost i koncentrację na sobie grupę wartości związanych z otwartością na zmiany. Grupa wartości związanych z umacnianiem siebie stworzona jest z wartości odnoszących się do koncentracji na sobie i ochrony siebie, natomiast nastawienie na ochronę siebie i koncentrację na innych tworzy grupę wartości związanych z zachowawczością (Rysunek 3.). Szczegółowe definicje dotyczące każdej z wartości wyodrębnionych w Modelu Kołowym zostały przedstawione w podrozdziale 6.2.7.

### Rysunek 3

Kołowy Model Wartości Schwartza



Źródło: Ciecuch, 2013, s. 27.

Wartości życiowe rozumiane w kontekście motywacyjnym mogą znajdować swoje odzwierciedlenie w celach życiowych, a co za tym idzie także w obszarach życia reprezentowanych w wizji własnego dorosłego życia posiadanej przez osoby w okresie wyłaniającej się dorosłości. Można na przykład przewidywać, że osoby wyżej ceniące wartości związane z koncentracją na innych częściej będą wspominać o kwestiach dotyczących relacji z innymi ludźmi – np. założeniem rodziny, budowaniem związku intymnego. Z kolei osoby wyżej ceniące wartości związane z koncentracją na sobie mogą częściej odwoływać się do takich spraw, jak praca zawodowa, sukces materialny i społeczny czy też rozwój osobistych pasji. Wydaje się także, że przywiązanie do kierowania sobą w myśleniu może sprzyjać częstszemu refleksowaniu nad przyszłością, co mogłoby wiązać się z

większą łatwością sformułowania wizji własnego dorosłego życia i wyższym poziomem jej rozbudowania.

#### **4.1.5. Płeć**

Liczba publikacji poświęconych różnicom międzypłciowym w zakresie umysłowej aktywności prospektywnej jest bardzo liczna. Ich syntetycznego przeglądu i podsumowania dokonały we wstępie do swoich monografii Liberska (2004, s. 57-58) i Kutra (2008a, s. 128-129). Powołując się na liczne badania prowadzone w Polsce i w innych krajach dosyć zgodnie przedstawiają one kilka kluczowych związków dotyczących tego zagadnienia.

Pierwszym z nich jest brak spójności w wynikach różnych badań prowadzonych w tym obszarze. Część autorów (Lamm i in., 1987; Malmberg, 1996; Nurmi, 1987; Rodriguez-Tomé i Bariaud, 1987; za: Liberska, 2004) wskazuje na istnienie takich różnic, natomiast inni (Greene, 1986; Liberska, 1993) przedstawiają wyniki badań, w których różnic tych nie stwierdzono. Skłania to do dalszego eksplorowania tego zagadnienia. Z wyników tych badań, które wskazywały na różnice międzypłciowe w zakresie umysłowej aktywności prospektywnej wynika, że chłopcy i młodzi mężczyźni posiadają zazwyczaj dłuższą perspektywę temporalną od swoich rówieśniczek (Klinberg, 1967; Lamm i in., 1967; Poole i Cooney, 1987; Rodriguez-Tomé i Bariaud, 1987; za: Liberska, 2004). Przewidywania dotyczące własnej przyszłości formułowane przez mężczyzn są bardziej rozciągnięte w czasie i sięgają późniejszych lat życia. Natomiast w perspektywach temporalnych formułowanych przez młode kobiety można zaobserwować znacząco większe zagęszczenie celów życiowych w krótszym obrębie czasu – czują one silniejszą presję czasową na realizowanie poszczególnych zadań rozwojowych (Greene i Wheathley, 1992). Istotny jest także obszar życia, do którego odnoszą się formułowane przez młodych ludzi cele życiowe – oczekiwania na przyszłość związane z życiem rodzinnym i uczuciowym są bardziej ustrukturuwane i realistyczne u kobiet niż u mężczyzn (Janowicz, 2018c; Rodriguez-Tomé i Bariaud, 1987; za: Liberska, 2004). Kobiety w okresie wczesnej dorosłości, w porównaniu do swoich rówieśników, miały także bardziej rozbudowaną wizję własnego rodzicielstwa – zwłaszcza w aspektach związanych z przygotowaniem do rodzicielstwa i sposobem realizowania w przyszłości roli rodzicielskiej (Janowicz, 2018c). Chłopcy natomiast formułują bardziej klarowne wyobrażenia dotyczące swojego potencjalnego zaangażowania w aktywności społeczno-polityczne (Liberska, 1993; Rodriguez-Tomé i Bariaud, 1987; za: Liberska, 2004) oraz w kwestie związane z pracą zawodową (Liberska, 2004).

Prowadzone dotychczas w tym obszarze badania pokazują, że wyobrażenia młodych kobiet i mężczyzn na temat własnej przyszłości bardzo często odzwierciedlają stereotyp płci obowiązujący w danym czasie i kulturze (Greene i DeBacker, 2004; Seginer, 1988). Stereotypy te i funkcjonujące w danym społeczeństwie wzorce męskości i kobiecości przekładają się na proces socjalizacji chłopców i dziewcząt. Jak wskazuje Wojciszke (2002), w przypadku socjalizacji chłopców szybciej niż u dziewcząt następuje rozdzielenie ról płciowej (bycie mężczyzną) od roli rodzinnej (bycie ojcem) i uwzględnienie także innych ról (np. pracownika, aktywnego członka życia społecznego). I choć wzorce ról płciowych podlegają nieustannym przemianom, to w naszym kręgu kulturowym wciąż można się spodziewać, że silny wpływ na kształtowanie się wyobrażeń kobiet i mężczyzn na temat własnej przyszłości mogą mieć tradycyjne wzorce, kładące większy nacisk na życie rodzinne i bliskie relacje w przypadku kobiet oraz na życie zawodowe i zaangażowanie społeczne w przypadku mężczyzn.

Podsumowując, można przewidywać, że kobiety i mężczyźni w okresie wyłaniającej się dorosłości będą się różnić w zakresie treści wizji własnego dorosłego życia. Odnosząc się do funkcjonujących w naszym społeczeństwie wzorców ról płciowych, prawdopodobne jest, że kobiety częściej będą odwoływały się do takich obszarów życia, jak życie rodzinne czy relacje społeczne, natomiast mężczyźni do kwestii związanych z pracą. Można przewidywać różnice zarówno w częstości odwoływania się do tych konkretnych obszarów życia, jak i szczegółowości tych poszczególnych fragmentów wizji własnego dorosłego życia i tego, który z obszarów będzie zajmował w tejże wizji centralne miejsce. Z drugiej strony, ewentualne niepotwierdzenie się tych przewidywań może wskazywać na zachodzące wśród młodego pokolenia przemiany dotyczące rozumienia i realizowania ról płciowych w kierunku bardziej egalitarnych i mniej stereotypowych wzorców.

#### **4.2. Wybrane czynniki pozapodmiotowe związane z kształtowaniem się wizji własnego dorosłego życia**

Liczni autorzy (np. Czerwińska-Jasiewicz, 2015; Katra, 2008a; Liberska, 2004) zajmujący się zagadnieniem umysłowej aktywności prospektywnej u młodych osób oprócz zwracania uwagi na czynniki podmiotowe mające rolę w tym procesie, podkreślają także udział uwarunkowań pozapodmiotowych – m.in. ogólnej sytuacji społecznej, charakteru relacji społecznych i stylów wychowawczych w rodzinie pochodzenia, statusu społecznoekonomicznego czy też poziomu wykształcenia. W niniejszym podrozdziale

przedstawione zostaną dwa czynniki pozapodmiotowe wskazywane jako najbardziej istotne dla kształtowania się celów i planów życiowych młodych ludzi oraz ich przewidywań na temat własnej przyszłości – uwarunkowania rodzinne oraz status socjoekonomiczny.

#### **4.2.1. Uwarunkowania rodzinne**

Obszerne omówienie rodzinnych uwarunkowań kształtowania się wyobrażeń na temat własnej przyszłości u młodych ludzi dokonała w swojej monografii Liberska (2004), podkreślając rolę mechanizmów naśladownictwa, identyfikacji i modelowania w procesie przejmowania przez dziecko od rodziców systemów wartości, celów i standardów osobistych, będących podstawą kształtowania się orientacji temporalnych. Na rolę uwarunkowań rodzinnych w procesie kształtowania się koncepcji własnego życia u młodzieży wskazuje też Czerwińska-Jasiewicz (2015), natomiast Tyszkowa (1985) wymienia je jako jeden z czynników oddziałujących na proces formowania się perspektyw życiowych młodych ludzi. Choć wyniki badań prowadzonych wokół tego zagadnienia nie dostarczają na ten moment jednoznacznych odpowiedzi, to warto przytoczyć kilka doniesień wskazujących na istotną rolę środowiska rodzinnego w kształtowaniu się wyobrażeń na temat przyszłości u młodych ludzi.

Spora liczba badań (Liberska, 2004; Nurmi, 1987; Pulkkinen, 1990; Trommsdorff, 1986; za: Liberska, 2004), prowadzonych głównie w krajach skandynawskich (ale nie tylko) wskazuje na charakterystykę relacji rodzinnych sprzyjającą kształtowaniu się pozytywnej i realistycznej orientacji przyszłościowej oraz koncentracji na ważnych zadaniach rozwojowych u młodzieży. Kluczowymi czynnikami, na które wskazują przywołani powyżej autorzy są spójność rodziny, uczucie miłości łączące rodziców i ciepły emocjonalnie klimat domu rodzinnego. Co interesujące, atmosfera domu rodzinnego silniej oddziaływała na kształtowanie się orientacji przyszłościowej u chłopców niż u dziewcząt. Istotną rolę odgrywa tutaj także styl wychowawczy realizowany przez rodziców. Przywołane powyżej badania Liberskiej, Nurmiego, Pulkkinen i Trommsdorff'a wykazały, że zainteresowaniu przyszłością, optymistycznemu nastawieniu do niej i podejmowaniu aktywności związanej z jej planowaniem w okresie adolescencji sprzyjają wysoki poziom wsparcia rodzicielskiego oraz umiarkowanie niski poziom kontroli ze strony rodziców. Istotne wydaje się tutaj kilka mechanizmów, mogących stać za takim wzorcem zależności pomiędzy klimatem emocjonalnym i charakterystyką relacji w rodzinie a większą skłonnością młodych ludzi do myślenia o własnej przyszłości. Po pierwsze, poczucie bezpieczeństwa wynikające z otrzymywanego wsparcia i zapewnienia poczucia bliskości i przynależności, pozwalają

młodemu człowiekowi nie skupiać się nadmiernie na troskach związanych z codziennością lub rozpamiętywać doświadczanych (lub doświadczonych w przeszłości) trudności. Czując się bezpiecznie i doświadczając akceptacji, swoją energię psychiczną młoda osoba może poświęcić na eksplorowanie potencjalnych dróg życiowych, formowanie celów, konstruowanie planów i dokonywanie predykcji na temat efektów własnych działań. Po drugie, wsparcie rodzicielskie może dotyczyć także wsparcia dla podejmowanych przez nastolatka prób sformułowania celów i planów życiowych. Doświadczając zrozumienia w przeżywanych dylematach, wsparcia dla podejmowania takich prób i autentycznej ciekawości ze strony rodziców, nastolatek może rozwijać silniejszą motywację do podejmowania umysłowej aktywności prospektywnej oraz bardziej pozytywne nastawienie do niej. Po trzecie, nastolatek, który może liczyć na odpowiedni poziom autonomii połączony z możliwością uzyskania wsparcia w ważnych dla niego kwestiach, ma szansę na swobodniejszą eksplorację rozmaitych możliwości i mniej skrupowane konstruowanie swoich celów i planów życiowych. Doświadczanie względnej swobody w podejmowaniu umysłowej aktywności prospektywnej może wspierać rozwój motywacji wewnętrznej do podejmowania takiej aktywności. Odwrotnie, w sytuacji nadmiernej kontroli i wysokiego poziomu oczekiwań ze strony rodziców, nastolatek może podejmować tę aktywność głównie po to, aby zadowolić innych, móc przedstawić jakieś cele i plany, żeby „mieć spokój”.

Ważną kwestią jest też dominujący w rodzinie styl komunikacji – możliwość otwartej wymiany poglądów, dyskusowania różnych punktów widzenia, posiadania własnego zdania, ale także konieczność uwzględniania opinii innych osób stwarza nastolatkom możliwość weryfikowania swoich celów i planów życiowych oraz wizji własnej dorosłości, a także konsolidowaniu się osobistego systemu przekonań i wartości, który staje się podstawą kształtującej się koncepcji własnego życia. Odwołując się do teorii Piageta (1970) można powiedzieć, że demokratyczny styl wychowawczy i otwarty sposób komunikowania się w rodzinie sprzyjają procesowi „wrastania w społeczeństwo” przez nastolatka oraz stymulują jego rozwój poznawczy w kierunku uwolnienia się od nastoletniego egocentryzmu i idealizmu. Ogromnie istotna jest tutaj gotowość rodziców do uważnego wsłuchania się w to, jak ich dziecko widzi swoją przyszłość – jakie żywi w związku z nią nadzieje i obawy, jakie ma przewidywania i co wobec tego czuje. Rodzice mogą też wspierać swoje dorastające dzieci w urealnianiu ich celów i planów życiowych, co powinno przekładać się na większą łatwość w stworzeniu wizji własnego dorosłego życia.

Relacje panujące w rodzinie generacyjnej są też dla młodego człowieka wzorcem budowania relacji w ogóle, a w szczególności wzorcem budowania relacji między partnerami życiowymi oraz między rodzicami a dziećmi (Przybył, 2001). Charakter relacji w rodzinie generacyjnej może zatem znajdować swoje odzwierciedlenie w wizji własnego dorosłego życia (szczególnie w odniesieniu do życia rodzinnego) – czy to przez afirmację i identyfikację, czy przez negację. Badania dotyczące wizji własnego ojcostwa u mężczyzn w okresie wyłaniającej się dorosłości (Janowicz, 2017) wykazały, że młodzi mężczyźni odwołują w swoim myśleniu o własnym przyszłym rodzicielstwie do doświadczeń wyniesionych z domu rodzinnego – niektórzy deklarując pragnienie naśladowania „dobrych wzorców”, inni przeciwnie – przewidując, że będą robić wszystko, aby „nie być jak własni rodzice”.

Wśród osób w okresie wyłaniającej się dorosłości mogą znajdować się zarówno takie, które będą mieszkać ze swoją rodziną generacyjną, będąc materialnie zależnymi od rodziców, jak i te mieszkające i utrzymujące się samodzielnie lub z drobnym wsparciem rodziców. Z pewnością stopniowe uniezależnianie się od rodziny pochodzenia i zwiększająca się samodzielność mogą osłabiać wpływ rodziny pochodzenia na kształtowanie się wizji własnego dorosłego życia. Niemniej, jej formowanie się jest procesem, wobec czego można spodziewać się, że doświadczenia wyniesione wcześniej z domu rodzinnego nadal będą odgrywać istotną rolę dla sposobu w jaki młody człowiek będzie myślał o własnej przyszłości.

W odniesieniu do przedstawionych powyżej danych istotne wydaje się także uwzględnienie czynników związanych ze strukturą rodziny. Na pierwszym miejscu wybija się tutaj z pewnością kwestia pełności lub niepełności rodziny. Liczne publikacje (Harwas-Napierała, 2010; Janowicz i in., 2016; Rydz, 2014; Stevenson i Black, 1988) wskazują możliwe konsekwencje rozwojowe związane z wychowywaniem się przez dziecko w rodzinie niepełnej. Nie odnaleziono natomiast doniesień na temat wyników badań dotyczących różnic w sposobie myślenia o własnej przyszłości u młodych ludzi zależności od struktury rodziny pochodzenia. W odniesieniu do wizji własnego rodzicielstwa fakt wychowywania się z dwojgiem rodziców lub bez jednego z nich nie różnicował jej kształtu u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości (Janowicz, 2017; 2018b; Janowicz i in., 2019). Baran (1985) przeprowadził badania mające na celu poznanie wyobrażeń o własnej przyszłości u nastoletnich chłopców wychowywanych poza rodziną pochodzenia (w domach dziecka, w zakładzie poprawczym i rodzinach zastępczych). Środowisko wychowawcze istotnie

różnicowało uczestników badania pod kątem stopnia rozbudowania i realizmu wyobrażeń o swoim przyszłym zawodzie i o przyszłej rodzinie – najbardziej ukształtowanymi wyobrażeniami charakteryzowali się chłopcy z rodzin zastępczych, a najmniej z zakładów poprawczych. Można wskazać na kilka wyjaśnień potencjalnego wpływu struktury rodziny generacyjnej na proces kształtowania się wizji własnego dorosłego życia u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości. Po pierwsze, obecność obojga rodziców daje dziecku (na różnych etapach życia) dostęp do większej liczby wzorów osobowych i czerpania z obserwacji zarówno jednego jak i drugiego rodzica. Czynnikiem moderującym może być tutaj dostępność i zaangażowanie każdego z rodziców. Z kolei nieobecność jednego z nich (spowodowana czy to śmiercią, czy rozstaniem rodziców) znacząco ogranicza możliwość czerpania z rodzicielskich wzorów, poznawania za ich pośrednictwem możliwych ścieżek dorosłego życia i sposobu funkcjonowania w dorosłym świecie. Jak podkreśla Rydz (2014, s. 244) „w rodzinie niepełnej trudniejszy jest proces socjalizacji dziecka, gdyż ma ono do czynienia tylko z jednym wzorcem osobowym”. Po drugie, samotni rodzice często doświadczają większych obciążeń związanych z rodzicielstwem i trudniej jest im adekwatnie wspierać swoje dzieci (Gębuś, 2010) – zapewnić potrzebne im wsparcie i uwagę. Odnosząc to do opisanego powyżej znaczenia wsparcia, otwartej komunikacji, dostępności i bliskiej relacji emocjonalnej dla stymulowania myślenia o własnej przyszłości u młodych ludzi, można zakładać, że w rodzinach niepełnych będzie to utrudnione także właśnie ze względu na większe trudności samotnego rodzica w zapewnienie dziecku potrzebnego wsparcia i uwagi. Istnieje ryzyko większego skupienia się na bieżących problemach, kosztem przestrzeni psychologicznej na myślenie o możliwościach związanych z przyszłością. Z drugiej strony, dla młodego człowieka doświadczającego trudności wynikających z niepełności rodziny, przyszłość może być swego rodzaju odskocznią, sposobem na oderwanie się od uciążliwej codzienności. W takim przypadku jednak podejmowanie umysłowej aktywności prospektywnej będzie miało charakter kompensacyjny (Obuchowski, 2000). Można przewidywać, że wizja własnego dorosłego życia formowana w takim kontekście będzie miała bardzo idylliczny charakter. Warto zwrócić także uwagę na możliwe konsekwencje przejawiania przez samotnych rodziców dwóch nieadekwatnych postaw wychowawczych – nadmiernej opiekuńczości i nadmiernych wymagań (Dzierżanowski, 2010). Pierwsza z tych postaw wiąże się ze zbytnią pobłażliwością, spełnianiem zachcianek dziecka, wyręczaniem go w obowiązkach i trudnościach. Może to ograniczać autonomię dziecka, prowadzić do jego niezaradności i nieumiejętności radzenia sobie z trudnościami. Uwewnętrznione poczucie



niskiego sprawstwa i braku kontroli nad rzeczywistością będące możliwą konsekwencją takiej postawy samotnego rodzica, może przyczyniać się do narastania obaw związanych z własną przyszłością czy też przewidywania większych trudności w realizacji swoich celów i planów życiowych (por. Liberska, 2004). Natomiast nadmierne wymagania, nie liczenie się z potrzebami i możliwościami dziecka czy też obarczanie go odpowiedzialnością za funkcjonowanie rodziny może skutkować brakiem wiary we własne siły i niskim poczuciem wartości (Castro i in., 2004; Dzierżankowski, 2010). Co więcej, będąc odpowiedzialnym za życie rodziny dziecko takie (także będące w okresie dorastania czy wyłaniającej się dorosłości) może być na tyle skupione na bieżących sprawach rodziny, że nie będzie miało czasu i sił na podjęcie refleksji nad własną przyszłością. Wychowywanie się w rodzinie niepełnej może przyczyniać się także do gorszej sytuacji materialnej i mniejszego dostępu do kultury i edukacji, co także ma swoje znaczenie dla sposobu, w jaki młodzi ludzie myślą o własnej przyszłości (Liberska, 2004). Kwestie te zostaną szerzej omówione w kolejnym podrozdziale dotyczącym znaczenia statusu społecznoekonomicznego i miejsca zamieszkania dla formowania się wizji własnego dorosłego życia.

Podsumowując kwestię rodzinnych uwarunkowań związanych z procesem kształtowania się wizji własnego dorosłego życia u młodych ludzi należy podkreślić znaczenie charakteru relacji i atmosfery emocjonalnej w rodzinie oraz panującego w niej stylu wychowawczego. Tworzą one bowiem kontekst, w którym osoby w okresie wyłaniającej się dorosłości podejmują refleksję nad własną przyszłością. Wsparcie rodziców może mieć tutaj bardzo duże znaczenie, zarówno jako czynnik motywujący do samego podejmowania umysłowej aktywności prospektywnej, jak i urealniania czy uszczegółowiania wizji własnego dorosłego życia. Mniejszą, choć nie do końca jeszcze zbadaną, rolę zdają się pełnić kwestie związane ze strukturą rodziny pochodzenia. W sposób bezpośredni może mieć ona znaczenie ze względu na dostępność wzorów osobowych, będących dla osób w okresie wyłaniającej się dorosłości punktem odniesienia w procesie formowania wizji własnego dorosłego życia. W sposób pośredni poprzez mniejsze zasoby emocjonalne i materialne rodziny oraz ewentualne jej dysfunkcje, które mogą utrudniać jednostce skupienie się na podjęciu umysłowej aktywności prospektywnej oraz rzutować na treść jej wyobrażeń na temat własnej przyszłości (na przykład przyczyniając się do ich bardziej negatywnego zabarwienia emocjonalnego).

#### ***4.2.2. Status społeczno-ekonomiczny i miejsce zamieszkania***

W odniesieniu do osób znajdujących się na początku wyłaniającej się dorosłości, ze względu na fakt, że najczęściej wciąż mieszkają oni w domu rodzinnym, status społeczno-

ekonomiczny i miejsce zamieszkania można by uznać za czynniki leżące w obrębie uwarunkowań rodzinnych związanych z kształtowaniem się wyobrażeń na temat własnej przyszłości. Jednak już znaczna liczba osób na końcu wyłaniającej się dorosłości mieszka w innym miejscu niż ich rodzice oraz jest w dużej mierze samodzielna finansowo. Ponieważ w badaniu uczestniczyły zarówno osoby będące na końcu, jak i na początku wyłaniającej się dorosłości status społecznoekonomiczny oraz miejsce zamieszkania będą omawiane jako pozapodmiotwe czynniki mogące mieć wpływ na kształt wizji własnego dorosłego życia.

Pozycja społeczna jednostki i jej rodziny, stan posiadania, miejsce zamieszkania, czy też poziom wykształcenia rodziców określają szanse życiowe i nierzadko determinują wybór drogi życiowej (Coleman, 1997). Jak zauważa Liberska (2004) w badaniach koncentrowano się dotychczas głównie na rozpoznaniu wpływu przynależności społecznej na aspiracje związane z edukacją i pracą. Badania Tyszkowej (1985) wykazały, że młodzież z rodzin o niższym statusie społecznym miała większe trudności ze sformułowaniem oczekiwań dotyczących przyszłości. Były one też uboższe treściowo i słabiej ustruktrowane (choć bardziej optymistyczne) od wyobrażeń rówieśników z rodzin inteligenckich. Również wyniki badań zagranicznych (Nurmi, 1987; Lamm i in., 1976) pokazują, że młodzież z klasy średniej wybiega w swym myśleniu dalej w przyszłość niż rówieśnicy o niższym statusie. Co interesujące, badani należący do rodzin o wyższym statusie społeczno-ekonomicznym oczekują, że główne zadania rozwojowe zrealizują później niż ich rówieśnicy z niższych klas społecznych (Nurmi, 1987) i konstruują dłuższą perspektywę czasową (Liberska, 2004). Istotnym czynnikiem wpływającym na kształtowanie się aspiracji edukacyjnych nastolatków okazało się także wykształcenie rodziców (Bakiera, 1996). Deklarowany status ekonomiczny różnicował (choć w małym stopniu) wyobrażenia nastolatków i młodych dorosłych na temat sposobu pełnienia przez nich w przyszłości roli rodzicielskiej (Janowicz, 2017). Choć wyniki te nie potwierdziły się w kolejnych badaniach prowadzonych przy użyciu odmiennych metod badawczych (Janowicz i in., 2019). Natomiast zaobserwowano istotne różnice pomiędzy osobami pochodzącymi ze środowisk wiejskich i dużych miast – osoby pochodzące z dużego miasta cechowały się bardziej rozbudowanymi wyobrażeniami na temat sposobów przygotowania się do roli rodzicielskiej, choć nadawały one rodzicielstwu mniejszą wartość w strukturze swojego dorosłego życia. Osoby te były także mniej przekonane co do tego, że wspólne posiadanie dziecka przyczyni się do zacieśnienia relacji z partnerem życiowym. Kobiety z dużych miast istotnie rzadziej odwoływały się w swoich wyobrażeniach do tradycyjnych wzorców roli macierzyńskiej.

Wobec przedstawionych powyżej przesłanek empirycznych wskazujących na znaczenie takich czynników, jak status społeczno-ekonomiczny rodziny pochodzenia czy miejsce zamieszkania dla formowania się celów i planów życiowych oraz przewidywań młodych ludzi na temat własnej przyszłości, warto zastanowić się nad możliwymi powodami takich różnic. Odnosząc się do roli wykształcenia rodziców, można przewidywać, że bardziej wykształcone osoby są silniej nastawione na stymulowanie rozwoju swoich dzieci, także poprzez angażowanie je w dyskusje, podsuwanie inspirujących lektur, zachęcanie do ujmowania problemów z różnych perspektyw, czy też dzielenie się swoją rozległą wiedzą o świecie. A poziom wiedzy o świecie oraz zdolność do uwzględniania różnych możliwości są istotne dla trafności predykcji na temat własnej przyszłości i tworzenia jej symulacji (Schacter i in., 2007; Szpunar i in., 2014b). W rodzinach inteligenckich może też dochodzić do przekazywania wartości związanych z ceniением własnego rozwoju i zdobywaniem wiedzy, co może skutkować tym, że dzieci pochodzące z tych rodzin będą częściej formować cele odnoszące się do edukacji. A co za tym idzie –osiągnięcie wyższego wykształcenia częściej może być elementem ich wizji własnego dorosłego życia.

Sytuacja materialna rodziny istotnie wpływa na możliwość zapewnienia dziecku zróżnicowanego środowiska rozwojowego i zaspokojenie jego potrzeb związanych z rozwijaniem własnych umiejętności. Ograniczone środki finansowe rodziny mogą skutkować niemożnością uczestnictwa dziecka w różnych zajęciach dodatkowych lub nawet trudnością w zapewnieniu pomocy potrzebnych do pełnego korzystania z podstawowej edukacji (zakup podręczników, pomocy szkolnych, wyjazdy na szkolne wycieczki itp.). Sytuacja taka może prowadzić do niższego poziomu wiedzy o świecie u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości pochodzących z rodzin o niższym statusie społecznoekonomicznym, co, jak już wspomniano, może przekładać się na trudności w zakresie formowania realistycznej wizji własnego dorosłego życia. Co więcej, mniejsza możliwość rozwijania swoich pasji i talentów znacząco ogranicza repertuar aktywności, jakie jednostka może podejmować w dorosłym życiu (np. ze względu na brak wykształcenia lub kompetencji), co z kolei może znajdować swoje odzwierciedlenie w uboższych i mniej rozbudowanych wyobrażeniach na temat własnej przyszłości. Możliwości finansowe rodziny pochodzenia mogą też rzutować na zakres dostępnych jednostce form spędzania wolnego czasu (hobby, wyjazdy). Możliwość realizowania wielu pasji i świadomość, że ma się na to środki finansowe może prowadzić do rozwijania tego elementu wizji własnego dorosłego życia (np. przez bardziej szczegółowe wyobrażenia nt. przyszłych podróży czy różnych hobby).

Miejsce zamieszkania może być powiązane zarówno z poziomem wykształcenia (mniejszy odsetek osób o wyższym wykształceniu na terenach wiejskich), jak i sytuacją materialną (wyższe przeciętne dochody mieszkańców dużych aglomeracji miejskich), co może częściowo tłumaczyć zależności pomiędzy miejscem zamieszkania oraz sposobem myślenia o własnej przyszłości przez młodych ludzi. Istotny wydaje się też czynnik związany ze wzorcami otaczającymi jednostkę. Zamieszkiwanie w mieście stwarza możliwość funkcjonowania w bardziej różnorodnym środowisku. Z jednej strony może tu ułatwiać formowanie wizji własnego dorosłego życia ze względu na większą dostępność różnych wzorów (np. osób realizujących rozmaite ścieżki kariery, także takie, które odpowiadałyby jednostce). Z drugiej zaś strony, może to utrudniać dokonanie predykcji na temat własnej przyszłości, gdy wielość możliwości wydaje się przytłaczająca. Obserwuje się także różnice w tempie zmian dotyczących wzorców życia rodzinnego pomiędzy osobami żyjącymi w miastach i na wsiach – w dużych aglomeracjach miejskich więcej osób przejawia bardziej egalitarne i mniej tradycyjne wzorce życia rodzinnego (Szlendak, 2011), co może być przejmowane przez młode osoby i rzutować na to, jak będą one spostrzegać swoją przyszłość rodzinną.

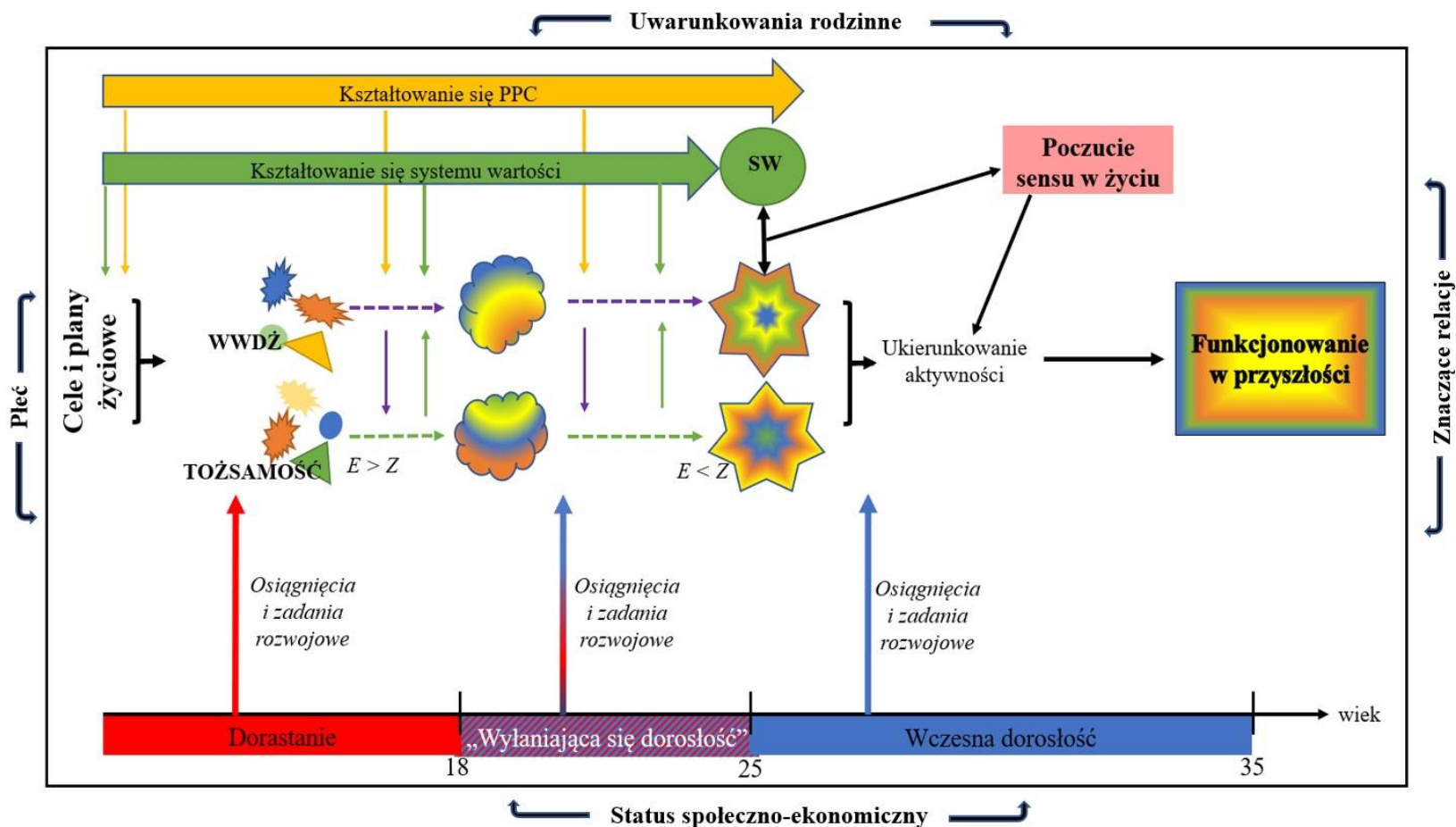
Podsumowując kwestie związane z wpływem statusu społeczno-ekonomicznego na kształtowanie się wyobrażeń na temat własnej przyszłości należy podkreślić, że środowisko, w którym dorasta młody człowiek dostarcza mu konkretnych ofert (związanych z edukacją, potencjalnym zawodem, sposobem życia) oraz wzorców realizowania różnych ról społecznych. Zarówno te oferty jak i wzorce mogą różnić się w zależności od otoczenia, w jakim dorasta nastolatek, co może przekładać się na strukturę i treść wyobrażeń na temat własnego dorosłego życia w przyszłości. Choć wyniki badań w tym obszarze nie są jednoznaczne, to dostarczają one przesłanek do tego, by uwzględnić ten aspekt w projektowaniu badań nad kształtem wizji własnego dorosłego życia u młodych ludzi.

## **5. Model podsumowujący teoretyczną podstawę projektu badawczego**

Po omówieniu zagadnień definicyjnych związanych z formami umysłowej aktywności prospektywnej, przedstawieniu w świetle funkcjonujących teorii psychologicznych miejsca wizji własnego dorosłego życia w rozwoju jednostki, a także przybliżeniu wybranych podmiotowych i pozapodmiotowych czynników związanych z procesem jej kształtowania się, przedstawiony zostanie rozwojowy model kształtowania się wizji własnego dorosłego życia w okresie wyłaniającej się dorosłości, podsumowujący teoretyczną podstawę zrealizowanego badania. Opisuje on znaczenie wizji własnego dorosłego życia w rozwoju człowieka w okresie wyłaniającej się dorosłości. Ujmuje on to zagadnienie z perspektywy rozwojowej, uwzględniając wybrane czynniki związane z procesem kształtowania się tejże wizji. Schematycznie model został przedstawiony na rysunku 4.

#### Rysunek 4

Rozwojowy model kształtowania się wizji własnego dorosłego życia u osób w okresie wylaniającej się dorosłości



Legenda: PPC – przyszłościowa perspektywa czasowa; SW – system wartości; WWDŹ – wizja własnego dorosłego życia; E – eksploracja; Z – zobowiązanie; kolorowe figury geometryczne obrazują proces kształtowania się WWDŹ i tożsamości

Źródło: opracowanie własne.

Myślenie o przyszłości i kształtowanie się wyobrażeń na temat własnej przyszłości jest procesem, którego początki możemy obserwować już w okresie dzieciństwa (Friedman, 2003). Obecne są one w życiu człowieka aż do późnej dorosłości (Timoszyk-Tomczak i Bugajska, 2012). Zdolność do wybiegania myślami w przyszłość obserwuje się już u dzieci w wieku przed 3. rokiem życia (Benson, 1994; Eisenberg, 1985; za: Atance i O'Neill, 2001), a w wieku przedszkolnym rozwija się zdolność do uwzględniania potencjalnych konsekwencji swoich aktualnych zachowań (Thompson i in., 1997; Moore i in., 1998). Zdolność ta doskonali się w kolejnych latach życia. Wraz z ogólnym rozwojem jednostki oraz zmieniającym się kontekstem jej życia, różne formy myślenia o własnej przyszłości ulegają przekształceniom – zarówno pod względem treści, jak i stopnia ustrukturywania, realizmu, rozległości czy też tego, jak daleko w przyszłość sięgają. Na każdym z etapów rozwojowych myślenie o przyszłości, formułowanie celów i planów życiowych oraz przewidywania dotyczące tego, jak ta przyszłość będzie wyglądała pełni istotną funkcję motywacyjną i ukierunkowuje działanie jednostki (Nurmi, 1991; Nuttin, 1985). Okresem szczególnie intensywnego podejmowania decyzji dotyczących własnej przyszłości jest czas dorastania i początek wczesnej dorosłości, kiedy to jednostka dokonuje wyborów dotyczących wszystkich najważniejszych sfer życia (edukacja, praca zawodowa, życie rodzinne) (Arnett, 2000; Bakiera, 2009; Czerwińska-Jasiewicz, 2015; Erikson, 1997; Havighurst, 1981; Inhelder, Piaget, 1970; Levinson, 1988). Perspektywa dorosłego życia i podjęcia związanych z nim ról społecznych staje się w tym czasie coraz bliższa i bardziej realna, co wymaga od jednostki podjęcia konkretnych działań ukierunkowanych nie tylko na teraźniejszość, ale także na przyszłość. Cele, plany życiowe i ogólna koncepcja własnego życia w tym okresie mają szczególną siłę pod względem ukierunkowywania działalności młodego człowieka i stanowią ważną podstawę kluczowych wyborów życiowych (Czerwińska-Jasiewicz, 2015; Kutra, 2008a; Levinson, 1988; Liberska, 2004). Są one też ściśle związane z rozwojem osobowości nastolatka i młodego dorosłego oraz formowaniem się tożsamości (Brzezińska i in., 2016; Erikson, 1997, 2004; Levinson, 1988; Luyckx i in., 2006, 2008; Skhirtladze i in., 2020).

Ważną podstawą kształtowania się planów życiowych jest przyjęty system wartości (Czerwińska-Jasiewicz, 2015; Inhelder, Piaget, 1970; Koziński, 1975; Matuszewicz, 1975; Mądrzycki, 2002; Nurmi, 1991; Nuttin, 1980; Zaleski, 1991). Stanowi on także punkt odniesienia przy ewaluacji podejmowanych wyborów, a zgodność realizowanych celów życiowych z cenionymi wartościami jest istotna dla osiągnięcia przez jednostkę poczucia sensu w życiu (Kossakowska i in., 2013; Steger i in., 2006). Zatem przewidywanie, że w przyszłości

uda się zbudować dorosłą strukturę życia bazującą na istotnych dla jednostki wartościach może mieć istotny charakter sensotwórczy. Powinno to wspierać podtrzymywanie obranej aktualnie ścieżki życia i wzmacniać motywację do podejmowanego wysiłku (np. związanego z wybranym kierunkiem studiów, pracą zawodową czy też tworzoną relacją intymną). Z kolei wizja własnego dorosłego życia wskazująca na to, że dorosłe życie jednostki może mieć kształt odbiegający od tego, co dla niej ważne może przyczyniać się do zachwiania poczucia sensu w życiu oraz nastawienia na modyfikację podjętych wyborów – tak aby dorosła struktura życia, do której jednostka zmierza była zbudowana wokół istotnych dla niej wartości.

Kolejnym z kluczowych czynników podmiotowych związanych z kształtowaniem się wizji własnego dorosłego życia jest rozwinięcie perspektywy przyszłościowej (Husman i Lens, 1999; Lens, 1986). Podejmowanie aktywności poznawczej ukierunkowanej na formułowanie planów dotyczących przyszłości oraz analiza aktualnych doświadczeń jednostki pod kątem ich adekwatności wobec dalekosiężnych celów istotnie sprzyjają formowaniu się bardziej wysuniętej w czasie, ustrukturowanej i rozbudowanej wizji własnego dorosłego życia. Wizja taka ma silniejszą wartość motywacyjną i potencjał do ukierunkowywania aktywności jednostki w sposób sprzyjający realizowaniu celów życiowych ((Husman i Lens, 1999; Lens, 1986; Zaleski, 1991). Natomiast skupienie się na sprawach bieżących lub zaabsorbowanie negatywnymi aspektami przeszłych wydarzeń sprawia, że jednostka mniej uwagi poświęca zagadnieniom związanym z przyszłością przez co jej wyobrażenia na jej temat mogą być znacząco uboższe (Husman i Lens, 1999; Lens, 1986; Zimbardo i Boyd, 1999).

Na proces kształtowania się wizji własnego dorosłego życia u młodych osób istotny wpływ mają także procesy związane z ogólnym rozwojem człowieka w okresie adolescencji i wczesnej dorosłości. O związkach z procesem kształtowania się tożsamości wspomniano już wcześniej. Oprócz tego należy podkreślić wagę rozwoju myślenia formalnego i postformalnego (Arlin, 1975; Basseches, 1990; Inhelder i Piaget, 1970; Labouvie-Vief, 1982; Liberska, 2004; Piaget, 2006; Sinnott, 1984; Wadsworth, 1998), rosnącej dojrzałości emocjonalnej (Obuchowska, 1982, 2000) a także doświadczeń wynoszonych z nowych relacji społecznych (Bakiera, 2009; Janowicz, 2017; Izdebski, 2012; Sassler i Miller, 2012), w tym relacji intymnych i seksualnych (Beisert, 2012; Izdebski, 2012; Janowicz, 2020). Wraz z rozwojem we wspomnianych powyżej obszarach można spodziewać się kształtowania przez jednostkę coraz bardziej realistycznych, ustrukturowanych, rozległych i lepiej



uwzględniających kluczowe zadania rozwojowe dorosłości przewidywać na temat swojego przyszłego dorosłego życia.

Wśród czynników stanowiących swoisty kontekst dla procesów opisanych powyżej podkreślić należy między innymi fakt bycia kobietą lub mężczyzną oraz wynikająca z tego odmienna socjalizacja (Wojciszke, 2002) zakorzeniona w konkretnych wzorcach ról płciowych. Znajdują one odzwierciedlenie w treści oraz strukturze wyobrażeń młodych kobiet i mężczyzn na temat własnej przyszłości (Greene i DeBacker, 2004; Greene i Wheathley, 1992; Klinberg, 1967; Lamm i in., 1967; Poole i Cooney, 1987; Rodriguez-Tomé i Bariaud, 1987; za: Liberska, 2004; Seginer, 1988). Na kształtowanie się wyobrażeń młodzieży na temat własnej przyszłości istotny wpływ ma też środowisko rodzinne (Liberska, 2004; Nurmi, 1987; Pulkkinen, 1990; Trommsdorff, 1986; za: Liberska, 2004), a szczególnie ogólny klimat emocjonalny rodziny, preferowany przez rodziców styl wychowawczy oraz wzorce komunikacji w rodzinie. Także charakterystyka szerszego środowiska rozwojowego jednostki, którą w dużej mierze określa status społeczno-ekonomiczny, różnicuje oferty rozwojowe do jakich dostęp ma młody człowiek, a co za tym idzie przekładać może się nie tylko na treść jego wyobrażeń na temat własnej przyszłości (Coleman, 1997; Tyszkowa, 1985), ale też na ich strukturę (Liberska, 2004; Nurmi, 1987; Lamm i in., 1976). Istotną kwestią, wspomnianą już przy okazji opisu wagi rozwoju społecznego jednostki dla kształtowania się wizji własnego dorosłego życia, są także znaczące pozarodzinne relacje budowane przez osoby w okresie wyłaniającej się dorosłości. W pierwszej kolejności wskazać tu należy na partnerów w związkach intymnych i pre-intymnych (Janowicz, 2020), a także na osoby wspierające młodego człowieka w procesie stawania się osobą dorosłą (Levinson, 1988).

Podsumowując przedstawienie teoretycznego modelu leżącego u podstaw zrealizowanego badania, podkreślić należy, że formowanie się wizji własnego dorosłego życia jest ściśle związane z rozwojem jednostki w okresie wyłaniającej się dorosłości. Konieczność sformułowania w tym czasie wyobrażeń na temat własnej przyszłości ściśle wynika z zadań rozwojowych stojących przed jednostką, a także jest niezbędne dla wykształcenia się zdrowej tożsamości, będącej podstawą podejmowania zobowiązań charakterystycznych dla osoby dorosłej i identyfikacji z nimi. Posiadanie wizji własnego dorosłego życia zbudowanej na podstawie osobistego systemu wartości jest istotne ze względu na osiągnięcie przez jednostkę poczucia sensu własnego życia i antycypowanie go w przyszłości. Wydaje się być także ważne dla ukierunkowywania działań młodego człowieka

na kwestie związane z przyszłością – tak aby jego aktualna działalność sprzyjała realizacji istotnych celów życiowych. Na proces ten wpływać mogą liczne czynniki podmiotowe (m.in. płeć, rozwinięcie przyszłościowej perspektywy czasowej, system wartości i charakterystyka wynikająca z ogólnego rozwoju jednostki w danym momencie życia) i pozapodmiotowe (uwarunkowania rodzinne czy też status społeczno-ekonomiczny). Zapewne można by wskazać także na inne czynniki, które nie zostały szerzej opisane w niniejszej pracy.

Nie sposób uwzględnić ich wszystkich w zrealizowanym projekcie badawczym, tak aby dawał on szansę na pomyślną realizację w obrębie przygotowania rozprawy doktorskiej. Z tego też powodu dokonano wyboru niektórych podmiotowych i pozapodmiotowych czynników związanych potencjalnie z procesem kształtowania się wizji własnego dorosłego życia w okresie wyłaniającej się dorosłości. Wyboru tego dokonano ze względu na postawione problemy i cele badawcze, które zostaną opisane w rozdziale 6.

## **6. Metodologiczne podstawy badań własnych**

Ta część pracy dotyczy metodologicznych aspektów zrealizowanego projektu badań własnych dotyczącego wybranych czynników podmiotowych i pozapodmiotowych związanych z kształtowaniem się wizji własnego dorosłego życia u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości. Rozdział otwiera przedstawienie problemów badawczych oraz sposobu definiowania zmiennych. Następnie przedstawiony zostanie model struktury zmiennych, operacjonalizacja zmiennych w odniesieniu do każdego z problemów badawczych oraz szczegółowe pytania badawcze i wynikające z nich hipotezy. W dalszej kolejności omówione zostaną kwestie związane z organizacją zrealizowanych badań: narzędzia i metody badawcze, charakterystyka uczestników badania i przebieg badania. Rozdział zamyka omówienie kwestii etycznych.

### **6.1. Problemy badawcze**

Nadrzędnym celem badawczym było poznanie wizji własnego dorosłego życia u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości – dokonanie opisu jej treści i struktury oraz zmian w jej obrębie na przestrzeni czasu (podczas ostatniego roku edukacji w szkole średniej/ na studiach). Kolejnym celem badawczym prezentowanego projektu było zweryfikowanie zależności pomiędzy wybranymi czynnikami podmiotowymi i pozapodmiotowymi a treścią i strukturą wizji własnego dorosłego życia w okresie wyłaniającej się dorosłości. Oprócz tego, zrealizowane badanie miało na celu sprawdzenie, czy treść i struktura wizji własnego dorosłego życia są u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości związane z doświadczanym poczuciem sensu w życiu i natężeniem poszczególnych wymiarów tożsamości oraz czy osoby o odmiennych statusach tożsamości różnią się pomiędzy sobą w zakresie treści i struktury wizji własnego dorosłego życia. Ponadto, kolejnym celem badania było zweryfikowanie, czy zmiany w zakresie wymiarów i statusów tożsamości oraz poczucia sensu w życiu są powiązane ze zmianami w treści i strukturze wizji własnego dorosłego życia. Celem niniejszego badania było także zweryfikowanie, czy wybrane czynniki podmiotowe i pozapodmiotowe są predyktorami zmian w zakresie treści i struktury wizji własnego dorosłego życia na przestrzeni ostatniego roku edukacji w szkole średniej/ na studiach wyższych.

Cele te związane były z pozyskiwaniem danych zarówno o charakterze jakościowym, jak i ilościowym oraz z przeprowadzeniem badania podłużnego (dwa pomiary). Zrealizowane badanie miało pozwolić odpowiedzieć na następujące pytania badawcze<sup>11</sup>:

- 1) Jaką wizję własnego dorosłego życia mają osoby w okresie wyłaniającej się dorosłości?
- 2) Które z wybranych czynników podmiotowych i pozapodmiotowych związane są z treścią i strukturą wizji własnego dorosłego życia oraz subiektywnym ustosunkowaniem się do niej u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości?
- 3) Czy treść i struktura wizji własnego dorosłego życia oraz subiektywne ustosunkowanie się do niej są u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości związane są z rozwojem tożsamości?
- 4) Czy treść i struktura wizji własnego dorosłego życia oraz subiektywne ustosunkowanie się do niej są u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości związane są z poczuciem aktualnego sensu w życiu i nastawieniem na jego poszukiwanie w przyszłości?
- 5) Jakie zmiany następują w obrębie treści i struktury wizji własnego dorosłego życia oraz subiektywnego ustosunkowania się do niej podczas ostatniego roku edukacji w szkole średniej/ na studiach wyższych?
- 6) Czy wybrane czynniki podmiotowe są predyktorami lub czynnikami różnicującymi zakres zmian w obrębie struktury i treści wizji własnego dorosłego życia oraz subiektywnego ustosunkowania się do niej podczas ostatniego roku edukacji w szkole średniej/ na studiach wyższych?
- 7) Czy te zmiany są powiązane ze zmianami w obrębie tożsamości i poczucia sensu w życiu?

Pytania te mają częściowo charakter eksploracyjny (pytania 1. i 5.), a częściowo są nastawione na weryfikację konkretnych hipotez (pytania 2., 3., 4., 6. i 7.). Odpowiedzi na nie zostały uzyskane na drodze empirycznej w odniesieniu do szczegółowych pytań badawczych przedstawionych w podrozdziale 6.4. Pytania te były podstawą sformułowania hipotez badawczych przedstawionych w podrozdziale 6.5.

## **6.2. Definicje zmiennych**

### ***6.2.1. Wizja własnego dorosłego życia***

Wizja własnego dorosłego życia w tym projekcie jest rozumiana jako wyobrażenie jednostki na temat jej dorosłego życia w określonym momencie przyszłości. Co istotne, odnosi się ona do stanu przewidywanego, a nie pożądanego. Jest więc poznawczą reprezentacją antycypowanego kształtu życia – wyobrażeniem tego, jak według jednostki jej

---

<sup>11</sup> W tym miejscu przedstawiono ogólne pytania badawcze. Pytania szczegółowe przedstawiono w części 6.4.

życie naprawdę będzie wyglądać, już po uwzględnieniu własnych celów, aspiracji, marzeń, planów życiowych, ocenie szans ich realizacji i uwzględnieniu potencjalnego wpływu (wspierającego lub sabotującego) innych czynników (np. ogólna sytuacja społeczno-polityczno-ekonomiczna, zachowania innych ludzi) na bieg własnego życia. Ma ona raczej statyczny charakter, gdyż odnosi się do jasno określonego momentu w przyszłości.

Wizja ta była analizowana pod kątem:

- 1) **Obecnych w niej (lub nie) odniesień do wybranych obszarów życia** - wyobrażenie to może odnosić się (lub nie) do różnych obszarów przyszłego życia jednostki (np. praca zawodowa, życie rodzinne, zaangażowanie społeczne).
- 2) **Poziomu rozbudowania** – wizja ta może mieć zróżnicowany poziom rozbudowania, określany liczbą obszarów życia, do których jednostka się odwołuje (niezależnie od tego, jakie obszary składają się na tę liczbę); można więc mówić o szczątkowej, mało, umiarkowanej lub bardzo rozbudowanej wizji.
- 3) **Szczegółowości** – wyobrażenie na temat przewidywanego kształtu swojego przyszłego życia może charakteryzować się również odmiennym poziomem uszczegółowienia – zarówno w odniesieniu do każdego z ujętych w niej obszarów, jak i całokształtu tejże wizji; w obu przypadkach można mówić o ogólnikowej, mało, umiarkowanej lub bardzo szczegółowej wizji.
- 4) **Stopnia zbalansowania** – w wizji tej różna może być proporcja udziału poszczególnych obszarów życia, do których odnosi się osoba; można powiedzieć o wizji zbalansowanej lub takiej, w której dominuje jeden/ dwa obszary życia.
- 5) **Idylliczności** – stopień w jakim wizja własnego dorosłego życia ma charakter idylliczny, tzn. obrazuje dorosłe życie, jakie chciałoby mieć większość osób oraz nie zawiera żadnych negatywnych emocji, niepokoju, elementów rozczarowania.
- 6) **Łatwości w jej sformułowaniu i opisanie** - spostrzegana przez jednostkę łatwość przywołania i opisanie wizji własnego dorosłego życia.
- 7) **Natężenia pozytywnych i negatywnych emocji podczas jej formułowania i opisywania** - relacjonowane przez jednostkę natężenie pozytywnych i negatywnych emocji towarzyszących wyobrażaniu sobie własnej przyszłości i opisywaniu jej.
- 8) **Emocjonalnego ustosunkowania się do niej** – wzajemny stosunek natężenia pozytywnych i negatywnych emocji towarzyszących formułowaniu i opisywaniu wizji własnego dorosłego życia; można mówić o silnie pozytywnym, umiarkowanie pozytywnym, silnie negatywnym, umiarkowanie negatywnym, silnie ambiwalentnym, umiarkowanie

ambivalentnym i neutralnym stosunku emocjonalnym do posiadanej wizji własnego dorosłego życia.

9) **Poczucia ciągłości** - natężenie towarzyszącego przywołaniu i opisaniu wizji własnego dorosłego życia poczucia jednostki, że pomimo upływu czasu i różnych doświadczeń nadal będzie ona w głębi tą samą osobą.

### **6.2.2. Wymiary rozwoju tożsamości**

Zgodnie z modelem opracowanym przez Luyckx'a i jego współpracowników (Luyckx i in., 2006; Luyckx i in., 2008) na bazie teorii Eriksona (1997, 2004) i Marcii (1966; za: Oleszkowicz, 1995) proces formowania się tożsamości można ująć w dynamicznej perspektywie interakcji między eksploracją i zobowiązaniem, dzieląc go na dwa cykle – cykl podjęcia zobowiązania i cykl oceny zobowiązania. Każdy z nich składa się z dwóch etapów odnoszących się do wymiarów eksploracji i zobowiązania. Określenie wymiaru rozwoju tożsamości u jednostki można więc rozumieć jako sposób opisanie jej funkcjonowania w odniesieniu do zaproponowanego przez Luyckx'a modelu podwójnego cyklu formowania tożsamości, oceniając natężenie procesów charakterystycznych dla kolejnych jego faz (eksploracja wszerz, podjęcie zobowiązania, eksploracja w głąb, identyfikacja ze zobowiązaniem) lub dezadaptacyjnej formy eksploracji określanej mianem eksploracji ruminacyjnej (moratoryjnej).

Można więc wyróżnić pięć wymiarów rozwoju tożsamości (Brzezińska i Piotrowski, 2010; Luyckx i in. 2006; Piotrowski i Brzezińska, 2017):

- 1) **Eksploracja wszerz (EW)** – wiąże się z rozpoznawaniem szerokiego spektrum możliwości oraz obszarów aktywności, stanowi ważny czynnik poprzedzający podjęcie zobowiązania.
- 2) **Podjęcie zobowiązania (PZ)** – wstępny wybór (spośród różnych alternatyw) obszarów zaangażowania jednostki podjęty na bazie eksploracji wszerz i innych zdobytych doświadczeń; podjęte zobowiązania składają się na tożsamość człowieka.
- 3) **Eksploracja w głąb (EG)** – introspekcyjny proces skierowania się do wewnątrz i oceny podjętych zobowiązań; weryfikowanie czy są one zgodne z jej wyobrażeniami, oczekiwaniami i możliwościami; może doprowadzić do przekonania o braku dopasowania pomiędzy jednostką a podjętymi przez nią zobowiązaniami, co może skutkować ponownym podjęciem eksploracji wszerz.
- 4) **Identyfikacja ze zobowiązaniem (IZ)** – ostateczne włączenie zobowiązań w strukturę tożsamości jednostki podjęte po stwierdzeniu słuszności podjętych wcześniej zobowiązań i ich dopasowaniu do jednostki.

5) **Eksploracja ruminacyjna (ER)** – związana z dezadaptacyjnym nasileniem procesów eksploracji, doświadczaniem trudności w uzyskaniu odpowiedzi na pytania tożsamościowe, powracaniem wciąż tych samych, nieskutecznych sposobów budowania tożsamości, niemożnością dokonania satysfakcjonujących wyborów w ważnych tożsamościowych domenach.

### 6.2.3. Statusy tożsamości

Rozszerzeniem koncepcji wymiarów rozwoju tożsamości (Luyckx i in., 2006) było zaproponowanie przez Koena Luyckxa i współpracowników (2008), aby na ich podstawie wyodrębnić typy (statusy) tożsamości, odzwierciedlające interakcję między natężeniem poszczególnych wymiarów tożsamości (profile wymiarów tożsamości). W oparciu o analizę skupień (metoda Ward'a, kwadrat odległości euklidesowej) z wykorzystaniem wyników kwestionariusza DIDS pochodzących z dwóch prób ( $N_1 = 263$ ;  $N_2 = 440$ ), Luyckx ze współpracownikami (2008) wyodrębnili 6 skupień (statusów tożsamości):

1) **Tożsamość osiągnięta** (*achievement*) charakteryzująca osoby o wysokich wynikach na obu dymensjach dotyczących zobowiązania (PZ i IZ), umiarkowanych lub wysokich wynikach na skalach dotyczących adaptacyjnych form eksploracji (EW i EG) oraz niskich wynikach nieadaptacyjnej eksploracji ruminacyjnej (ER).

2) **Rozproszona dyfuzja** (*diffused diffusion*) charakteryzująca osoby o niskich wynikach na obu dymensjach dotyczących zobowiązania (PZ i IZ), przeciętnych wynikach na skalach dotyczących adaptacyjnych form eksploracji (EW i EG) oraz wysokich lub bardzo wysokich wynikach nieadaptacyjnej eksploracji ruminacyjnej (ER).

3) **Beztraska dyfuzja** (*carefree diffusion*) charakteryzująca osoby o niskich lub umiarkowanie niskich wynikach na obu dymensjach dotyczących zobowiązania (PZ i IZ), niskich lub bardzo niskich wynikach na skalach dotyczących adaptacyjnych form eksploracji (EW i EG) oraz przeciętnych wynikach nieadaptacyjnej eksploracji ruminacyjnej (ER).

4) **Ruminacyjne moratorium** (*ruminative moratorium*) charakteryzujące osoby o umiarkowanie niskich lub przeciętnych wynikach na obu dymensjach dotyczących zobowiązania (PZ i IZ) oraz wysokich lub bardzo wysokich wynikach na skalach dotyczących wszystkich trzech form eksploracji (EW, EG, ER).

5) **Tożsamość lustrzana** (*foreclosure*) charakteryzująca osoby o wysokich lub umiarkowanie wysokich wynikach na obu dymensjach dotyczących zobowiązania (PZ i IZ), umiarkowanie niskich lub bardzo niskich wynikach na skalach dotyczących eksploracji wszerz i eksploracji

ruminacyjnej (EW i ER) oraz przeciętnym lub umiarkowanie niskim natężeniu eksploracji w głąb (EG).

6) **Tożsamość nie zróżnicowana** (*undifferentiated*) charakteryzująca osoby o przeciętnych wynikach na wszystkich skalach (EW, EG, PZ, IZ, ER);

#### **6.2.4. Przyszłościowa perspektywa czasowa**

Przyszłościowa perspektywa czasowa odnosi się do porządkowania przez podmiot reprezentacji potencjalnych zdarzeń (antycypowanych lub konstruowanych przez tenże podmiot) na wymiarze przyszłego czasu – jest terażniejszą reprezentacją celów dotyczących przyszłości (Simons i in., 2004). Można ją opisać jako „natężenie myślenia o przyszłości i tendencja do wybiegania w przyszłość, odzwierciedlająca obecność przyszłości w funkcjonowaniu poznawczym i behawioralnym jednostki” (Katra, 2008a, s. 152). Jest ona przede wszystkim „zdolnością poznawczą do tworzenia reprezentacji przyszłości i wypełniania jej reprezentacjami przyszłych zdarzeń” (Katra, 2008a, s. 42). Reprezentacje te mogą mieć charakter wyobrażeń o zróżnicowanym poziomie wyrazistości i szczegółowości. Ocena tego, czego się jednostka spodziewa prowadzi do ukształtowania się afektywnego nastawienia do własnej przyszłości. W planowanym badaniu uwzględnione zostaną trzy aspekty przyszłościowej perspektywy czasowej (Cycoń i Zaleski, 1998):

1) **Skupienie na sprawach bieżących** – odnosi się do stopnia zaabsorbowania jednostki bieżącymi działaniami, bez opracowywania planów na przyszłość; chęci osiągnięcia terażniejszych korzyści i zostawiania przyszłych rzeczy na „jutro”; myślenie o przeszłości jest ograniczone do bardzo bliskiej przyszłości, a jednostka angażuje się głównie w to, co dotyczy terażniejszości.

2) **Planowane długoterminowe** – obejmuje optymizm i samodzielność w opanowaniu własnej przyszłości, planowaniu i przygotowaniu się do sprecyzowanej przyszłości; zawiera w sobie zdolność do odraczania gratyfikacji i podejmowania działań zorientowanych na odległe cele; odnosi się do aktywności poznawczej polegającej na konstruowaniu wyobrażeń dotyczących bardziej odległej przyszłości jak też aktywności behawioralnej potrzebnej do osiągnięcia ostatecznych celów.

3) **Realizacja projektów przyszłości** – wiąże się z analizowaniem alternatywnych strategii realizacji celów, dążeniem do zwiększania szans na ich osiągnięcie oraz myśleniem w kategoriach działań, poprawy i konsekwencji; odnosi się także do porównywania osiągnięć z wcześniejszymi planami i motywacyjną wartością dostrzeganych rozbieżności; potencjalnym



przeszkodom jednostka dzielnie stawia czoła i potrafi łączyć swoje osiągnięcia z innymi sferami życia.

### **6.2.5. Perspektywa czasu**

Perspektywa czasu to „sposób dzielenia doświadczenia na odrębne kategorie lub ramy czasowe” (Keough i in., 1999, s. 150). Dzięki porządkowaniu wydarzeń z uwzględnieniem perspektywy czasu, łatwiej jest jednostce ujmować je jako spójne doświadczenia, przynoszące poczucie sensu. Poznawcze ramy czasowe mogą być wykorzystywane zarówno do przywoływania, odkodowywania i ujmowania w historii wydarzeń z przeszłości, jak i do formowania oczekiwań, celów, czy wyobrażeń dotyczących przyszłości. Według Zimbardo i Boyda (1999) ludzie różnią się między sobą skłonnością do odwoływania się do różnych perspektyw czasowych – do przeszłości, teraźniejszości i przyszłości. Preferowana perspektywa czasu może ich zdaniem wpływać także na aktywność jednostki „tu i teraz”. W niniejszym badaniu uwzględniono pięć rodzajów perspektywy czasu:

1) **Przeszłościowa–pozytywna perspektywa czasu** – odnosi się do ciepłego i pełnego sentymentu ustosunkowania do własnej przeszłości, która spostrzegana jest generalnie jako dobra, wartościowa i wypełniona pozytywnymi doświadczeniami; osoby o wysokim natężeniu perspektywy przeszłościowej–pozytywnej chętnie wracają wspomnieniami do własnego dzieciństwa oraz wysoko cenią rodzinne zwyczaje i tradycje.

2) **Przeszłościowa–negatywna perspektywa czasu** – związana jest z negatywnym i awersyjnym patrzeniem na własną przeszłość, rozpamiętywaniem przykrych wydarzeń z minionych lat, żalem z powodu jakiegoś dobra, które nas ominęło czy też zastanawianiem się nad tym, co można było zrobić inaczej; może być związana z trudnymi, bolesnymi a nawet traumatycznymi doświadczeniami z własnej przeszłości, które wciąż mają wpływ na to, jak jednostka przeżywa różne sytuacje.

3) **Teraźniejszościowa–hedonistyczna perspektywa czasu** – związana jest z hedonistycznym, beztroskim a nawet ryzykownym podejściem do życia i impulsywnością; towarzyszy temu nastawienie na poszukiwanie wrażeń i doświadczeń pobudzających silne emocje oraz tego, co da jednostce przyjemność „tu i teraz”; osoby o silnym nastawieniu teraźniejszościowo–hedonistycznym nie lubią nudy i są gotowe podejmować ryzykowne decyzje, aby jej zapobiec.

4) **Teraźniejszościowa–fatalistyczna perspektywa czasu** – odnosi się do fatalistycznego i pozbawionego nadziei patrzenia na życie; mocno związane jest z tym także spostrzeganie siebie jako zależnego od jakichś sił wyższych czy też losu – szczęście jest ważniejsze od

systematycznej pracy a przyszłość jawi się jako nieprzewidywalna; osoby o silnym nastawieniu teraźniejszościowym–fatalistycznym często mają poczucie brak kontroli nad własnym życiem, niemożności przełamania jakiegoś impasu albo passy negatywnych doświadczeń.

5) **Przyszłościowa perspektywa czasu** – związana jest z silnym nastawieniem na przyszłość i uwzględnianiem jej także w swojej aktualnej aktywności, co przejawia się m.in. skłonnością do planowania i wyznaczania sobie konkretnych celów; osoby o orientacji przyszłościowej potrafią zrezygnować z mniejszych, ale szybszych korzyści na rzecz wykonania czegoś, co da im znacznie większe zyski (nawet jeśli będzie trzeba na nie dłużej poczekać) a także doceniają dokonywanie systematycznego progresu w ramach realizacji jakiegoś zadania, wolą zaplanować swój dzień niż „brać go takim, jakim jest”.

#### **6.2.6. Poczucie sensu w życiu**

Sens życia jest zjawiskiem odnoszącym się do eudajmonistycznego sposobu rozumienia dobrostanu – wchodzi on w skład wielowymiarowych koncepcji dobrego życia (Kossakowska i in., 2013) i odnosi się on do poszukiwania przez jednostkę sposobu życia, „które ma znaczenie i jest istotne dla jednostki, tj. wartości przeżycia” (Kossakowska i in., 2013, s. 114). Natomiast poczucie sensu w życiu można określić jako stan samowiedzy o własnym sensie, celu (bądź znaczeniu) uzyskanym w życiu (Steger i in., 2006). Dla jednostki ważna jest świadomość posiadania celu zarówno w czasie obecnym, jak i potrzeba dążenia do niego, dlatego wskazuje się (Kossakowska i in., 2013; Steger i in., 2008) na aktualne poczucie sensu w życiu oraz na poszukiwanie sensu w życiu w przyszłości, czyli aktywność naznaczoną wytrwałością i intensywnością w ustanawianiu lub poszerzaniu wiedzy na temat znaczenia własnego życia (Steger i in., 2008).

#### **6.2.7. Wartości życiowe**

Wartości życiowe w ujęciu Schwartza definiowane są jako „poznawcza reprezentacja (zwykle przekonanie) motywacyjnego, godnego pożądanego, ponadsytuacyjnego celu” (Schwartz, 1992; za: Ciecuch, 2013, s. 37). Strukturę ludzkich wartości można odzwierciedlić w kształcie kołowego kontinuum, nadal jednak indywidualne preferencje przyjmują postać hierarchiczną. Umiejscowienie wartości na owym kołowym kontinuum określa się w odniesieniu do dwóch kluczowych dymensji: koncentracja na innych ↔ koncentracja na sobie i wzrost ↔ ochrona siebie (Ciecuch i Schwartz, 2018). W najbardziej

aktualnej wersji swojej koncepcji Schwartz wyodrębnia 19 wartości (Cieciuch i Schwartz, 2018, s. 313-314):

- „1) **Kierowanie sobą w myśleniu** – niezależność myślenia; wolność w poszukiwaniu i wyborze własnych idei oraz rozwijaniu własnych umiejętności; kształtowanie własnego poglądu na świat.
- 2) **Kierowanie sobą w działaniu** – niezależność w podejmowaniu decyzji i realizacji wybranych przez siebie celów; wolność w wyborze działań.
- 3) **Stymulacja** – zmienność, nowość, podniecenie.
- 4) **Hedonizm** – przyjemność, zmysłowe zaspokojenie.
- 5) **Osiągnięcia** – osobisty sukces osiągnięty zgodnie ze społecznymi standardami.
- 6) **Władza nad ludźmi** – władza nad ludźmi, sprawowanie kontroli nad ludźmi.
- 7) **Władza nad zasobami** – władza nad zasobami, sprawowanie kontroli nad materialnymi i społecznymi zasobami.
- 8) **Prestiż** – podtrzymywanie i ochrona swojego publicznego wizerunku, status społeczny, unikanie upokorzenia.
- 9) **Bezpieczeństwo osobiste** – bezpieczeństwo w najbliższym, bezpośrednim otoczeniu.
- 10) **Bezpieczeństwo społeczne** – bezpieczeństwo i stabilność w społeczeństwie.
- 11) **Przystosowanie do reguł** – podporządkowanie się regułom, prawu (też formalnym wymaganiom osób sprawujących władzę).
- 12) **Przystosowanie do ludzi** – unikanie krzywdzenia i denerwowania innych ludzi.
- 13) **Tradycja** – akceptacja i podtrzymywanie zwyczajów, idei i tradycji własnej kultury, religii lub rodziny; respekt w stosunku do tradycji.
- 14) **Pokora** – uznanie małej istotności swojego miejsca w świecie i historii.
- 15) **Życzliwość-niezawodność** – bycie niezawodnym, godnym zaufania członkiem grupy.
- 16) **Życzliwość-troskliwość** – troska o dobra innych członków grupy.
- 17) **Uniwersalizm społeczny** – dążenie do równości, sprawiedliwości i dobra wszystkich ludzi.
- 18) **Uniwersalizm ekologiczny** – ochrona środowiska naturalnego, ochrona przyrody.
- 19) **Uniwersalizm-tolerancja** – akceptacja i zrozumienie innych osób, różniących się od danej osoby”.

### 6.2.8. Zmienne socjodemograficzne

- 1) **Moment życia** – znajdowanie się na początku wyłaniającej się dorosłości (ostatnia klasa szkoły ponadpodstawowej) lub na jej końcu (ostatni rok dziennych studiów magisterskich [jednolitych lub uzupełniających]).
- 2) **Płeć** – zadeklarowana identyfikacja jako kobieta lub mężczyzna<sup>12</sup>.
- 3) **Status związku intymnego** – zadeklarowany status związku intymnego: życie w pojedynkę, bycie w związku określonym jako „chodzenie ze sobą”, bycie zaręczonym/-ą lub bycie zamężną/ żonatym.
- 4) **Status społeczno-ekonomiczny** – zadeklarowany poziom statusu społeczno-ekonomicznego (od zdecydowanie gorszego niż przeciętny do zdecydowanie lepszego niż przeciętny).
- 5) **Struktura rodziny pochodzenia** - wychowywanie się w rodzinie z obojgiem rodziców lub w rodzinie monoparentalnej.
- 6) **Ważne wydarzenia życiowe** – doświadczenie istotnych wydarzeń w życiu w ciągu ostatnich kilku miesięcy, np. ukończenie obecnego etapu edukacji, zmiana statusu związku intymnego, zmiana sytuacji zawodowej, doświadczenie problemów zdrowotnych, śmierć lub poważna choroba bliskiej osoby.
- 7) **Liczba ważnych wydarzeń życiowych** – łączna liczba istotnych wydarzeń życiowych doświadczonych przez osobę w ciągu ostatnich kilku miesięcy.

### 6.3. Model struktury zmiennych

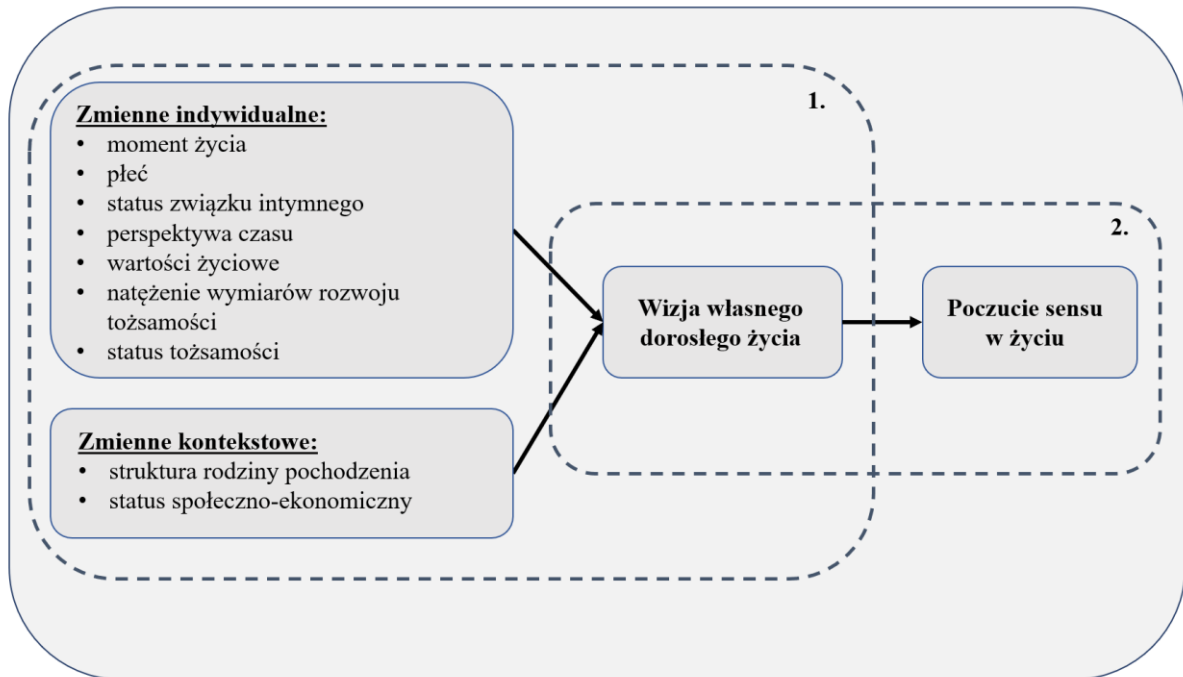
W modelu badawczym (rys. 5. i 6.) wyróżniono cztery układy zmiennych. Pierwszy dotyczy zależności pomiędzy wybranymi czynnikami podmiotowymi i pozapodmiotowymi a strukturą i treścią wizji własnego dorosłego życia. Drugi dotyczy zależności między strukturą i treścią wizji własnego dorosłego życia a poczuciem sensu w życiu. Trzeci dotyczy zależności pomiędzy wybranymi czynnikami podmiotowymi a zmianami w strukturze i treści wizji własnego dorosłego życia. Czwarty odnosi się do zależności pomiędzy zmianami w obrębie wizji własnego dorosłego życia a zmianami w obrębie tożsamości i poczucie sensu w życiu.

---

<sup>12</sup> W arkuszu odpowiedzi możliwe było także wskazanie opcji „inne”, jednak żadna z osób nie skorzystała z tej możliwości.

## Rysunek 5

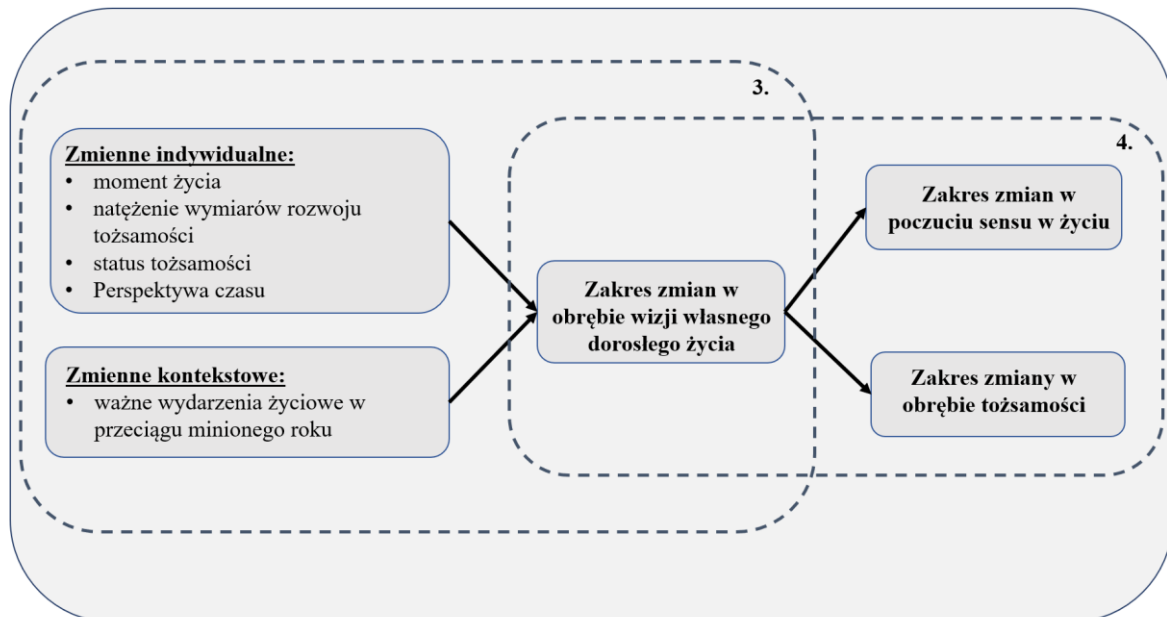
Pierwszy i drugi układ zmiennych



Źródło: opracowanie własne.

## Rysunek 6

Trzeci i czwarty układ zmiennych



Źródło: opracowanie własne.

W całym projekcie wyróżniono następujące zmienne:

1. **Zmienne podmiotowe:** moment życia, płeć, status związku intymnego, perspektywa czasu, wartości życiowe, wymiary rozwoju tożsamości, statusy tożsamości, aktualne poczucie sensu w życiu i nastawienie na poszukiwanie sensu w życiu w przyszłości, strukturę i treści wizji własnego dorosłego życia, subiektywne ustosunkowanie do wizji własnego dorosłego życia, zmiany w strukturze w strukturze i treści wizji własnego dorosłego życia oraz subiektywnym ustosunkowaniu do niej, zmiany w natężeniu wymiarów rozwoju tożsamości, zmianę statusu tożsamości oraz zmiany w natężeniu aktualnego poczucia sensu w życiu i nastawieniu na jego poszukiwanie w przyszłości.
2. **Zmienne pozapodmiotowe:** status społeczno-ekonomiczny; strukturę rodziny pochodzenia; zaistnienie ważnych wydarzeń życiowych w okresie oddzielającym oba pomiary.

W układzie zmiennych dotyczącym związku między wybranymi czynnikami podmiotowymi i pozapodmiotowymi a strukturą i treścią wizji własnego dorosłego życia w okresie wyłaniającej się dorosłości (rys. 5., układ 1.) wyróżniono trzy kategorie zmiennych:

1. zmienna główna-zależna: struktura i treść wizji własnego dorosłego życia w okresie wyłaniającej się dorosłości oraz subiektywne ustosunkowanie się do tej wizji.
2. zmienne niezależne:
  - 2.1. Zmienne podmiotowe: moment życia, w którym znajduje się jednostka; płeć; status związku intymnego; perspektywa czasu; wartości życiowe; natężenie wymiarów rozwoju tożsamości, status tożsamości.
  - 2.2. Zmienne pozapodmiotowe: struktura rodziny pochodzenia, status społeczno-ekonomiczny.

W układzie zmiennych dotyczącym związku pomiędzy wizją własnego dorosłego życia a poczuciem sensu w życiu w okresie wyłaniającej się dorosłości (rys. 5., układ 2.) wyróżniono dwie kategorie zmiennych:

1. Zmienne główne-zależne: poczucie sensu w życiu; nastawienie na poszukiwanie sensu w życiu w przyszłości.
2. Zmienna niezależna: struktura i treść wizji własnego dorosłego życia w okresie wyłaniającej się dorosłości oraz subiektywne ustosunkowanie się do tejże wizji.

W układzie zmiennych dotyczącym zależności pomiędzy wybranymi czynnikami podmiotowymi a zmianami w wizji własnego dorosłego życia (rys. 6., układ 3.) wyróżniono dwie kategorie zmiennych:

1. Zmienne główne-zależne: zmiany w strukturze i treści wizji własnego dorosłego życia oraz w subiektywnym ustosunkowaniu się do niej.
2. Zmienne niezależne: moment życia, w którym znajduje się jednostka; status związku intymnego; perspektywa czasu; natężenie wymiarów rozwoju tożsamości, status tożsamości.

W układzie zmiennych dotyczącym zależności pomiędzy zmianami w wizji własnego dorosłego życia a zmianami w obrębie tożsamości i poczuciu sensu w życiu (rys 6., układ 4.) wyróżniono dwie kategorie zmiennych:

1. Zmienne główne-zależne: zmiana natężenia wymiarów rozwoju tożsamości; zmiana statusu tożsamości; zmiana aktualnego poczucia sensu w życiu; zmiana nastawienia na poszukiwanie sensu w życiu w przyszłości.
2. Zmienne niezależne: zmiany w strukturze i treści wizji własnego dorosłego życia oraz w subiektywnym ustosunkowaniu się do niej.

Opisane powyżej układy zmiennych zostały przedstawione graficznie na rysunkach 5. i 6., natomiast szczegółowy opis rodzajów zmiennych i ich wskaźników w odniesieniu do każdego pytania badawczego znajduje się w tabelach 1. – 7. W tabeli 1. przedstawione zostały zmienne dotyczące pytania badawczego odnoszącego się do opisu treści i struktury wizji własnego dorosłego życia oraz subiektywnego ustosunkowania do niej u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości.

**Tabela 1**

*Rodzaje zmiennych i ich wskaźniki w odniesieniu do pytania badawczego nr 1*

<b>Pytanie badawcze nr 1.:</b>			
Jaką wizję własnego dorosłego życia mają osoby w okresie wyłaniającej się dorosłości?			
<b>Rodzaj i numer zmiennej</b>	<b>Nazwa zmiennej</b>	<b>Wersje zmiennej lub jednostka</b>	<b>Wskaźniki</b>
Y 1.1.	Ukończenie edukacji jako obszar	Zmienna dychotomiczna: Y 1.1.1.: brak odwołania do	Ocena sędziego kompetentnego dotycząca

	wspomniany w WWDŻ	wybranego obszaru życia; Y 1.1.2.: odwołanie się do wybranego obszaru życia.	obecności w wypowiedzi pisemnej na pytanie otwarte o WWDŻ odwołania do tego obszaru życia.
Y 1.2.	Praca zawodowa jako obszar wspomniany w WWDŻ	Zmienna dychotomiczna: Y 1.2.1.: brak odwołania do wybranego obszaru życia; Y 1.2.2.: odwołanie się do wybranego obszaru życia.	Ocena sędziego kompetentnego dotycząca obecności w wypowiedzi pisemnej na pytanie otwarte o WWDŻ odwołania do tego obszaru życia.
Y 1.3.	Związek intymny jako obszar wspomniany w WWDŻ	Zmienna dychotomiczna: Y 1.3.1.: brak odwołania do wybranego obszaru życia; Y 1.3.2.: odwołanie się do wybranego obszaru życia.	Ocena sędziego kompetentnego dotycząca obecności w wypowiedzi pisemnej na pytanie otwarte o WWDŻ odwołania do tego obszaru życia.
Y 1.4.	Rodzicielstwo jako obszar wspomniany w WWDŻ	Zmienna dychotomiczna: Y 1.4.1.: brak odwołania do wybranego obszaru życia; Y 1.4.2.: odwołanie się do wybranego obszaru życia.	Ocena sędziego kompetentnego dotycząca obecności w wypowiedzi pisemnej na pytanie otwarte o WWDŻ odwołania do tego obszaru życia.
Y 1.5.	Określony sposób spędzania wolnego czasu jako obszar wspomniany w WWDŻ	Zmienna dychotomiczna: Y 1.5.1.: brak odwołania do wybranego obszaru życia; Y 1.5.2.: odwołanie się do wybranego obszaru życia.	Ocena sędziego kompetentnego dotycząca obecności w wypowiedzi pisemnej na pytanie otwarte o WWDŻ odwołania do tego obszaru życia.
Y 1.6.	Życie rodzinne jako obszar wspomniany w WWDŻ	Zmienna dychotomiczna: Y 1.6.1.: brak odwołania do wybranego obszaru życia; Y 1.6.2.: odwołanie się do wybranego obszaru życia.	Ocena sędziego kompetentnego dotycząca obecności w wypowiedzi pisemnej na pytanie otwarte o WWDŻ odwołania do tego obszaru życia.
Y 1.7.	Miejsce i warunki zamieszkania jako obszar wspomniany w WWDŻ	Zmienna dychotomiczna: Y 1.7.1.: brak odwołania do wybranego obszaru życia; Y 1.7.2.: odwołanie się do wybranego obszaru życia.	Ocena sędziego kompetentnego dotycząca obecności w wypowiedzi pisemnej na pytanie otwarte o WWDŻ odwołania do tego obszaru życia.
Y 1.8.	Wartości jako obszar wspomniany w WWDŻ	Zmienna dychotomiczna: Y 1.8.1.: brak odwołania do wybranego obszaru życia; Y 1.8.2.: odwołanie się do wybranego obszaru życia.	Ocena sędziego kompetentnego dotycząca obecności w wypowiedzi pisemnej na pytanie otwarte o WWDŻ odwołania do tego obszaru życia.
Y 1.9.	Inne istotne relacje społeczne jako obszar wspomniany w	Zmienna dychotomiczna: Y 1.9.1.: brak odwołania do wybranego obszaru życia;	Ocena sędziego kompetentnego dotycząca obecności w wypowiedzi



	WWDŻ	Y 1.9.2.: odwołanie się do wybranego obszaru życia.	pisemnej na pytanie otwarte o WWDŻ odwołania do tego obszaru życia.
Y 1.10.	Życie wewnętrzne i rozwój osobisty jako obszar wspomniany w WWDŻ	Zmienna dychotomiczna: Y 1.10.1.: brak odwołania do wybranego obszaru życia; Y 1.10.2.: odwołanie się do wybranego obszaru życia.	Ocena sędziego kompetentnego dotycząca obecności w wypowiedzi pisemnej na pytanie otwarte o WWDŻ odwołania do tego obszaru życia.
Y 1.11.	Inne aspekty życia jako obszar wspomniany w WWDŻ	Zmienna dychotomiczna: Y 1.11.1.: brak odwołania do wybranego obszaru życia; Y 1.11.2.: odwołanie się do wybranego obszaru życia.	Ocena sędziego kompetentnego dotycząca obecności w wypowiedzi pisemnej na pytanie otwarte o WWDŻ odwołania do tego obszaru życia.
Y 2.	Liczba obszarów życia wspomnianych w wizji	Zmienna ilościowa	Oceny sędziego kompetentnego dotyczące obecności w wypowiedzi pisemnej na pytanie otwarte o WWDŻ odwołania do poszczególnych obszarów życia.
Y 3.	Stopień rozbudowania WWDŻ	Zmienna porządkowa: Y 2.1.: szczytkowa wizja niepoddająca się analizie; Y 2.2.: wizja mało rozbudowana; Y 2.3.: wizja umiarkowanie rozbudowana; Y 2.4.: wizja bardzo rozbudowana.	Przeliczone (zgodnie ze schematem podanym na s. 188) oceny sędziego kompetentnego dotyczące obecności w wypowiedzi pisemnej na pytanie otwarte o WWDŻ odwołania do poszczególnych obszarów życia.
Y 4.1-11	Stopień szczegółowości WWDŻ w odniesieniu do każdego ze wspomnianych obszarów	Zmienna porządkowa: Y 4.1-11.1.: wizja ogólnikowa; Y 4.1-11.2.: wizja mało szczegółowa; Y 4.1-11.3.: wizja umiarkowanie szczegółowa; Y 4.1-11.4.: wizja szczegółowa. Y 4.1-11.5.: wizja bardzo szczegółowa	Ocena sędziego kompetentnego dotycząca liczby szczegółów w odniesieniu do każdego z obszarów życia w wypowiedzi pisemnej na pytanie otwarte o WWDŻ.
Y 5.	Ogólny stopień szczegółowości WWDŻ	Zmienna porządkowa: Y 5.1.: wizja ogólnikowa; Y 5.2.: wizja mało szczegółowa; Y 5.3.: wizja umiarkowanie szczegółowa; Y 5.4.: wizja bardzo szczegółowa.	Przeliczone (zgodnie ze wzorem podanym na s. 189) oceny sędziego kompetentnego dotyczące łącznej liczby szczegółów podanych w wypowiedzi pisemnej w pytaniu otwartym o WWDŻ.
Y 6.	Łączna liczba	Zmienna ilościowa	Zsumowane na podstawie

	szczegółów w wizji własnego dorosłego życia		ocen sędziego kompetentnego dotyczących liczby szczegółów w odniesieniu do każdego obszaru obecnych w wypowiedzi pisemnej na pytanie otwarte o WWDŻ.
Y 7.	Stopień zbalansowania WWDŻ	Zmienna nominalna: Y 7.1.: wizja własnego dorosłego życia wyraźnie zdominowana przez jeden obszar życia; Y 7.2 wizja własnego dorosłego życia wyraźnie zdominowana przez dwa równoważne obszary życia; Y 7.3.: wizja zbalansowana.	Ocena sędziego kompetentnego dotycząca stopnia zbalansowania wypowiedzi pisemnej na pytanie otwarte o WWDŻ.
Y 8.1.	I-szy obszar życia dominujący w WWDŻ	Zmienna nominalna: Y 8.1.1.: Ukończenie edukacji jako I-szy obszar życia dominujący w WWDŻ; Y 8.1.2: Praca zawodowa jako I-szy obszar życia dominujący w WWDŻ; Y 8.1.3: Bliski związek intymny jako I-szy obszar życia dominujący w WWDŻ; Y 8.1.4.: Rodzicielstwo jako I-szy obszar życia dominujący w WWDŻ; Y 8.1.5.: Określony sposób spędzania wolnego czasu jako I-szy obszar życia dominujący w WWDŻ; Y 8.1.6.: Życie rodzinne jako I-szy obszar życia dominujący w WWDŻ; Y 8.1.7.: Miejsce i warunki zamieszkania jako I-szy obszar życia dominujący w WWDŻ; Y 8.1.8.: Wartości jako I-szy obszar życia dominujący w WWDŻ; Y 8.1.9.: Inne istotne relacje społeczne jako I-szy obszar życia dominujący w WWDŻ. Y 8.1.10.: Życie wewnętrzne i rozwój osobisty jako I-szy obszar życia dominujący w WWDŻ; Y 8.1.11.: Inne obszary życia jako I-szy obszar życia dominujący w WWDŻ.	Ocena sędziego kompetentnego dotycząca pierwszego obszaru życia dominującego w wypowiedzi pisemnej na pytanie otwarte o WWDŻ.
Y 8.2.	II-gi obszar życia	Zmienna nominalna:	Ocena sędziego

	dominujący w WWDŻ	<p>Y 8.1.1.: Ukończenie edukacji jako II-gi obszar życia dominujący w WWDŻ;</p> <p>Y 8.1.2: Praca zawodowa jako II-gi obszar życia dominujący w WWDŻ;</p> <p>Y 8.1.3: Bliski związek intymny jako II-gi obszar życia dominujący w WWDŻ;</p> <p>Y 8.1.4.: Rodzicielstwo jako II-gi obszar życia dominujący w WWDŻ;</p> <p>Y 8.1.5.: Określony sposób spędzania wolnego czasu jako II-gi obszar życia dominujący w WWDŻ;</p> <p>Y 8.1.6.: Życie rodzinne jako II-gi obszar życia dominujący w WWDŻ;</p> <p>Y 8.1.7.: Miejsce i warunki zamieszkania jako II-gi obszar życia dominujący w WWDŻ;</p> <p>Y 8.1.8.: Wartości jako II-gi obszar życia dominujący w WWDŻ;</p> <p>Y 8.1.9.: Inne istotne relacje społeczne jako II-gi obszar życia dominujący w WWDŻ.</p> <p>Y 8.1.10.: Życie wewnętrzne i rozwój osobisty jako II-gi obszar życia dominujący w WWDŻ;</p> <p>Y 8.1.11.: Inne obszary życia jako II-gi obszar życia dominujący w WWDŻ.</p>	kompetentnego dotyczącego drugiego obszaru życia dominującego w wypowiedzi pisemnej na pytanie otwarte o WWDŻ.
Y 9.	Poczucie łatwości wyobrażenia sobie i opisanie wizji własnego dorosłego życia	Zmienna porządkowa Skala od 1 do 6	Skala liczbowa w pytaniu o osobiste ustosunkowanie się do posiadanej WWDŻ w wieku 35 lat.
Y 10.	Natężenie pozytywnych emocji związanych z wizją własnego dorosłego życia	Zmienna porządkowa Skala od 1 do 7	Skala liczbowa w pytaniu o osobiste ustosunkowanie się do posiadanej WWDŻ w wieku 35 lat.
Y 11.	Natężenie negatywnych emocji związanych z wizją własnego dorosłego życia	Zmienna porządkowa Skala od 1 do 7	Skala liczbowa w pytaniu o osobiste ustosunkowanie się do posiadanej WWDŻ w wieku 35 lat.
Y 12.	Poczucie ciągłości	Zmienna porządkowa	Skala liczbowa w pytaniu o

	towarzyszące wizji własnego dorosłego życia	Skala od 1 do 7	osobiste ustosunkowanie się do posiadanej WWDŻ w wieku 35 lat.
Y 13.	Emocjonalne ustosunkowanie się do posiadanej wizji własnego dorosłego życia	Zmienna nominalna: Y 13.1.: silnie pozytywne; Y 13.2.: umiarkowanie pozytywne; Y 13.3.: silnie negatywne; Y 13.4.: umiarkowanie negatywne; Y 13.5.: silnie ambiwalentne; Y 13.6.: umiarkowanie ambiwalentne; Y 13.7.: neutralne.	Wzajemny stosunek odpowiedzi na skalach liczbowych w pytaniach dotyczących osobistego ustosunkowania się do posiadanej WWDŻ w wieku 35 lat.
Y 14.	Idylliczność wizji własnego dorosłego życia	Zmienna porządkowa Y 12.1.: wizja własnego dorosłego życia nie zawiera żadnego z dwóch aspektów idylliczności; Y 12.2.: wizja własnego dorosłego życia zawiera jeden z dwóch aspektów idylliczności; Y 12.3.: wizja własnego dorosłego życia zawiera oba aspekty idylliczności;	Ocena sędziego kompetentnego dotycząca stopnia idylliczności wypowiedzi pisemnej w pytaniu otwartym o WWDŻ.

Źródło: opracowanie własne.

Legenda: WWDŻ – wizja własnego dorosłego życia.

W tabeli 2. przedstawiono zmienne dotyczące pytania badawczego nr 2., które odnosi się do zależności pomiędzy wybranymi czynnikami podmiotowymi i pozapodmiotowymi a treścią i strukturą wizji własnego dorosłego życia oraz subiektywnym ustosunkowaniem się do niej u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości.

## Tabela 2

Rodzaje zmiennych i ich wskaźniki w odniesieniu do pytania badawczego nr 2

<b>Pytanie badawcze nr 2.:</b>			
Które z wybranych czynników podmiotowych i pozapodmiotowych związane są z treścią i strukturą wizji własnego dorosłego życia oraz subiektywnym ustosunkowaniem się do niej u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości?			
<b>Rodzaj i numer zmiennej</b>	<b>Nazwa zmiennej</b>	<b>Wersje zmiennej lub jednostka</b>	<b>Wskaźniki</b>
Zmienne zależne (Y 1. – Y 14.) jak w przypadku pytania badawczego nr 1.			
X 1.	Moment życia w wyłaniającej się dorosłości	Zmienna dychotomiczna: X 1.1.: początek wyłaniającej się dorosłości;	Odpowiedź na pytanie dot. sytuacji edukacyjnej znajdujące

		X 1.2.: koniec wyłaniającej się dorosłości.	się w metryczce.
X 2.	Struktura rodziny pochodzenia	Zmienna dychotomiczna: X 2.1.: rodzina pełna; X 2.2.: rodzina niepełna.	Odpowiedź na pytanie dot. struktury rodziny pochodzenia znajdujące się w metryczce.
X 3.	Posiadanie młodszego rodzeństwa, bratanków, siostrzenic itp.	Zmienna dychotomiczna: X 3.1.: posiada X 3.2.: nie posiada.	Odpowiedź na pytanie dot. posiadania młodszego rodzeństwa znajdujące się w metryczce.
X 4.	Płeć	Zmienna dychotomiczna: X 4.1.: kobieta; X 4.2.: mężczyzna.	Odpowiedź na pytanie dot. płci znajdujące się w metryczce.
X 5.	Deklarowany status społeczno-ekonomiczny	Zmienna nominalna: X 5.1.: poniżej przeciętnej; X 5.2.: przeciętny; X 5.3.: lepszy niż przeciętny.	Odpowiedź na pytanie dot. deklarowanego statusu społeczno-ekonomicznego znajdujące się w metryczce.
X 6.	Status związku intymnego	Zmienna nominalna: X 6.1.: wolny/a; X 6.2.: „chodzenie ze sobą”; X 6.3.: narzeczeństwo; X 6.4.: małżeństwo.	Odpowiedź na pytanie dot. statusu związku intymnego znajdujące się w metryczce.
X 7.	Ogólny czas spędzony w związkach intymnych	Zmienna ilościowa	Odpowiedź na pytanie dot. liczby i czasu trwania poprzednich związków intymnych znajdujące się w metryczce.
X 8.1.	Skupienie na sprawach bieżących	Zmienna ilościowa	FTPQ - suma punktów w skali „Skupienie na sprawach bieżących”
X 8.2.	Planowanie długoterminowe	Zmienna ilościowa	FTPQ - suma punktów w skali „Planowanie długoterminowe”
X 8.3.	Realizacja projektów przyszłości	Zmienna ilościowa	FTPQ - suma punktów w skali „Realizacja projektów przyszłości”
X 9.1.	Kierowanie sobą w myśleniu jako wartość ważna dla jednostki	Zmienna ilościowa	PVQ-RR - suma punktów w skali „Kierowanie sobą w myśleniu”
X 9.2.	Kierowanie sobą w działaniu jako wartość ważna dla jednostki	Zmienna ilościowa	PVQ-RR - suma punktów w skali „Kierowanie sobą w działaniu”
X 9.3.	Stymulacja jako wartość	Zmienna ilościowa	PVQ-RR - suma

	ważna dla jednostki		punktów w skali „Stymulacja
X 9.4.	Hedonizm jako wartość ważna dla jednostki	Zmienna ilościowa	PVQ-RR - suma punktów w skali „Hedonizm”
X 9.5.	Osiągnięcia jako wartość ważna dla jednostki	Zmienna ilościowa	PVQ-RR - suma punktów w skali „Osiągnięcia”
X 9.6.	Władza nad ludźmi jako wartość ważna dla jednostki	Zmienna ilościowa	PVQ-RR - suma punktów w skali „Władza nad ludźmi”
X 9.7.	Władza nad zasobami jako wartość ważna dla jednostki	Zmienna ilościowa	PVQ-RR - suma punktów w skali „Władza nad zasobami”
X 9.8.	Prestiż jako wartość ważna dla jednostki	Zmienna ilościowa	PVQ-RR - suma punktów w skali „Prestiż” w PVQ-RR
X 9.9.	Bezpieczeństwo osobiste jako wartość ważna dla jednostki	Zmienna ilościowa	PVQ-RR - suma punktów w skali „Bezpieczeństwo osobiste”
X 9.10	Bezpieczeństwo społeczne jako wartość ważna dla jednostki	Zmienna ilościowa	PVQ-RR - suma punktów w skali „Bezpieczeństwo społeczne”
X 9.11.	Przystosowanie do reguł jako wartość ważna dla jednostki	Zmienna ilościowa	PVQ-RR - suma punktów w skali „Przystosowanie do reguł”
X 9.12.	Przystosowanie do ludzi jako wartość ważna dla jednostki	Zmienna ilościowa	PVQ-RR - suma punktów w skali „Przystosowanie do ludzi”
X 9.13.	Tradycja jako wartość ważna dla jednostki	Zmienna ilościowa	PVQ-RR - suma punktów w skali „Tradycja”
X 9.14.	Pokora jako wartość ważna dla jednostki	Zmienna ilościowa	PVQ-RR - suma punktów w skali „Pokora”
X 9.15.	Życzliwość-niezawodność jako wartość ważna dla jednostki	Zmienna ilościowa	PVQ-RR - suma punktów w skali „Życzliwość-niezawodność”
X 9.16.	Życzliwość-troskliwość jako wartość ważna dla jednostki	Zmienna ilościowa	PVQ-RR - suma punktów w skali „Życzliwość-troskliwość”
X 9.17.	Uniwersalizm społeczny	Zmienna ilościowa	PVQ-RR - suma

	jako wartość ważna dla jednostki		punktów w skali „Uniwersalizm społeczny”
X 9.18.	Uniwersalizm ekologiczny jako wartość ważna dla jednostki	Zmienna ilościowa	PVQ-RR - suma punktów w skali „Uniwersalizm ekologiczny”
X 9.19.	Uniwersalizm-tolerancja jako wartość ważna dla jednostki	Zmienna ilościowa	PVQ-RR - suma punktów w skali „Uniwersalizm-tolerancja”
X 10.1.	Przeszłościowa-pozytywna perspektywa czasu	Zmienna ilościowa	ZTPI – suma punktów na skali „przeszłościowa-pozytywna”
X 10.2.	Przeszłościowa-negatywna perspektywa czasu	Zmienna ilościowa	ZTPI – suma punktów na skali „przeszłościowa-negatywna”
X 10.3.	Teraźniejszościowa-hedonistyczna perspektywa czasu	Zmienna ilościowa	ZTPI – suma punktów na skali „teraźniejszościowa-hedonistyczna”
X 10.4.	Teraźniejszościowa-fatalistyczna perspektywa czasu	Zmienna ilościowa	ZTPI – suma punktów na skali „teraźniejszościowa-fatalistyczna”
X 10.5.	Przyszłościowa perspektywa czasu	Zmienna ilościowa	ZTPI – suma punktów na skali „przyszłościowa”

*Źródło:* opracowanie własne.

*Legenda:* FTPQ – polska adaptacja Future Time Perspective Questionnaire; PVQ-RR – polska adaptacja Portretowego Kwestionariusza Wartości Schwartz; ZTPI – polska adaptacja Zimbardo Time Perspective Inventory.

W tabeli 3. przedstawiono zmienne dotyczące pytania badawczego nr 3., które odnosi się do zależności pomiędzy treścią i strukturą wizji własnego dorosłego życia oraz subiektywnym ustosunkowaniem się do niej a rozwojem tożsamości u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości.

**Tabela 3**

*Rodzaje zmiennych i ich wskaźniki w odniesieniu do pytania badawczego nr 3*

<b>Pytanie badawcze nr 3.:</b>			
Czy treść i struktura wizji własnego dorosłego życia oraz subiektywne ustosunkowanie się do niej są u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości związane są z rozwojem tożsamości?			
<b>Rodzaj i numer zmiennej</b>	<b>Nazwa zmiennej</b>	<b>Wersje zmiennej lub jednostka</b>	<b>Wskaźniki</b>
Zmienne zależne dotyczące treści i struktury WWDŻ jak w przypadku problemu badawczego nr 1. (Y 1. – Y 14. jak Y 1. – Y 14. w pytaniu badawczym nr 1.)			
X 1.1.	Eksploracji wszere	Zmienna ilościowa	DIDS-PL - suma punktów na skali „Eksploracji wszere”
X 1.2.	Podjęcie zobowiązania	Zmienna ilościowa	DIDS-PL - suma punktów na skali „Podjęcie zobowiązania”
X 1.3.	Eksploracja w głąb	Zmienna ilościowa	DIDS-PL - suma punktów na skali „Eksploracja w głąb”
X 1.4.	Identyfikacja ze zobowiązaniem	Zmienna ilościowa	DIDS-PL - suma punktów na skali „Identyfikacja ze zobowiązaniem”
X 1.5.	Eksploracja ruminacyjna	Zmienna ilościowa	DIDS-PL - suma punktów na skali „Eksploracja ruminacyjna”
X 2.	Status tożsamości	Zmienna nominalna Y 2.1.: Tożsamość osiągnięta Y 2.2.: Rozproszona dyfuzja Y 2.3.: Beztroska dyfuzja Y 2.4.: Ruminacyjne moratorium Y 2.5.: Tożsamość lustrzana Y 2.6.: Tożsamość nieodróżnicowana	Profil wyników w kwestionariuszu DIDS-PL

*Źródło:* opracowanie własne.

*Legenda:* DIDS-PL: polska adaptacja Dimensions of Identity Development Scale.

W tabeli 4. przedstawiono zmienne dotyczące pytania badawczego nr 4., które odnosi się do zależności pomiędzy treścią i strukturą wizji własnego dorosłego życia oraz subiektywnym ustosunkowaniem się do niej a poczuciem aktualnego sensu w życiu i



nastawieniem na jego poszukiwanie w przyszłości u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości.

**Tabela 4**

*Rodzaje zmiennych i ich wskaźniki w odniesieniu do pytania badawczego nr 4*

<b>Pytanie badawcze nr 4:</b>			
Czy treść i struktura wizji własnego dorosłego życia oraz subiektywne ustosunkowanie się do niej są u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości związane są z poczuciem aktualnego sensu w życiu i nastawieniem na jego poszukiwanie w przyszłości?			
<b>Rodzaj i numer zmiennej</b>	<b>Nazwa zmiennej</b>	<b>Wersje zmiennej lub jednostka</b>	<b>Wskaźniki</b>
Y 1.	Aktualne poczucie sensu w życiu	Zmienna ilościowa	MLQ - Suma punktów na skali MLQ-P
Y 2.	Nastawienie na poszukiwanie sensu w życiu w przyszłości	Zmienna ilościowa	MLQ - Suma punktów na skali MLQ-S
Zmienne niezależne dotyczące treści i struktury WWDŻ jak w przypadku problemu badawczego nr 1. (X 1. – X 14. jak Y 1. – Y 14. w pytaniu badawczym nr 1.)			

*Źródło:* opracowanie własne.

*Legenda:* MLQ – Meaning in Life Questionnaire; MLQ-P – podskala „aktualne poczucie sensu w życiu” w kwestionariuszu MLQ; MLQ-S – podskala „nastawienie na poszukiwanie sensu w życiu w przyszłości” w kwestionariuszu MLQ.

W tabeli 5. przedstawiono zmienne dotyczące pytania badawczego nr 5., które odnosi się do zmian w treści i strukturze wizji własnego dorosłego życia oraz subiektywnym ustosunkowaniu się do niej podczas ostatniego roku edukacji w szkole średniej/ na studiach wyższych u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości.

**Tabela 5**

*Rodzaje zmiennych i ich wskaźniki w odniesieniu do pytania badawczego nr 5*

<b>Pytanie badawcze nr 5.:</b>			
<p>Jakie zmiany następują w obrębie treści i struktury wizji własnego dorosłego życia oraz subiektywnego ustosunkowania się do niej podczas ostatniego roku edukacji w szkole średniej/ na studiach wyższych u osób w okresie wylaniającej się dorosłości?</p>			
<b>Rodzaj i numer zmiennej</b>	<b>Nazwa zmiennej</b>	<b>Wersje zmiennej lub jednostka</b>	<b>Wskaźniki</b>
Y 1.1.	Zmiana w zakresie obecności odniesienia do ukończenia edukacji w WWDŻ	Zmienna nominalna: Y 1.1.1.: brak zmiany – w WWDŻ nadal obecne jest odniesienie do wybranego obszaru życia Y 1.1.2.: brak zmiany – w WWDŻ nadal nie jest obecne odniesienie do wybranego obszaru życia Y 1.1.3.: pojawienie się odniesienia do wybranego obszaru życia w WWDŻ Y 1.1.4.: zniknięcie odniesienia do danego wybranego życia w WWDŻ	Oceny sędziów kompetentnych dotyczące odniesienia do danego obszaru życia w wypowiedzi pisemnej na pytanie otwarte o WWDŻ w obu pomiarach.
Y 1.2.	Zmiana w zakresie obecności odniesienia do pracy zawodowej w WWDŻ	Zmienna nominalna: Y 1.2.1.: brak zmiany – w WWDŻ nadal obecne jest odniesienie do wybranego obszaru życia Y 1.2.2.: brak zmiany – w WWDŻ nadal nie jest obecne odniesienie do wybranego obszaru życia Y 1.2.3.: pojawienie się odniesienia do wybranego obszaru życia w WWDŻ Y 1.2.4.: zniknięcie odniesienia do danego wybranego życia w WWDŻ	Oceny sędziów kompetentnych dotyczące odniesienia do danego obszaru życia w wypowiedzi pisemnej na pytanie otwarte o WWDŻ w obu pomiarach.
Y 1.3.	Zmiana w zakresie obecności odniesienia do związku intymnego w WWDŻ	Zmienna nominalna: Y 1.3.1.: brak zmiany – w WWDŻ nadal obecne jest odniesienie do wybranego obszaru życia Y 1.3.2.: brak zmiany – w WWDŻ nadal nie jest obecne odniesienie do wybranego obszaru życia Y 1.3.3.: pojawienie się odniesienia do wybranego obszaru życia w WWDŻ Y 1.3.4.: zniknięcie odniesienia do danego wybranego życia w WWDŻ	Oceny sędziów kompetentnych dotyczące odniesienia do danego obszaru życia w wypowiedzi pisemnej na pytanie otwarte o WWDŻ w obu pomiarach.

Y 1.4.	Zmiana w zakresie obecności odniesienia do rodzicielstwa w WWDŻ	Zmienna nominalna: Y 1.4.1.: brak zmiany – w WWDŻ nadal obecne jest odniesienie do wybranego obszaru życia Y 1.4.2.: brak zmiany – w WWDŻ nadal nie jest obecne odniesienie do wybranego obszaru życia Y 1.4.3.: pojawienie się odniesienia do wybranego obszaru życia w WWDŻ Y 1.4.4.: zniknięcie odniesienia do danego wybranego życia w WWDŻ	Oceny sędziów kompetentnych dotyczące odniesienia do danego obszaru życia w wypowiedzi pisemnej na pytanie otwarte o WWDŻ w obu pomiarach.
Y 1.5.	Zmiana w zakresie obecności odniesienia do określonego sposobu spędzania wolnego czasu w WWDŻ	Zmienna nominalna: Y 1.5.1.: brak zmiany – w WWDŻ nadal obecne jest odniesienie do wybranego obszaru życia Y 1.5.2.: brak zmiany – w WWDŻ nadal nie jest obecne odniesienie do wybranego obszaru życia Y 1.5.3.: pojawienie się odniesienia do wybranego obszaru życia w WWDŻ Y 1.5.4.: zniknięcie odniesienia do danego wybranego życia w WWDŻ	Oceny sędziów kompetentnych dotyczące odniesienia do danego obszaru życia w wypowiedzi pisemnej na pytanie otwarte o WWDŻ w obu pomiarach.
Y 1.6.	Zmiana w zakresie obecności odniesienia do życia rodzinnego w WWDŻ	Zmienna nominalna: Y 1.6.1.: brak zmiany – w WWDŻ nadal obecne jest odniesienie do wybranego obszaru życia Y 1.6.2.: brak zmiany – w WWDŻ nadal nie jest obecne odniesienie do wybranego obszaru życia Y 1.6.3.: pojawienie się odniesienia do wybranego obszaru życia w WWDŻ Y 1.6.4.: zniknięcie odniesienia do danego wybranego życia w WWDŻ	Oceny sędziów kompetentnych dotyczące odniesienia do danego obszaru życia w wypowiedzi pisemnej na pytanie otwarte o WWDŻ w obu pomiarach.
Y 1.7.	Zmiana w zakresie obecności odniesienia do miejsca i warunków zamieszkania w WWDŻ	Zmienna nominalna: Y 1.7.1.: brak zmiany – w WWDŻ nadal obecne jest odniesienie do wybranego obszaru życia Y 1.7.2.: brak zmiany – w WWDŻ nadal nie jest obecne odniesienie do wybranego obszaru życia Y 1.7.3.: pojawienie się odniesienia do wybranego obszaru życia w WWDŻ Y 1.7.4.: zniknięcie odniesienia do danego wybranego życia w WWDŻ	Oceny sędziów kompetentnych dotyczące odniesienia do danego obszaru życia w wypowiedzi pisemnej na pytanie otwarte o WWDŻ w obu pomiarach.
Y 1.8.	Zmiana w zakresie	Zmienna nominalna:	Oceny sędziów

	obecności odniesienia do wartości w WWDŻ	Y 1.8.1.: brak zmiany – w WWDŻ nadal obecne jest odniesienie do wybranego obszaru życia Y 1.8.2.: brak zmiany – w WWDŻ nadal nie jest obecne odniesienie do wybranego obszaru życia Y 1.8.3.: pojawienie się odniesienia do wybranego obszaru życia w WWDŻ Y 1.8.4.: zniknięcie odniesienia do danego wybranego życia w WWDŻ	kompetentnych dotyczące odniesienia do danego obszaru życia w wypowiedzi pisemnej na pytanie otwarte o WWDŻ w obu pomiarach.
Y 1.9.	Zmiana w zakresie obecności odniesienia do innych istotnych relacji społecznych w WWDŻ	Zmienna nominalna: Y 1.9.1.: brak zmiany – w WWDŻ nadal obecne jest odniesienie do wybranego obszaru życia Y 1.9.2.: brak zmiany – w WWDŻ nadal nie jest obecne odniesienie do wybranego obszaru życia Y 1.9.3.: pojawienie się odniesienia do wybranego obszaru życia w WWDŻ Y 1.9.4.: zniknięcie odniesienia do danego wybranego życia w WWDŻ	Oceny sędziów kompetentnych dotyczące odniesienia do danego obszaru życia w wypowiedzi pisemnej na pytanie otwarte o WWDŻ w obu pomiarach.
Y 1.10.	Zmiana w zakresie obecności odniesienia do życia wewnętrznego i rozwoju osobistego w WWDŻ	Zmienna nominalna: Y 1.10.1.: brak zmiany – w WWDŻ nadal obecne jest odniesienie do wybranego obszaru życia Y 1.10.2.: brak zmiany – w WWDŻ nadal nie jest obecne odniesienie do wybranego obszaru życia Y 1.10.3.: pojawienie się odniesienia do wybranego obszaru życia w WWDŻ Y 1.10.4.: zniknięcie odniesienia do danego wybranego życia w WWDŻ	Oceny sędziów kompetentnych dotyczące odniesienia do danego obszaru życia w wypowiedzi pisemnej na pytanie otwarte o WWDŻ w obu pomiarach.
Y 1.11.	Zmiana w zakresie obecności odniesienia do innych aspektów życia w WWDŻ	Zmienna nominalna: Y 1.11.1.: brak zmiany – w WWDŻ nadal obecne jest odniesienie do wybranego obszaru życia Y 1.11.2.: brak zmiany – w WWDŻ nadal nie jest obecne odniesienie do wybranego obszaru życia Y 1.11.3.: pojawienie się odniesienia do wybranego obszaru życia w WWDŻ Y 1.11.4.: zniknięcie odniesienia do danego wybranego życia w WWDŻ	Oceny sędziów kompetentnych dotyczące odniesienia do danego obszaru życia w wypowiedzi pisemnej na pytanie otwarte o WWDŻ w obu pomiarach.
Y 2.	Zmiana pierwszego obszaru życia	Zmienna dychotmiczna: Y 2.1.: ten sam obszar był	Oceny sędziów kompetentnych

	wspomnianego w WWDŻ	wspomniany jako pierwszy w WWDŻ w obu pomiarach; Y 2.2.: nastąpiła zmiana w tym, który obszar został wspomniany jako pierwszy w WWDŻ.	dotyczące pierwszego obszaru życia wspomnianego w wypowiedzi pisemnej w pytaniu otwartym o WWDŻ w obu pomiarach.
Y 3.	Zmiana liczby obszarów, do których znalazło się odwołanie w WWDŻ	Zmienna nominalna: Y 3.1.: nastąpiło zmniejszenie liczby obszarów, do których znalazło się odwołanie w WWDŻ; Y 3.2.: liczba obszarów, do których znalazło się odwołanie w WWDŻ nie uległa zmianie; Y 3.3.: nastąpiło zwiększenie liczby obszarów, do których znalazło się odwołanie w WWDŻ.	Oceny sędziów kompetentnych dotyczące znajdowania się odniesienia do poszczególnych obszarów życia w wypowiedzi pisemnej w pytaniu otwartym o WWDŻ w obu pomiarach.
Y 4.	Zakres zmian w treści WWDŻ	Zmienna ilościowa	Oceny sędziów kompetentnych dotyczące znajdowania się odniesienia do poszczególnych obszarów życia w wypowiedzi pisemnej w pytaniu otwartym o WWDŻ w obu pomiarach.
Y 5.	Zmiana poziomu rozbudowania WWDŻ	Zmienna nominalna: Y 5.1.: nastąpił spadek poziomu rozbudowania WWDŻ; Y 5.2.: poziom rozbudowania WWDŻ pozostał bez zmian; Y 5.3.: nastąpił wzrost poziomu rozbudowania WWDŻ.	Przeliczone (zgodnie ze schematem podanym na s. 189) oceny sędziów kompetentnych dotyczące obecności odwołania do poszczególnych obszarów życia w wypowiedzi pisemnej w pytaniu otwartym o WWDŻ w obu pomiarach.
Y 6.	Zmiana liczby szczegółów znajdujących się w WWDŻ	Zmienna nominalna: Y 6.1.: nastąpiło zmniejszenie liczby szczegółów wspomnianych w WWDŻ Y 6.2.: liczba szczegółów wspomnianych w WWDŻ nie uległa zmianie; Y 6.3.: nastąpiło zwiększenie liczby szczegółów wspomnianych w	Oceny sędziów kompetentnych dotyczące liczby szczegółów w odniesieniu do poszczególnych obszarów życia w wypowiedzi pisemnej w pytaniu otwartym o

		WWDŻ.	WWDŻ w obu pomiarach.
Y 7.1. – Y 7.11.	Zmiana liczby szczegółów w odniesieniu do każdego z obszarów życia wspomnianych w WWDŻ	Zmienna ilościowa	Oceny sędziów kompetentnych dotyczące liczby szczegółów w odniesieniu do poszczególnych obszarów życia w wypowiedzi pisemnej w pytaniu otwartym o WWDŻ w obu pomiarach.
Y 8.	Zmiana poziomu szczegółowości całej WWDŻ	Zmienna nominalna: Y 8.1.: Poziom szczegółowości WWDŻ obniżył się; Y 8.3.: Poziom szczegółowości WWDŻ nie uległ zmianie; Y 8.3.: Poziom szczegółowości WWDŻ wzrósł.	Przeliczone (zgodnie ze wzorem podanym na s. 190) oceny sędziów kompetentnych dotyczące liczby szczegółów w odniesieniu do poszczególnych obszarów życia w wypowiedzi pisemnej w pytaniu otwartym o WWDŻ w obu pomiarach.
Y 9.	Zmiana stopnia zbalansowania WWDŻ	Zmienna nominalna: Y 9.1.: Brak zmiany w stopniu zbalansowania WWDŻ; Y 9.2.: nastąpiła zmiana w stopniu zbalansowania WWDŻ.	Oceny sędziów kompetentnych dotyczące stopnia zbalansowania wypowiedzi pisemnej na pytanie otwarte o WWDŻ w obu pomiarach.
Y 10.	Zmiana stopnia idylliczności WWDŻ	Zmienna nominalna: Y 10.1.: nastąpił spadek stopnia idylliczności; Y 10.2.: stopień idylliczności pozostał bez zmian; Y 10.3. nastąpił wzrost stopnia idylliczności.	Oceny sędziów kompetentnych dotyczące stopnia idylliczności wypowiedzi pisemnej na pytanie otwarte o WWDŻ w obu pomiarach.
Y 11.	Zmiana spostrzeganej łatwości w przywołaniu i opisanu WWDŻ	Zmienna ilościowa	Skale liczbowe dot. osobistego ustosunkowania się do WWDŻ w obu pomiarach
Y 12.	Zmiana natężenia pozytywnych emocji	Zmienna ilościowa	Skale liczbowe dot. osobistego

	towarzyszących WWDŻ		ustosunkowania się do WWDŻ w obu pomiarach
Y 13.	Zmiana natężenia negatywnych emocji towarzyszących WWDŻ	Zmienna ilościowa	Skale liczbowe dot. osobistego ustosunkowania się do WWDŻ w obu pomiarach
Y 14.	Zmiana stopnia poczucia ciągłości towarzyszącego WWDŻ	Zmienna ilościowa	Skale liczbowe dot. osobistego ustosunkowania się do WWDŻ w obu pomiarach

*Źródło: opracowanie własne.*

*Legenda: WWDŻ – wizja własnego dorosłego życia.*

W tabeli 6. przedstawiono zmienne dotyczące pytania badawczego nr 6., które odnosi się do roli wybranych czynników podmiotowych i pozapodmiotowych jako predyktorów i czynników różnicujących zmiany w obrębie treści i struktury wizji własnego dorosłego życia oraz subiektywnego ustosunkowania się do niej podczas ostatniego roku edukacji w szkole średniej/ na studiach wyższych u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości.

### **Tabela 6**

*Rodzaje zmiennych i ich wskaźniki w odniesieniu do pytania badawczego nr 6*

<b>Pytanie badawcze nr 6.:</b>			
Czy wybrane czynniki podmiotowe są predyktorami lub czynnikami różnicującymi zmian w obrębie treści i struktury wizji własnego dorosłego życia oraz subiektywnego ustosunkowania się do niej podczas ostatniego roku edukacji w szkole średniej/ na studiach wyższych u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości?			
<b>Rodzaj i numer zmiennej</b>	<b>Nazwa zmiennej</b>	<b>Wersje zmiennej lub jednostka</b>	<b>Wskaźniki</b>
Zmienne zależne dotyczące zmian w treści i strukturze WWDŻ jak w przypadku problemu badawczego nr 5. (Y 1. – Y 14. jak Y 1. – Y 14. w problemie badawczym nr 5.)			
X 1.	Moment życia w wyłaniającej się dorosłości	Zmienna dychotomiczna: X 1.1.: początek wyłaniającej się dorosłości; X 1.2.: koniec wyłaniającej się dorosłości.	Odpowiedź na pytanie dot. sytuacji edukacyjnej znajdujące się w metryczce.
X 2.1.	Skupienie na	Zmienna ilościowa	FTPQ - suma punktów w

	sprawach bieżących		skali „Skupienie na sprawach bieżących”
X 2.2.	Planowanie długoterminowe	Zmienna ilościowa	FTPQ - suma punktów w skali „planowanie długoterminowe”
X 2.3.	Realizacja projektów przyszłości	Zmienna ilościowa	FTPQ - suma punktów w skali „Realizacja projektów przyszłości”
X 3.1.	Przeszłościowa-pozytywna perspektywa czasu	Zmienna ilościowa	ZTPI – suma punktów na skali „Przeszłościowa-pozytywna”
X 3.2.	Przeszłościowa-negatywna perspektywa czasu	Zmienna ilościowa	ZTPI – suma punktów na skali „Przeszłościowa-negatywna”
X 3.3.	Teraźniejszościowa-hedonistyczna perspektywa czasu	Zmienna ilościowa	ZTPI – suma punktów na skali „Teraźniejszościowa-hedonistyczna”
X 3.4.	Teraźniejszościowa-fatalistyczna perspektywa czasu	Zmienna ilościowa	ZTPI – suma punktów na skali „Teraźniejszościowa-fatalistyczna”
X 3.5.	Przyszłościowa perspektywa czasu	Zmienna ilościowa	ZTPI – suma punktów na skali „Przyszłościowa”
X 4.1.	Eksploracja wszcz	Zmienna ilościowa	DIDS-PL - suma punktów na skali „Eksploracji wszcz”
X 4.2.	Podjęcie zobowiązania	Zmienna ilościowa	DIDS-PL - suma punktów na skali „Podjęcie zobowiązania”
X 4.3.	Eksploracja w głąb	Zmienna ilościowa	DIDS-PL - suma punktów na skali „Eksploracja w głąb”
X 4.4.	Identyfikacja ze zobowiązaniem	Zmienna ilościowa	DIDS-PL - suma punktów na skali „Identyfikacja ze zobowiązaniem”
X 4.5.	Eksploracja ruminacyjna	Zmienna ilościowa	DIDS-PL - suma punktów na skali „Eksploracja ruminacyjna”
X 5.	Łączna liczba istotnych zmian życiowych w okresie pomiędzy oboma pomiarami	Zmienna ilościowa	Odpowiedź na pytanie dotyczące zajścia ważnych wydarzeń życiowych pomiędzy oboma pomiarami.
X 6.1.	Zawarcie związku małżeńskiego w okresie pomiędzy oboma pomiarami	Zmienna dychotomiczna: X 6.1.1.: Wybrane wydarzenie miało miejsce w życiu osoby w okresie pomiędzy oboma pomiarami; X 6.1.2.: Wybrane wydarzenie nie miało miejsca w życiu osoby w okresie pomiędzy oboma pomiarami.	Odpowiedź na pytanie dotyczące zajścia ważnych wydarzeń życiowych pomiędzy oboma pomiarami.



X 6.2.	Wejście w nowy nieformalny związek intymny w okresie pomiędzy oboma pomiarami	Zmienna dychotomiczna: X 6.2.1.: Wybrane wydarzenie miało miejsce w życiu osoby w okresie pomiędzy oboma pomiarami; X 6.2.2.: Wybrane wydarzenie nie miało miejsca w życiu osoby w okresie pomiędzy oboma pomiarami.	Odpowiedź na pytanie dotyczące zajścia ważnych wydarzeń życiowych pomiędzy oboma pomiarami.
X 6.3.	Zaręczenie się w okresie pomiędzy oboma pomiarami	Zmienna dychotomiczna: X 6.3.1.: Wybrane wydarzenie miało miejsce w życiu osoby w okresie pomiędzy oboma pomiarami; X 6.3.2.: Wybrane wydarzenie nie miało miejsca w życiu osoby w okresie pomiędzy oboma pomiarami.	Odpowiedź na pytanie dotyczące zajścia ważnych wydarzeń życiowych pomiędzy oboma pomiarami.
X 6.4.	Rozwiedzenie się w okresie pomiędzy oboma pomiarami	Zmienna dychotomiczna: X 6.4.1.: Wybrane wydarzenie miało miejsce w życiu osoby w okresie pomiędzy oboma pomiarami; X 6.4.2.: Wybrane wydarzenie nie miało miejsca w życiu osoby w okresie pomiędzy oboma pomiarami.	Odpowiedź na pytanie dotyczące zajścia ważnych wydarzeń życiowych pomiędzy oboma pomiarami.
X 6.5.	Rozpad nieformalnego związku intymnego w okresie pomiędzy oboma pomiarami	Zmienna dychotomiczna: X 6.5.1.: Wybrane wydarzenie miało miejsce w życiu osoby w okresie pomiędzy oboma pomiarami; X 6.5.2.: Wybrane wydarzenie nie miało miejsca w życiu osoby w okresie pomiędzy oboma pomiarami.	Odpowiedź na pytanie dotyczące zajścia ważnych wydarzeń życiowych pomiędzy oboma pomiarami.
X 6.6.	Zajście w ciążę w okresie pomiędzy oboma pomiarami	Zmienna dychotomiczna: X 6.6.1.: Wybrane wydarzenie miało miejsce w życiu osoby w okresie pomiędzy oboma pomiarami; X 6.6.2.: Wybrane wydarzenie nie miało miejsca w życiu osoby w okresie pomiędzy oboma pomiarami.	Odpowiedź na pytanie dotyczące zajścia ważnych wydarzeń życiowych pomiędzy oboma pomiarami.
X 6.7.	Narodziny dziecka w okresie pomiędzy oboma pomiarami	Zmienna dychotomiczna: X 6.7.1.: Wybrane wydarzenie miało miejsce w życiu osoby w okresie pomiędzy oboma pomiarami; X 6.7.2.: Wybrane wydarzenie nie miało miejsca w życiu osoby w okresie pomiędzy oboma pomiarami.	Odpowiedź na pytanie dotyczące zajścia ważnych wydarzeń życiowych pomiędzy oboma pomiarami.
X 6.8.	Rozpoczęcie nowej pracy w okresie pomiędzy oboma pomiarami	Zmienna dychotomiczna: X 6.8.1.: Wybrane wydarzenie miało miejsce w życiu osoby w okresie pomiędzy oboma pomiarami; X 6.8.2.: Wybrane wydarzenie nie miało miejsca w życiu osoby w okresie pomiędzy oboma pomiarami.	Odpowiedź na pytanie dotyczące zajścia ważnych wydarzeń życiowych pomiędzy oboma pomiarami.

X 6.9.	Utrata pracy w okresie pomiędzy oboma pomiarami	Zmienna dychotomiczna: X 6.9.1.: Wybrane wydarzenie miało miejsce w życiu osoby w okresie pomiędzy oboma pomiarami; X 6.9.2.: Wybrane wydarzenie nie miało miejsca w życiu osoby w okresie pomiędzy oboma pomiarami.	Odpowiedź na pytanie dotyczące zajścia ważnych wydarzeń życiowych pomiędzy oboma pomiarami.
X 6.10.	Przeprowadzka w okresie pomiędzy oboma pomiarami	Zmienna dychotomiczna: X 6.10.1.: Wybrane wydarzenie miało miejsce w życiu osoby w okresie pomiędzy oboma pomiarami; X 6.10.2.: Wybrane wydarzenie nie miało miejsca w życiu osoby w okresie pomiędzy oboma pomiarami.	Odpowiedź na pytanie dotyczące zajścia ważnych wydarzeń życiowych pomiędzy oboma pomiarami.
X 6.11.	Przejęcie jakiejś poważnej choroby w okresie pomiędzy oboma pomiarami	Zmienna dychotomiczna: X 6.11.1.: Wybrane wydarzenie miało miejsce w życiu osoby w okresie pomiędzy oboma pomiarami; X 6.11.2.: Wybrane wydarzenie nie miało miejsca w życiu osoby w okresie pomiędzy oboma pomiarami.	Odpowiedź na pytanie dotyczące zajścia ważnych wydarzeń życiowych pomiędzy oboma pomiarami.
X 6.12.	Poważna choroba osoby bliskiej w okresie pomiędzy oboma pomiarami	Zmienna dychotomiczna: X 6.12.1.: Wybrane wydarzenie miało miejsce w życiu osoby w okresie pomiędzy oboma pomiarami; X 6.12.2.: Wybrane wydarzenie nie miało miejsca w życiu osoby w okresie pomiędzy oboma pomiarami.	Odpowiedź na pytanie dotyczące zajścia ważnych wydarzeń życiowych pomiędzy oboma pomiarami.
X 6.13.	Śmierć członka rodziny w okresie pomiędzy oboma pomiarami	Zmienna dychotomiczna: X 6.13.1.: Wybrane wydarzenie miało miejsce w życiu osoby w okresie pomiędzy oboma pomiarami; X 6.13.2.: Wybrane wydarzenie nie miało miejsca w życiu osoby w okresie pomiędzy oboma pomiarami.	Odpowiedź na pytanie dotyczące zajścia ważnych wydarzeń życiowych pomiędzy oboma pomiarami.
X 6.14.	Śmierć innej bliskiej osoby (spoza rodziny) w okresie pomiędzy oboma pomiarami	Zmienna dychotomiczna: X 6.14.1.: Wybrane wydarzenie miało miejsce w życiu osoby w okresie pomiędzy oboma pomiarami; X 6.14.2.: Wybrane wydarzenie nie miało miejsca w życiu osoby w okresie pomiędzy oboma pomiarami.	Odpowiedź na pytanie dotyczące zajścia ważnych wydarzeń życiowych pomiędzy oboma pomiarami.
X 6.15.	Ukończenie aktualnego etapu edukacji w okresie pomiędzy oboma pomiarami	Zmienna dychotomiczna: X 6.15.1.: Wybrane wydarzenie miało miejsce w życiu osoby w okresie pomiędzy oboma pomiarami; X 6.15.2.: Wybrane wydarzenie nie miało miejsca w życiu osoby w okresie pomiędzy oboma pomiarami.	Odpowiedź na pytanie dotyczące zajścia ważnych wydarzeń życiowych pomiędzy oboma pomiarami.

X 6.16.	Inna ważna zmiana życiowa w okresie pomiędzy oboma pomiarami	Zmienna dychotomiczna: X 6.16.1.: Wybrane wydarzenie miało miejsce w życiu osoby w okresie pomiędzy oboma pomiarami; X 6.16.2.: Wybrane wydarzenie nie miało miejsca w życiu osoby w okresie pomiędzy oboma pomiarami.	Pytanie dotyczące zajścia ważnych wydarzeń życiowych pomiędzy oboma pomiarami.
Zmienne zależne dotyczące zmian w treści i strukturze WWDŹ jak w przypadku problemu badawczego nr 5. (Y 1. – Y 14. jak Y 1. – Y 14. w problemie badawczym nr 5.)			

*Źródło: opracowanie własne.*

*Legenda:* DIDS-PL: polska adaptacja Dimensions of Identity Development Scale; FTPQ – polska adaptacja Future Time Perspective Questionnaire; WWDŹ – wizja własnego dorosłego życia; ZTPI – polska adaptacja Zimbardo Time Perspective Inventory.

W tabeli 7. przedstawiono zmienne dotyczące pytania badawczego nr 7., które odnosi się do zależności pomiędzy zmianami w obrębie wizji własnego dorosłego życia a zmianami w obrębie tożsamości i poczuciu sensu w życiu.

### **Tabela 7**

*Rodzaje zmiennych i ich wskaźniki w odniesieniu do pytania badawczego nr 7*

<b>Pytanie badawcze nr 7.:</b>			
Czy zmiany zachodzące w treści i strukturze wizji własnego dorosłego życia oraz subiektywnym ustosunkowaniu się do niej podczas ostatniego roku edukacji w szkole średniej/ na studiach wyższych u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości są powiązane ze zmianami w obrębie tożsamości i poczucia sensu w życiu?			
<b>Rodzaj i numer zmiennej</b>	<b>Nazwa zmiennej</b>	<b>Wersje zmiennej lub jednostka</b>	<b>Wskaźniki</b>
Y 1.1.	Zmiana natężenia eksploracji wszere	Zmienna ilościowa	Różnica w sumie punktów w skali „Eksploracja wszere” w kwestionariuszu DIDS-PL w obu pomiarach.
Y 1.2.	Zmiana natężenie podejmowania zobowiązania	Zmienna ilościowa	Różnica w sumie punktów w skali „Podejmowanie zobowiązania” w kwestionariuszu DIDS-PL w obu pomiarach.
Y 1.3.	Zmiana natężenia eksploracji w głąb	Zmienna ilościowa	Różnica w sumie punktów w skali „Eksploracja w głąb” w kwestionariuszu DIDS-PL w obu pomiarach.

Y 1.4.	Zmiana natężenie identyfikacji ze zobowiązaniem	Zmienna ilościowa	Różnica w sumie punktów w skali „Identyfikacja ze zobowiązaniem” w kwestionariuszu DIDS-PL w obu pomiarach.
Y 1.5.	Zmiana natężenie eksploracji ruminacyjnej	Zmienna ilościowa	Różnica w sumie punktów w skali „Eksploracja ruminacyjna” w kwestionariuszu DIDS-PL w obu pomiarach.
Y 2.	Zmiana statusu tożsamości	Zmienna nominalna: Y 2.1.: zmiana regresywna; Y 2.2.: brak zmiany statusu tożsamości; Y 2.3.: zmiana progresywna.	Porównanie profilu wyników w kwestionariuszu DIDS-PL w obu pomiarach
Y 3.	Zmiana natężenia doświadczanego poczucia sensu w życiu	Zmienna ilościowa	Różnica w sumie punktów w skali „MLQ-P” w kwestionariuszu MLQ w obu pomiarach.
Y 4.	Zmiana nastawienia na poszukiwanie poczucia sensu w życiu w przyszłości	Zmienna ilościowa	Różnica w sumie punktów w skali „MLQ-S” w kwestionariuszu MLQ w obu pomiarach.
Zmienne niezależne dotyczące zmian w treści i strukturze WWDŻ jak zmienne zależne w przypadku problemu badawczego nr 5. (X 1. – X 14. jak Y 1. – Y 14. w problemie badawczym nr 5.)			

*Źródło: opracowanie własne.*

*Legenda:* DIDS-PL: polska adaptacja Dimensions of Identity Development Scale; MLQ – Meaning in Life Questionnaire; MLQ-P – podskala „aktualne poczucie sensu w życiu” w kwestionariuszu MLQ; MLQ-S – podskala „nastawienie na poszukiwanie sensu w życiu w przyszłości” w kwestionariuszu MLQ; WWDŻ – wizja własnego dorosłego życia.

#### **6.4. Szczegółowe pytania badawcze**

Na podstawie celów badawczych przedstawionych w podrozdziale 6.1. zostały sformułowane następujące szczegółowe pytania badawcze:

##### **1. Pytania dotyczące struktury i treści wizji własnego dorosłego życia w okresie wyłaniającej się dorosłości:**

- 1.1. Jakie obszary życia są reprezentowane w wizji własnego dorosłego życia u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości?
- 1.2. Jak bardzo rozbudowana jest wizja własnego dorosłego życia u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości?
- 1.3. Jak bardzo szczegółowa (zarówno w odniesieniu do każdego z ujętych w niej obszarów, jak całościowo) jest wizja własnego dorosłego życia u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości?

1.4. W jakim stopniu jest zbalansowana wizja własnego dorosłego życia u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości?

1.5. Jakie natężenie pozytywnych i negatywnych emocji towarzyszy wizji własnego dorosłego życia u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości?

1.6. Na ile łatwe jest dla osób w okresie wyłaniającej się dorosłości wyobrażenie sobie i opisanie wizji własnego dorosłego życia?

1.7. Jak silne poczucie ciągłości towarzyszy wizji własnego dorosłego życia u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości?

1.8. Jak bardzo idylliczna jest wizja własnego dorosłego życia u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości?

## **2. Pytania dotyczące czynników związanych ze strukturą i treścią wizji własnego dorosłego życia u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości:**

2.1. Czy płeć różnicuje strukturę i treść wizji własnego dorosłego życia u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości?

2.2. Czy poziom rozbudowania przyszłościowej perspektywy czasowej jest związany ze strukturą i treścią wizji własnego dorosłego życia u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości?

2.3. Czy perspektywa czasu jest związana ze strukturą i treścią wizji własnego dorosłego życia u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości?

2.4. Czy system wartości jednostki jest związany ze strukturą i treścią wizji własnego dorosłego życia u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości?

2.5. Czy fakt znajdowania się na początku lub na końcu okresu wyłaniającej się dorosłości różnicuje strukturę i treść wizji własnego dorosłego życia u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości?

2.6. Czy status związku intymnego różnicuje strukturę i treść wizji własnego dorosłego życia u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości?

2.7. Czy ogólny staż spędzony w związkach intymnych jest związany ze strukturą i treścią wizji własnego dorosłego życia u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości?

2.8. Czy deklarowany status społeczno-ekonomiczny jednostki różnicuje strukturę i treść wizji własnego dorosłego życia u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości?

## **3. Pytania dotyczące związków między wymiarami rozwoju tożsamości a strukturą i treścią wizji własnego dorosłego życia u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości.**

- 3.1. Czy poziom natężenia poszczególnych wymiarów rozwoju tożsamości jest związany ze strukturą i treścią wizji własnego dorosłego życia u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości?
- 3.2. Czy osoby o odmiennych statusach tożsamości różnią się pod względem stopnia rozbudowania wizji własnego dorosłego życia?
- 3.3. Czy osoby o odmiennych statusach tożsamości różnią się pod względem stopnia szczegółowości wizji własnego dorosłego życia?
- 3.4. Czy osoby o odmiennych statusach tożsamości różnią się pod względem łatwości w wyobrażeniu sobie i opisanu wizji własnego dorosłego życia?
- 3.5. Czy osoby o odmiennych statusach tożsamości różnią się pod względem natężenia pozytywnych emocji towarzyszących wizji własnego dorosłego życia?
- 3.6. Czy osoby o odmiennych statusach tożsamości różnią się pod względem natężenia negatywnych emocji towarzyszących wizji własnego dorosłego życia?
- 3.7. Czy osoby o odmiennych statusach tożsamości różnią się pod względem natężenia poczucia ciągłości towarzyszącego wizji własnego dorosłego życia?
- 3.8. Czy osoby o odmiennych statusach tożsamości różnią się pod względem stopnia idylliczności wizji własnego dorosłego życia?

#### **4. Pytania dotyczące związków między strukturą i treścią wizji własnego dorosłego życia a poczuciem sensu w życiu u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości:**

- 4.1. Czy struktura obszarów reprezentowanych w wizji własnego dorosłego życia jest u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości czynnikiem różnicującym poziom aktualnego poczucia sensu w życiu i nastawieniem na jego poszukiwanie w przyszłości?
- 4.2. Czy stopień rozbudowania wizji własnego dorosłego życia jest u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości związany z poziomem aktualnego poczucia sensu w życiu i nastawieniem na jego poszukiwanie w przyszłości?
- 4.3. Czy stopień szczegółowości wizji własnego dorosłego życia jest u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości związany z poziomem aktualnego poczucia sensu w życiu i nastawieniem na jego poszukiwanie w przyszłości?
- 4.4. Czy stopień zbalansowania wizji własnego dorosłego życia jest u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości związany z poziomem aktualnego poczucia sensu w życiu i nastawieniem na jego poszukiwanie w przyszłości?

4.5. Czy stopień łatwości w wyobrażeniu sobie i opisanu wizji własnego dorosłego życia jest u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości związany z poziomem aktualnego poczucia sensu w życiu i nastawieniem na jego poszukiwanie w przyszłości?

4.6. Czy natężenie pozytywnych emocji towarzyszących wizji własnego dorosłego życia jest u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości związane z poziomem aktualnego poczucia sensu w życiu i nastawieniem na jego poszukiwanie w przyszłości?

4.7. Czy natężenie negatywnych emocji towarzyszących wizji własnego dorosłego życia jest u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości związane z poziomem aktualnego poczucia sensu w życiu i nastawieniem na jego poszukiwanie w przyszłości?

4.8. Czy natężenie poczucia ciągłości towarzyszącego wizji własnego dorosłego życia jest u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości związane z poziomem aktualnego poczucia sensu w życiu i nastawieniem na jego poszukiwanie w przyszłości?

4.9. Czy idylliczność wizji własnego dorosłego życia jest u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości związana z poziomem aktualnego poczucia sensu w życiu i nastawieniem na jego poszukiwanie w przyszłości?

## **5. Pytania dotyczące zmian w obrębie treści i struktury wizji własnego dorosłego życia u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości podczas ostatniego roku edukacji w szkole średniej/ na studiach wyższych.**

5.1. Jakie zmiany następują w kwestii tego, które obszary życia są reprezentowane w wizji własnego dorosłego życia u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości podczas ostatniego roku edukacji w szkole średniej/ na studiach wyższych?

5.2. Jak zmienia się poziom rozbudowania wizji własnego dorosłego życia u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości podczas ostatniego roku edukacji w szkole średniej/ na studiach wyższych?

5.3. Jak zmienia się poziom szczegółowości wizji własnego dorosłego życia u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości podczas ostatniego roku edukacji w szkole średniej/ na studiach wyższych?

5.4. Jak zmienia się zbalansowanie wizji własnego dorosłego życia u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości podczas ostatniego roku edukacji w szkole średniej/ na studiach wyższych?

5.5. Jak zmienia się natężenie pozytywnych i negatywnych emocji towarzyszących wizji własnego dorosłego życia u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości podczas ostatniego roku edukacji w szkole średniej/ na studiach wyższych?

5.6. Jak zmienia się poczucie łatwości przywołania i opisanie wizji własnego dorosłego życia u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości podczas ostatniego roku edukacji w szkole średniej/ na studiach wyższych?

5.7. Jak zmienia się poczucie ciągłości towarzyszące wizji własnego dorosłego życia u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości podczas ostatniego roku edukacji w szkole średniej/ na studiach wyższych?

5.8. Jak zmienia się stopień idylliczności wizji własnego dorosłego życia u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości podczas ostatniego roku edukacji w szkole średniej/ na studiach wyższych?

## **6. Pytania dotyczące roli wybranych czynników podmiotowych jako potencjalnych predyktorów i czynników różnicujących zakres<sup>13</sup> zmian w obrębie struktury i treści wizji własnego dorosłego życia oraz subiektywnym ustosunkowaniu się do tejże wizji?**

6.1. Czy natężenie wymiarów rozwoju tożsamości jest predyktorem zmian w obrębie struktury i treści wizji własnego dorosłego życia oraz subiektywnego ustosunkowania się do niej u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości?

6.2. Czy zmiany w obrębie struktury i treści wizji własnego dorosłego życia oraz subiektywnego ustosunkowania się do niej są odmienne u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości o różnych statusach tożsamości?

6.3. Czy poziom rozbudowania przyszłościowej perspektywy czasu jest predyktorem zmian w obrębie struktury i treści wizji własnego dorosłego życia oraz subiektywnego ustosunkowania się do niej u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości?

---

<sup>13</sup> Ze względu na charakter analizowanych czynników (zarówno zmienne ilościowe, jak i dychotomiczne oraz nominalne), w przypadku części z nich możliwe było analizowanie ich jako potencjalnych predyktorów zmian w obrębie WWDŹ (analizy regresji), natomiast w odniesieniu do pozostałych nie było takiej możliwości, wobec czego analizowano, czy różnicują one zakres i kierunek zmian w WWDŹ.



6.4. Czy doświadczenie (lub nie) istotnych zmian życiowych jest czynnikiem różnicującym zajście zmian w obrębie struktury i treści wizji własnego dorosłego życia oraz subiektywnego ustosunkowania się do niej u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości?

6.5. Czy zmiany w obrębie struktury i treści wizji własnego dorosłego życia oraz subiektywnego ustosunkowania się do niej są odmienne u osób będących na początku i na końcu wyłaniającej się dorosłości?

## **7. Pytania dotyczące zależności pomiędzy zmianami w obrębie struktury i treści wizji własnego dorosłego życia oraz subiektywnym ustosunkowaniem do tejże wizji a zmianami w obrębie tożsamości i poczucia sensu w życiu.**

7.1. Czy zmiany w natężeniu wymiarów rozwoju tożsamości są powiązane ze zmianami w obrębie struktury i treści wizji własnego dorosłego życia oraz subiektywnym ustosunkowaniem się do tejże wizji?

7.2. Czy zmianom w zakresie statusu tożsamości towarzyszą zmiany w obrębie struktury i treści wizji własnego dorosłego życia oraz subiektywnym ustosunkowaniem do tejże wizji?

7.3. Czy zmiany w aktualnym poczuciu sensu w życiu są powiązane ze zmianami w obrębie struktury i treści wizji własnego dorosłego życia oraz subiektywnym ustosunkowaniem się do tejże wizji?

7.4. Czy zmiany w nastawieniu na poszukiwanie sensu w życiu w przyszłości są powiązane ze zmianami w obrębie struktury i treści wizji własnego dorosłego życia oraz subiektywnym ustosunkowaniem się do tejże wizji?

## **6.5. Hipotezy badawcze**

Część badania dotycząca opisu struktury i treści wizji własnego dorosłego życia oraz subiektywnego ustosunkowania się do niej (Problem badawczy nr 1.) oraz zmian w tym zakresie podczas ostatniego roku edukacji w szkole średniej/ na studiach wyższych (Problem badawczy nr 5.) mają charakter eksploracyjny, dlatego też w tym miejscu nie postawiono określonych hipotez.

W części ukierunkowanej na weryfikację zależności pomiędzy strukturą i treścią wizji własnego dorosłego życia a wybranymi czynnikami podmiotowymi i pozapodmiotowymi (Problem badawczy nr 2.), strukturą tożsamości (Problem badawczy nr 3.) i poczuciem sensu w życiu (Problem badawczy nr 4.), a także w części dotyczącej zależności pomiędzy wybranymi czynnikami podmiotowymi i pozapodmiotowymi a zmianami w wizji własnego

dorosłego życia (Problem badawczy nr 6.) i części dotyczącej zależności pomiędzy zmianami w wizji własnego dorosłego życia a zmianami w obrębie tożsamości i poczucia sensu w życiu (Problem badawczy nr 7.) sformułowano następujące hipotezy:

**Hipotezy dotyczące zależności pomiędzy strukturą i treścią wizji własnego dorosłego życia a wybranymi czynnikami podmiotowymi i pozapodmiotowymi:**

**Hipoteza 1.1.** Struktura i treść wizji własnego dorosłego życia będą odmienne u kobiet i mężczyzn. Przypuszcza się, że kobiety będą mieć bardziej rozbudowaną i szczegółową wizję własnego dorosłego życia niż mężczyźni oraz, że częściej będą w niej reprezentowane wątki dotyczące bliskich relacji i życia rodzinnego, rzadziej natomiast te związane z pracą zawodową i zaangażowaniem społeczno-politycznym.

Dotychczasowe badania wskazują, że oczekiwania na przyszłość związane z życiem rodzinnym i uczuciowym są bardziej ustrukturuwane i realistyczne u kobiet niż u mężczyzn (Janowicz, 2018c; Rodriguez-Tomé i Bariaud, 1987; za: Liberska, 2004). Natomiast chłopcy formułują bardziej klarowne wyobrażenia dotyczące swojego potencjalnego zaangażowania w aktywności społeczno-polityczne (Liberska, 1993; Rodriguez-Tomé i Bariaud, 1987; za: Liberska, 2004) oraz w kwestie związane z pracą zawodową (Czerwińska-Jasiewicz, 2005; Liberska, 2004). Prowadzone dotychczas w tym obszarze badania pokazują, że wyobrażenia młodych kobiet i mężczyzn na temat własnej przyszłości bardzo często odzwierciedlają stereotyp płci obowiązujący w danym czasie i kulturze (Greene i DeBacker, 2004; Seginer, 1988), co również pozwala przewidywać, że kobiety w swoich wyobrażeniach częściej będą odnosiły się do kwestii związanych z życiem rodzinnym, rzadziej natomiast do spraw odnoszących się do pracy zawodowej.

**Hipoteza 1.2.** Struktura i treść wizji własnego dorosłego życia będą odmienne u osób będących na początku i na końcu okresu wyłaniającej się dorosłości. Przypuszcza się, że osoby starsze będą mieć bardziej rozbudowane, szczegółowe i zbalansowane wyobrażenia na temat swojego przyszłego życia.

Na rolę wieku w kształtowaniu się wyobrażeń na temat własnej przyszłości u nastolatków i młodych dorosłych wskazują między innymi badania Czerwińskiej-Jasiewicz (2015), Janowicza (2017) i Tyszkowej (1985). Także ustalenia dotyczące charakterystyki rozwojowej osób będących się na początku i na końcu wyłaniającej się dorosłości pozwalają

przewidywać, że ci drudzy będą mieli bardziej rozbudowane, szczegółowe, realistyczne i lepiej ustrukturuowaną wizję własnego dorosłego życia.

**Hipoteza 1.3.** Struktura i treść wizji własnego dorosłego życia będą odmienne u osób będących aktualnie w związku intymnym i osób żyjących w pojedynkę. Przypuszczalnie osoby znajdujące się aktualnie w związku intymnym będą mieć bardziej rozbudowane i szczegółowe wyobrażenia dotyczące bliskich relacji i życia rodzinnego

Podobne wyniki uzyskano w badaniach dotyczących wizji własnego rodzicielstwa (Janowicz, 2017, 2020) – osoby będące w bliskich związkach miały bardziej rozbudowane wyobrażenia na temat siebie w roli rodzica w przyszłości wyżej wartościowały rodzicielstwo w hierarchii swoich celów życiowych.

**Hipoteza 1.4.** Będzie istnieć związek pomiędzy ogólnym czasem spędzonym w związkach intymnych (liczonym w miesiącach) a strukturą i treścią wizji własnego dorosłego życia. Przypuszcza się, że osoby, które spędziły łącznie więcej czasu w takich związkach będą mieć bardziej rozbudowane i szczegółowe wyobrażenia dotyczące bliskich relacji i życia rodzinnego.

Podobne wyniki zaobserwowano we wcześniejszych badaniach (Janowicz, 2017, 2020) – osoby o dłuższym stażu w związkach intymnych miały bardziej rozbudowaną wizję własnego rodzicielstwa i wyżej wartościowały rodzicielstwo w hierarchii swoich celów życiowych.

**Hipoteza 1.5.** Struktura i treść wizji własnego dorosłego życia będą odmienne u osób o różnym statusie społeczno-ekonomicznym. Przypuszcza się, że osoby deklarujące wyższy status społeczno-ekonomiczny będą mieć bardziej rozbudowane i szczegółowe wyobrażenia na temat własnej przyszłości oraz będą doświadczać więcej pozytywnych i mniej negatywnych emocji w związku z posiadaną wizją własnego dorosłego życia.

Dotychczasowe badania (Liberska, 2004; Nurmi, 1987; Lamm i in., 1976; Tyszkowa, 1985) wskazują na to, że młodzież z klasy średniej i wyższe tworzy bardziej wysunięte w czasie i lepiej ustrukturuowane wyobrażenia na temat własnej przyszłości. Badania prowadzone przeze mnie w odniesieniu do wizji własnego rodzicielstwa u młodych osób dawały odmienne rezultaty w zależności od zastosowanych metod badawczych – jednak część

z nich (Janowicz, 2017) wskazywała na różnice pomiędzy osobami o odmiennym statusie ekonomicznym w tym zakresie.

**Hipoteza 1.6.** Będzie istnieć związek między stopniem rozbudowania przyszłościowej perspektywy czasowej a strukturą wizji własnego dorosłego życia. Przypuszcza się, że większe nasilenie koncentracji na sprawach bieżących będzie wiązało się z formułowaniem mniej rozbudowanych i mniej szczegółowych wyobrażeń na temat własnej przyszłości, natomiast większa skłonność do planowania długoterminowego i silniejsze nastawienie na realizację projektów przyszłościowych będą związane z tworzeniem bardziej rozbudowanej i szczegółowej wizji własnego dorosłego życia.

Podobne wyniki uzyskano we wcześniejszych badaniach (Janowicz i in., 2019; Husman i Lens, 1999; Katra, 2008a, 2009; Zaleski, 1991). Za taką hipotezą przemawiają też przesłanki teoretyczne – na wagę rozbudowanej przyszłościowej perspektywy czasowej w kontekście kształtowania się wyobrażeń na temat własnej przyszłości wskazują m.in. Czerwińska-Jasiewicz (2015), Nuttin (1980), Nurmi (1987, 1991) oraz Zimbardo i Boyd (1999). Autorzy ci podkreślają zgodnie, że posiadanie bardziej rozbudowanej przyszłościowej perspektywy czasu i silniejsza skłonność do angażowania się w aktywność umysłową ukierunkowaną na przyszłość są czynnikami sprzyjającymi formowaniu się bardziej rozbudowanych, szczegółowych i realistycznych wyobrażeń odnoszących się do własnej przyszłości.

**Hipoteza 1.7.** Będzie istnieć związek między perspektywą czasu a strukturą i treścią wizji własnego dorosłego życia u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości. Przypuszcza się, że osoby o silniejszym natężeniu perspektywy przyszłościowej i przeszłościowej-pozytywnej będą miały bardziej rozbudowane i szczegółowe wyobrażenia na temat własnej przyszłości, przywołanie i opisanie wizji własnego dorosłego życia będzie dla nich łatwiejsze oraz związane z silniejszym poczuciem ciągłości. W przypadku orientacji przeszłościowej-negatywnej i terażniejszościowej (zwłaszcza fatalistycznej) przewiduje się odwrotny kierunek zależności.

Przesłanki dla postawienia tej hipotezy są takie same, jak w przypadku hipotezy 1.6. Ponadto, badania Hallforda i współpracowników (2018) wykazały, że zarówno pozytywna orientacja przeszłościowa, jak i orientacja przyszłościowa są związane z silniejszą świadomością tożsamości narracyjnej, czyli świadomością posiadania opowieści na temat Ja,

które dają spójność i znaczenie w życiu. Z kolei osoby o silniejszej świadomości tożsamości narracyjnej charakteryzują się silniejszą inklinacją autonarracyjną (czyli skłonnością do ujmowania swojego życia w historii, narracje) (Janowicz i Soroko, 2018) oraz ich narracje na temat ważnych wydarzeń z przeszłości są bardziej rozbudowane i cechują się wyższym poziomem koherencji (Soroko i in., 2019). Choć wyniki te dotyczą wypowiedzi na temat własnej przeszłości, można przewidywać, że znajdą, chociaż częściowo, swoje odzwierciedlenie także w odniesieniu do wyobrażeń przyszłości.

**Hipoteza 1.8.** Będzie istnieć związek między systemem wartości jednostki a strukturą i treścią formułowanej przez nią wizji własnego dorosłego życia. Przypuszcza się, że osoby o silniejszej orientacji na „przekraczanie siebie” i większej „otwartości na zmiany” będą miały bardziej rozbudowane i szczegółowe przewidywania na temat własnej przyszłości. Osoby bardziej przywiązane do wartości z kręgu „zachowawczości” będą miały przypuszczalnie bardziej szczegółowe wyobrażenia w obszarach stereotypowo kojarzonych z daną płcią (np. kobiety z życiem rodzinnym, a mężczyźni z życiem zawodowym), natomiast osoby silniej nastawione na wartości z kręgu „umacniania siebie” będą miały przypuszczalnie bardziej szczegółową wizję własnego dorosłego życia w odniesieniu do obszarów związanych z pracą zawodową, własnym stylem życia i samorealizacją.

Na istotną zależność między systemem wartości a formułowaniem celów i planów życiowych wskazywało także liczne grono innych badaczy – zarówno polskich (Kozielecki, 1975; Matuszewicz, 1975; Mądrzycki, 2002; Tyszkowa, 1985; Zaleski, 1991), jak i zagranicznych (Inhelder i Piaget, 1970; Nurmi, 1991; Nuttin, 1980). Potwierdzają to także badania empiryczne (m.in. Biernat i in., 2007; Mathews i Tiedeman, 1964; Morinaga i in., 2004), w których system wartości preferowanych przez jednostkę lub jej światopogląd znajdowały swoje odzwierciedlenie w formułowanych przez nią celach i planach życiowych – osoby konserwatywne i bardziej przywiązane do tradycji silniej wartościowały w kontekście swojej przyszłości szczęśliwe życie rodzinne i zostanie rodzicem, mniej natomiast sukces zawodowy i materialne powodzenie.

**Hipoteza 1.9.** Treść i struktura wizji własnego dorosłego życia będą odmienne u osób pochodzących z rodzin pełnych i niepełnych. Przewiduje się, że osoby wychowujące się z obojgiem rodziców częściej odwoływać się będą w swojej wizji własnego dorosłego życia do obszarów związanych z byciem w bliskim związku intymnym, życiem rodzinnym i

rodzicielstwem oraz, że aspekty te będą opisywane bardziej szczegółowo. Ponadto przewiduje się, że osoby z rodzin pełnych będą posiadać bardziej idylliczną wizję własnego dorosłego życia.

Znaczenie procesów naśladowstwa, identyfikacji i modelowania w procesie przejmowania celów i standardów osobistych stanowiących podstawę kształtowania się orientacji temporalnych podkreślała w swoich pracach m.in. Liberska (2004). Na istotną rolę uwarunkowań rodzinnych w procesie formowania się koncepcji własnego życia u młodzieży wskazywała też Czerwińska-Jasiewicz (2015), a Tyszkowa (1985) stwierdzała, że są one ważnym czynnikiem oddziałującym na kształtowanie perspektyw życiowych u młodych ludzi. Jak podkreśla Liberska (2004), wychowywanie się w rodzinie niepełnej może przyczyniać się także do gorszej sytuacji materialnej i mniejszego dostępu do kultury i edukacji, co może skutkować mniej optymistycznymi przewidywaniami na temat własnej przyszłości. Jeśli chodzi o przesłanki empiryczne dla postawienia takiej hipotezy, to badania Przybył (2001) wykazały, że obserwacja własnych rodziców jest jednym z kluczowych źródeł wiedzy o rolach rodzinnych i małżeńskich. Doświadczenie rozpadu związku rodziców (któremu często towarzyszą wcześniejsze konflikty i napięcia) może zwiększać u jednostki wątpliwości co do tego, czy ona same chce w przyszłości wchodzić w związek intymny, skoro może zakończyć się on rozstaniem i dostarczać wielu negatywnych doświadczeń.

### **Hipotezy dotyczące zależności pomiędzy strukturą i treścią wizji własnego dorosłego życia a natężeniem wymiarów rozwoju tożsamości:**

**Hipoteza 2.1.** Będzie istnieć związek między strukturą obszarów reprezentowanych w wizji własnego dorosłego życia u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości a poziomem natężenia poszczególnych wymiarów rozwoju tożsamości. Przypuszcza się, że u osób o wyższym natężeniu eksploracji w głąb i identyfikacji ze zobowiązaniem (w porównaniu do eksploracji ruminacyjnej, eksploracji wszerz i podejmowania zobowiązania) w wizji własnego dorosłego życia częściej pojawiać się będą odniesienia dotyczące kluczowych obszarów życia w dorosłości (budowania bliskich związków intymnych, życia rodzinnego i pracy zawodowej).

Badania Liberskiej (2002, 2004) wykazały, że osoby o osiągniętym statusie tożsamości formułowały oczekiwania najsilniej skoncentrowane na kwestiach związanych z budowaniem związku intymnego, wykształceniem, pracą i obowiązkami wobec najbliższych i społeczeństwa. Taka struktura wyobrażeń na temat własnej przyszłości wskazuje na

dojrzałość psychospołeczną. Natomiast chłopcy i dziewczęta o tożsamości moratoryjnej nie byli w stanie zbudować wyobrażeń o złożonej strukturze treściowej i temporalnej.

**Hipoteza 2.2.** Będzie istnieć związek między stopniem rozbudowania wizji własnego dorosłego życia u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości a poziomem natężenia poszczególnych wymiarów rozwoju tożsamości. Przypuszcza się, że tworzenie bardziej rozbudowanej wizji własnego dorosłego życia będzie powiązane z większym nasileniem eksploracji ruminacyjnej i eksploracji wszerej.

Przesłanki empiryczne są w odniesieniu do tej hipotezy niejednoznaczne. Badania Dunkela i Anthis (2001) wykazały, że natężenie procesów eksploracyjnych było pozytywnie skorelowane z liczbą generowanych przez osoby możliwych self. Natomiast Liberska (2004) wykazała, że chłopcy i dziewczęta o tożsamości moratoryjnej nie byli w stanie zbudować wyobrażeń o złożonej strukturze treściowej i temporalnej – wyobrażenia te były rozrzucone i chaotyczne. Ku takim przewidywaniom istnieją natomiast istotne przesłanki teoretyczne. Erikson (1997, 2004) wskazuje, że nasilenie procesów związanych z eksploracją wiąże się z zaangażowaniem w różne formy aktywności oraz refleksowaniem nad wieloma możliwościami, które wydają się dostępne. Nie następuje tutaj jeszcze selekcja tych obszarów, co do których jednostka podejmie konkretne zobowiązania (Luyckx i in., 2006, 2008). Eksplorowanie licznych możliwości może być ekstrapolowane na odnoszenie się do licznych obszarów życia, której jednostka widzi jako potencjalne w jej przyszłym życiu.

**Hipoteza 2.3.** Będzie istnieć związek między stopniem szczegółowości wizji własnego dorosłego życia u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości a poziomem natężenia poszczególnych wymiarów rozwoju tożsamości. Przypuszcza się, że wizja własnego dorosłego życia będzie bardziej szczegółowa u osób cechujących się wyższym natężeniem eksploracji w głąb i identyfikacji ze zobowiązaniem.

Trudno znaleźć na ten moment empiryczne dowody wspierające tę hipotezę. Wydaje się ona natomiast dobrze umocowana w przesłankach teoretycznych. W odniesieniu do koncepcji Eriksona (1997, 2004) stwierdzić można, że wraz z formowaniem się tożsamości jednostka coraz lepiej poznaje obszary życia i aktywności, które włącza w obręb swojej tożsamości. Eksploracja, która początkowo była nastawiona na poznanie istnienia możliwości, z czasem skupia się bardziej na dogłębnym rozpoznaniu poszczególnych, potencjalnie ważnych dla jednostki, opcji (Luyckx i in., 2006, 2008).

**Hipoteza 2.4.** Będzie istnieć związek między poziomem zbalansowania wizji własnego dorosłego życia u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości a poziomem natężenia poszczególnych wymiarów rozwoju tożsamości. Przypuszcza się, że osoby mające zbalansowaną wizję własnego dorosłego życia będą charakteryzować się silną identyfikacją ze zobowiązaniem.

Choć brak przesłanek empirycznych dla postawienia takiej hipotezy, to wydaje się ona zgodna z koncepcją Luyckx'a i współpracowników (2006, 2008), w świetle której w toku formowania się tożsamości włączane są w jej obręb identyfikacje z istotnymi dla jednostki zobowiązaniami. Dla osób w okresie wyłaniającej się dorosłości powinny one odzwierciedlać wybory podjęte w kluczowych obszarach życia (edukacja, praca, życie osobiste i rodzinne), tworząc układ, w którym obszary te będą ze sobą harmonijnie współgrać.

**Hipoteza 2.5.** Będzie istnieć związek między natężeniem pozytywnych i negatywnych emocji związanych z wizją własnego dorosłego życia a poziomem natężenia poszczególnych wymiarów rozwoju tożsamości u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości. Przypuszcza się, że natężenie pozytywnych emocji związanych z wizją własnego dorosłego życia będzie pozytywnie korelowało z podejmowaniem zobowiązania i identyfikacją ze zobowiązaniem, natomiast negatywnie z eksploracją ruminacyjną. Przewiduje się, że kierunek zależności będzie odwrotny dla natężenia negatywnych emocji związanych z wizją własnego dorosłego życia.

Osiągnięcie dojrzałej tożsamości bazującej na identyfikacji z istotnymi dla jednostki zobowiązaniami ma istotną funkcję regulacyjną dla ogólnego funkcjonowania człowieka (Erikson, 1997; Luyckx i in., 2006, 2008) i sprzyja podejmowaniu aktywności ukierunkowanych na ważne cele życiowe. Znalezienie odpowiedzi na pytania tożsamościowe (m.in. „kim jestem?”, „kim mogę być?”) i zaakceptowanie tych odpowiedzi powinno wiązać się z bardziej pozytywnym stosunkiem do wizji własnej przyszłości. Istnieją także przesłanki empiryczne (Janowicz i in., 2021) wskazujące na to, że podejmowanie zobowiązania i identyfikacja ze zobowiązaniem pozytywnie korelują z natężeniem pozytywnych emocji towarzyszących definiującym tożsamość wyobrażeniom własnej przyszłości. W przypadku natężenia emocji negatywnych, korelacje te miały odwrotny kierunek.



**Hipoteza 2.6.** Będzie istnieć związek między poczuciem łatwości wyobrażenia i opisanie wizji własnego dorosłego życia a poziomem natężenia poszczególnych wymiarów rozwoju tożsamości u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości. Przypuszcza się, że poczucie łatwości wyobrażenia i opisanie wizji własnego dorosłego życia będzie pozytywnie korelowało z natężeniem podejmowania zobowiązania i identyfikacji ze zobowiązaniem a negatywnie z natężeniem eksploracji ruminacyjnej.

Można tutaj przytoczyć przesłanki teoretyczne wspomniane w odniesieniu do hipotezy 2.5. Przejście przez adaptacyjne procesy eksploracji, podjęcie zobowiązania i identyfikacja z nim związane są z refleksją nad własną przyszłością. Natomiast eksploracja ruminacyjna odnosi się do stanu, w którym jednostce trudno jest stworzyć spójny obraz siebie, co wiąże się z napięciem i negatywnymi emocjami.

**Hipoteza 2.7.** Będzie istnieć związek między poczuciem ciągłości związanym z wizją własnego dorosłego życia a poziomem natężenia poszczególnych wymiarów rozwoju tożsamości u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości. Przypuszcza się, że poczucie ciągłości towarzyszące wizji własnego dorosłego życia będzie pozytywnie korelowało z natężeniem podejmowania zobowiązania i identyfikacji ze zobowiązaniem a negatywnie z natężeniem eksploracji ruminacyjnej.

Można tutaj przytoczyć przesłanki teoretyczne wspomniane w odniesieniu do hipotezy 2.5. Ponadto, wyniki badania dotyczące zależności pomiędzy definiującymi tożsamość wyobrażeniami własnej przyszłości a wymiarami tożsamości (Janowicz i in., 2021) wskazują, że silniejsze poczucie ciągłości towarzyszące takim wyobrażeniom pozytywnie korelowało z podejmowaniem zobowiązania i identyfikacją ze zobowiązaniem a negatywnie z eksploracją ruminacyjną.

**Hipotezy dotyczące zależności pomiędzy strukturą i treścią wizji własnego dorosłego życia i statusami tożsamości:**

**Hipoteza 3.1.** Osoby o odmiennych statusach tożsamości będą różnić się między sobą rozbudowaniem wizji własnego dorosłego życia. Przypuszcza się, że najbardziej rozbudowana wizja własnego dorosłego życia będzie charakterystyczna dla osób o tożsamości osiągniętej. Natomiast osoby o statusach tożsamości dyfuzyjnej (beztroska dyfuzja i rozproszona dyfuzja) posiadać będą mniej rozbudowaną wizję własnego dorosłego życia.

Można tutaj przytoczyć przesłanki teoretyczne dotyczące hipotezy 2.1. Ponadto, badania Liberskiej (2002, 2004) wykazały, że osoby o statusie tożsamości moratoryjnej miały trudność w stworzeniu uporządkowanych wyobrażeń własnej przyszłości – były one często chaotyczne i mało rozbudowane. Inne badania (Dunkel i Anthis, 2001) wykazały, że osoby o statusie tożsamości osiągniętej generowały więcej tzw. możliwych self, zarówno w odniesieniu do upragnionych (*hoped*) stanów przyszłości, jak i takich, które budzą obawy (*feared*). Jednak w innym badaniu (Dunkel, 2000) nie obserwowano tych różnic.

**Hipoteza 3.2.** Osoby o odmiennych statusach tożsamości będą różnić się między sobą szczegółowością wizji własnego dorosłego życia. Przypuszcza się, że bardziej szczegółowa wizja własnego dorosłego życia będzie charakterystyczna dla osób o tożsamości osiągniętej i moratoryjnej a wizja ogólnikowa dla osób o tożsamości rozproszonej.

Podobnie jak w przypadku hipotezy 2.3., trudno na ten moment wskazać na przesłanki empiryczne dla umocowania tej hipotezy, natomiast można odwołać się do licznych przesłanek teoretycznych, które są podobne, jak w przypadku hipotezy 2.3. Odwołując się do prac Eriksona (1997, 2004), Luyckxa ze współpracownikami (2006, 2008) i Marcii (1966; za: Oleszkowicz, 1995), można zakładać, że większa szczegółowość będzie charakterystyczna dla osób o statusie tożsamości, który charakteryzuje się umiarkowanym lub wysokim poziomem eksploracji, a więc tożsamości osiągniętej (eksploracja została dokonana i na jej bazie podjęta została identyfikacja ze zobowiązaniem) oraz moratoryjnej (eksploracja jest w toku, ale nie ma jeszcze zobowiązania).

**Hipoteza 3.3.** Osoby o odmiennych statusach tożsamości będą różnić się między sobą poziomem łatwości w wyobrażeniu sobie i opisanie wizji własnego dorosłego życia. Przypuszcza się, że wyobrażenie i opisanie wizji własnego dorosłego życia będzie najłatwiejsze dla osób o tożsamości osiągniętej, a najtrudniejsze dla osób o tożsamości dyfuzyjnej (rozproszonej i beztroskiej).

Podobnie jak w przypadku hipotez 2.5. i 2.6., opierając się na pracach Eriksona (1997, 2004) oraz Luyckxa i współpracowników (2006, 2008), można wskazać, że rozwój tożsamości w kierunku tożsamości osiągniętej (bazującej na zobowiązaniu poprzedzonym eksploracją), powinien wiązać się z większą dostępnością wizji własnego dorosłego życia. Jak wskazuje Erikson (1997, 2004) rozwój tożsamości wiąże się ze zdolnością ujmowania swojego życia na kontinuum czasu oraz umiejętnością przewidywania przyszłych

konsekwencji własnych działań, co także powinno przyczyniać się do większej łatwości w wyobrażeniu sobie własnej przyszłości u osób o tożsamości osiągniętej.

**Hipoteza 3.4.** Osoby o odmiennych statusach tożsamości będą różnić się między sobą natężeniem pozytywnych i negatywnych emocji związanych z wizją własnego dorosłego życia. Przypuszcza się, że natężenie pozytywnych emocji towarzyszące wizji własnego dorosłego życia będzie najwyższe u osób o tożsamości osiągniętej a najniższe dla osób o tożsamości dyfuzyjnej (rozproszonej i beztroskiej). Odwrotną zależność przewiduje się w odniesieniu do natężenia negatywnych emocji.

W przypadku tej hipotezy przesłanki teoretyczne i empiryczne są takie same jak dla hipotezy 2.5.

**Hipoteza 3.5.** Osoby o odmiennych statusach tożsamości będą różnić się między sobą poczuciem ciągłości związanym z wizją własnego dorosłego życia. Przypuszcza się, że poczucie ciągłości towarzyszące wizji własnego dorosłego życia będzie najwyższe u osób o tożsamości osiągniętej, a najniższe u osób o tożsamości dyfuzyjnej (rozproszonej i beztroskiej).

Osiągnięcie dojrzałej tożsamości bazującej na identyfikacji z istotnymi dla jednostki zobowiązaniami ma istotną funkcję regulacyjną dla ogólnego funkcjonowania człowieka (Erikson, 1997; Luyckx i in., 2006, 2008) i sprzyja podejmowaniu aktywności ukierunkowanej na ważne cele życiowe. Znalezienie odpowiedzi na pytania tożsamościowe (m.in. „kim jestem?”, „kim mogę być?”) i zaakceptowanie tych odpowiedzi powinno wiązać się z silniejszym poczuciem ciągłości doświadczanym przez jednostkę. Ponadto, jako przesłankę empiryczną można podać wyniki badań przytoczone w odniesieniu do hipotezy 2.7.

**Hipoteza 3.6.** Osoby o odmiennych statusach tożsamości będą różnić się między sobą stopniem idylliczności wizji własnego dorosłego życia. Przypuszcza się, że osoby o tożsamości osiągniętej, w porównaniu do osób o tożsamości dyfuzyjnej (rozproszonej i beztroskiej), częściej będą formułować wizję o najwyższym stopniu idylliczności i rzadziej o najniższym stopniu idylliczności.

Można tutaj odwołać się do przesłanek teoretycznych i empirycznych wspomnianych w odniesieniu do hipotezy 2.5. Ponadto, posiadanie dojrzałej tożsamości wiąże się z

podejmowaniem zobowiązań i identyfikacją z nimi (Erikson, 1997, 2004), co powinno zwiększać poczucie przewidywalności i redukować niepewność dotyczącą przyszłości u młodego człowieka. Z kolei dla osób o tożsamości dyfuzyjnej przyszłość jest niejasna (Bakiera, 2009), wobec czego dokonywaniu predykcji na jej temat może towarzyszyć silniejsze poczucie niepewności i negatywne emocje. Pewnych przesłanek empirycznych dla postawienia tej hipotezy dostarcza także badanie Dunkela (2000), w których osoby o tożsamości dyfuzyjnej istotnie niżej od osób o tożsamości osiągniętej oceniały prawdopodobieństwo realizacji swoich *możliwych selves*. Ponadto rzadziej myślały one o swoich pozytywnych *możliwych selves*.

### **Hipotezy dotyczące zależności pomiędzy strukturą i treścią wizji własnego dorosłego życia a poczuciem sensu w życiu i nastawieniem na jego poszukiwanie w przyszłości:**

**Hipoteza 4.1.** Będzie istnieć związek między treścią wizji własnego dorosłego życia u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości a poziomem aktualnego poczucia sensu w życiu. Przypuszcza się, że obecność w wizji własnego dorosłego życia odniesień do kluczowych aspektów funkcjonowania osoby dorosłej (życie zawodowe, bliskie związki, życie rodzinne) wiązać się będzie z wyższym poczuciem aktualnego sensu w życiu.

W świetle dotychczas prowadzonych badań tworzenie bardziej rozbudowanych i lepiej ustrukturuowanych celów i planów życiowych jest związane z wyższym poczuciem sensu życia (Zaleski, 1991), wyższą samooceną (Katra, 2008a) i ogólną satysfakcją z życia (King, 2001; Salmela-Aro i Nurmi, 1997; Sheldon i Kasser, 1998). Obecność w wyobrażeniach na temat własnej przyszłości odniesień do głównych obszarów dorosłego życia powinna mieć dla jednostki charakter sensotwórczy i ukierunkowujący jej aktywność na te właśnie obszary.

**Hipoteza 4.2.** Będzie istnieć związek między stopniem rozbudowania wizji własnego dorosłego życia u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości a poziomem aktualnego poczucia sensu w życiu. Przypuszcza się, że wyższy stopień rozbudowania wizji własnego dorosłego życia wiązać się będzie z wyższym poczuciem aktualnego sensu w życiu.

Można się tu odnieść do tych samych przesłanek teoretycznych i empirycznych jak w przypadku Hipotezy 4.1.

**Hipoteza 4.3.** Będzie istnieć związek między stopniem szczegółowości wizji własnego dorosłego życia u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości a poziomem aktualnego

poczucia sensu w życiu. Przypuszcza się, że wyższy stopień szczegółowości wizji własnego dorosłego życia wiązać się będzie z wyższym poczuciem aktualnego sensu w życiu.

Można się tu odnieść do tych samych przesłanek teoretycznych i empirycznych jak w przypadku Hipotezy 4.1. Ponadto wyższy poziom szczegółowości powinien wskazywać na głębsze „opracowanie” danego aspektu wizji własnego dorosłego życia. Zakładając, że nie ma ona negatywnego zabarwienia emocjonalnego, można oczekiwać, że ta pogłębiona refleksja wiązać się będzie z wyższym poczuciem sensowności własnego życia i perspektyw na sensowne życie w przyszłości.

**Hipoteza 4.4.** Będzie istnieć związek między stopniem zbalansowania wizji własnego dorosłego życia u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości a poziomem aktualnego poczucia sensu w życiu. Przypuszcza się, że wyższy stopień zbalansowania wizji własnego dorosłego życia wiązać się będzie z wyższym poczuciem aktualnego sensu w życiu.

Można się tu odnieść do tych samych przesłanek teoretycznych i empirycznych jak w przypadku hipotezy 4.1. Ponadto zbalansowana wizja własnego życia uwzględniająca kluczowe obszary funkcjonowania w dorosłości powinna wpływać stabilizująco na funkcjonowanie jednostki, dając jej poczucie sensu w życiu i perspektywy na sensowne życie w przyszłości.

**Hipoteza 4.5.** Będzie istnieć związek między idyllicznością wizji własnego dorosłego życia u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości a poziomem aktualnego poczucia sensu w życiu i nastawieniem na jego poszukiwanie w przyszłości. Przypuszcza się, że osoby posiadające bardziej idylliczną wizję własnego dorosłego życia będą charakteryzować się wyższym poczuciem aktualnego sensu w życiu, a osoby posiadające wizję nie-idylliczną silniejszym nastawieniem na poszukiwanie sensu życia w przyszłości.

Pozytywne przewidywania co do własnej przyszłości wiążą się z wiarą w to, że dorosłe życie jednostki będzie wartościowe i zgodne z jej pragnieniami, a więc także sensowne. Przewidywanie mało optymistycznego biegu własnego życia i poczucie, że w świetle aktualnego kształtu życia jednostki trudno zakładać, że będzie ono miało pozytywny kształt w przyszłości może przyczyniać się do spadku aktualnego poczucia sensu w życiu i jednoczesnego silniejszego nastawienia, żeby jednak (na przykład przez modyfikację własnych planów życiowych i aktywności) sens ten osiągnąć w przyszłości.

**Hipoteza 4.6.** Będzie istnieć związek pomiędzy subiektywnym ustosunkowaniem się do posiadanej wizji własnego dorosłego życia a aktualnym poczuciem sensu w życiu. Przewiduje się, że silniejsze natężenie aktualnego poczucia sensu w życiu będzie pozytywnie skorelowane z łatwością przywołania i opisanie wizji własnego dorosłego życia, wyższym natężeniem pozytywnych emocji i niższym natężeniem negatywnych emocji związanych z przywołaniem i opisaniem tejże wizji oraz silniejszym poczuciem ciągłości, jakie ta wizja daje jednostce pomiędzy teraźniejszością i przyszłością.

W przypadku tej hipotezy można odwołać się do przesłanek wspomnianych w odniesieniu do hipotezy 4.1. i 4.5.

**Hipotezy dotyczące zależności pomiędzy wybranymi czynnikami podmiotowymi i pozapodmiotowymi a zmianami w obrębie struktury i treści wizji własnego dorosłego życia na przestrzeni ostatniego roku nauki w szkole średniej/ na studiach wyższych:**

**Hipoteza 5.1.** Natężenie eksploracji wszere będzie predyktorem zmian w strukturze i treści wizji własnego dorosłego życia na przestrzeni ostatniego roku nauki w szkole średniej/ na studiach wyższych. Przewiduje się, że wyższe natężenie eksploracji wszere w Pomiarze 1. będzie predyktorem większych zmian w treści i strukturze wizji własnego dorosłego życia.

Proces eksploracji wszere wiąże się z rozpoznawaniem szerokiego spektrum możliwości i poszukiwaniem obszarów życia, w które jednostka może się zaangażować (Luyckx i in., 2006, 2008; Piotrowski i Brzezińska, 2017). W związku z tym, można zakładać, że u osób silnie zaangażowanych w ten proces będzie następował wzrost liczby obszarów życia, do których odnosić się będzie wizja własnego dorosłego życia. Wynikać to będzie z faktu, że nowe obszary będą pojawiać się w polu świadomości jednostki jako przestrzenie potencjalnego zaangażowania. Ponadto, wyniki badania Dunkela i Anthis (2001) wykazały, że natężenie poziomu eksploracji było pozytywnie skorelowane z liczbą generowanych *możliwych selves* oraz stanowiło predyktor liczby generowanych *możliwych selves* cztery miesiące później.

**Hipoteza 5.2.** Natężenie podejmowania zobowiązania będzie predyktorem stabilności wizji własnego dorosłego życia (mniejszego zakresu zmian) na przestrzeni ostatniego roku nauki w szkole średniej/ na studiach wyższych. Przewiduje się, że wyższe natężenie podejmowania zobowiązania będzie predyktorem mniejszych zmian w zakresie wizji własnego dorosłego życia.

Podjęcie zobowiązania wiąże się z dokonaniem wstępnych wyborów wynikających z wcześniejszego zaangażowania w eksplorację wszerz i okresową stabilizacją, osłabieniem procesów eksploracyjnych (Luyckx i in., 2006, 2008; Piotrowski i Brzezińska, 2017). W związku z tym, można przewidywać, że wysokie natężenie tego wymiaru rozwoju tożsamości będzie predyktorem małych zmian w zakresie struktury i treści wizji własnego dorosłego życia. Przesłankę dla postawienia takiej hipotezy dostarcza także badanie Dunkela i Anthis (2001). Natężenie procesów związanych ze zobowiązaniem nie było powiązane z liczbą generowanych *możliwych selves* i nie było istotnym predyktorem liczby *możliwych selves* generowanych po upływie 4 miesięcy.

**Hipoteza 5.3.** Natężenie eksploracji w głąb będzie predyktorem zmian w strukturze i treści wizji własnego dorosłego życia na przestrzeni ostatniego roku nauki w szkole średniej/ na studiach wyższych. Przewiduje się, że wyższe natężenie eksploracji w głąb w pomiarze 1. będzie predyktorem większych zmian w treści i strukturze wizji własnego dorosłego życia oraz wzrostu jej szczegółowości i łatwości przywołania oraz opisanie wizji własnego dorosłego życia.

Eksploracja w głąb jest introspekcyjnym procesem skierowania się do własnego wnętrza w celu oceny podjętych zobowiązań (Luyckx i in., 2006, 2008; Piotrowski i Brzezińska, 2017), co powinno wiązać się z pogłębianiem refleksji na temat tychże zobowiązań. Można przewidywać, że towarzyszyć temu będzie głębsze (bardziej szczegółowe) opracowanie poznawcze antycypowanych wydarzeń we własnym życiu, znajdujące swoje odzwierciedlenie w formowaniu bardziej szczegółowej WWDŻ. Powinno to także sprzyjać większej łatwości w przywołaniu i opisanie wizji własnego dorosłego życia wynikającej z podjęcia pogłębionej refleksji nad własną przyszłością. Jako przesłankę empiryczną można przywołać tutaj wyniki badania Dunkela i Anthis (2001) przedstawione w odniesieniu do hipotezy 5.1., które wskazują na zależności pomiędzy natężeniem procesów eksploracyjnych a liczbą generowanych *możliwych selves*.

**Hipoteza 5.4.** Natężenie identyfikacji ze zobowiązaniem będzie predyktorem stabilności wizji własnego dorosłego życia (mniejszego zakresu zmian) na przestrzeni ostatniego roku nauki w szkole średniej/ na studiach wyższych oraz poczucia łatwości przywołania i opisanie WWDŻ oraz związanego z nią poczucia ciągłości. Przewiduje się, że silniejsza identyfikacja ze

zobowiązaniem będzie predyktorem mniejszych zmian w treści i strukturze WWDŻ oraz wzrostu poczucia łatwości jej przywołania i opisanie.

Identyfikacja ze zobowiązaniem wiąże się z ostatecznym włączeniem danych zobowiązań w strukturę tożsamości jednostki. Bazuje to na stwierdzonej słuszności podjętych wcześniej zobowiązań i uznaniu ich zgodności z dążeniami jednostki (Luyckx i in., 2006, 2008; Piotrowski i Brzezińska, 2017). Jest to proces stabilizujący tożsamość, w związku z czym można podejrzewać, że także wizja własnej przyszłości będzie się stabilizować, a zakres zachodzących w niej zmian będzie mniejszy. Jednocześnie stabilizacji tej powinien towarzyszyć wzrost poczucia ciągłości związanego z wizją własnej przyszłości i łatwość jej przywołania i opisanie (jako włączonej w strukturę tożsamości). Empiryczną przesłanką dla postawienia tej hipotezy są wyniki uzyskane przez Dunkela (2000) wskazujące na to, że osoby o tożsamości osiągniętej częściej myślały o różnych *możliwych selves* i prawdopodobieństwie ich realizacji.

**Hipoteza 5.5.** Natężenie eksploracji ruminacyjnej będzie predyktorem zmian w strukturze i treści wizji własnego dorosłego życia na przestrzeni ostatniego roku nauki w szkole średniej/na studiach wyższych. Przewiduje się, że wyższe natężenie eksploracji ruminacyjnej w pomiarze 1. będzie predyktorem większych zmian w treści i strukturze wizji własnego dorosłego życia, spadku łatwości przywołania oraz opisanie wizji własnego dorosłego życia, spadku poczucia ciągłości towarzyszącemu WWDŻ i wzrostu natężenia negatywnych emocji związanych z tą wizją.

Eksploracja ruminacyjna wiąże się z dezadaptacyjnym nasileniem procesów eksploracji i doświadczaniem trudności w uzyskaniu odpowiedzi na pytania tożsamościowe (Luyckx i in., 2006, 2008; Piotrowski i Brzezińska, 2017). Może to skutkować większymi zmianami w obrębie wizji własnego dorosłego życia, które mogą wynikać z dużej niestabilności towarzyszącej wysokiemu natężeniu eksploracji ruminacyjnej. Jednocześnie doświadczanie trudności w zakresie formowania się tożsamości może potęgować trudność w stworzeniu wizji własnej przyszłości i wzmacniać negatywny afekt z nią związany. Jako przesłankę empiryczną można przywołać tutaj wyniki wskazujące, że wyższe natężenie dystresu tożsamościowego u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości było powiązane z doświadczaniem większych trudności w przywołaniu i opisanie definiujących tożsamość wyobrażeń przyszłych wydarzeń. Ponadto, osoby doświadczające silniejszego dystresu



tożsamościowego raportowały jednocześnie, że te wyobrażenia wiążą się dla nich z silniejszymi negatywnymi emocjami i słabszym poczuciem ciągłości (Janowicz i in., 2021).

**Hipoteza 5.6.** Zmiany w obrębie struktury i treści wizji własnego dorosłego życia oraz subiektywnym ustosunkowaniu się do niej będą odmienne u osób o różnych statusach tożsamości. Przewiduje się, że większe zmiany będą zachodzić u osób o statusach beztroskiej dyfuzji, rozproszonej dyfuzji i moratoryjnym. Natomiast wizja własnego dorosłego życia u osób o statusach tożsamości osiągniętej i lustrzanej powinna być bardziej stabilna.

Dla uzasadnienia tej hipotezy przywołać można argumenty i przesłanki przytoczone w odniesieniu do hipotez 5.1. – 5.5. Statusy tożsamości związane z dyfuzją i moratorium charakteryzują osoby o wysokim natężeniu eksploracji (w przypadku dyfuzji szczególnie eksploracji ruminacyjnej) i niskim natężeniu podejmowania zobowiązania i identyfikacji z nim, co powinno przekładać się na mniejszą stabilność posiadanej wizji własnej przyszłości i większe zmiany w jej obrębie.

**Hipoteza 5.7.** Perspektywa czasu będzie predyktorem zmian w strukturze i treści wizji własnego dorosłego życia u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości na przestrzeni ostatniego roku nauki w szkole średniej/ na studiach wyższych. Przewiduje się, że bardziej rozbudowana perspektywa przyszłościowa będzie predyktorem wzrostu rozbudowania i szczegółowości WWDŻ.

Wysoki poziom perspektywy przyszłościowej wiąże się ze skłonnością do analizowania różnych możliwości dotyczących przyszłości, rozważania alternatywnych strategii realizacji celów, zaangażowania w tworzenie planów dotyczących przyszłości, wybiegania w dalszą przyszłość i znacznego uwzględniania przyszłości w bieżącej aktywności (Cycoń i Zaleski, 1998; Katra, 2008a; Lens, 1986; Zimbardo i Boyd, 1999). To ukierunkowaniu ku przyszłości powinno sprzyjać pogłębianiu refleksji na temat swojego przyszłego dorosłego życia i wzrostowi rozbudowania i szczegółowości wizji własnej dorosłości. Można tutaj przywołać także przesłanki empiryczne wspomniane w odniesieniu do hipotezy 1.6.

**Hipoteza 5.8.** Zmiany w strukturze i treści wizji własnego dorosłego życia będą większe u osób, które doświadczyły istotnych zmian w swoim życiu (np. ukończenie edukacji, zmiana

statusu zatrudnienia, rozpoczęcie/ zakończenie związku intymnego) na przestrzeni czasu oddzielającego oba pomiary.

Symulacje własnej przyszłości są zakorzenione w aktualnych i przeszłych doświadczeniach (Baran, 1985; Szpunar i in., 2014b; Schacter i in., 2007; Schacter i in., 2017; Tyszkowa, 1985). W związku z tym zmiana kontekstu życia może przyczynić się do zmian w sposobie, w jaki osoby w okresie wyłaniającej się dorosłości będą wyobrażać sobie przyszłość. Na przykład ukończenie danego stopnia edukacji może uprawomocnić znalezienie się w wizji własnego dorosłego życia odniesienia do faktu posiadania określonego stopnia wykształcenia lub pracy związanej z ukończonym kierunkiem studiów. Z kolei zmiana statusu związku intymnego (np. podjęcie decyzji o zaręczynach lub ślubie) może sprawić, że obszar ten będzie bardziej szczegółowo opisany w wizji własnej przyszłości, gdyż, na mocy podjętych decyzji, wzrosło prawdopodobieństwo, że związek ten będzie trwał na przestrzeni kolejnych lat.

**Hipoteza 5.9.** Zakres zmian w obrębie struktury i treści wizji własnego dorosłego życia będzie odmienny u osób na początku i na końcu wyłaniającej się dorosłości. Przewiduje się, że większe zmiany zachodzą u młodszych osób.

Jak wspomniano w odniesieniu do hipotezy 1.2., wiek i osiągnięcia rozwojowe są istotnym czynnikiem związanym z procesem kształtowania się wizji własnej dorosłości (Czerwińska-Jasiewicz, 2015; Janowicz, 2017; Liberska, 2015; Tyszkowa, 1985). Ponieważ przewiduje się, że osoby starsze będą miały bardziej rozbudowaną, szczegółową, realistyczną i lepiej ustrukturyowaną wizję własnego dorosłego życia, można jednocześnie przypuszczać, że wizja ta będzie ulegać mniejszym przemianom (jako bardziej rozwinięta).

**Hipotezy dotyczące zależności pomiędzy zmianami w strukturze i treści wizji własnego dorosłego życia oraz subiektywnym odniesieniem się do tej wizji a zmianami natężenia wymiarów rozwoju tożsamości i statusów tożsamości.**

**Hipoteza 6.1.** Zmiany w strukturze i treści wizji własnego dorosłego życia oraz subiektywnym ustosunkowaniu się do niej będą powiązane ze zmianami natężenia poszczególnych wymiarów rozwoju tożsamości. Przewiduje się, że wzrost natężenia eksploracji wszerz będzie powiązany ze wzrostem rozbudowania wizji a wzrost natężenia eksploracji w głąb ze wzrostem szczegółowości wizji. Ponadto, wzrost natężenia podejmowania zobowiązania i identyfikacji ze zobowiązaniem powinien być powiązany ze

wzrostem łatwości przywołania i opisanie wizji, towarzyszącym jej poczuciem ciągłości oraz spadkiem natężenia negatywnych i wzrostem natężenia pozytywnych emocji towarzyszących WWDŻ. Odwrotny kierunek zależności przewiduje się dla wzrostu natężenia eksploracji ruminacyjnej.

Przesłanki dla przyjęcia tej hipotezy są takie same jak dla hipotez 2.1.-2.7. oraz 5.1-5.5.

**Hipoteza 6.2.** Zmiany w strukturze i treści wizji własnego dorosłego życia oraz subiektywnym ustosunkowaniu się do niej będą powiązane ze zmianami statusu tożsamości. Przewiduje się, że zmiany progresywne będą powiązane ze wzrostem rozbudowania i szczegółowości WWDŻ, poczucia łatwości jej przywołania i opisanie, poczucia ciągłości towarzyszącemu wizji oraz natężenia pozytywnych emocji związanych z posiadaną wizją własnego dorosłego życia a także spadkiem natężenia emocji negatywnych związanych z WWDŻ. Odwrotnych zależności można się spodziewać w odniesieniu do zmian regresywnych.

Przesłanki dla przyjęcia tej hipotezy są takie same jak dla hipotez 3.1.-3.5. oraz 5.6.

**Hipoteza dotycząca zależności pomiędzy zmianami w strukturze i treści wizji własnego dorosłego życia oraz subiektywnym odniesieniu się do własnej WWDŻ a zmianami w poczuciu aktualnego sensu w życiu i nastawieniu na jego poszukiwanie w przyszłości.**

**Hipoteza 7.1.** Zmiany w strukturze i treści wizji własnego dorosłego życia oraz subiektywnym ustosunkowaniu się do niej będą powiązane ze zmianami w aktualnym poczuciu sensu w życiu. Przewiduje się, że wzrostowi rozbudowania, szczegółowości, a przede wszystkim łatwości w przywołaniu i opisanie WWDŻ, towarzyszącemu jej poczuciu ciągłości i natężeniu pozytywnych emocji towarzyszyć będzie wzrost poczucia aktualnego sensu w życiu.

Przesłanki dla tej hipotezy są takie same jak dla hipotez 4.1.-4.5. Ze względu na znaczenie myślenia o własnej przyszłości dla osiągnięcia poczucia sensu (Katra, 2008a; King, 2001; Salmela-Aro i Nurmi, 1997; Sheldon i Kasser, 1998; Zaleski, 1991), można przewidywać, że rozwojowi WWDŻ w kierunku bardziej rozbudowanej, szczegółowej i dającej poczucie ciągłości będzie towarzyszyło osiągnięcie wyższego poczucia sensu. Bardziej rozwinięta WWDŻ, dająca poczucie ciągłości, powinna stabilizować funkcjonowanie

jednostki i dostarczać ramy pozwalającej na spostrzeganie własnego życia jako sensownego – obecnie i w przyszłości.

## **6.6. Metody i narzędzia badawcze**

Zrealizowane badanie składało się z dwóch pomiarów. Dane były zbierane zarówno za pomocą metod jakościowych i ilościowych. Dane jakościowe zostały zakodowane w taki sposób, aby możliwa była ich ilościowa analiza.

### **6.6.1. Badanie wizji własnego dorosłego życia**

Główny konstrukt w zrealizowanym badaniu (wizja własnego dorosłego życia) został zbadany za pomocą pytania otwartego. Pytanie to było identyczne w obu pomiarach. Do analizy uzyskanych wypowiedzi pisemnych wykorzystano system kodowania pozwalający także na ilościową interpretację i analizę danych. Kodowanie zostało dokonane przez odpowiednio przygotowanych sędziów kompetentnych (patrz s. 185-186).

Osoby badane poproszono o odpowiedź pisemną (w formularzu internetowym) na następujący bodziec:

*„Napisz, proszę, jak wyobrażasz sobie, że będzie wyglądało Twoje życie w wieku 35 lat. Napisz o tym, co przychodzi Ci do głowy w związku z tym momentem Twojego życia w przyszłości”.*

Poniżej znajdowało się okienko, w którym osoba uczestnicząca w badaniu mogła wpisać swoją wypowiedź. Okienko rozszerzało się w miarę dopisywania kolejnych zdań.

Bodziec wywołujący odpowiedź celowo miał formę niesugerującą objętość wypowiedzi ani to jakich obszarów życia jednostki ma ona dotyczyć. Chodziło o otrzymanie odpowiedzi będącej odzwierciedleniem aktualnie dostępnego osobie badanej wyobrażenia na temat jej przyszłości w określonym momencie życia (wiek 35 lat). Moment ten wybrano za punkt odniesienia, gdyż według licznych autorów (por. Gurba, 2000) uważany jest on za koniec okresu wczesnej dorosłości, co miało pozwolić na analizę odpowiedzi także w kontekście zadań rozwojowych przypisanych do tej fazy. Jasno określony punkt, do którego odnieść się mieli uczestnicy badania daje też szansę na uzyskanie homogenicznych odpowiedzi i ich porównywanie między sobą (gdyż wszyscy będą się potencjalnie odwoływać do tego samego momentu w życiu<sup>14</sup>).

---

<sup>14</sup> Należy przy tym zaznaczyć, że zadanie to *de facto* nie było jednakowe dla obu grup wiekowych, gdyż młodsi uczestnicy byli proszeni o opisanie wizji tego, co będzie za 15-17 lat, a starsi o opisanie wizji tego, co będzie za 10-12 lat. Zdecydowano jednak, iż takie rozwiązanie będzie lepsze (tzn. zadanie dla obu grup będzie do siebie

Po opisanu wizji własnego dorosłego życia, osoby uczestniczące w badaniu oceniały swoją wizję w odniesieniu do kilku aspektów:<sup>15</sup>

- 1) **Stopień łatwości/ trudności przywołania i opisania** – oceny tej uczestnicy badania dokonywali w odpowiedzi na krótkie pytanie („*Proszę ocenić w jakim stopniu przywołanie i opisanie tego wyobrażenia własnej przyszłości było dla Ciebie łatwe lub trudne*”) na 6-stopniowej skali z opisanymi krańcami (1 – bardzo trudne; 6 – bardzo łatwe).
- 2) **Natężenie pozytywnych emocji podczas wyobrażania i opisywania** – uczestnicy oceniali natężenie pozytywnych emocji, jakie towarzyszyło im podczas wyobrażania sobie swojej przyszłości i opisywania tego za pomocą 7-stopniowej skali z opisanymi punktami krańcowymi (1 – wcale; 7 – bardzo mocno).
- 3) **Natężenie negatywnych emocji podczas wyobrażania i opisywania** – uczestnicy oceniali natężenie negatywnych emocji, jakie towarzyszyło im podczas wyobrażania sobie swojej przyszłości i opisywania tego za pomocą 7-stopniowej skali z opisanymi punktami krańcowymi (1 – wcale; 7 – bardzo mocno).
- 4) **Poczucie ciągłości** – uczestnicy oceniali w jakim stopniu przywołanie tego wyobrażenia dało im poczucie ciągłości między teraźniejszością a przyszłością w ich życiu na 7-stopniowej skali z opisanymi punktami krańcowymi (1 – wcale; 7 – wyjątkowo mocno). To polecenie było poprzedzone następującym wyjaśnieniem: „*Poczucie ciągłości wiąże się z tym, że pomimo upływu czasu i różnych doświadczeń nadal czujemy, że jesteśmy w głębi tą samą osobą*”.

#### **6.6.2. Badanie natężenia wymiarów rozwoju tożsamości i statusów tożsamości**

Do pomiaru natężenia wymiarów rozwoju tożsamości i statusów tożsamości zastosowano polską adaptację **Skali Wymiarów Rozwoju Tożsamości (DIDS-PL)** (Luyckx i in., 2008; polska adaptacja – Brzezińska i Piotrowski, 2010; Piotrowski i Brzezińska, 2017) – skala służy do pomiaru pięciu wymiarów rozwoju tożsamości w oparciu o Model Podwójnego Cyklu Formowania się Tożsamości stworzony przez Luyckx’a i jego współpracowników

---

bardziej podobne) niż w przypadku, gdyby poprosić uczestników o opisanie tego, jak wyobrażają sobie swoje życie za 10 lat, gdyż wtedy jedno odwoływali by się do momentu, gdy będą mieć ok. 35 lat a drudzy do momentu, gdy będą mieć niecałe 30 lat. A oczekiwania społeczne oraz kontekst życia mogą być odmienne w przypadku 28/30-latków i 35-latków.

<sup>15</sup> Subiektywne ustosunkowanie się do posiadanej wizji własnego dorosłego życia badane było tylko w badaniu właściwym, nie było natomiast badane w badaniu pilotażowym.

(2006). Narzędzie składa się z 25 itemów podzielonych na 5 skal (po 5 itemów na każdą). Skale odpowiadają kolejnym fazom cyklu formowania zobowiązania (eksploracja wszere, podejmowanie zobowiązania) oraz cyklu ewaluacji zobowiązania (eksploracja w głąb, identyfikacja ze zobowiązaniem) a także dezadaptacyjnej formie eksploracji (eksploracja ruminacyjna). Do każdego ze stwierdzeń osoba badana ustosunkowuje się na pięciopunktowej skali: 1 – zdecydowanie się nie zgadzam, 2 – raczej się nie zgadzam, 3 – trudno powiedzieć, 4 – raczej się zgadzam, 5 – zdecydowanie się zgadzam. Wyniki na każdej ze skal rozciągają się od 5 do 25 punktów. Im wyższy wynik na skali, tym wyższe natężenie danego wymiaru tożsamości, im niższy wynik na skali, tym niższe natężenie danego wymiaru tożsamości. Zarówno oryginalna wersja narzędzia jak i jego polska adaptacja cechują się zadowalającymi wskaźnikami psychometrycznymi. W przypadku wersji oryginalnej rzetelność mierzona współczynnikiem alfa-Cronbacha wynosiła od 0,79 do 0,89 (w zależności od skali i badania). Nieco niższe, ale wciąż zadowalające, wartości osiągnęła wersja zaadaptowana do polskich warunków. Średnia wartość współczynnika alfa-Cronbacha (z trzech badań, w których łącznie wzięło udział prawie 500 osób) wynosiła 0,91 dla skali „podjęcie zobowiązania”, 0,76 dla skali „eksploracja wszere”, 0,87 dla skali „eksploracja ruminacyjna”, 0,89 dla skali „identyfikacja ze zobowiązaniem” i 0,77 dla skali „eksploracja w głąb”). Rzetelność poszczególnych podskal w obu pomiarach niniejszego badania została zaprezentowana w tabeli 8.

**Tabela 8**

*Rzetelność podskal kwestionariusza DIDS w obu pomiarach badania*

	$\alpha$ Cronbacha	
	Pomiar 1	Pomiar 2
Eksploracja wszere	0,74	0,82
Podejmowanie zobowiązania	0,86	0,87
Eksploracja w głąb	0,69	0,69
Identyfikacja ze zobowiązaniem	0,86	0,88
Eksploracja ruminacyjna	0,79	0,88

*Źródło: opracowanie własne.*

#### *6.6.2.1. Zmiany w natężeniu wymiarów rozwoju tożsamości i statusie tożsamości*

Zmiany w natężeniu wymiarów rozwoju tożsamości i statusie tożsamości także zbadano za pomocą opisanego powyżej kwestionariusza DIDS-PL.

Ocena zmiany natężenia poszczególnych wymiarów rozwoju tożsamości została dokonana poprzez odjęcie od wyniku uzyskanego na danej podskali w pomiarze 2. wyniku uzyskanego na danej podskali w pomiarze 1. Wartości ujemne oznaczały, że nastąpił spadek natężenia danego wymiaru rozwoju tożsamości a wartości dodatnie, że nastąpił wzrost natężenia danego wymiaru rozwoju tożsamości.

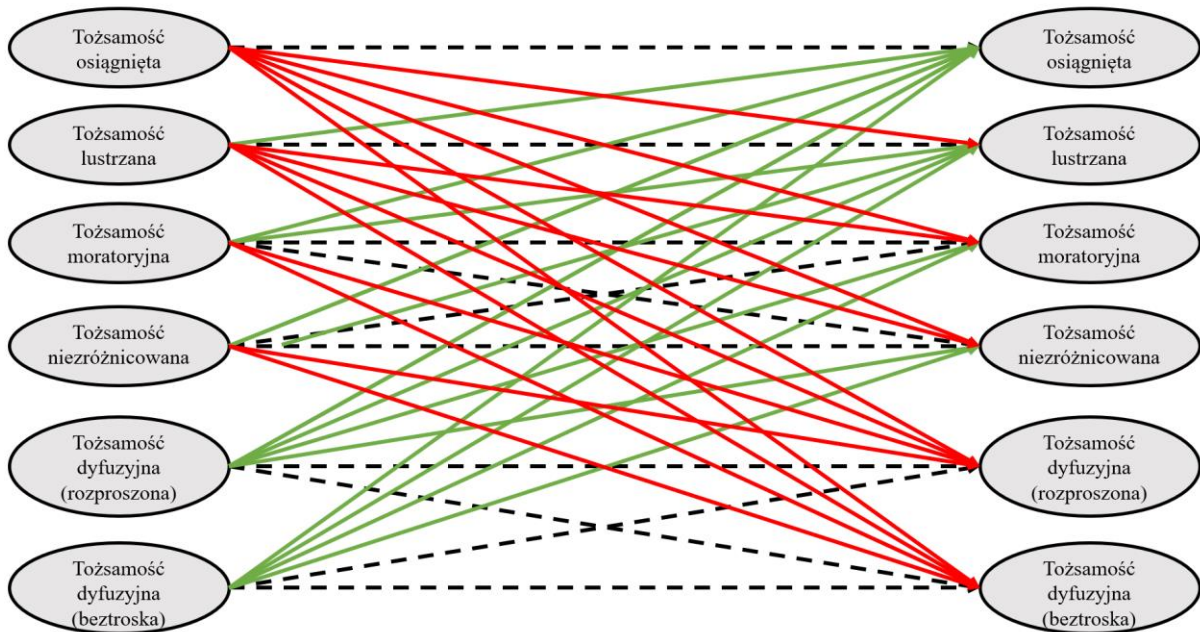
Aby zbadać zmianę w obrębie statusu tożsamości w obu pomiarach dokonano analizy skupień metodą k-średnich (założona liczba skupień: 6; algorytm: Hartigan-Wong). Na podstawie jej wyników każdą z osób przypisano do jednego z sześciu statusów tożsamości, które zostały opisane w podrozdziale 6.2.3. Następnie porównano to, do jakiego skupienia (statusu tożsamości) najbliższym było wynikiom danej osoby w obu pomiarach. Bazując na pracach zespołu działającego pod kierownictwem Brzezińskiej (Dominiak i in., 2016), uwzględniono trzy możliwe warianty:

- „1” – zmiany regresywne (nastąpiło przejście od statusu bardziej dojrzałego do statusu mniej dojrzałego);
- „2” – brak zmiany w statusie tożsamości;
- „3” – zmiany progresywne (nastąpiło przejście od statusu mniej dojrzałego do statusu bardziej dojrzałego).

Ścieżki możliwych zmian w obrębie statusu tożsamości przedstawia rysunek 7.

## Rysunek 7

### *Możliwe ścieżki zmian w obrębie statusu tożsamości*



Źródło: opracowanie własne.

Legenda: linia zielona – zmiana progresywna; linia przerywana – brak zmiany stopnia rozwoju statusu tożsamości; linia czerwona – zmiana regresywna.

### 6.6.3. *Badanie perspektywy czasu*

Do pomiaru perspektywy czasu wykorzystano dwa narzędzia.

**Future Time Perspective Questionnaire (FTPQ)** (Lens, 1986; polska adaptacja – Cycoń i Zaleski, 1998) – kwestionariusz służy do pomiaru przyszłościowej perspektywy czasowej. Oryginalna, 50-itemowa wersja, nie została przez autora szczegółowo (szczególnie pod kątem psychometrycznym) opisana w żadnej publikacji, ale jej polskiej adaptacji w swoich szeroko zakrojonych badaniach używała Kutra (2008a). Rzetelność poszczególnych skal narzędzia mierzona współczynnikiem alfa-Cronbacha wynosiła od 0,81 do 0,94. Cycoń i Zaleski (1998) opracowali skróconą wersję FTPQ składającą się z 30 itemów podzielonych na 3 podskale (każda po 10 twierdzeń): skupienie na sprawach bieżących, planowane długoterminowe i realizacja projektów przyszłości. Do każdego pytania osoba uczestnicząca w badaniu ustosunkowuje się na siedmiopunktowej skali: 1 – całkowicie się nie zgadzam, 2 – nie zgadzam się, 3 – raczej się nie zgadzam, 4 – trudno powiedzieć, 5 – raczej się zgadzam, 6 – zgadzam się, 7 – zupełnie się zgadzam. Trzy pytania mają odwróconą punktację. Wyniki na każdej ze skal rozciągają się od 10 do 70 punktów. Niestety autorzy adaptacji wersji liczącej 30 itemów nie podali wskaźników rzetelności wewnętrznej narzędzia. W niniejszym badaniu



rzetelność wewnętrzna poszczególnych skal była następująca:  $\alpha = 0,85$  dla skali „długa perspektywa czasowa”;  $\alpha = 0,85$  dla skali „skupienie na sprawach bieżących” i  $\alpha = 0,73$  dla skali „planowanie realizacji celów długich”.

**Zimbardo Time Perspective Inventory (ZTPI)** (Zimbardo i Boyd, 1999; polska adaptacja: Przepiórka, 2011) – kwestionariusz opiera się na pojęciu perspektywy czasowej opracowanej przez Zimbardo i Boyda (1999). Narzędzie składa się z 56 itemów podzielonych na 5 podskal odnoszących się do poszczególnych rodzajów perspektywy czasu: Przeszłość-Pozytywna (9 itemów), Przeszłość-Negatywna (10 itemów), Teraźniejszość-Hedonistyczna (15 itemów), Teraźniejszość-Fatalistyczna (9 itemów) i Przyszłościowa (13 itemów). Do każdego pytania osoba uczestnicząca w badaniu ustosunkowuje się na pięciopunktowej skali: 1 – całkowicie się nie zgadzam; 2 – raczej się nie zgadzam; 3 – trudno powiedzieć; 4 – raczej się zgadzam; 5 – zupełnie się zgadzam. Pięć twierdzeń ma odwróconą punktację. Współczynnik alfa-Cronbacha dla poszczególnych skal wynosił w oryginalnej wersji narzędzia odpowiednio:  $\alpha = 0,76$  dla skali „Przeszłość-Pozytywna”;  $\alpha = 0,87$  dla skali „Przeszłość-Negatywna”;  $\alpha = 0,80$  dla skali „Teraźniejszość-Hedonistyczna”;  $\alpha = 0,76$  dla skali „Teraźniejszość-Fatalistyczna” i  $\alpha = 0,79$  dla skali „Przyszłościowa”. Natomiast rzetelność wewnętrzna skal ZTPI w polskiej adaptacji wynosiła  $\alpha = 0,76$  dla skali „Przeszłość-Pozytywna”;  $\alpha = 0,87$  dla skali „Przeszłość-Negatywna”;  $\alpha = 0,80$  dla skali „Teraźniejszość-Hedonistyczna”;  $\alpha = 0,76$  dla skali „Teraźniejszość-Fatalistyczna” i  $\alpha = 0,79$  dla skali „Przyszłościowa”. W niniejszym badaniu rzetelność wewnętrzna poszczególnych skal była następująca:  $\alpha = 0,76$  dla skali „Przeszłość-Pozytywna”;  $\alpha = 0,87$  dla skali „Przeszłość-Negatywna”;  $\alpha = 0,80$  dla skali „Teraźniejszość-Hedonistyczna”;  $\alpha = 0,76$  dla skali „Teraźniejszość-Fatalistyczna” i  $\alpha = 0,79$  dla skali „Przyszłościowa”.

#### ***6.6.4. Badanie poczucia sensu w życiu i nastawienia na jego poszukiwanie w przyszłości***

Do pomiaru poczucia sensu w życiu i nastawienia na jego poszukiwanie w przyszłości wykorzystano **Meaning in Life Questionnaire (MLQ)** (Steger i in., 2006; polska adaptacja – Kossakowska i in., 2013) – kwestionariusz ten mierzy deklarowany sens w życiu w perspektywie czasu teraźniejszego (obecność sensu w życiu, *MLQ-Presence*, *MLQ-P*) oraz w perspektywie czasu przyszłego (poszukiwanie sensu w życiu, *MLQ-Search*, *MLQ-S*). Narzędzie składa się z 10 twierdzeń (po 5 na każdą ze skal), do których osoba uczestnicząca w badaniu ustosunkowuje się na siedmiostopniowej skali: 1 – absolutna nieprawda, 2 – nieprawda, 3 – raczej nieprawda, 4 – trudno powiedzieć, 5- raczej prawda, 6 – prawda, 7 –

absolutna prawda. Jedna z pozycji jest kodowana odwrotnie. Wyniki na każdej ze skal rozciągają się od 5 do 35 punktów. Współczynnik alfa-Cronbacha dla wszystkich 10 pozycji kwestionariusza wynosił w polskich badaniach adaptacyjnych 0,79; dla podskali MLQ-P 0,86; a dla podskali MLQ-S 0,72. W niniejszym badaniu rzetelność wewnętrzna poszczególnych podskal była następująca: dla podskali MLQ-P  $\alpha = 0,85$  w Pomiarze 1 i  $\alpha = 0,90$  w Pomiarze 2 a dla podskali MLQ-S  $\alpha = 0,77$  w Pomiarze 1. i  $\alpha = 0,78$  w Pomiarze 2.

#### **6.6.5. Badanie struktury wartości życiowych**

Struktura wartości życiowych została zbadana za pomocą **Portretowego Kwestionariusza Wartości (PVQ-RR)** (Schwartz, 2017; za: Ciecuch i Schwartz, 2018; polska adaptacja – Ciecuch i Schwartz, 2018) – kwestionariusz ten składa się z 57 itemów i służy do pomiaru 19 wąsko zdefiniowanych wartości w oparciu o zmodyfikowany model przedstawiony przez Shaloma Schwartza i jego współpracowników (2012): kierowanie sobą w myśleniu (SDT), kierowanie sobą w działaniu (SDA), stymulacja (ST), hedonizm (HE), osiągnięcia (AC), władza nad ludźmi (POD), władza nad zasobami (POR), prestiż (FAC), bezpieczeństwo osobiste (SEP), bezpieczeństwo społeczne (SES), przystosowanie do reguł (COR), przystosowanie do ludzi (COI), tradycja (TR), pokora (HU), życzliwość-niezawodność (BED), życzliwość-troskliwość (BEC), uniwersalizm społeczny (UNC), uniwersalizm ekologiczny (UNN) i uniwersalizm-tolerancja UNT). Osoby biorące udział w badaniu mają za zadanie określić na 6-stopniowej skali w jakim stopniu osoba opisana w danym zdaniu jest podobna do niej (1 – zupełnie niepodobna do mnie, 2 – niepodobna do mnie, 3 – trochę podobna do mnie, 4 – średnio podobna do mnie, 5 – podobna do mnie, 6 – bardzo podobna do mnie). Do każdej ze skal przyporządkowane są 3 twierdzenia, w związku z czym wyniki na każdej z nich rozciągają się od 6 do 18 punktów. Współczynnik alfa-Cronbacha polskiej wersji narzędzia dla poszczególnych skal wynosi (w zależności od badania i konkretnej skali) od 0,54 do 0,83 (większość ze skal osiąga zadowalający poziom rzetelności mierzonej tym współczynnikiem). W niniejszym badaniu większość podskal polskiej wersji PVQ-RR osiągnęła zadowalającą rzetelność: Osiągnięcia ( $\alpha = 0,78$ ), Hedonizm ( $\alpha = 0,70$ ), Kierowanie sobą w działaniu ( $\alpha = 0,79$ ), Kierowanie sobą w myśleniu ( $\alpha = 0,74$ ), Uniwersalizm-tolerancja ( $\alpha = 0,74$ ), Uniwersalizm ekologiczny ( $\alpha = 0,87$ ), Uniwersalizm społeczny ( $\alpha = 0,76$ ), Życzliwość-troska ( $\alpha = 0,74$ ), Życzliwość-niezawodność ( $\alpha = 0,77$ ), Przystosowanie do ludzi ( $\alpha = 0,85$ ), Przystosowanie do reguł ( $\alpha = 0,85$ ), Tradycja ( $\alpha = 0,82$ ), Bezpieczeństwo społeczne ( $\alpha = 0,81$ ), Prestiż ( $\alpha = 0,75$ ), Władza nad zasobami ( $\alpha = 0,76$ ) i Władza nad ludźmi ( $\alpha = 0,85$ ). Niższą rzetelność wewnętrzną zaobserwowano w

przypadku następujących podskal: Stymulacja ( $\alpha = 0,69$ ), Pokora ( $\alpha = 0,56$ ) i Bezpieczeństwo osobiste ( $\alpha = 0,62$ ). Skłania to do pewnej ostrożności przy interpretowaniu wyników uzyskanych przy pomocy tego narzędzia.

Wszyscy autorzy adaptacji, którzy wcześniej (w publikacjach w otwartym dostępie) nie udostępniali pełnych wersji narzędzia, wyrazili zgodę na zastosowanie narzędzi w badaniu.

## **6.7. Przebieg i procedura badania**

### ***6.7.1. Badanie pilotażowe***

Badanie pilotażowe zostało zrealizowane w listopadzie i grudniu 2019 roku. Osoby uczestniczące w badaniu w momencie badania znajdowały się na początku przedostatniej klasy szkoły ponadpodstawowej lub przedostatniego roku studiów.<sup>16</sup> Badanie zrealizowano w formie papierowej, gdyż pierwotnie w taki sposób planowano zbierać dane w ramach badania właściwego. Poniżej przedstawiona została procedura rekrutacji i przeprowadzenia badania pilotażowego. Zastosowano kilka sposobów rekrutowania uczestników badania:

- 1) Wizyta w szkołach na terenie Poznania i zaproszenie do udziału w badaniu na lekcjach wychowawczych. Wizyty te odbywali odpowiednio przygotowani studenci-wolontariusze. Byli to studenci końcowych lat psychologii (IV i V rok). Wizytowali oni szkoły, których dyrekcja wcześniej wyraziła zgodę na zaproszenie uczniów do badania. Podczas lekcji wychowawczej studenci przedstawiali najważniejsze informacje dotyczące badania (temat, orientacyjny czas potrzebny na udzielenie odpowiedzi, przewidziana forma gratyfikacji).
- 2) Część uczestników była rekrutowana metodą kuli śnieżnej przez wspomnianych powyżej studentów-wolontariuszy. Byli to znajomi tych studentów, którzy spełniali kryteria rekrutacyjne i byli zainteresowani udziałem w badaniu.

---

<sup>16</sup> Pierwotnie planowano porównanie zmian w zakresie wizji własnego dorosłego życia pomiędzy momentami znajdowania się na końcu przedostatniego i ostatniego roku edukacji w szkole ponadpodstawowej/ na uczelni wyższej, jednak ze względu na konieczność przesunięcia terminu rozpoczęcia badania z powodu pandemii, zdecydowano się finalnie na porównanie zmian zachodzących pomiędzy początkiem i końcem ostatniego roku edukacji w szkole ponadpodstawowej/ na uczelni wyższej.

Wszystkie osoby zainteresowane udziałem w badaniu otrzymywały od studentów-wolontariuszy kopertę z arkuszem zawierającym szczegółowe informacje na temat badania, formularz zgody na udział w badaniu, metryczkę, pytania dotyczące wizji własnego dorosłego życia oraz kwestionariusze: DIDS, PVQ-RR, MLQ i FTPQ. Uczestnicy udzielali odpowiedzi na wszystkie pytania w dogodnym dla nich miejscu i czasie po czym umawiali się z danym studentem na przekazanie wypełnionego arkusza badawczego. Był on przekazywany w tej samej kopercie (zaklejonej, aby umożliwić zachowanie poufności). Przy tej okazji uczestnicy otrzymywali także, w ramach podziękowania za udział w badaniu, voucher na bilet na film w sieci kin Multikino.

### ***6.7.2. Pierwsza część badania (pomiar 1.)***

Pierwsza część badania została zrealizowana w okresie od 17 września do 25 października 2020 roku (dane od studentów były zbierane od 1 października, gdy rozpoczął się nowy rok akademicki). Pierwotnie planowano realizację badania wiosną 2020 roku (kwiecień – maj), jednak nie było to możliwe z powodu ograniczeń spowodowanych pandemią wirusa SARS-CoV-2. Osoby uczestniczące w badaniu w momencie badania znajdowały się na początku ostatniej klasy szkoły ponadpodstawowej lub ostatniego roku studiów.

Ze względu na pandemię koronawirusa, częściowo zdalną edukację w szkołach ponadpodstawowych i niemal całkowicie zdalne kształcenie na uczelniach wyższych, badanie zostało zrealizowane całkowicie za pomocą internetu (Google Forms). Poniżej przedstawiona została procedura rekrutacji i przeprowadzenia badania. Ze względu na wspomniane powyżej ograniczenia związane z pandemią koronawirusa, zastosowano kilka sposobów rekrutacji uczestników badania:

- 1) Wizyta w szkołach i zaproszenie do udziału w badaniu na lekcjach – osoby zainteresowane udziałem w badaniu podawały swoje adresy e-mail, aby otrzymać bardziej szczegółowe informacje na temat badania. Podczas takiego spotkania (około 5 minut, w obecności nauczyciela i psychologa szkolnego) uczniom przekazywano podstawowe informacje dotyczące badania, kryteria doboru próby, warunków udziału i gratyfikacji dla uczestników.
- 2) Przesłanie zaproszenia do udziału w badaniu przez administrację szkoły/ uczelni. Uczniowie otrzymywali za pomocą poczty szkolnej lub studenckiej albo dziennika elektronicznego zaproszenie do udziału w badaniu, podstawowe informacje na temat badania i e-mail kontaktowy do mnie, jako osoby prowadzącej badanie.

Osoby zainteresowane udziałem w badaniu mogły zgłosić się poprzez napisanie maila na podany adres.

- 3) Udostępnianie informacji o badaniu w mediach społecznościowych. Informacja o badaniu (wraz z podstawowymi informacjami na jego temat) została udostępniona na grupach zrzeszających studentów z największych miast Polski, a także na kilku forach dyskusyjnych. Osoby zainteresowane udziałem w badaniu mogły zgłosić się poprzez napisanie maila na podany adres.

Niezależnie od sposobu, w jaki dana osoba dowiedziała się o badaniu, kolejnym etapem rekrutacji było nawiązanie kontaktu mailowego za pomocą skrzynki mailowej dedykowanej niniejszemu badaniu. Osoby, które zgłosiły zainteresowanie udziałem w badaniu otrzymywały szczegółowe informacje na temat badania. Osoby niepełnoletnie proszone były o uzyskanie zgody opiekuna prawnego na udział w badaniu. Ze względu na epidemię koronawirusa, zgody opiekunów prawnych były zbierane w formie skanów podpisanych oświadczeń. Jeśli po zapoznaniu się ze szczegółowymi informacjami na temat badania dana osoba nadal była zainteresowana udziałem w nim, otrzymywała link do formularza internetowego, pod którym mogła wziąć udział w badaniu. Osoby uczestniczące w badaniu wypełniały kolejno metryczkę socjodemograficzną, pytanie otwarte dotyczące wizji własnego dorosłego życia, cztery krótkie pytania (skale liczbowe) dotyczące opisanego przez nich życia i zestaw kwestionariuszy: DIDS, MLQ, ZTPI, PVQ-RR i FTPQ.

Z racji, że uczestnicy badania otrzymywali wynagrodzenie (eKarta podarunkowa do sklepu internetowego Empik.com o wartości 25 zł) w podziękowaniu za udział w badaniu, osoby zainteresowane otrzymaniem takiego bonu proszone były o wpisanie na końcu formularza swojego adresu e-mail. Każda z osób spełniających kryteria rekrutacyjne, która wzięła udział w badaniu zgodnie z instrukcją, otrzymywała po kilku dniach drogą mailową kod umożliwiający wykorzystanie bonu w sklepie internetowym Empik.com.

W celu randomizacji grupy badanej, zakładano wylosowanie szkół i uczelni, w których zostanie zrealizowane badanie. W związku z tym stworzono listę poznańskich liceów, techników i szkół branżowych. Licea i technika podzielono na trzy grupy ze względu na poziom szkoły (najlepsze, przeciętne i najslabsze). Podstawą podziału była pozycja w Rankingu Szkół Ponadpodstawowych za rok 2019 opublikowanym przez Magazyn „Perspektywy” (2019a; 2019b). Z każdej kategorii wylosowano po dwie szkoły. Sumarycznie, prośba o możliwość realizacji badania została wysłana do sześciu liceów, sześciu techników i trzech szkół branżowych. W związku z tym, że tylko część szkół w ogóle odpowiedziało na

prośbę o możliwość zrealizowania badania, dołosoowano jeszcze po jednej szkole z każdej kategorii i tam także wysłano prośbę o umożliwienie przeprowadzenia badania. Wybór uczelni wyższych, na których planowano zrealizować badanie został dokonany w podobny sposób. W pierwszej kolejności stworzono listę poznańskich publicznych uczelni wyższych oraz znajdujących się na nich wydziałów. Wydziały zostały podzielone na kategorie ze względu na dziedzinę, w jakiej odbywa się kształcenie (humanistyczne, społeczne, nauki o sztuce, techniczne/ inżynierskie, filologiczne, medyczne, rolnicze, ścisłe, ekonomiczne). Z każdej kategorii wylosowano dwa wydziały, na które skierowano zaproszenie do udziału w badaniu. W związku z małym odzewem ze strony administracji poszczególnych wydziałów (uzyskano odpowiedź tylko od kilku jednostek), a także pogarszającą się sytuacją epidemiologiczną w kraju, zaproszenie zostało rozesłane do uczelni (o różnych profilach kształcenia) znajdujących się także poza Poznaniem, m.in. w Gdańsku, Krakowie, Łodzi, Wrocławiu i Warszawie.

### ***6.7.3. Druga część badania (pomiar 2.)***

Aby uzyskać odpowiedzi na część pytań badawczych, konieczne było zrealizowanie badania podłużnego. W tym celu przeprowadzono także drugi pomiar. Został on zrealizowany około dziewięciu miesięcy po pierwszym pomiarze. Zaproszenie do udziału w drugiej części badania zostało rozesłane najpierw do uczestników kończących szkoły ponadpodstawowe (pierwsze zaproszenie 27 maja 2021 roku, ponowne zaproszenie 7 czerwca 2021 roku), a potem do uczestników kończących studia (pierwsze zaproszenie 8 czerwca 2021 roku, ponowne zaproszenie 14 czerwca 2021 roku). Taka procedura miała na celu zadbanie o podobny odstęp czasowy pomiędzy pierwszym a drugim pomiarem w obu grupach (około 8-9 miesięcy). Zaproszenie skierowano wyłącznie do osób, które wcześniej zadeklarowały chęć udziału także w drugiej części badania. W zaproszeniu przypomniano uczestnikom o tym, że brali udział w pierwszej części badania i, że wyrazili chęć udziału w drugiej jego części. Przedstawiono także kluczowe informacje dotyczące drugiej części badania oraz podano link do formularza internetowego z pytaniami i kwestionariuszami.

Osoby uczestniczące w drugim pomiarze w pierwszej kolejności zostały poproszone o wyrażenie zgody na udział w badaniu. Następnie odpowiadały na pytanie otwarte dotyczące wizji własnego dorosłego życia, cztery krótkie pytania (skale liczbowe) dotyczące opisanej przez nich wizji, zestaw kwestionariuszy (DIDS oraz MLQ) i pytanie dotyczące ważnych zmian życiowych w okresie od pierwszego pomiaru. Na samym końcu znajdowało się miejsce na wpisanie adresu e-mail, aby połączyć odpowiedzi z obu pomiarów i przesłać uczestnikom

eKartę podarunkową do sklepu internetowego Empik.com o wartości 25 zł stanowiącą podziękowanie za poświęcony czas i udział w badaniu.

## **6.8. Uczestnicy badania**

### ***6.8.1. Liczebność grupy***

W badaniu zaplanowano udział osób będących na początku (grupa 1.) i na końcu (grupa 2.) wyłaniającej się dorosłości. Na podstawie obliczeń dokonanych za pomocą programu G\*Power ustalono, że w każdej z tych grup powinno znaleźć się około 150 osób, a więc cała grupa badana powinna liczyć około 300 osób. Aby możliwe były porównania międzypłciowe, zamierzano zrekrutować porównywalną liczbę kobiet i mężczyzn w każdej z grup wiekowych. W związku z tym, celem było zrekrutowanie 150 kobiet (po 75 do każdej z grup wiekowych) i 150 mężczyzn (po 75 do każdej z grup wiekowych).

### ***6.8.2. Kryteria włączania osób do udziału w badaniu***

Podczas rekrutacji do badania przyjęto następujące kryteria doboru do grupy badanej:

I. Ogólne kryteria włączania osób do udziału w badaniach:

- 1) bezdzietność;
- 2) zamieszkiwanie na terenie dużego miasta (>100 tys. mieszkańców) lub w jego aglomeracji.

II. Wśród osób z grupy 1. przyjęto kryteria z pkt. I oraz:

- 1) uczęszczanie do ostatniej klasy szkoły ponadpodstawowej (klasa III w przypadku uczniów liceów i szkół branżowych; klasa IV w przypadku techników);
- 2) wiek metrykalny: nie więcej niż 20 lat.

III. Wśród osób z grupy 2. przyjęto kryteria z pkt. I oraz:

- 1) bycie studentem ostatniego roku dziennych studiów magisterskich (V rok jednolitych studiów magisterskich/ II rok studiów II stopnia/ VI rok w przypadku studiów medycznych);
- 2) studiowanie na uczelni publicznej;
- 3) brak skończonych wcześniej studiów;

W oparciu o doświadczenie badaczek realizujących podobne projekty w przeszłości (Katra, 2008a; Liberska, 2004) podjęto decyzję o tym, aby badaniem objąć osoby znajdujące się na końcu kolejnych etapów edukacji, w obliczu podjęcia decyzji o swojej przyszłości, gdyż kontekst ten może stymulować refleksję nad własną przyszłością i dynamizować proces kształtowania się wizji własnego dorosłego życia w przyszłości. Decyzję o zawężeniu badania do grupy osób ze środowisk wielkomiejskich podjęto ze względu na zachowanie

homogeniczności badanej grupy a także z racji, że to właśnie wśród tych osób najbardziej widoczne są procesy związane z wydłużaniem się moratorium psychospołecznego i odraczaniem ważnych życiowych decyzji (Arnett, 2000; Erikson, 1997). Na młodych ludzi z wysokorozwiniętych społeczności i dużych miast w pierwszej kolejności wskazywał też Arnett (2000) opisując swoje obserwacje dotyczące charakterystyki funkcjonowania w okresie wyłaniającej się dorosłości.

Spełnienie tych kryteriów było weryfikowane podczas rekrutacji i na podstawie odpowiedzi udzielonych w metryczce wypełnianej na początku badania.

### **6.8.3. Opis grupy badanej**

#### *6.8.3.1. Opis uczestników badania pilotażowego*

W badaniu pilotażowym udział wzięły 102 osoby. Do grupy 1. (początek wyłaniającej się dorosłości) zrekrutowano 48 osób w wieku od 18 do 19 lat ( $M = 18,35$ ;  $SD = 0,48$ ). Wśród nich 43,8% stanowili mężczyźni. Do grupy 2. (koniec wyłaniającej się dorosłości) zrekrutowano 54 osoby w wieku od 23 do 25 lat ( $M = 23,43$ ;  $SD = 0,69$ ). Wśród nich 61,1% stanowili mężczyźni. Uczestnicy badania najczęściej (42,2%) mieszkali ze swoimi rodzicami lub w wynajętym mieszkaniu (27,5%). Przeważająca część z nich (52,0%) nie podejmowała żadnej aktywności zawodowej, natomiast 25,5% miało pracę dorywczą w wymiarze mniejszym niż 15 godzin tygodniowo, a 19,6% stałą pracę w większym wymiarze czasowym. Większość osób (58,8%) żyła w pojedynkę, 38,2% było w związku („chodzenie ze sobą”) a 2,9% uczestników było zaręczonych. Wśród uczestników badania pilotażowego dominowały osoby deklarujące liberalny (59,8%) i umiarkowany (38,2%) światopogląd. Deklarowany status społeczno-ekonomiczny uczestników badania pilotażowego był na ogół przeciętny (39,2%) albo lepszy niż przeciętny (56,9%).

#### *6.8.3.2. Opis uczestników badania właściwego*

Rekrutacja do badania właściwego została przeprowadzona zgodnie z procedurą opisaną w punkcie 6.7. W wyniku tych działań do udziału w badaniu zrekrutowano 299 osób spełniających kryteria doboru do grupy badanej. Do grupy 1. (początek wyłaniającej się dorosłości) zrekrutowano 142 osoby w wieku od 17 do 20 lat ( $M = 18,39$   $SD = 0,66$ ). Wśród nich 52,1% stanowili mężczyźni. Niemal 2/3 osób w tej grupie było uczniami liceum ogólnokształcącego (88 osób; 62,0%), 1/3 (52 osoby; 36,6%) uczęszczała do technikum. W szkole branżowej uczyły się dwie osoby z tej grupy (1,4%). Do grupy 2. (koniec wyłaniającej



się dorosłości) zrekrutowano 156 osób (59,6% kobiet) w wieku od 22 do 27 lat ( $M = 23,42$ ;  $SD = 1,09$ ). Jeśli chodzi o deklarowany światopogląd, przeważająca część uczestników badania określiła się jako osoby liberalne (131 osób; 44,3%) lub umiarkowane (143 osoby; 48,3%). Tylko 22 osoby (7,4%) zadeklarowały przywiązanie do konserwatywnego światopoglądu. Trzy osoby nie udzieliły odpowiedzi na pytanie dotyczące światopoglądu. Szczegółowe dane dotyczące wieku, płci, światopoglądu i sytuacji edukacyjnej uczestników badania znajdują się w tabeli 9.

**Tabela 9**

*Wiek, płeć, światopogląd i sytuacja edukacyjna uczestników badania*

		Grupa 1		Grupa 2	
		początek wyłaniającej się dorosłości		koniec wyłaniającej się dorosłości	
		N	%	N	%
<b>Wiek</b>					
	zakres	17 - 20		22 - 27	
	M	18,39		23,42	
	SD	0,66		1,09	
<b>Płeć</b>					
	Kobieta	68	47,9%	93	59,6%
	Mężczyzna	74	52,1%	63	40,4%
<b>Światopogląd</b>					
	Liberalny	66	47,1%	65	41,7%
	Umiarkowany	63	45,0%	80	51,3%
	Konserwatywny	11	7,9%	11	7,1%
<b>Sytuacja edukacyjna</b>					
	Szkoła branżowa	2	1,4%	0	0%
	Technikum	52	36,6%	0	0%
	Liceum ogólnokształcące	88	62,0%	0	0%
	Studia dzienne	0	0%	156	100%

*Źródło: opracowanie własne.*

Sytuacja rodzinna uczestników badania była zróżnicowana. Większość z nich (241 osób; 80,9%) była wychowywana przez oboje rodziców. Rodzice 14,4% uczestników rozstali się w przeszłości – w niemal wszystkich tych przypadkach (42 osoby; 14,1%) głównym opiekunem była matka; tylko jedna osoba (0,3%), której rodzice się rozstali była wychowywana głównie przez ojca. Trzydzieści osób (4,4%) doświadczyło śmierci jednego z rodziców (3 osoby [1,0%] śmierci matki, a 10 osób [3,4%] śmierci ojca), jedna osoba (0,3%) straciła oboje rodziców.

**Tabela 10***Sytuacja rodzinna, wykształcenie rodziców i miejsce pochodzenia uczestników badania*

	Grupa 1		Grupa 2	
	początek		koniec	
	wyłaniającej się		wyłaniającej się	
	dorosłości		dorosłości	
	N	%	N	%
<b>Sytuacja rodzinna</b>				
Rodzice mieszkają razem	116	81,7%	125	80,1%
Rodzice się rozstali - głównym opiekunem była matka	20	14,1%	22	14,1%
Rodzice się rozstali - głównym opiekunem był ojciec	1	0,7%	0	0%
Matka zmarła	2	1,4%	1	0,6%
Ojciec zmarł	2	1,4%	8	5,1%
Oboje rodziców zmarło	1	0,7%	0	0%
<b>Wykształcenie matki</b>				
Podstawowe	5	3,5%	5	3,2%
Gimnazjalne	1	0,7%	1	0,6%
Zawodowe	20	14,1%	19	12,2%
Średnie	30	21,1%	46	29,5%
Wyższe (licencjackie/ inżynierskie)	19	13,4%	21	13,5%
Wyższe (magisterskie)	60	42,3%	61	39,1%
Doktorat lub wyższe stopnie naukowe	7	4,9%	3	1,9%
<b>Wykształcenie ojca</b>				
Podstawowe	2	1,4%	3	1,9%
Gimnazjalne	0	0%	1	0,6%
Zawodowe	27	19,1%	49	31,4%
Średnie	32	22,7%	42	26,9%
Wyższe (licencjackie/ inżynierskie)	22	15,6%	13	8,3%
Wyższe (magisterskie)	49	34,8%	42	26,9%
Doktorat lub wyższe stopnie naukowe	9	6,2%	4	2,6%
B.d.	0	0%	2	1,3%
<b>Miejsce pochodzenia</b>				
Wieś	20	14,1%	45	29,0%
Miasto < 10 tys. mieszkańców	8	5,6%	18	11,6%
Miasto 10 - 50 tys. mieszkańców	21	14,8%	32	20,6%
Miasto 51 - 100 tys. mieszkańców	8	5,6%	19	12,3%
Miasto > 100 tys. mieszkańców	85	59,9%	41	26,5%

*Źródło: opracowanie własne.*

Uczestnicy badania wywodzili się z rodzin, w których rodzice mieli przeważnie wyższe (54,0% matek i 43,2% ojców) lub średnie (25,5% matek i 24,6% ojców). Wykształcenie podstawowe miało 1,7% ojców i 3,4% matek uczestników badania, podczas gdy wykształcenie gimnazjalne miało 0,7% matek i 0,3% ojców. Znacznie większy odsetek (13,1% matek i 25,2% ojców) rodziców osób uczestniczących w badaniu miał wykształcenie zawodowe. Kilka procent osób zadeklarowało, że ich rodzice posiadają stopień doktora lub wyższe stopnie naukowe (3,4% matek i 4,3% ojców).

Uczestnicy badania różnili się między sobą miejscem pochodzenia – z terenów wiejskich pochodziło 65 osób (21,9%), z miasto poniżej 10 tys. mieszkańców pochodziło 26 osób (8,8%), z miast mających od 11 do 50 tys. mieszkańców pochodziło 53 osoby (17,8%), z miast mających od 51 do 100 tys. mieszkańców pochodziło 27 osób (9,1%) a z miast mających więcej niż 100 tys. mieszkańców pochodziło 126 osób (42,4%). Szczegółowe dane dotyczące sytuacji rodzinnej, wykształcenia rodziców i miejsca pochodzenia uczestników badania znajdują się w tabeli 10.

W momencie badania większość uczestników (190 osób; 63,8%) zamieszkiwała z rodzicami. Znaczna część (81 osób; 27,2%) osób, które wzięły udział w badaniu wynajmowała mieszkanie lub pokój. Niektóre osoby zamieszkiwały w bursie, internacie lub akademiku (13 osób; 4,4%). Tyle samo osób (13; 4,4%) mieszkało z innymi członkami rodziny, ale nie z rodzicami (np. rodzeństwo, dziadkowie, wujostwo).

Biorąc pod uwagę aktywność zawodową, należy zaznaczyć, że ponad połowa uczestników badania (177 osób; 59,4%) zadeklarowała, że nie wykonuje aktualnie żadnej pracy zarobkowej. Niemal ¼ uczestników (68 osób; 22,8%) pracowało dorywczo (poniżej 15 godzin tygodniowo), 38 osób (12,8%) miało stałą umowę-zlecenie, a 14 osób (4,7%) było zatrudnionych na stałe w oparciu o umowę o pracę. Jedna osoba (0,3%) zadeklarowała, że jej sytuacja zawodowa nie mieści się w żadnej z powyższych kategorii.

Uczestników badania poproszono także, aby ocenili swój status społecznoekonomiczny. Przeważająca część uznała go za przeciętny (131 osób; 44,1%) lub lepszy niż przeciętny (131 osób; 44,1%). Jako zdecydowanie lepszy niż przeciętny swój status społecznoekonomiczny oceniły 24 osoby (8,1%). Natomiast niewielka część uczestników badania uznała, że ich status można opisać jako zły (9 osób; 3,0%) albo bardzo zły (2 osoby; 0,7%).

**Tabela 11***Sytuacja rodzinna, wykształcenie rodziców i miejsce pochodzenia uczestników badania*

	Grupa 1		Grupa 2	
	początek wyłaniającej się dorosłości		koniec wyłaniającej się dorosłości	
	N	%	N	%
<b>Zamieszkiwanie</b>				
Z rodzicami	131	92,3%	59	37,8%
Z innymi członkami rodziny (bez rodziców)	5	3,5%	8	5,1%
Internat / bursa / akademik	1	0,7%	12	7,7%
Wynajmowany pokój/ mieszkanie	5	3,5%	76	48,7%
Inne	0	0%	1	0,6%
<b>Aktywność zawodowa</b>				
Brak pracy	113	79,6%	64	41,0%
Praca dorywcza (<15 h/ tydzień)	25	17,6%	43	27,6%
Stała praca (umowa-zlecenie)	3	2,1%	35	22,4%
Stała praca (umowa o pracę)	0	0%	14	9,0%
inne	1	0,7%	0	0%
<b>Status społecznoekonomiczny</b>				
Bardzo zły	0	0%	2	1,3%
Zły	6	4,2%	3	1,9%
Przeciętny	52	36,6%	79	51,0%
Lepszy niż przeciętny	67	47,2%	64	41,3%
Zdecydowanie lepszy niż przeciętny	17	12,0%	7	4,5%
<b>Status związku</b>				
Wolna/-y	99	69,7%	70	44,9%
W związku ("chodzenie ze sobą")	41	28,9%	66	42,3%
Narzeczeństwo	1	0,7%	18	11,5%
Małżeństwo	1	0,7%	2	1,3%
<b>Zamieszkiwanie z partnerką/-em</b>	5	7,8%	40	43,5%

*Źródło: opracowanie własne.*

W momencie badania nieco ponad połowa (169 osób; 56,7%) uczestników żyła w pojedynkę a 43,3% (129 osób) znajdowało się w jakiejś formie bliskiego związku – 35,9% (107 osób) określiło go jako „chodzenie ze sobą” a 6,4% (19 osób) zadeklarowało bycie w narzeczeństwie. W związku małżeńskim znajdowało się 3 uczestników badania (1,0%). Spośród osób, które zadeklarowały bycie w jakimś rodzaju bliskiego związku, 28,8% (45

osób) zamieszkiwała razem z partnerem/-ką. Szczegółowe dane dotyczące aktualnej sytuacji życiowej (zamieszkiwanie, praca zawodowa, status społecznoekonomiczny, status związku) uczestników badania znajdują się w tabeli 11.

Jak już wspomniano, nie wszyscy uczestnicy pierwszego pomiaru wyrazili chęć udziału w drugiej części badania. Gotowość taką wyraziło 270 osób (90,0%). Zgody na przesłanie zaproszenia do drugiego etapu badania częściej nie wyrazili mężczyźni (12,6% vs 5,6 %;  $\chi^2(1, 296) = 4,49; p < 0,05$ ) oraz osoby będące na początku wyłaniającej się dorosłości (14,2% vs 3,9%;  $\chi^2(1, 296) = 9,80; p < 0,01$ ).

W drugim pomiarze udział wzięło 177 osób (64,8% spośród tych, którzy wyrazili taką chęć<sup>17</sup> i 59,8% spośród wszystkich uczestników pierwszego pomiaru). Z udziału w drugim pomiarze częściej rezygnowały osoby będące na początku wyłaniającej się dorosłości (52,8% vs 29,9%;  $\chi^2(1, 299) = 16,16; p < 0,001$ ) oraz odwołujące się w swojej wizji własnego dorosłego życia do mniejszej liczby obszarów ( $M_1 = 3,10; SD_1 = 1,65$  vs  $M_2 = 3,68; SD_2 = 1,48; U = 8511,00; p < 0,01$ ; siła efektu: 0,21) i podające w niej mniej szczegółów ( $M_1 = 5,23; SD_1 = 3,66$  vs  $M_2 = 6,33; SD_2 = 3,98; U = 86982,50; p < 0,01$ ; siła efektu: 0,20). Zaobserwowano także, że z udziału w badaniu częściej ( $\chi^2(5, 289) = 15,807; p < 0,01$ ) rezygnowały także osoby o tożsamości lustrzanej (55,0%) i beztroskiej dyfuzyjnej (54,8%) niż osiągniętej (36,2%) czy moratoryjnej (18,2%). Osoby, które wzięły udział w pomiarze 2., nie różniły się istotnie od osób, które nie wzięły udziału w drugiej części badania pod kątem płci ( $\chi^2(1, 299) = 0,246; p = 0,620$ ), światopoglądu ( $\chi^2(1, 297) = 6,549; p = 0,767$ ), statusu związku ( $\chi^2(1, 296) = 4,012; p = 0,260$ ) czy też deklarowanego statusu społecznoekonomicznego ( $\chi^2(1, 295) = 9,284; p = 0,054$ ).

## 6.9. Etyka procesu badawczego

Każda refleksja nad własnym życiem może uruchamiać w człowieku szereg różnych reakcji – np. aktywację określonych myśli na własny temat lub pojawienia się rozmaitych emocji. Myślenie o własnej przyszłości, będące głównym przedmiotem zrealizowanego badania, może wzbudzać w jednostce różne reakcje – stąd istotne było zadbanie o komfort psychiczny uczestników badania i podjęcie działań zmniejszających ryzyko:

1. negatywnych myśli na temat własnej osoby,
2. wywołania negatywnego nastawienia wobec własnej przyszłości.

---

<sup>17</sup> Dodatkowo, w drugim pomiarze udział wzięły też dwie osoby, które pierwotnie nie wyraziły takiego zainteresowania, ale zmieniły zdanie zachęczone przez znajomych biorących udział w badaniu. Te osoby napisały do mnie maila, w którym wyraziły chęć udziału, pomimo pierwotnej deklaracji, że nie są zainteresowane. Otrzymały one identyczny pakiet informacji, jak uczestnicy, którzy wyrazili chęć udziału.

Ponadto część osób uczestniczących w badaniu to były osoby niepełnoletnie biorące udział w zinstytucjonalizowanych formach edukacji, co również wymagało podjęcia działań mających na celu zabezpieczenie ich praw i dóbr. A przede wszystkim zadbanie o warunki sprzyjające podjęciu świadomej i dobrowolnej zgody opartej na wiedzy przez potencjalnych uczestników badania i ich prawnych opiekunów.

Trzecim z istotnych aspektów etycznych zrealizowanego badania było zadbanie o poufność danych.

W związku z powyższymi kwestiami dotyczącymi zagadnień etycznych realizowanego projektu, wdrożono następujące procedury:

- uczestnikom badania (i w razie konieczności ich prawnym opiekunom) wyjaśniono cele badania, sposoby dalszego wykorzystania wyników badania oraz przechowywania pozyskanych danych, a uczestnicy zostali poinformowani o możliwości zrezygnowania z udziału w badaniu w każdym momencie<sup>18</sup>;
- badanie zostało dobrze, klarownie opisane w celu zadbania, aby zgoda na udział w badaniu podejmowana była ze świadomością jego przebiegu;
- podczas wprowadzenia w tematykę badania podkreślone zostało to, że kształtowanie się wyobrażeń na temat własnej przyszłości jest kwestią indywidualną i, że możemy jako ludzie różnić się między sobą w tym aspekcie, a w pytaniach zawartych w badaniu nie ma dobrych i złych odpowiedzi – ważne jest to, co myślą i czują osoby badane;
- podczas badania każdy z uczestników otrzymał swój indywidualny numer identyfikacyjny, który został skojarzony z danymi pozwalającymi na identyfikację (szkoła/ uczelnia, klasa/ kierunek, rok studiów) w razie ewentualnej konieczności weryfikacji danych; baza danych i lista numerów identyfikacyjnych były przechowywane na zabezpieczonym dysku zewnętrznym, do którego dostęp miał wyłącznie autor niniejszej rozprawy;
- osobom badanym został podany adres e-mail autora projektu wraz z zaproszeniem do kontaktu w razie potrzeby. Ze względu na pandemię koronawirusa, zaproponowano zostały następujące formy kontaktu: 1) rozmowa przez skype'a, 2) kontakt mailowy. Żadna z osób uczestniczących w badaniu nie zgłosiła potrzeby rozmowy na temat doświadczeń związanych z udziałem lub prośby o wyjaśnienie jakichś kwestii dotyczących badania. Kilko uczestników poprosiło o możliwość zapoznania się z wynikami badania po jego zakończeniu. Osoby te otrzymają dostęp do pełnej treści rozprawy po jej ukończeniu i obronieniu.

---

<sup>18</sup> Żaden z uczestników nie skorzystał jednak z tej możliwości – nikt nie zgłosił prośby o usunięcie swoich danych z bazy.

Wszystkie materiały przekazywane osobom uczestniczącym w badaniu na każdym jego etapie, a także cała procedura badania zostały skonsultowane z Komisją Etyki ds. Projektów Badawczych działającą przy Wydziale Psychologii i Kognitywistyki Uniwersytetu im. Adama Mickiewicza w Poznaniu. Komisja pozytywnie zaopiniowała projekt badania i procedury mające na celu zapewnienie wysokiego standardu etycznego prowadzonego badania (opinia nr 3/20/03/2020 wydana 7.04.2020 roku).

## 6.10. Metody analizowania danych

### 6.10.1. Analiza danych dotyczących wizji własnego dorosłego życia

Odpowiedzi zostały przeanalizowane przez sędziów kompetentnych pod kątem następujących aspektów:

1) **Obszary życia obecne w wizji własnego dorosłego życia** – do jakich obszarów życia w swoim wyobrażeniu odwołuje się osoba uczestnicząca w badaniu. Wstępnie planowano kodowanie odpowiedzi w odniesieniu do obszarów życia wynikających z zadań rozwojowych wczesnej dorosłości opisanych w kluczowych teoriach w obrębie psychologii rozwoju człowieka (Havighurst, 1981; Levinson, 1988). Jednak, w toku analiz, zdecydowano się rozszerzyć i zmodyfikować liczbę kategorii dotyczących obszarów życia reprezentowanych w wizji własnego dorosłego życia. Finalnie utworzono 11 kategorii. Zostały one przedstawione (wraz z przykładowymi wypowiedziami, skutkującymi zakodowaniem fragmentu wypowiedzi do danej kategorii) w tabeli 12.

**Tabela 12**

*Opis kategorii dotyczących obszarów życia reprezentowanych w wizji własnego dorosłego życia oraz przykładowe wypowiedzi dotyczące każdej kategorii*

<b>Obszar życia</b>	<b>Opis kategorii</b>	<b>Przykładowe fragmenty wypowiedzi</b>
ukończenie edukacji	Odniesienie do ukończenia (lub nie) formalnej edukacji na jakimś poziomie, wskazanie konkretnego kierunku albo obszaru kształcenia.	„skończę szkołę”, „skończę studia”, „po studiach”, „wykształcona”, „dyplom magistra”, „inżynier”
praca zawodowa	Odniesienie do posiadania lub nie pracy zawodowej, wskazanie konkretnego zawodu, opis rodzaju wykonywanej pracy.	„będę mieć pracę”, „bezrobotny”, „dobra praca”, „praca w zawodzie”, „własny biznes”

związek intymny	Odniesienie do bycia lub nie w jakimś związku intymnym, uszczegółowienie charakteru tego związku, wskazanie osoby, z którą będzie się tworzyć ten związek.	„w związku”, „po ślubie”, „może będę zaręczony z obecną dziewczyną”, „raczej samotny”, „kochający mąż u boku”
rodzicielstwo	Odniesienie do posiadania lub nie dzieci, wskazanie liczby dzieci i ich płci, wskazanie wieku dzieci.	„dwójka dzieci”, „pewnie jakieś dzieci”, „nie przewiduję dzieci”, „bezdzienny”, „syn i córka w wieku przedszkolnym”
życie rodzinne	Odniesienie do życia rodzinnego „w ogóle”, bez sprecyzowania, czy chodzi tylko o bycie w związku, czy też o posiadanie dzieci.	„rodzina”, „szczęśliwe życie rodzinne”, „brak rodziny”, „nie planuję zakładać rodziny”
miejsce i warunki zamieszkania	Odniesienie do przewidywanego miejsca i warunków zamieszkania, wskazanie miejsca zamieszkania, typu lokalu.	„własny dom z ogrodem”, „wynajmowane mieszkanie”, „dom na kredyt”, „będę mieszkać zagranicą”, „dalej będę mieszkać w Poznaniu”, „często będę zmieniać miejsce zamieszkania”
sposób spędzania wolnego czasu	Odniesienie do sposobów spędzania wolnego czasu, wskazanie konkretnych form spędzania wolnego czasu, pasji, zainteresowań.	„wakacje spędzane w górach”, „w wolnych chwilach oddaję się swoim pasjom”, „dużo hobby”, „brak czasu na własne hobby”, „amatorsko gram na gitarze”
wartości	Odniesienie do systemu wartości, przywiązania do jakichś norm, zasad, religii.	„wierzący”, „zaangażowany w działalność na rzecz środowiska”, „oddany wspólnocie religijnej”, „ceniący uczciwość”
inne istotne relacje społeczne	Odniesienie do innych relacji społecznych niż tych w ramach rodziny prokreacyjnej, relacje z własnymi rodzicami lub rodzeństwem, pozazawodowe relacje koleżeńskie/przyjacielskie.	„dobre relacje z rodzicami”, „wąskie grono znajomych”, „utrzymuję kontakt z przyjaciółmi”, „przyjaciele”
życie wewnętrzne i rozwój osobisty	Odniesienie do wewnętrznych przeżyć, emocji i stanów, zdrowia psychicznego czy też samopoczucia, rozwój kompetencji i/ lub wiedzy niezwiązanych z pracą zawodową	„przejdę psychoterapię”, „dużo medytuję”, „nauczę się nowego języka”, „ogarnę swoje problemy”, „ciągle się rozwijam”
inne obszary życia	Odniesienie do innych obszarów życia nie wpisujących się w żadną z powyższych kategorii, np. posiadanie zwierzęcia, sytuacja finansowa, posiadanie konkretnych przedmiotów.	„pies”, „mam dwa koty”, „dobry samochód”, „bezpieczna sytuacja finansowa”

Źródło: opracowanie własne.

Odpowiedzi punktowano w następujący sposób:

„0” – brak odwołania do wybranego obszaru życia;

„1” – odwołanie się do wybranego obszaru życia.



2) **Poziom rozbudowania** – liczba obszarów życia, do których odnosi się wyobrażenie osoby uczestniczącej w badaniu.

Na potrzeby części analiz, wyodrębniono także bardziej ogólne kategorie dotyczące stopnia rozbudowania wizji własnego dorosłego życia:

„0” – szcątkowa wizja niepoddająca się analizie;

„1” – wizja mało rozbudowana (odwołanie się do 1-2 obszarów życia);

„2” – wizja umiarkowanie rozbudowana (odwołanie się do 3-4 obszarów życia);

„3” – wizja bardzo rozbudowana (odwołanie się do 5 i więcej obszarów życia).

3) **Szczegółowość** – liczba szczegółów w odniesieniu do poszczególnych obszarów życia wspomnianych w wizji. Analizie poddano także łączną liczbę szczegółów, które znalazły się w wypowiedzi osoby uczestniczącej w badaniu.

Na potrzeby części analiz, wyodrębniono także bardziej ogólne kategorie dotyczące stopnia szczegółowości wizji własnego dorosłego życia. Poziom szczegółowości obliczono na podstawie średniej liczby szczegółów przypadających na każdy ze wspomnianych w odpowiedzi obszarów życia według wzoru:

$$\text{Poziom szczegółowości (PS)} = \frac{\text{łączna liczba wszystkich szczegółów wspomnianych w wypowiedzi}}{\text{łączna liczba obszarów życia, do których odnosi się wypowiedź}}$$

„0” – wizja ogólnikowa (PS < 0,75);

„1” – wizja mało szczegółowa (PS w przedziale 0,76 – 1,25);

„2” – wizja umiarkowanie szczegółowa (PS w przedziale 1,26 – 2);

„3” – wizja szczegółowa (PS w przedziale 2,01 – 2,75);

„4” – wizja bardzo szczegółowa (PS >2,75).

4) **Stopień zbalansowania** – proporcja udziału poszczególnych obszarów życia, do których odniosła się osoba uczestnicząca w badaniu, w odniesieniu do całości wypowiedzi.

Odpowiedzi kodowano w następujący sposób:

„1” – wizja własnego dorosłego życia wyraźnie zdominowana przez jeden obszar życia (jednemu obszarowi poświęcono wyraźnie większą część wypowiedzi niż pozostałym);

„2” – wizja własnego dorosłego życia wyraźnie zdominowana przez dwa równoważne obszary życia (dwa obszary życia są reprezentowane w wizji w podobnie, wyraźnie bardziej niż pozostałe, rozbudowany sposób);

„3” – wizja zbalansowana (żaden ze wspomnianych obszarów życia nie wybija się wyraźnie ponad inne).

W przypadku zakodowania danej odpowiedzi jako zdominowanej przez jeden bądź dwa obszary życia, dodatkowo notowana była informacja o tym, który/ które obszary życia były dominujące.

5) **Idylliczność**<sup>19</sup> – stopień w jakim wizja własnego dorosłego życia ma charakter idylliczny, tzn. obrazuje życie, jakie chciałoby mieć większość osób i nie zawiera negatywnych emocji, niepokoju czy rozczarowania.

Wypowiedzi były kodowane w następujący sposób (por. Bernsten i Jacobsen, 2008):

„3” – wypowiedź spełnia oba kryteria idylliczności: a) obrazuje dorosłe życie, jakie chciałoby mieć większość osób<sup>20</sup>; b) w wypowiedzi nie ma żadnych przejawów negatywnych emocji, niepokoju, rozczarowania itp.

„2” – wypowiedź zawiera tylko jeden ze wskaźników idylliczności: obrazuje dorosłe życie, jakie chciałoby mieć większość osób *albo* w wypowiedzi nie ma żadnych przejawów negatywnych emocji.

„1” – wypowiedź nie zawiera żadnego ze wspomnianych powyżej wskaźników idylliczności.

Wszystkie odpowiedzi osób badanych zostały zakodowane przez odpowiednio przeszkolonych pięciu sędziów kompetentnych, którymi było troje studentów V roku studiów magisterskich z psychologii (dwie studentki i jeden student) i dwóch doktorantów psychologii. Przykłady sędziowania kilku wypowiedzi dotyczących wizji własnego dorosłego życia zostały przedstawione w Załączniku 1. Przygotowanie sędziów do pracy na właściwym materiale składało się z kilku etapów:

**Etap I:** Sędziowie zostali szczegółowo zaznajomieni ze sposobem operacjonalizacji wizji własnego dorosłego życia w niniejszym badaniu oraz z kryteriami kodowania odpowiedzi.

**Etap II:** Wszyscy sędziowie samodzielnie opracowywali próbkę danych (10 wypowiedzi; wszyscy sędziowali te same wypowiedzi<sup>21</sup>) na podstawie otrzymanych od autora niniejszego projektu kryteriów kodowania odpowiedzi.

---

<sup>19</sup> Idylliczność badana była tylko w badaniu właściwym, nie była natomiast badana w badaniu pilotażowym.

<sup>20</sup> Dotyczyło to wysoko cenionych w społeczeństwie celów życiowych i wartości takich, jak na przykład „szczęśliwe życie rodzinne”, „dobra praca”, „powodzenie finansowe”, „możliwość realizowania hobby”, „dobre relacje z innymi ludźmi”, „dobre zdrowie” (por. Czerwińska-Jasiewicz, 2005, s. 87-91, 104-107; Liberska, 2004, s. 119-120).

**Etap III:** Spotkanie autora projektu ze wszystkimi sędziami kompetentnymi i omówienie zasad kodowania na bazie etapu II; wyjaśnienie ewentualnych wątpliwości; sformułowanie ostatecznych wytycznych dla sędziów kompetentnych.

**Etap IV:** Wszyscy sędziowie otrzymali drugą próbkę danych (10 innych wypowiedzi dotyczących wizji własnego dorosłego życia<sup>22</sup>), każdy z nich indywidualnie kodował wypowiedzi na bazie wypracowanych w etapie II kryteriów.

**Etap V:** Oceny sędziów z etapu IV poddano analizie pod kątem zgodności odpowiedzi sędziów kompetentnych (współczynnik W-Kendalla). Wykazała ona zadowalający poziom zgodności sędziów kompetentnych w odniesieniu do analizowanych obszarów wizji własnego dorosłego życia: obszary wspomniane w wizji – 0,899; szczegółowość – 0,855, zbalansowanie i idylliczność – 0,699. W związku z tym nastąpiło przejście do etapu VI. W przypadku niezadowalającej miary zgodności sędziów planowano powtórzenie etapów II-IV;

**Etap VI:** Przekazanie sędziom do analizy właściwego materiału uzyskanego od osób uczestniczących w badaniu. Każdy z sędziów otrzymał materiał pochodzący od innych osób. Każdy z sędziów oceniał podobną liczbę wypowiedzi

Tak opracowane dane pochodzące z badania jakościowego pozwoliły na dokonanie na nich także analiz ilościowych, co było niezbędne do weryfikacji hipotez badawczych i realizacji celów niniejszego projektu.

W taki sam sposób przeanalizowano wypowiedzi dotyczące wizji własnego dorosłego życia pochodzące z obu pomiarów. W analizie wypowiedzi dotyczących wizji własnego dorosłego życia pochodzących z pomiaru 2. udział wzięło czterech z pięciu sędziów zaangażowanych w ocenę wypowiedzi w pomiarze 1. Jedna osoba (studentka V roku psychologii) nie mogła wziąć udziału w sędziowaniu ze względu na zbiegnięcie się terminu realizacji badania z terminem obrony jej pracy magisterskiej. W związku z tym, podjęto decyzję, aby sędziowanie wypowiedzi pochodzących z pomiaru 2. zostało zrealizowane przez pozostałych sędziów (dwóch doktorantów psychologii i dwoje studentów [jedna studentka i jeden student] V roku psychologii), z wyłączeniem tej jednej osoby. Decyzja taka wynikała z dwóch przesłanek. Po pierwsze, realizacja sędziowania w obliczu innych istotnych obowiązków mogłaby negatywnie wpłynąć na jakość przeprowadzonych analiz. Po drugie,

---

<sup>21</sup> Wypowiedzi te pochodziły z badania prowadzonego w ramach pracy magisterskiej autora (Janowicz, 2017).

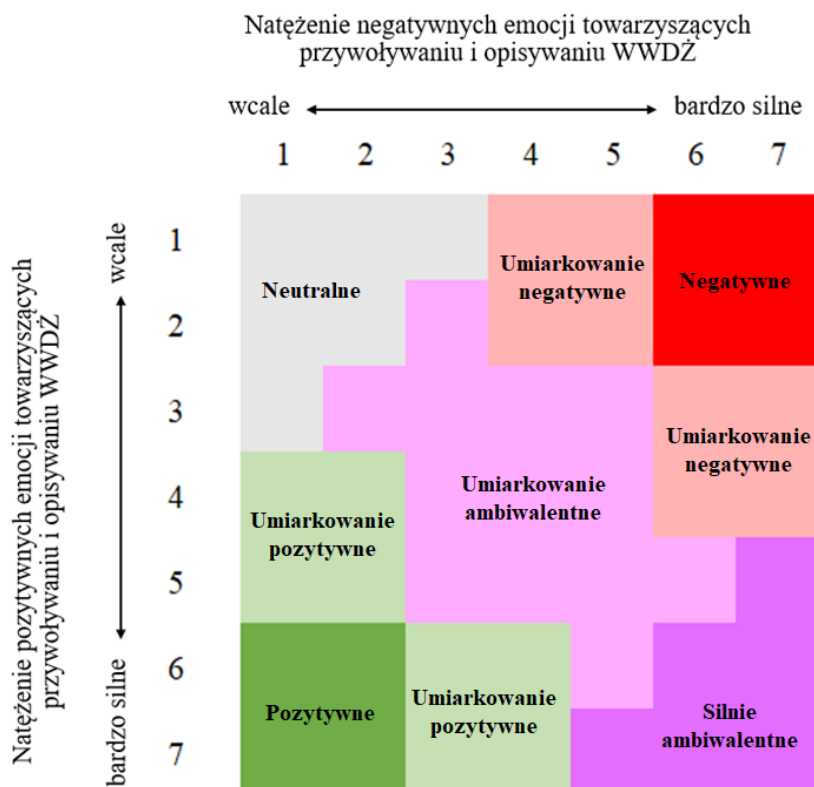
<sup>22</sup> Wypowiedzi te również pochodziły z badania prowadzonego w ramach pracy magisterskiej przygotowywanej przez autora niniejszej rozprawy (Janowicz, 2017). Były to inne wypowiedzi niż te wykorzystane w etapie II..

odłożenie sędziowania na późniejszy czas uniemożliwiłoby kontynuowanie prac nad rozprawą zgodnie z zaplanowanym harmonogramem i terminowe jej złożenie. Przed dokonaniem sędziowania wypowiedzi z pomiaru 2. sędziowie wykonali sędziowanie wstępne służące przypomnieniu procedury sędziowania i potwierdzeniu zadowalającej zgodności sędziów. Została ona stwierdzona (współczynnik W-Kendalla) i wynosiła odpowiednio: 0,940 dla obszarów wspomnianych w wizji; 0,863 dla szczegółowości wizji i 0,927 dla zbalansowania i idylliczności.

Oprócz analiz dokonanych przez sędziów kompetentnych, zestawiono ze sobą także dane dotyczące natężenia pozytywnych i negatywnych emocji towarzyszących przywołaniu i opisaniu wizji własnego dorosłego życia, aby zbadać emocjonalne ustosunkowanie się do tejże wizji. Wyróżniono następujące rodzaje emocjonalne ustosunkowania do posiadanej wizji własnego dorosłego życia: silnie pozytywne, umiarkowanie pozytywne, silnie negatywne, umiarkowanie negatywne, silnie ambiwalentne, umiarkowanie ambiwalentne i neutralne.

## Rysunek 8

*Emocjonalne ustosunkowanie się do posiadanej wizji własnego dorosłego życia*



Źródło: opracowanie własne.

### **6.10.2. Analiza danych dotyczących zmian w wizji własnego dorosłego życia**

Analizie poddano także zmiany w strukturze i treści wizji własnego dorosłego życia. Zostały one ocenione poprzez porównanie wizji opisanej przez każdego z uczestników podczas pomiaru 1. z tą opisaną podczas pomiaru 2.

1) **Zmiany w treści wizji własnego dorosłego życia** – porównano to, do jakich obszarów życia odniosła się osoba w wizji opisanej w pomiarze 1. i w tej opisanej w pomiarze 2. Wyniki kodowano w następujący sposób:

- „1” – brak zmiany – w WWDŻ nadal obecne jest odniesienie do danego obszaru życia;
- „2” – brak zmiany – w WWDŻ nadal nie jest obecne odniesienie do danego obszaru życia;
- „3” – pojawienie się odniesienia do danego obszaru życia w WWDŻ;
- „4” – zniknięcie odniesienia do danego obszaru życia w WWDŻ.

Oceniony został także zakres tych zmian – każde pojawienie się nowego obszaru w wizji lub zniknięcie odwołania do danego obszaru oznaczało 1 punkt. Wyższy wynik oznaczał większy zakres zmian i mógł oscylować od 0 (osoba odwołała się do tylko do tych samych obszarów co wcześniej) do 11 (osoba nie odwołała się do żadnego z obszarów, do którego odwołała się wcześniej lub odwołała się do wszystkich, do których wcześniej się nie odwołała).

Sprawdzono także, czy zmianie uległo to, do którego z obszarów osoba odnosiła się w pierwszej kolejności. Wyniki kodowano w następujący sposób:

- „0” – ten sam obszar był wspomniany jako pierwszy w WWDŻ w obu pomiarach;
- „1” – nastąpiła zmiana w tym, który obszar został wspomniany jako pierwszy w WWDŻ.

Obliczono także **łączy zakres zmian w treści wizji własnego dorosłego życia**. Na jego ocenę składał się zakres zmian w strukturze obszarów reprezentowanych w WWDŻ (0 – 11 pkt.) oraz to, czy zmianie uległo to, który z obszarów był wspomniany jako pierwszy (zmiana – 4 pkt.). Wyniki mogły oscylować od 0 (w treści WWDŻ nie nastąpiła żadna zmiana) do 15 (nastąpiła całkowita zmiana treści WWDŻ).

2) **Zmiana poziomu rozbudowania wizji własnego dorosłego życia** – oceniana była poprzez porównanie stopnia rozbudowania WWDŻ w obu pomiarach, wykorzystując przedstawiony wcześniej podział na wizję szczątkową/ mało rozbudowaną/ umiarkowanie rozbudowaną i bardzo rozbudowaną. Wyniki kodowano w następujący sposób:

- „1” – nastąpił spadek poziomu rozbudowania;
- „2” – poziom rozbudowania pozostał bez zmian;
- „3” – nastąpił wzrost poziomu rozbudowania

Przeanalizowane także zmianę liczby obszarów reprezentowanych w WWDŹ. Zrobiono to poprzez odjęcie od liczby obszarów reprezentowanych w WWDŹ w Pomiarze 2. liczby obszarów reprezentowanych w WWDŹ w Pomiarze 1.

- Wynik odejmowania poniżej zera oznaczał, że nastąpiło zmniejszenie liczby obszarów, do których osoba odwołała się w swojej WWDŹ.
- Wynik odejmowania równy zero oznacza, że osoba odwołała się do takiej samej liczby obszarów (choć mogły być to inne obszary).
- Wynik odejmowania powyżej zera oznaczał, że nastąpiło zwiększenie liczby obszarów, do których osoba odwołała się w swojej WWDŹ.

3) **Zmiana poziomu szczegółowości wizji własnego dorosłego życia** – oceniona została poprzez porównanie stopnia szczegółowości wizji w obu pomiarach, wykorzystując przedstawiony wcześniej podział na wizję ogólnikową/ mało szczegółową/ umiarkowanie szczegółową/ szczegółową/ bardzo szczegółową. Wyniki kodowano w następujący sposób:

- „1” – nastąpił spadek poziomu szczegółowości;
- „2” – poziom szczegółowości pozostał bez zmian;
- „3” – nastąpił wzrost poziomu szczegółowości.

Zbadana została także zmiana ogólnej liczby szczegółów podanych zarówno w odniesieniu do całej wizji własnego dorosłego życia jak i poszczególnych obszarów wspomnianych w WWDŹ.

W odniesieniu do oceny zmiany szczegółowości całej wizji, od łącznej liczby szczegółów wspomnianych w WWDŹ w pomiarze 2. odjęto łączną liczbę szczegółów wspomnianych w WWDŹ w pomiarze 1. W odniesieniu do stopnia szczegółowości poszczególnych obszarów WWDŹ, od łącznej liczby szczegółów wspomnianych w związku z danym obszarem WWDŹ w pomiarze 2. odjęto łączną liczbę szczegółów wspomnianych w związku z danym obszarem w pomiarze 1.

W obu przypadkach:

- Wynik odejmowania poniżej zera oznaczał, że nastąpiło zmniejszenie poziomu szczegółowości (całej wizji lub danego obszaru życia w niej reprezentowanego).
- Wynik odejmowania równy zero oznaczał, że poziom szczegółowości (całej wizji lub danego obszaru życia w niej reprezentowanego) pozostał taki sam.
- Wynik odejmowania powyżej zera oznaczał, że nastąpiło zwiększenie poziomu szczegółowości (całej wizji lub danego obszaru życia w niej reprezentowanego).

Oceniono także zakres tych zmian – zmiana poziomu szczegółowości w odniesieniu do każdego obszaru (niezależnie czy był on wcześniej reprezentowany w wizji, czy nie) oznaczała 1 punkt. Możliwe było zatem uzyskanie od 0 (osoba podała dokładnie tyle samo szczegółów w odniesieniu do każdego z obszarów życia, co w wizji sprzed dziewięciu miesięcy) do 11 (zmianie uległa liczba szczegółów w odniesieniu do każdego z obszarów życia).

**4) Zmiana stopnia zbalansowania wizji własnego dorosłego życia** - ocenie poddano to, czy WWDŹ zbalansowana przerodziła się w wizję zdominowaną przez jeden/ dwa obszary lub odwrotnie. Wyniki kodowano w następujący sposób:

- „0” – brak zmiany w stopniu zbalansowania WWDŹ;
- „1” – nastąpiła zmiana w stopniu zbalansowania WWDŹ;

**5) Zmiana stopnia idylliczności wizji własnego dorosłego życia** – oceniona została poprzez porównanie stopnia idylliczności w Pomiarze 1. i Pomiarze 2. Wyniki kodowano w następujący sposób:

- „1” – nastąpił spadek idylliczności (z oceny „2” do „1” albo „0” lub z oceny „1” do „0”);
- „2” – stopień idylliczności pozostał bez zmian;
- „3” – nastąpił wzrost idylliczności (z oceny „0” do „1” lub „2” lub z oceny „1” do „2”).

**6) Zmiana subiektywnego ustosunkowania się do wizji własnego dorosłego życia** (spozreganego stopnia łatwości przywołania i opisanego WWDŹ, natężenia pozytywnych i negatywnych emocji związanych z WWDŹ oraz doświadczanego poczucia ciągłości wynikającego z WWDŹ) – oceniona została przez porównanie poszczególnych aspektów subiektywnego odniesienia się do własnej WWDŹ pomiędzy oboma pomiarami (odjęcie oceny WWDŹ z pomiaru 1. od oceny WWDŹ z pomiaru 2.)

- Wynik odejmowania poniżej zera oznaczał, że nastąpiło zmniejszenie spostrzeganej łatwości przywołania i opisanego WWDŹ/ natężenia pozytywnych lub negatywnych emocji związanych z WWDŹ/ poczucia ciągłości towarzyszącego WWDŹ.
- Wynik odejmowania równy zero oznaczał, że poziom spostrzeganej łatwości przywołania i opisanego WWDŹ/ natężenia pozytywnych lub negatywnych emocji związanych z WWDŹ/ poczucia ciągłości towarzyszącego WWDŹ pozostał taki sam.
- Wynik odejmowania powyżej zera oznaczał, że nastąpiło zwiększenie spostrzeganej łatwości przywołania i opisanego WWDŹ/ natężenia pozytywnych lub negatywnych emocji związanych z WWDŹ/ poczucia ciągłości towarzyszącego WWDŹ.

### ***6.10.3. Wykorzystane pakiety statystyczne***

Dane zostały najpierw poddane wstępnej obróbce w programie Excel. Analizy statystyczne zostały przeprowadzone za pomocą dwóch pakietów statystycznych: Jamovi v.2.0 oraz SPSS 27. Pakiet Jamovi jest darmowym oprogramowaniem, natomiast dostęp do pakietu SPSS 27 został udostępniony na mocy licencji wykupionej przez Wydział Psychologii i Kognitywistyki Uniwersytetu im. Adama Mickiewicza w Poznaniu. Tabele i wykresy zostały przygotowane w programie Excel.



## 7. Wyniki

W tej części rozprawy przedstawiono wyniki zrealizowanego badania. W pierwszej kolejności opisane zostały rezultaty badania pilotażowego. Jego głównymi celami było dopracowanie procedury badawczej, przygotowanie sędziów kompetentnych oraz wstępna weryfikacja hipotez. Ze względu na mniej liczną grupę badanych (N=100) niemożliwe było zweryfikowanie wszystkich postawionych hipotez a te analizy, których wykonanie było możliwe, mogą być obarczone większym błędem. Niemniej, postanowiono przywołać kluczowe wyniki, aby w pełni ukazać drogę dochodzenia do koncepcji badania właściwego i sposobu interpretowania uzyskanych w nim wyników. Główną część tego rozdziału pracy stanowi przedstawienie wyników badania właściwego, które zostały odniesione do pytań badawczych i postawionych hipotez.

### 7.1. Wyniki badania pilotażowego

W tabeli 13. przedstawione zostały podstawowe statystyki opisowe dotyczące zmiennych badanych w pilotażu: zakres wyników, średnia, odchylenie standardowe, skośność, kurtoza i poziom istotności testu Shapiro-Wilka.

**Tabela 13**

*Statystyki opisowe badanych zmiennych w badaniu pilotażowym*

	N	Braki danych	Zakres	M	SD	Skośność	Kurtoza	Shapiro-Wilk p
Liczba wyrazów w WWDŻ	100	2	5 - 218	48,12	37,90	1,57	3,26	< 0,001
Liczba wspomnianych obszarów	100	2	2 – 10	4,80	1,61	1,57	3,26	< 0,001
Łączna liczba szczegółów	100	2	1 - 25	8,28	4,61	1,00	1,28	< 0,001
Poziom szczegółowości	100	2	0,25 – 3,33	1,67	0,61	0,62	0,47	< 0,01
EW	98	4	7 - 25	20,22	3,79	-1,18	1,52	< 0,001
EG	95	7	11 - 25	18,87	3,52	-0,40	-0,73	0,003
PZ	100	2	5 - 25	19,19	3,65	-0,64	0,83	0,002
IZ	99	3	8 - 25	18,67	4,17	-0,32	-0,36	0,008
ER	100	2	5 - 24	14,77	4,48	-0,02	-0,74	0,129

MLQ-P	100	2	8 - 30	22,31	3,95	-0,69	1,17	0,011
MLQ-S	101	1	9 - 35	25,55	5,14	-0,58	0,04	0,004
Przeszłość- Pozytywna	90	12	19 - 43	32,56	5,46	-0,35	-0,51	0,074
Przeszłość- Negatywna	90	12	17 - 48	30,30	7,74	0,26	-0,56	0,133
Teraźniejszość- Hedonistyczna	90	12	33 - 68	51,31	7,02	-0,30	0,10	0,429
Teraźniejszość- Fatalistyczna	90	12	14 - 35	23,52	4,90	0,22	-0,64	0,212
Przyszłościowa	90	12	22 - 62	46,62	7,94	-0,35	-0,12	0,124
Osiągnięcia	53	49	6 - 18	15,49	2,28	-1,83	4,92	< .001
Hedonizm	54	48	9 - 18	13,59	2,19	0,07	-0,57	0,197
Stymulacja	55	47	7 - 18	11,58	2,50	0,17	-0,33	0,152
Kierowanie sobą w działaniu	54	48	7 - 18	13,22	3,33	-0,34	-0,97	0,008
Kierowanie sobą w myśleniu	55	47	9 - 18	15,29	1,82	-0,96	1,96	< .001
Uniwersalizm- Tolerancja	55	47	10 - 18	15,45	2,03	-0,67	-0,24	0,002
Uniwersalizm ekologiczny	55	47	5 - 18	12,80	2,76	-0,47	0,55	0,063
Uniwersalizm społeczny	55	47	7 - 18	11,76	2,53	0,35	-0,08	0,109
Życzliwość - troskliwość	55	47	8 - 18	14,95	2,26	-0,79	0,54	0,005
Życzliwość - niezawodność	54	48	11 - 18	15,13	1,85	-0,46	-0,51	0,003
Pokora	55	47	7 - 18	13,64	2,54	-0,31	-0,17	0,192
Przystosowanie do ludzi	54	48	6 - 18	13,63	2,52	-0,71	0,91	0,023
Przystosowanie do reguł	53	49	8 - 18	12,42	2,33	0,14	-0,35	0,272
Tradycja	55	47	7 - 18	12,15	2,32	0,00	0,00	0,389
Bezpieczeństwo społeczne	55	47	10 - 18	14,67	1,93	-0,30	-0,42	0,058
Bezpieczeństwo osobiste	54	48	8 - 18	13,48	2,01	-0,12	0,69	0,119
Prestiż	55	47	8 - 18	14,47	2,48	-0,70	-0,20	0,003

Władza nad zasobami	55	47	7 - 18	13,85	2,61	-0,71	0,05	0,01
Władza nad ludźmi	55	47	4 - 17	12,49	2,36	-1.2093	3,43	< 0,001
Skupienie na sprawach bieżących	100	2	17 - 59	37,80	8,26	0,20	-0,26	0,634
Długa perspektywa czasowa	100	2	24 - 67	48,90	9,18	-0,35	-0,19	0,185
Planowanie realizacji celów długich	100	2	28 - 68	50,51	8,22	-0,30	-0,56	0,058

Źródło: opracowanie własne.

W związku z tym, że w przypadku większości analizowanych zmiennych wyniki testu Shapiro-Wilka wskazują na brak zgodności rozkładu wyników z rozkładem normalnych, w analizach wykorzystane zostały testy nieparametryczne.

### ***7.1.1. Treść i struktura wizji własnego dorosłego życia u osób na początku i na końcu wyłaniającej się dorosłości***

Opis wizji własnego dorosłego życia u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości w badaniu pilotażowym obejmował dwa aspekty wizji – treść i strukturę. W pierwszej kolejności analizie poddano treść tejże wizji a następnie jej strukturę.

Pierwszym z badanych aspektów było sprawdzenie do jakich obszarów życia odwołują się osoby w okresie wyłaniającej się dorosłości w swojej wizji własnego dorosłego życia. Jak pokazują wyniki przedstawione w tabeli 14., najczęściej wspominali oni o pracy zawodowej, kwestiach dotyczących związku intymnego oraz rodzicielstwie. Spora część uczestników badania w swojej wizji własnego dorosłego życia odnosiła się także do przewidywanego miejsca zamieszkania. Najrzadziej osoby w okresie wyłaniającej się dorosłości odnosiły się do kwestii związanych z rozwojem osobistym, ukończeniem edukacji i znaczeniem wartości w ich przyszłym życiu.

W odniesieniu do kilku obszarów życia zaobserwowano istotne statystycznie różnice pomiędzy osobami będącymi na początku i na końcu wyłaniającej się dorosłości. Osoby młodsze częściej wspominały o związku, rodzicielstwie i ukończeniu edukacji. Wbrew przewidywaniom, nie zaobserwowano żadnych różnic międzypłciowych w zakresie częstości odwoływania się do poszczególnych obszarów życia w wizji własnego dorosłego życia.

**Tabela 14**

*Treść wizji własnego dorosłego życia u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości (badanie pilotażowe)*

	Ogólnie		Początek WD		Koniec WD		$\chi^2$	p
	N	%	N	%	N	%		
Praca zawodowa	95	95,00%	43	93,48%	52	96,30%	0,415	0,519
Związek intymny <sup>23</sup>	85	85,00%	43	93,48%	42	77,78%	4,803	< 0,05
Rodzicielstwo	79	79,00%	42	91,30%	37	68,52%	7,774	< 0,01
Miejsce zamieszkania	65	65,00%	26	56,52%	39	72,22%	2,692	0,101
Sposób spędzania czasu wolnego czasu	34	34,00%	19	41,30%	15	27,78%	2,025	0,155
Inne	33	33,00%	15	32,61%	18	33,33%	0,006	0,939
Inne istotne relacje	24	24,00%	8	17,39%	16	29,63%	2,040	0,153
Życie wewnętrzne i zdrowie <sup>24</sup>	23	23,00%	13	28,26%	10	18,52%	1,331	0,249
Wartości	16	16,00%	5	10,87%	11	20,37%	1,668	0,196
Ukończenie edukacja	15	15,00%	11	23,91%	4	7,41%	5,308	< 0,05
Rozwój osobisty	11	11,00%	7	15,22%	4	7,41%	1,548	0,213

*Źródło: opracowanie własne.*

*Legenda: WD – wyłaniająca się dorosłość.*

Analizie poddane także to, który z obszarów życia był wspomniany jako pierwszy. Najczęściej była to praca zawodowa. Niemal 1/5 osób w pierwszej kolejności opisywała przewidywania dotyczące tworzenia związku intymnego lub miejsca zamieszkania (tabela 15.). Osoby będące na początku wyłaniającej się dorosłości istotnie częściej (15,22% vs

<sup>23</sup> W badaniu pilotażowym nie posługiwano się kategorią „rodzina”, jeśli pojawiały się takie wypowiedzi, nie doprecyzowujące, czy chodzi o bycie w związku intymnym, czy także posiadanie dzieci, kodowano je do obydwu tych kategorii. Ze względu na mniejszą precyzję takiego systemu kodowania, podjęto decyzję, aby w badaniu właściwym utworzyć osobną kategorię „rodzina” właśnie w odniesieniu do takich ogólnych wypowiedzi, nie doprecyzowujących tej kwestii.

<sup>24</sup> W badaniu pilotażowym posłużono się wstępną listą kategorii, wśród których „życie wewnętrzne i zdrowie” oraz „rozwój osobisty” były osobnymi kategoriami. W efekcie rozmów odbytych z sędziami kompetentnymi po zakończeniu badania pilotażowego, podjęto decyzję o połączeniu tych kategorii w jedną „życie wewnętrzne i rozwój osobisty” oraz kodowanie kwestii odnoszących się do zdrowia (które pojawiały się rzadko) to kategorii „inne”. Wynikało to z trudności w rozstrzygnięciu, czy dana wypowiedź bardziej odnosi się do życia wewnętrznego, czy rozwoju osobistego (który często w wypowiedziach uczestników badania dotyczył właśnie takich kwestii jak kompetencje emocjonalne, charakter, zadbanie o zdrowie psychiczne).

1,85%;  $\chi^2 (1, 100) = 6,029$ ;  $p < 0,05$ ) rozpoczynały opis wizji własnego dorosłego życia od kwestii związanych z ukończeniem edukacji. Zaobserwowano też dwie różnice między kobietami i mężczyznami. Wbrew przewidywaniom to mężczyźni częściej rozpoczynali opis przewidywanego kształtu swojego dorosłego życia od kwestii związanych ze związkiem intymnym. Częściej wspominali oni także w pierwszej kolejności o ukończeniu edukacji.

**Tabela 15**

*Obszar życia wspomniany jako pierwszy w wizji własnego dorosłego życia u osób w okresie wylaniającej się dorosłości (badanie pilotażowe)*

Obszar życia	Ogólnie		Kobiety		Mężczyźni		x <sup>2</sup>	p
	N	%	N	%	N	%		
Praca zawodowa	41	41,00%	23	50	18	33,33	2,852	0,091
Związek intymny	19	19,00%	3	6,52	16	29,63	8,619	< 0,01
Miejsce zamieszkania	18	18,00%	11	23,91	7	12,96	2,018	0,155
Ukończenie edukacji	8	8,00%	1	2,17	7	12,96	3,929	< 0,05
Rodzicielstwo	5	5,00%	2	4,35	3	5,56	0,076	0,782
Brak/ n.d.	3	3,00%	3	6,52	0	0,00	3,631	0,057
Wartości	2	2,00%	1	2,17	1	1,85	0,013	0,909
Życie wewnętrzne i stan zdrowia	2	2,00%	1	2,17	1	1,85	0,013	0,909
Inne	2	2,00%	1	2,17	1	1,85	0,013	0,909

*Źródło: opracowanie własne.*

Opisane przez uczestników przewidywania na temat swoje przyszłego życia zawierały też czasem (dotyczyło to 13,0% osób) wyrażone wątpliwości. Dotyczyły one trudności w przewidzeniu, jak to życie będzie wyglądało lub czasem nawet konkretnym stwierdzeniu, że nie jest to możliwe. Ci uczestnicy wspominali o poczuciu niepewności co do tego, jak będzie wyglądało ich dorosłe życie. Osoby na początku i na końcu wylaniającej się dorosłości nie różniły się między sobą w tym aspekcie ( $\chi^2 (1, 100) = 3,246$ ;  $p = 0,072$ ).

Choć polecenie przedstawione uczestnikom zawierało wyraźną instrukcję, aby opisać swoje przewidywania<sup>25</sup>, to część osób (20,0%) odnosiła się raczej do swoich pragnień i marzeń. Objawiało się to używaniem takich stwierdzeń jak „chciał(a)bym, żeby...”, „mam nadzieję, że ...”, „liczę, że do tego momentu...”, „marzę o tym, żeby wtedy ...”. Także w tym

<sup>25</sup>„Napisz, proszę, jak wyobrażasz sobie, że będzie wyglądało Twoje życie w wieku 35 lat. Napisz o tym, co przychodzi Ci do głowy w związku z tym momentem Twojego życia w przyszłości.”

aspekcie nie zaobserwowano istotnych różnic pomiędzy osobami na początku i na końcu wyłaniającej się dorosłości ( $\chi^2(1, 100) = 1,218; p = 0,270$ ).

Analizie poddano także strukturę wizji własnego dorosłego życia u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości – jej rozbudowanie, szczegółowość i stopień zbalansowania. Zebrane dane wskazują na to, że osoby te odwoływały się w swojej WWDŻ przeciętnie do 4,80 obszarów życia ( $SD = 1,61$ ). Osoby będące na początku i na końcu wyłaniającej się dorosłości nie różniły się tutaj istotnie między sobą ( $U = 1054,00; p = 0,187$ ). Wśród uczestników badania pilotażowego dominowały osoby o wizji bardzo rozbudowanej (54,0%) oraz umiarkowanie rozbudowanej (40,0%). Pojedyncze osoby (6,0%) miały wizję mało rozbudowaną a żaden z uczestników nie opisał wizji, którą można by scharakteryzować jako szcążtkową. Nie zaobserwowano istotnych statystycznie różnic w stopniu rozbudowania WWDŻ pomiędzy osobami na końcu i na początku wyłaniającej się dorosłości ( $\chi^2(2, 100) = 3,948; p = 0,139$ ). Jeśli chodzi o szczegółowość wizji własnego dorosłego życia, to uczestnicy badania podawali przeciętnie 8,28 szczegółów ( $SD = 4,61$ ). Także w tym aspekcie nie zaobserwowano różnic pomiędzy osobami na początku i na końcu wyłaniającej się dorosłości ( $U = 1224,00; p = 0,903$ ). Wśród uczestników badania dominowały osoby posiadające umiarkowanie szczegółową (53,61%) i mało szczegółową (22,7%) WWDŻ. Pojedyncze osoby charakteryzowały się wizją ogólnikową (4,1%) i bardzo szczegółową (5,2%), natomiast wizję szczegółową posiadało 14,4% uczestników. Nie zaobserwowano istotnej różnicy pod względem stopnia szczegółowości wizji własnego dorosłego życia pomiędzy osobami będącymi na początku i na końcu wyłaniającej się dorosłości ( $\chi^2(4, 97) = 7,134; p = 0,129$ ). Osoby w okresie wyłaniającej się dorosłości najwięcej szczegółów podawały w odniesieniu do przewidywań na temat przyszłej pracy zawodowej, miejsca zamieszkania i związku intymnego. Najmniej natomiast w odniesieniu do rozwoju osobistego, ukończenia edukacji i wartości życiowych. Szczegółowe wyniki przedstawiono w tabeli 16. Osoby będące na początku wyłaniającej się dorosłości podawały przeciętnie istotnie więcej szczegółów w odniesieniu do ukończenia edukacji ( $M_1 = 0,35; SD_1 = 0,71$  vs  $M_2 = 0,13; SD_2 = 0,58; U = 1036,50; p < 0,05$ ; siła efektu: 0,17). W przypadku pozostałych obszarów życia poruszanych w WWDŻ liczba podawanych szczegółów nie różniła się istotnie pomiędzy młodszymi i starszymi uczestnikami badania pilotażowego. Nie zaobserwowano także żadnych istotnych statystycznie różnic pomiędzy kobietami i mężczyznami w zakresie liczby szczegółów podawanych w odniesieniu do poszczególnych obszarów życia opisywanych w WWDŻ. Ostatnim z analizowanych aspektów struktury wizji własnego dorosłego życia było jej

zbalansowanie. Większość uczestników badania pilotażowego (66,0%) miała zbalansowaną wizję własnego dorosłego życia. Częściej miało to miejsce w przypadku osób będących na początku niż na końcu wyłaniającej się dorosłości (76,1% vs 57,4%;  $\chi^2(1, 100) = 3,862$ ;  $p < 0,05$ ). Wizję zdominowaną przez jeden obszar życia posiadało 19,0% uczestników (19,6% będących na początku wyłaniającej się dorosłości i 18,5% będących na końcu wyłaniającej się dorosłości;  $\chi^2(1, 100) = 0,018$ ;  $p = 0,894$ ). Natomiast u 15,0% osób zaobserwowano wizję zdominowaną przez dwa obszary życia. Istotnie częściej dotyczyło to osób będących na końcu niż na początku wyłaniającej się dorosłości (4,35% vs 24,07%;  $\chi^2(1, 100) = 7,581$ ;  $p < 0,01$ ).

**Tabela 16**

*Szczegółowość wizji własnego dorosłego życia u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości (badanie pilotażowe)*

	Zakres	M	SD
Liczba szczegółów - Ogólnie	1 - 25	8,28	4,61
Liczba szczegółów - obszary			
Praca zawodowa	0 - 9	2,240	1,440
Miejsce zamieszkania	0 - 7	1,420	1,550
Związek intymny	0 - 4	1,010	0,880
Rodzicielstwo	0 - 7	0,900	1,010
Sposób spędzania wolnego czasu	0 - 5	0,550	1,001
Inne	0 - 4	0,510	0,920
Inne istotne relacje społeczne	0 - 5	0,500	1,050
Życie wewnętrzne i zdrowie	0 - 10	0,490	1,350
Wartości	0 - 4	0,330	0,840
Ukończenie edukacji	0 - 4	0,230	0,650
Rozwój osobisty	0 - 2	0,100	0,360

*Źródło: opracowanie własne.*

*Legenda: WD - wyłaniająca się dorosłość.*

### **7.1.3. Wizja własnego dorosłego życia a natężenie wymiarów rozwoju tożsamości u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości**

Wbrew przewidywaniom, nie zaobserwowano żadnych istotnych statystycznie korelacji pomiędzy natężeniem wymiarów rozwoju tożsamości a rozbudowaniem i

szczegółowością wizji własnego dorosłego życia u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości (tabela 17.). Liczba osób, które wzięły udział w badaniu pilotażowym była zbyt mała, by móc przeprowadzić rzetelne analizy porównujące wizję własnego dorosłego życia u osób o różnych statusach tożsamości, gdyż poszczególne podgrupy miały niewielką liczebność (10-20 osób).

**Tabela 17**

*Natężenie wymiarów rozwoju tożsamości a struktura WWDŻ u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości (badanie pilotażowe)*

Struktura WWDŻ	EW	PZ	EG	IZ	ER
Liczba wyrazów	-0,04	0,08	0,01	0,05	-0,10
Liczba wspomnianych obszarów	-0,06	0,06	0,04	0,03	0,01
Liczba szczegółów	-0,07	0,15	-0,04	0,05	-0,05
Poziom szczegółowości	-0,10	0,17	-0,13	-0,01	-0,10

*Legenda:* EW – eksploracja wszereż, PZ – podejmowanie zobowiązania, EG – eksploracja w głąb, IZ – identyfikacja ze zobowiązaniem, ER – eksploracja ruminacyjna; WWDŻ – wizja własnego dorosłego życia.

#### ***7.1.4. Wizja własnego dorosłego życia a perspektywa czasu u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości***

Istotnym celem niniejszego projektu było przeanalizowanie zależności pomiędzy perspektywą czasową i wizją własnego dorosłego życia. Dane zebrane w badaniu pilotażowym pozwoliły na wstępną weryfikację hipotez dotyczących korelacji pomiędzy perspektywą czasową a rozbudowaniem i szczegółowością WWDŻ u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości (tabela 18.). Wbrew przewidywaniom, nie stwierdzono istotnych korelacji pomiędzy żadnym z wymiarów perspektywy czasu (zarówno w kwestionariuszu ZTPI, jaki i FTPQ) a liczbą obszarów wspomnianych w wizji własnego dorosłego życia. Zaobserwowano natomiast pojedyncze, choć słabe, korelacje z długością wypowiedzi dotyczących WWDŻ i liczbą podawanych w tejże wizji szczegółów. Zależności te były zgodne z postawionymi hipotezami: silniejsze natężenie perspektywy teraźniejszościowej-hedonistycznej negatywnie korelowało zarówno z długością wypowiedzi pisemnych dotyczących WWDŻ, jak i z liczbą szczegółów podanych w tejże wizji oraz jej poziomem szczegółowości. Pozytywne korelacje pomiędzy natężeniem perspektywy przyszłościowej a długością wypowiedzi dotyczącej wizji własnego dorosłego życia, liczbą podawanych w niej



szczegółów i poziomem szczegółowości WWDŻ znajdowały się blisko poziomu istotności statystycznej.

**Tabela 18**

*Perspektywa czasowa a wizja własnego dorosłego życia u osób w okresie wylaniającej się dorosłości (badanie pilotażowe)*

Perspektywa czasu	Liczba wyrazów	Liczba wspomnianych obszarów	Liczba szczegółów	Poziom szczegółowości
Przeszłościowa-pozytywna	0,04	0,01	-0,02	-0,06
Przeszłościowa-negatywna	-0,14	0,03	-0,07	-0,06
Teraźniejszościowa-hedonistyczna	-0,25 *	-0,10	-0,28 **	-0,33 **
Teraźniejszościowa-fatalistyczna	-0,04	-0,07	-0,03	0,09
Przyszłościowa	0,18 †	0,1	0,21 †	0,18 †
Skupienie na sprawach bieżących	-0,01	0,02	0,06	-0,10
Długa perspektywa czasowa	0,06	-0,02	0,04	0,04
Planowanie realizacji celów długich	0,12	0,06	0,11	0,09

† < 0,10. \*p < 0,05. \*\*p < 0,01. \*\*\*p < 0,001.

#### ***7.1.5. Wizja własnego dorosłego życia a wartości życiowe u osób w okresie wylaniającej się dorosłości***

W ramach badania pilotażowego przeanalizowano także zależności pomiędzy przywiązaniem do poszczególnych wartości życiowych a szczegółowością wizji własnego dorosłego życia w odniesieniu do poszczególnych obszarów życia opisywanych w tejże wizji. Wyniki przedstawione w tabeli 19. pokazują, że takich zależności było sporo, ale miały one głównie słabą albo umiarkowaną siłę. Ze względu na niewielką liczebność grupy (kwestionariusz PVQ-RR wypełniło tylko niecałe 50 osób) wskazano tutaj także te korelacje, których poziom istotności oscylował pomiędzy  $\alpha = 0,10$  a  $\alpha = 0,05$ . Można przewidywać, że przy bardziej licznej grupie korelacje te osiągnęłyby przyjęty poziom istotności statystycznej.

**Tabela 19***Wartości życiowe a szczegółowość wizji własnego dorosłego życia u osób w okresie wylaniającej się dorosłości (badanie pilotażowe)*

Wartości życiowe	Liczba szczegółów podawanych w odniesieniu do poszczególnych obszarów życia wspomnianych w wizji własnego dorosłego życia										
	Praca zawodowa	Związek intymny	Rodzicielstwo	Spędzanie czasu wolnego	Miejsce zamieszkania	Wartości	Ukończenie edukacji	Inne relacje społeczne	Życie wewnętrzne i zdrowie	Rozwój osobisty	Inne
Osiągnięcia	0,13	0,02	0,141	0,10	-0,14	0,02	0,21	-0,05	-0,00	0,08	-0,01
Hedonizm	0,03	0,15	0,19	-0,21	-0,21	0,08	-0,04	-0,06	-0,00	-0,04	0,02
Stymulacja	-0,08	0,10	0,19	-0,05	-0,14	0,14	-0,02	-0,17	-0,27 *	-0,37 **	-0,28 *
Kierowanie sobą w działaniu	0,20	0,16	0,36 **	-0,25 †	0,00	0,02	-0,10	-0,22	-0,11	-0,20	-0,36**
Kierowanie sobą w myśleniu	-0,11	0,053	0,06	-0,03	-0,01	-0,10	0,09	-0,08	0,00	-0,13	0,04
Uniwersalizm - Tolerancja	0,05	0,05	-0,08	0,09	-0,31 *	0,07	0,03	0,13	-0,08	0,11	-0,02
Uniwersalizm ekologiczny	0,25 †	0,09	0,00	-0,01	0,02	-0,03	0,05	0,03	-0,05	0,07	0,07
Uniwersalizm - społeczny	0,03	0,20	0,29 *	-0,13	-0,08	-0,00	0,11	-0,21	-0,22	-0,07	-0,08
Życzliwość - troskliwość	0,07	0,24 †	0,24 †	0,10	-0,04	0,12	0,24 †	-0,13	-0,03	0,01	0,03
Życzliwość - niezawodność	0,18	0,25 †	0,22	-0,01	-0,11	0,04	0,19	0,14	-0,14	-0,14	-0,08
Pokora	0,30 *	-0,06	0,03	-0,05	-0,14	0,02	0,19	0,11	0,05	0,16	-0,04
Przystosowanie do ludzi	0,19	-0,06	0,06	-0,07	-0,07	-0,12	0,12	0,11	0,07	0,09	-0,01
Przystosowanie do reguł	-0,08	0,24	0,26 †	-0,08	-0,09	0,23	-0,07	-0,16	0,03	-0,03	-0,22
Tradycja	-0,06	0,16	0,10	-0,28 **	0,01	0,36 **	-0,09	-0,20	-0,04	0,09	0,01
Bezpieczeństwo Społeczne	0,02	0,18	0,40 **	0,05	-0,08	0,01	0,20	-0,11	-0,03	0,07	-0,13
Bezpieczeństwo Osobiste	0,10	0,18	0,14	-0,00	0,12	0,28 *	-0,15	0,02	-0,06	0,13	-0,01
Prestiż	0,23 †	0,09	0,21	-0,17	0,03	0,01	0,04	0,03	0,05	-0,16	0,02
Władza nad zasobami	0,08	0,15	0,29 *	-0,00	-0,13	0,19	0,18	0,02	-0,03	-0,02	0,03
Władza nad ludźmi	0,02	0,14	0,40 **	-0,16	-0,06	0,07	0,15	-0,23 †	-0,02	-0,10	-0,15

† &lt; 0,10 \* p &lt; 0,05 \*\* p &lt; 0,01 \*\*\* p &lt; 0,001

Najsilniejsze korelacje zaobserwowano pomiędzy liczbą szczegółów podawanych w odniesieniu do rodzicielstwa i wysokim wartościowaniem bezpieczeństwa społecznego oraz władzy nad ludźmi. O ile pierwszy z tych wyników jest zgodny z przewidywaniami, to drugi wydaje się dosyć zaskakujący. Relatywnie silnie, na tle pozostałych wyników, były także zależności pomiędzy wysokim wartościowaniem stymulacji a niższą szczegółowością wyobrażeń dotyczących rozwoju osobistego oraz silniejszym przywiązaniem do tradycji a podawaniem większej liczby szczegółów dotyczących znaczenia wartości życiowych w dorosłym życiu. Ze względu na niewielką liczbę osób, które w sposób kompletny wypełniły kwestionariusz PVQ-RR, nie było możliwe porównanie stopnia przywiązania do poszczególnych wartości życiowych w zależności od tego, czy ktoś odwoływał się do danego obszaru życia w swojej wizji własnego dorosłego życia, czy też nie.

#### ***7.1.6. Wizja własnego dorosłego życia a poczucie sensu w życiu u osób w okresie wylaniającej się dorosłości***

Ostatnim z aspektów poddanych analizie w ramach badania pilotażowego były zależności pomiędzy poczuciem sensu w życiu i nastawieniem na jego poszukiwanie w przyszłości a strukturą wizji własnego dorosłego życia u osób w okresie wylaniającej się dorosłości. Uzyskane wyniki (tabela 20.) częściowo potwierdziły stawiane hipotezy. Tworzenie dłuższych, bardziej rozbudowanych i zawierających więcej szczegółów przewidywań na temat własnej przyszłości było pozytywnie skorelowane z wyższym poczuciem sensu w życiu. Należy jednak podkreślić, że korelacje te były słabe a ich istotność oscylowała na granicy przyjętego punktu odcięcia ( $\alpha = 0,05$ ).

**Tabela 20**

*Struktura WWDŹ u osób w okresie wylaniającej się dorosłości a poczucie sensu w życiu (badanie pilotażowe)*

Struktura WWDŹ	MLQ-P	MLQ-S
Liczba wyrazów	0,21 *	0,05
Liczba wspomnianych obszarów	0,20 †	0,11
Liczba szczegółów	0,21 *	0,03
Poziom szczegółowości	0,11	-0,10

†  $< 0,10$  \*  $p < 0,05$

*Legenda:* MLQ-P – aktualne poczucie sensu w życiu; MLQ-S – nastawienie na poszukiwanie sensu w życiu w przyszłości.; WWDŹ – wizja własnego dorosłego życia

## 7.2. Wyniki badania właściwego

Prezentacja wyników zaczyna się od statystyk opisowych badanych zmiennych. Następnie przedstawione zostały rezultaty odnoszące się do poszczególnych problemów badawczych i postawionych hipoteza.

### 7.2.1. Opis zmiennych

W tabeli 21. przedstawione zostały podstawowe statystyki opisowe pochodzące z obu pomiarów: zakres wyników, średnia, odchylenie standardowe, skośność, kurtoza i poziom istotności testu Shapiro-Wilka.

**Tabela 21**

*Statystyki opisowe badanych zmiennych w pomiarze 1*

	Zakres wyników	M	SD	skośność	kurtoza	Shapiro- Wilk
Liczba wyrazów w WWDŻ	2 - 295	27,43	26,82	4,14	33,39	< 0,001
Liczba wspomnianych obszarów	0 - 7	345	1,58	-0,01	-0,44	< 0,001
Łączna liczba szczegółów	0 - 26	5,88	3,88	1,43	3,90	< 0,001
Poziom szczegółowości	0 - 8	1,68	0,95	2,25	10,55	< 0,001
Łatwość przywołania i opisanie WWDŻ	1 - 6	4,24	1,51	-0,58	-0,80	< 0,001
Natężenie pozytywnych emocji towarzyszących WWDŻ	1 - 7	5,11	1,62	-0,75	-0,31	< 0,001
Natężenie negatywnych emocji towarzyszących WWDŻ	1 - 7	2,79	1,64	0,86	-0,16	< 0,001
Poczucie ciągłości towarzyszące WWDŻ	1 - 7	4,93	1,59	-0,69	-0,13	< 0,001
Eksploracja wszerz	7 - 25	20,01	3,44	-1,10	1,65	< 0,001
Podejmowanie zobowiązania	5 - 25	18,64	4,43	-0,68	0,00	< 0,001
Eksploracja w głąb	5 - 25	18,36	3,80	-0,56	0,24	< 0,001
Identyfikacja ze zobowiązaniem	5 - 25	18,33	4,40	-0,67	0,12	< 0,001
Eksploracja Ruminacyjna	5 - 25	15,83	4,84	-0,29	-0,77	< 0,001
Poczucie sensu w życiu	5 - 35	22,78	6,80	-0,43	-0,53	< 0,001
Nastawienie na poszukiwanie sensu w życiu	5 - 35	24,99	5,28	0,67	0,39	< 0,001
Przeszłościowa-Negatywna	11 - 50	32,20	8,64	-0,18	-0,73	< 0,01
Przeszłościowa-Pozytywna	10 - 45	31,32	6,34	-0,69	0,69	< 0,001
Teraźniejszościowa-Fatalistyczna	11 - 42	24,68	6,40	0,38	-0,18	< 0,10
Teraźniejszościowa-Hedonistyczna	29 - 72	50,86	8,50	0,09	-0,46	0,12
Przyszłościowa	20 - 63	46,59	7,89	-0,47	-0,11	< 0,001

Koncentracja na sprawach bieżących	16 - 68	39,72	10,92	0,30	-0,43	< 0,01
Planowanie długoterminowe	12 - 70	48,22	9,85	-0,60	0,36	< 0,001
Realizacja projektów przyszłości	23 - 64	48,59	7,04	-0,59	0,51	< 0,001
Osiągnięcia	5 - 18	14,10	2,56	-0,65	0,08	< 0,001
Hedonizm	4 - 18	14,13	2,62	-0,58	0,30	< 0,001
Stymulacja	3 - 18	11,57	3,27	-0,16	-0,39	< 0,01
Kierowanie sobą w działaniu	5 - 18	14,93	2,68	-1,05	1,11	< 0,001
Kierowanie sobą w myśleniu	5 - 18	14,61	2,76	-1,09	1,37	< 0,001
Uniwersalizm-Tolerancja	6 - 18	14,59	2,81	-0,72	-0,24	< 0,001
Uniwersalizm ekologiczny	3 - 18	12,90	3,43	-0,46	-0,51	< 0,001
Uniwersalizm społeczny	3 - 18	14,14	2,98	0,98	0,99	< 0,001
Życzliwość - troskliwość	6 - 18	15,12	2,53	-1,09	1,24	< 0,001
Życzliwość – niezawodność	7 - 18	15,62	2,48	-1,06	0,60	< 0,001
Pokora	3 - 18	11,75	3,04	-0,21	-0,14	< 0,01
Przystosowanie do ludzi	3 - 18	11,65	3,78	-0,23	-0,69	< 0,001
Przystosowanie do reguł	3 - 18	11,45	3,65	-0,29	-0,70	< 0,001
Tradycja	3 - 18	10,48	3,98	-0,13	-0,86	< 0,001
Bezpieczeństwo społeczne	3 - 18	13,43	3,42	-0,61	-0,28	< 0,001
Bezpieczeństwo osobiste	3 - 18	13,77	2,91	-0,73	0,62	< 0,001
Prestiż	3 - 18	13,73	3,19	-0,76	0,18	< 0,001
Władza nad zasobami	3 - 18	10,92	3,60	0,08	-0,72	< 0,001
Władza nad ludźmi	3 - 18	8,77	4,11	0,31	-1,01	< 0,001

*Źródło: opracowanie własne.*

*Legenda: WWDŹ - wizja własnego dorosłego życia*

W związku z tym, że w przypadku większości zmiennych mierzonych w pomiarze 1. wyniki testu Shapiro-Wilka wskazują na brak zgodności rozkładu wyników z rozkładem normalnym, w analizach wykorzystane zostały testy nieparametryczne. Decyzja taka wynika z faktu, iż są one lepiej dostosowane do danych, których rozkład nie jest zgodny z rozkładem normalnym.

W tabeli 22. przedstawione zostały podstawowe statystyki opisowe pochodzące z obu pomiarów. Także w tym przypadku były to: zakres wyników, średnia, odchylenie standardowe, skośność, kurtoza i poziom istotności testu Shapiro-Wilka.

**Tabela 22***Statystyki opisowe badanych zmiennych w pomiarze 2*

	Zakres wyników	M	SD	skośność	kurtoza	Shapiro- Wilk
Liczba wyrazów w WWDŻ	1 - 157	31,54	27,86	1,84	4,05	< 0,001
Liczba wspomnianych obszarów	0 - 9	3,79	1,79	0,32	0,5	< 0,001
Zmiana liczby wspomnianych obszarów	-5 - 7	0,11	1,93	0,18	0,60	< 0,001
Łączna liczba szczegółów	0 - 31	6,44	4,21	1,68	6,14	< 0,001
Zmiana łącznej liczby szczegółów	-17 - 24	0,11	4,70	.0,54	4,17	< 0,001
Poziom szczegółowości	0 - 5	1,72	0,81	1,58	4,00	< 0,001
Łatwość przywołania i opisanie WWDŻ	1 - 6	4,29	1,32	-0,51	-0,70	< 0,001
Zmiana w łatwości przywołania i opisanie WWDŻ	-3 - 5	0,02	1,46	0,13	0,44	< 0,001
Natężenie pozytywnych emocji towarzyszących WWDŻ	1 - 7	5,22	1,49	-0,95	0,55	< 0,001
Zmiana natężenia pozytywnych emocji towarzyszących WWDŻ	-5 - 6	0,05	1,76	0,00	1,53	< 0,001
Natężenie negatywnych emocji towarzyszących WWDŻ	1 - 7	2,85	1,48	0,95	0,34	< 0,001
Zmiana natężenia negatywnych emocji towarzyszących WWDŻ	-5 - 5	0,22	1,70	-0,20	0,62	< 0,001
Poczucie ciągłości towarzyszące WWDŻ	1 - 7	4,93	1,49	-0,61	-0,26	< 0,001
Zmiana poczucia ciągłości towarzyszące WWDŻ	-4 - 4	-0,06	1,47	-0,17	1,06	< 0,001
Eksploracja wszerek	6 - 25	19,92	3,60	-1,07	1,37	< 0,001
Zmiana natężenia eksploracji wszerek	15 - 11	-0,61	3,87	-0,62	1,77	< 0,001
Podejmowanie zobowiązania	5 - 25	19,19	4,03	-0,92	0,53	< 0,001
Zmiana natężenia podejmowania zobowiązania	-13 - 10	-0,51	3,87	-0,43	0,90	< 0,001
Eksploracja w głąb	5 - 25	18,45	3,68	-0,64	0,46	< 0,001
Zmiana natężenia eksploracji w głąb	-15 - 12	0,23	3,82	-0,21	2,09	< 0,001
Identyfikacja ze zobowiązaniem	5 - 25	17,67	4,46	-0,56	-0,11	< 0,001
Zmiana natężenia identyfikacji ze zobowiązaniem	-14 - 9	-0,84	4,05	-0,50	1,05	< 0,001
Eksploracja Ruminacyjna	5 - 25	14,60	5,02	0,16	-0,80	< 0,01
Zmiana natężenia eksploracji ruminacyjnej	-15 - 15	-1,42	5,18	-0,35	0,53	< 0,001
Poczucie sensu w życiu	5 - 35	23,11	7,04	-0,55	-0,48	< 0,001
Zmiana natężenia poczucia sensu w życiu	-20 - 19	0,09	5,61	-0,32	1,78	< 0,01
Nastawienie na poszukiwanie sensu w życiu	7 - 35	25,38	5,25	-0,56	0,37	< 0,01

Zmiana natężenia nastawienia na poszukiwanie sensu w życiu	-17 - 12	-0,36	4,58	-0,43	1,00	< 0,01
Liczba ważnych wydarzeń życiowych w minionych miesiącach	0 - 5	1,48	1,11	1,12	1,24	< 0,001

*Źródło: opracowanie własne.*

*Legenda: WWDŻ - wizja własnego dorosłego życia.*

Również w przypadku większości zmiennych mierzonych w pomiarze 2. wyniki testu Shapiro-Wilka wskazują na brak zgodności rozkładu wyników z rozkładem normalnym. W związku z tym, także w analizach bazujących na danych z pomiaru 2. wykorzystane zostały testy nieparametryczne. Zastosowano je również do analiz zestawiających ze sobą dane z obu pomiarów.

### **7.2.2. Wizja własnego dorosłego życia u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości<sup>26</sup>**

Badanie wizji własnego dorosłego życia u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości obejmowało trzy aspekty: treść wizji, strukturę wizji i subiektywne ustosunkowanie się jednostki do posiadanej wizji. W pierwszej kolejności analizie poddano treść wizji własnego dorosłego życia u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości – to do jakich obszarów życia odwoływali się uczestnicy w dokonywanych symulacjach własnej przyszłości, który z obszarów był wymieniany jako pierwszy i w jakim stopniu wizja ta miała charakter idylliczny. Następnie przeanalizowano strukturę wizji własnego dorosłego życia u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości – jej rozbudowanie, szczegółowość i zbalansowanie. Ostatnim z analizowanych aspektów był subiektywny stosunek do posiadanej wizji własnego dorosłego życia – poczucie łatwości jej przywołania i opisanie, towarzyszące temu natężenie pozytywnych i negatywnych emocji oraz poczucie ciągłości jakie wizja dawała jednostce pomiędzy terażniejszością a przyszłością.

#### *7.2.2.1. Treść wizji własnego dorosłego życia u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości*

Pierwszym z badanych aspektów było sprawdzenie do jakich obszarów życia odwołują się osoby w okresie wyłaniającej się dorosłości w swojej wizji własnego dorosłego życia. Jak pokazują wyniki przedstawione w tabeli 23. najczęściej wspominają oni o pracy zawodowej. Przewidywania te dotyczą m.in. tego, czy w wieku 35 lat osobie uda się mieć stałą pracę zarobkową, w jakim zawodzie będzie to praca, jaki będzie jej charakter (np.

<sup>26</sup> W analizie treści i struktury wizji własnego dorosłego życia oraz subiektywnego ustosunkowania się do niej wykorzystano dane pochodzące z pomiaru 1. (N = 299).

umowa o pracę albo własna działalność gospodarcza) i czy będzie ona satysfakcjonująca (poczucie spełnienia, dobre wynagrodzenie).

Drugim z najczęściej wspominanych obszarów życia jest tworzenie związków intymnych. W pierwszej kolejności wypowiedzi te dotyczą przewidywań na temat tego, czy będzie się miało w przyszłości partnera (niektórzy przewidują, że do tego momentu nie uda im się stworzyć trwałego związku) a jeśli tak, to jaki będzie charakter tego związku (sformalizowany/ niesformalizowany), kim będzie ta osoba (np. obecny narzeczony) i jaki będzie ten związek (np. partnerski, szczęśliwy).

Kolejnym z obszarów życia, do którego dosyć często odwołują się osoby w okresie wyłaniającej się dorosłości, opisując swoje przewidywane życie w wieku 35 lat jest miejsce przyszłego zamieszkania. Wspomina o tym nieco ponad połowa uczestników. Te wypowiedzi dotyczą zarówno miejsca zamieszkania (w Polsce lub zagranicą, w aktualnym miejscu zamieszkania lub gdzieś indziej, w mieście lub poza miastem) a także przewidywanych warunków lokalowych (zamieszkiwanie w domu lub w mieszkaniu) i kwestii własności lokalu (mieszkanie/ dom własnościowe lub wynajmowane, wykupione lub na kredyt). Sporadycznie uczestnicy odwołują się także do innych kwestii związanych z warunkami zamieszkania (np. posiadanie ogrodu, zamieszkiwanie blisko innych członków rodziny).

Nieco poniżej połowy osób w okresie wyłaniającej się dorosłości odwołuje się do kwestii posiadania dzieci. W pierwszej kolejności odnoszą się oni do tego, czy przewidują mieć dzieci, czy też nie. Ci którzy przewidują, że w wieku 35 lat będą już rodzicami, czasem podają także przewidywaną liczbę posiadanych dzieci oraz ich płeć. Sporadycznie wspomniane są też jakieś cechy charakteryzujące antycypowane potomstwo.

Pozostałe obszary życia są wspomniane przez znacznie mniejszy odsetek uczestników. Niemal co czwarty z nich odnosi się do swoich przewidywań na temat form spędzania wolnego czasu – wyjazdów wakacyjnych, realizowania swoich pasji (tudzież rozwijania nowych) czy też sposobu odpoczyniania. Trochę mniej niż co piąta osoba opisuje swoje przewidywania dotyczące rodziny „w ogóle” (bez doprecyzowania czy chodzi o kwestię bycia w związku intymnym, czy posiadania dzieci). W tym przypadku wypowiedzi ograniczają się zazwyczaj do przewidywania, że będzie się miało rodzinę. Nieco ponad 10% osób w okresie wyłaniającej się dorosłości odnosi się w swoich przewidywaniach na temat. własnej przyszłości do kwestii ukończenia edukacji (zazwyczaj chodziło o konkretny kierunek studiów). Podobny odsetek uczestników odnosi się w swoich przewidywaniach do kwestii dotyczących życia wewnętrznego i rozwoju osobistego (niezwiązanego z pracą zawodową).



Uczestnicy przewidują osiągnięcie dojrzałości osobowej lub duchowej, zdobycie nowych kompetencji (np. nauka języka), przepracowanie różnych trudności w ramach psychoterapii lub, przeciwnie, doświadczanie własnych ograniczeń i konsekwencji nierozwiązanych problemów. Do innych relacji społecznych (rodzina generacyjna, przyjaciele, znajomi) odwołuje się niewielka część osób w okresie wyłaniającej się dorosłości. Przewidywania te dotyczą zazwyczaj podtrzymywania kontaktu z rodzicami i rodzeństwem i dbania o relacje przyjacielskie.

**Tabela 23**

*Treść wizji własnego dorosłego życia u kobiet i mężczyzn w okresie wyłaniającej się dorosłości*

	Ogólnie		Kobiety		Mężczyźni		$\chi^2$	p		
	N	%	N	%	Pozycja w WWDŻ	N			%	Pozycja w WWDŻ
Praca zawodowa	262	87,6	147	90,7	I	115	83,9	I	3,165	0,075
Związek intymny	180	60,2	110	67,9	II	70	51,1	II	8,751	0,003
Miejsce zamieszkania	153	51,2	90	55,6	IV	63	46,0	III	2,721	0,099
Rodzicielstwo	138	46,2	92	56,8	III	46	33,6	IV	16,095	< 0,001
Sposób spędzania czasu wolnego czasu	71	23,8	33	20,4	VII	38	27,7	V	2,225	0,136
Inne	71	23,8	34	21,0	V	37	27,0	VI	1,485	0,233
Rodzina	53	17,7	34	21,0	V	19	13,9	VII	2,580	0,108
Ukończenie edukacji	34	11,4	23	14,2	VIII	11	8,0	VIII	2,802	0,094
Życie wewnętrzne i rozwój osobisty	33	11,0	22	13,6	IX	11	8,0	VIII	2,329	0,127
Inne istotne relacje	25	8,4	17	10,5	X	8	5,8	X	2,099	0,147
Wartości	14	4,7	6	3,7	XI	8	5,8	X	0,759	0,384

*Źródło: opracowanie własne.*

*Legenda: WD - wyłaniająca się dorosłość; WWDŻ - wizja własnego dorosłego życia.*

Najrzadziej pojawiającym się w tych przewidywaniach obszarem są kwestie dotyczące wartości. Wypowiedzi te dotyczą połączenia między przewidywanym kształtem życia a ważnymi dla jednostki wartościami (np. religia, troska o środowisko naturalne,

odpowiedzialność społeczna). Pewna część osób wspomina też o kwestiach, które nie zostały przypisane do żadnego z powyższych obszarów. Są to m.in. przewidywania dotyczące sytuacji materialnej (np. duży majątek lub trudna sytuacja finansowa, luksusowe przedmioty) czy też posiadania zwierząt.

Analizie poddano także to, który z obszarów życia jest wspomniany jako pierwszy (tabela 24.). Najczęściej jest to praca zawodowa. Niemal 1/5 osób w pierwszej kolejności opisuje przewidywania dotyczące tworzenia związku intymnego. Po kilka procent osób w okresie wylaniającej się dorosłości rozpoczynało opis wizji własnego dorosłego życia od przewidywań dotyczących miejsca zamieszkania, ukończenia edukacji, rodzicielstwa, życia rodzinnego lub innych obszarów życia. Pozostałe obszary wspomniane były jako pierwsze przez pojedyncze osoby.

**Tabela 24**

*Obszar życia wspomniany jako pierwszy w wizji własnego dorosłego życia u osób w okresie wylaniającej się dorosłości*

Obszar życia	N	%
Praca zawodowa	142	47,5
Bliskie związki	59	19,7
Miejsce zamieszkania	23	7,7
Ukończenie edukacji	20	6,7
Inne	17	5,7
Rodzicielstwo	12	4,0
Rodzina	11	3,7
Życie wewnętrzne/ rozwój osobisty	4	1,3
Sposób spędzania wolnego czasu	1	0,3
Wartości	1	0,3
Inne istotne relacje społeczne	1	0,3
brak/ n.d.	8	2,7

*Źródło:* opracowanie własne.

Opisane przez uczestników przewidywania na temat swojego przyszłego życia zawierają też czasem (dotyczy to 12,1% osób) wyrażone wątpliwości. Dotyczą one trudności w przewidzeniu, jak to życie będzie wyglądało lub czasem nawet konkretnym stwierdzeniu, że nie jest to możliwe. Ci uczestnicy wspominają o poczuciu niepewności co do tego, jak będzie wyglądało ich dorosłe życie. Podobnie jak w badaniu pilotażowym, także w badaniu

właściwym (pomiar 1.), część osób (19,5%) odnosi się w opisie wizji własnego dorosłego życia raczej do swoich pragnień i marzeń niż do przewidywań.

Ostatnim z analizowanych aspektów dotyczących treści wizji własnego dorosłego życia był stopień jej idylliczności, czyli opisanie wyobrażenia życia, jakiego pragnęłoby większość osób oraz brak negatywnego zabarwienia emocjonalnego tych wyobrażeń. Wizja własnego życia w wieku 35 lat spełnia oba te kryteria w przypadku 34,3% badanych osób. U ponad połowy (57,2%) obecny jest tylko jeden ze wspomnianych aspektów idylliczności, natomiast 8,4% wypowiedzi nie zawiera żadnego z nich. Wskazuje to, że przewidywania na temat własnej przyszłości u większości badanych osób w okresie wyłaniającej się dorosłości są raczej optymistyczne.

#### *7.2.2.2. Struktura wizji własnego dorosłego życia u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości*

Analizie poddano także strukturę wizji własnego dorosłego życia u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości w odniesieniu do rozbudowania, szczegółowości i stopnia zbalansowania tejże wizji. Opisy wizji własnego dorosłego życia sformułowane przez uczestników nie są zbyt długie – przeciętnie składają się z 27,43 słów ( $SD = 26,82$ ). Najkrótsze wypowiedzi mają raptem po kilka słów, najdłuższe zaś niemal trzysta (dokładnie 295).

Osoby w okresie wyłaniającej się dorosłości odwołują się w swojej wizji własnego dorosłego życia najczęściej do trzech (24,1%) lub czterech (21,7%) obszarów życia ( $M = 3,45$ ;  $SD = 1,59$ ). Wśród uczestników badania dominują (45,8%) ci, których wizja ma umiarkowanie rozbudowany charakter (odwołanie do 3-4 obszarów życia). Wizję bardzo rozbudowaną (odwołanie do 5 i więcej obszarów życia) ma 26,8% osób w okresie wyłaniającej się dorosłości, wizję mało rozbudowaną (odwołanie do 1-2 obszarów życia) 24,7%, natomiast wizję szczątkową (brak odwołania do jakiegokolwiek obszaru życia) 2,7%.

Wizje własnego dorosłego życia opisywane przez uczestników badania charakteryzują się dużym zróżnicowaniem pod względem szczegółowości, zawierając od 0 do 26 szczegółów ( $M = 5,88$ ;  $SD = 3,88$ ). Najwięcej szczegółów osoby w okresie wyłaniającej się dorosłości opisują przy okazji przewidywań dotyczących przyszłej pracy zawodowej i miejsca zamieszkania. Najmniej zaś w odniesieniu do wartości życiowych, życia rodzinnego i innych istotnych relacji społecznych. Szczegółowe informacje dotyczące liczby szczegółów w odniesieniu do każdego z obszarów życia analizowanych w WWDŻ znajdują się w tabeli 25. Przeciętny poziom szczegółowości wynosi 1,68 ( $SD = 0,95$ ). Wśród uczestników dominują

(46,5%) ci, których wizja własnego dorosłego życia jest umiarkowanie szczegółowa (poziom szczegółowości [PS] w przedziale 1,26 – 2,00). Niemal dokładnie ¼ uczestników (25,8%) posiada wizję mało szczegółową (PS w przedziale 0,76 – 1,25). Wizję ogólnikową (PS < 0,75) posiada 7,0% uczestników. Podobny odsetek osób (7,7%) ma wizję bardzo szczegółową (PS > 2,75), natomiast 13,0% osób posiada szczegółową (PS w przedziale 2,01 – 2,75) wizję własnego dorosłego życia. Podsumowując tę część wyników, można stwierdzić, że osoby w okresie wylaniającej się dorosłości nie formułują zbyt szczegółowych przewidywań na temat swojego przyszłego dorosłego życia. Niewielu z nich posiada szczegółową wizję własnej przeszłości, zazwyczaj jest ona dosyć powierzchowna.

**Tabela 25**

*Liczba szczegółów w odniesieniu do poszczególnych obszarów życia opisywanych w wizji własnego dorosłego życia u osób w okresie wylaniającej się dorosłości*

	Zakres	M	SD
Liczba szczegółów - Ogólnie	0 - 26	5,88	3,88
Liczba szczegółów - obszary			
Praca zawodowa	0 - 9	1,78	1,44
Miejsce zamieszkania	0 - 6	1,15	1,35
Związek intymny	0 - 4	0,74	0,75
Rodzicielstwo	0 - 5	0,61	0,76
sposób spędzania wolnego czasu	0 - 11	0,50	1,19
Inne	0 - 7	0,41	1,01
Ukończenie edukacji	0 - 5	0,18	0,60
Życie wewnętrzne/ rozwój osobisty	0 - 4	0,16	0,54
Inne istotne relacje społeczne	0 - 4	0,15	0,56
Rodzina	0 - 2	0,12	0,34
Wartości	0 - 4	0,08	0,42

*Źródło: opracowanie własne.*

Ostatnim z analizowanych aspektów struktury wizji własnego dorosłego życia u osób w okresie wylaniającej się dorosłości było jej zbalansowanie. Ponad 2/3 osób (68,9%) posiada wizję zbalansowaną – żaden z obszarów życia nie dominuje w wyraźny sposób. Nieco ponad 1/5 uczestników (20,6%) posiada wizję wyraźnie zdominowaną przez jeden obszar życia – najczęściej jest to praca zawodowa. Wizję zdominowaną przez dwa obszary życia posiada 10,5% uczestników badania – w większości przypadków jest to wizja zdominowana przez

odniesienia do pracy zawodowej i jeszcze jakiegoś obszaru życia (np. miejsca zamieszkania albo bliskich związków intymnych).

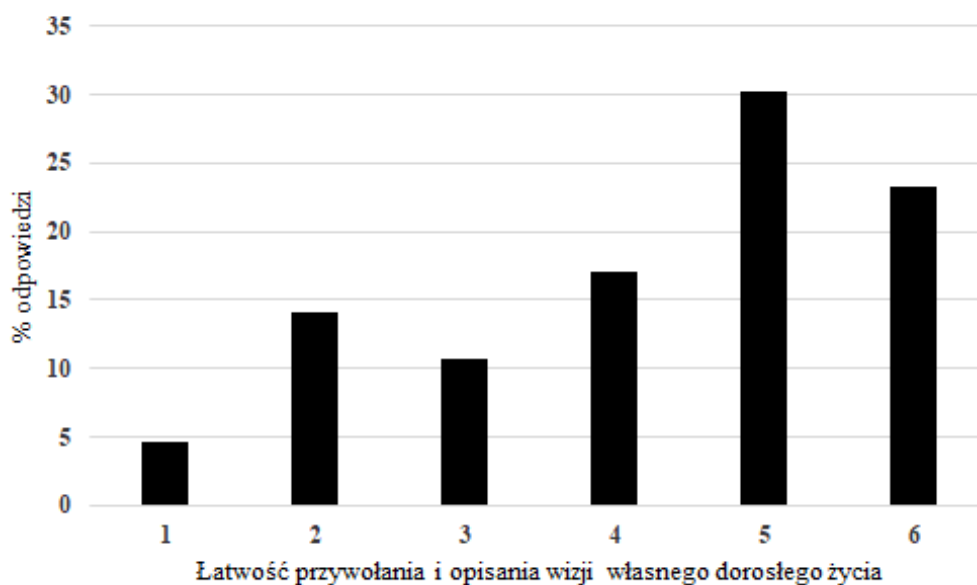
Podsumowując, osoby w okresie wylaniającej się dorosłości charakteryzują się przeważnie umiarkowanie rozbudowaną i mało szczegółową wizją własnego dorosłego życia. W przeważającej liczbie przypadków te symulacje własnej przyszłości odnoszą się w sposób zrównoważony do kilku obszarów życia, choć u 1/3 uczestników są one zdominowane przez jeden lub dwa obszary, którym osoba poświęca nieproporcjonalnie więcej uwagi, opisując dany aspekt w sposób bardziej szczegółowy.

#### *7.2.2.3.. Subiektywny stosunek do posiadanej wizji własnego dorosłego życia u osób w okresie wylaniającej się dorosłości*

W niniejszym badaniu analizie poddano także subiektywny stosunek osób w okresie wylaniającej się dorosłości do posiadanej przez nich wizji własnego dorosłego życia. Obejmował on: poczucie łatwości w zakresie opisanie i przywołania wizji własnego dorosłego życia, towarzyszące tejże wizji natężenie pozytywnych i negatywnych emocji oraz związane z tą wizją poczucie ciągłości pomiędzy terażniejszością a przyszłością.

### **Wykres 1**

*Łatwość przywołania i opisanie wizji własnego dorosłego życia u osób w okresie wylaniającej się dorosłości*



*Legenda:* Cyfry podane na osi poziomej odnoszą się do deklarowanego poziomu łatwości przywołania i opisanie wizji własnego dorosłego życia (od 1[„bardzo trudne”] do 7 [„bardzo łatwe”]).

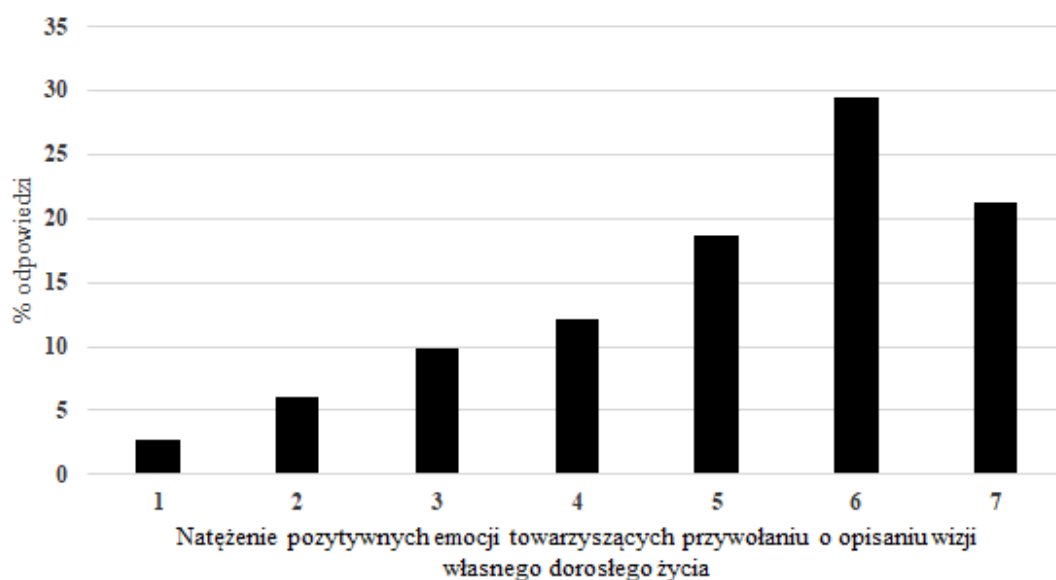
*Źródło:* opracowanie własne.

Przeważająca część uczestników ocenia, że przywołanie i opisanie wizji własnego dorosłego życia jest dla nich łatwe lub bardzo łatwe. Na 6-stopniowej skali odpowiedzi „5” i „6” wybrało łącznie 53,4% osób. Przeciętny poziom łatwości przywołania i opisanie WWDŻ wynosi 4,24 ( $SD = 1,51$ ). Szczegółowy rozkład wyników został przedstawiony na wykresie 1.

Uczestnicy zostali także poproszeni o ocenienie jak silne pozytywne emocje towarzyszyły im podczas przywoływania i opisanie wizji ich własnego dorosłego życia. Jak widać na wykresie 2., większości osób towarzyszy przy tym silne natężenie pozytywnych emocji. Odpowiedzi „6” i „7” w 7-stopniowej skali wskazało łącznie 50,7% osób. Przeciętne natężenie pozytywnych emocji towarzyszących przywoływaniu i opisywaniu wizji własnego dorosłego życia wynosi 5,11 ( $SD = 1,62$ ).

## Wykres 2

*Natężenie pozytywnych emocji towarzyszących wizji własnego dorosłego życia u osób w okresie wylaniającej się dorosłości*



*Legenda:* Cyfry podane na osi poziomej odnoszą się do deklarowanego poziomu natężenia pozytywnych emocji towarzyszących przywołaniu i opisanie wizji własnego dorosłego życia (od 1 [„wcale”] do 7 [„bardzo mocno”]).

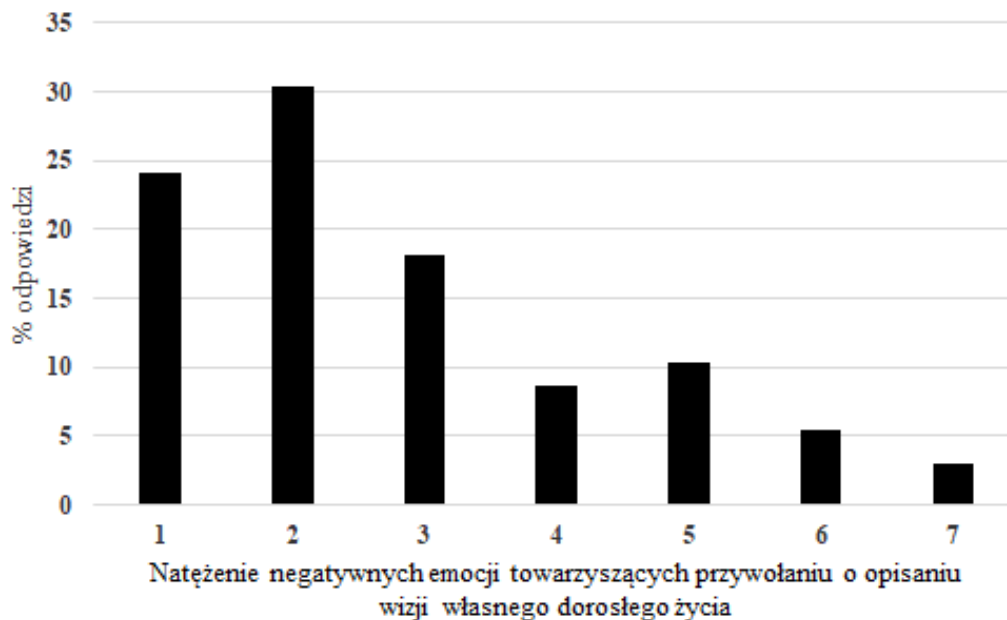
*Źródło:* opracowanie własne.

Analogicznie, uczestnicy mieli za zadanie ocenić także natężenie negatywnych emocji towarzyszących im podczas przywoływania i opisanie wizji ich własnego dorosłego życia. Dane przedstawione na wykresie 3. pokazują, że w przypadku większości osób (54,5%) natężenie to jest niskie lub bardzo niskie (odpowiedzi „1” i „2” na 7-stopniowej skali).

Rozkład tych wyników jest niemal lustrzanym odbiciem rezultatów dotyczących natężenia pozytywnych emocji ( $\rho = -0,57$ ;  $p < 0,001$ ).

### Wykres 3.

*Natężenie negatywnych emocji towarzyszących wizji własnego dorosłego życia u osób w okresie wylaniającej się dorosłości*



*Legenda:* Cyfry podane na osi poziomej odnoszą się do deklarowanego poziomu natężenia negatywnych emocji towarzyszących przywołaniu i opisaniu wizji własnego dorosłego życia (od 1 [„wcale”] do 7 [„bardzo mocno”]).

*Źródło:* opracowanie własne.

Zestawiając ze sobą dane dotyczące natężenia obu rodzajów emocji towarzyszących przywołaniu i opisaniu WWDŻ, wyróżniono siedem sposobów emocjonalnego ustosunkowania się do niej: pozytywny, umiarkowanie pozytywny, negatywny, umiarkowanie negatywny, silnie ambiwalentny, umiarkowanie ambiwalentny i neutralny. Przeważająca część uczestników ma silnie (47,3%) lub umiarkowanie (12,8%) pozytywny stosunek do sformułowanej przez siebie wizji własnego dorosłego życia. Znaczna część osób w okresie wylaniającej się dorosłości doświadcza jednakże pewnej ambiwalencji w związku z wizją własnego dorosłego życia – w przypadku 27,0% z nich ambiwalencja ta jest umiarkowana a u 2,0% silna. Niewielka liczba uczestników badania ma silnie negatywny (4,1%) lub umiarkowanie negatywny (4,7%) stosunek do posiadanej wizji własnego dorosłego życia. Kilka osób (2,0%) wydaje się mieć neutralny i zupełnie niezaangażowany emocjonalnie stosunek do wizji własnego dorosłego życia, nie odczuwając w związku z nią

ani pozytywnych, ani negatywnych emocji. Jakościowa analiza zebranego materiału pokazuje, że osoby posiadające negatywne ustosunkowanie emocjonalne do swojej WWDŻ często mają dosyć pesymistyczne przewidywania na temat własnej przyszłości i wyrażają liczne wątpliwości co do możliwości przewidzenia tego, jak będzie wyglądało ich życie. Poniżej przytoczono kilka przykładów takich wypowiedzi:

*„Zakładając, że w ogóle dożyje 35 lat, co wydaje mi się mało prawdopodobne, to myślę, że moje życie będzie pasmem niepowodzeń, a skończę pracując w zawodzie/pracy która mi nie odpowiada ani nie daje godnych środków do życia.”*

(M003, mężczyzna, 18 lat, silnie negatywny stosunek emocjonalny do posiadanej WWDŻ)

*„Kompletnie nie widzę swojej przyszłości, nie mam konkretnego planu na siebie, tak samo z maturą. Ciężko mi także wyobrazić sobie stały związek i rodzinę.”*

(K040, kobieta, 18 lat, silnie negatywny stosunek emocjonalny do posiadanej WWDŻ)

*„Będę miała stałą, słabo płatną pracę, jedno dziecko, brak czasu wolnego i będę mieszkała z moim partnerem ale prawie niw będziemy się widywać bo jego ciągle nie będzie w domu.”*

(K017, kobieta, 18 lat, silnie negatywny stosunek emocjonalny do posiadanej WWDŻ)

Natomiast wizja własnego dorosłego życia, która wiąże się z posiadaniem pozytywnego ustosunkowania emocjonalnego do niej znacznie częściej charakteryzuje się opisywaniem optymistycznych scenariuszy życia, zakładających pozytywną realizację ważnych dla jednostki celów:

*„w wieku 35 lat prawdopodobnie już będę ustatkowany. Dzięki dobrze poprowadzonej karierze zawodowej będę mógł sobie pozwolić na zamieszkanie na wsi/obrzeżach miasta. Rozważanie o przyszłości napawa mnie optymizmem i motywuje, aby teraz trzymać się obranych celów związanych z nauką.”*

(M065, mężczyzna, 18 lat, silnie pozytywny stosunek emocjonalny do posiadanej WWDŻ)

*„Wyobrażam sobie, że będę robić to co mi się marzy. Będę stewardessą w jakiejś lepszej europejskiej linii lotniczej, np. British Airways, KLM, Lot albo Lufthansa. Będę podróżowała po świecie, poznawała nowe kultury, zawiązywała relacje z*



*ludźmi różnych narodowości, posługiwała się biegle przynajmniej trzema językami. Będę robiła to co kocham i kochała to co robię. Mam nadzieję, że będę mogła zabierać jeszcze swoją rodzinę w jakiejś piękne miejsca na wczasy. Widzę to bardzo pozytywnie i mój plan jest na szczęście w moich oczach zupełnie możliwy do zrealizowania.”*

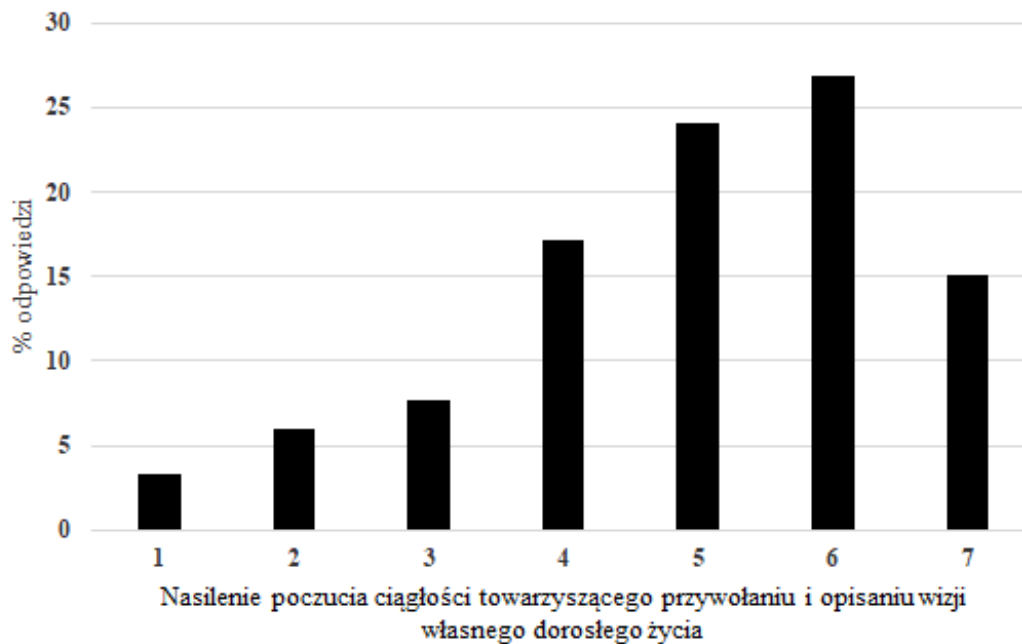
(K016, 18 lat, silnie pozytywny stosunek emocjonalny do posiadanej WWDŹ)

*„Będę pracował w dziale IT - na wyższym stanowisku menedżerskim, być może własna firma lub zostanę ekspertem od cyberbezpieczeństwa, praca za 10 lat może wyglądać zupełnie inaczej na skutek przejścia wielu prac przez roboty i automatyzację zadań wykonywanych przez obecne programy - myślę że moja rola polegałaby bardziej na doradztwie i wyborze zadań. W takiej sytuacji nie musiałbym martwić się zbytnio o stan finansowy mojej rodziny. Obstawiam, że będę miał żonę i co najmniej 2 dzieci. Ja i żona o w miarę konserwatywnych poglądach - trudno powiedzieć czy mniej czy bardziej niż teraz. Myślę, że posiadalibyśmy własne nowoczesne (zautomatyzowane przynajmniej w części - inteligentny dom, ale też z dbaniem o zapewnienie elementów natury) mieszkanie lub dom jednorodzinny.”*

(M139, mężczyzna, 23 lata, silnie pozytywny stosunek emocjonalny do posiadanej WWDŹ).

#### Wykres 4

*Poczucie ciągłości między terażniejszością a przyszłością towarzyszące wizji własnego dorosłego życia u osób w okresie wylaniającej się dorosłości*



*Legenda:* Cyfry podane na osi poziomej odnoszą się do deklarowanego poziomu natężenia poczucia ciągłości towarzyszącego przywołaniu i opisaniu wizji własnego dorosłego życia (od 1 [„wcale”] do 7 [„wyjątkowo mocno”]).

*Źródło:* opracowanie własne.

Ostatnim z analizowanych aspektów subiektywnego ustosunkowania się do posiadanej wizji własnego dorosłego życia było towarzyszące tej wizji poczucie ciągłości pomiędzy terażniejszością a przyszłością. Jak widać na wykresie 4., większości osób w związku z posiadaną przez nich wizją własnego dorosłego życia towarzyszy umiarkowane lub raczej silne poczucie ciągłości pomiędzy terażniejszością a przyszłością.

Podsumowując, można stwierdzić, że przywołanie i opisanie wizji własnego dorosłego życia jest dla osób w okresie wylaniającej się dorosłości zadaniem raczej łatwym i towarzyszy temu na ogół umiarkowane lub silne natężenie pozytywnych emocji i słabe natężenie emocji negatywnych. Przywołanie i opisanie WWDŻ dostarcza także większości uczestników co najmniej umiarkowanie silnego poczucia ciągłości między terażniejszością a przyszłością.

#### 7.2.2.4. Wzajemne zależności pomiędzy różnymi aspektami wizji własnego dorosłego życia u osób w okresie wylaniającej się dorosłości

Analizie poddano także wzajemne zależności pomiędzy różnymi aspektami wizji własnego dorosłego życia. Uwzględniono tutaj jej strukturę oraz subiektywne ustosunkowanie się do posiadanej wizji. Jak widać w tabeli 26., poszczególne aspekty struktury WWDŻ są dosyć silnie ze sobą powiązane. Nie jest zaskakujące, że dłuższe wypowiedzi zawierają w sobie więcej szczegółów oraz odwołań do większej liczby obszarów. Okazało się także, że odwoływanie się do większej liczby obszarów życia jest silnie powiązane z podawaniem większej liczby szczegółów.

**Tabela 26**

*Wzajemne zależności pomiędzy różnymi aspektami wizji własnego dorosłego życia u osób w okresie wylaniającej się dorosłości*

Poszczególne aspekty WWDŻ	1	2	3	4	5	6	7
1. Liczba wyrazów	-						
2. Liczba wspomnianych obszarów	0,57***						
3. Liczba szczegółów	0,73***	0,78***					
4. Poziom szczegółowości	0,51***	0,18**	0,71***				
5. Łatwość przywołania i opisanie WWDŻ	-0,09	0,11	0,07	0,03			
6. Natężenie pozytywnych emocji towarzyszących WWDŻ	0,01	0,14*	0,17**	0,14*	0,59***		
7. Natężenie negatywnych emocji towarzyszących WWDŻ	-0,04	-0,22***	-0,20***	-0,11	-0,47***	-0,57***	
8. Poczucie ciągłości towarzyszące WWDŻ	0,18**	0,16**	0,23***	0,21***	0,33***	0,37***	-0,25***

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

Legenda: WWDŻ - wizja własnego dorosłego życia.

Również poszczególne aspekty związane z subiektywnym ustosunkowaniem się do posiadanej wizji własnego dorosłego życia istotnie korelują ze sobą. W tym przypadku są to na ogół korelacje o umiarkowanej sile. Osoby, dla których przywołanie i opisanie WWDŻ

jest dosyć łatwe doświadczają jednocześnie silniejszego poczucia ciągłości związanego z posiadaną wizją, silniejszego natężenia pozytywnych emocji towarzyszących tejże wizji i słabszego natężenia emocji negatywnych. Nie zaskakuje na pewno fakt, że wyższe natężenie pozytywnych emocji towarzyszących WWDŹ negatywnie koreluje z natężeniem emocji negatywnych. Osoby doświadczające silniejszych pozytywnych emocji w związku z wizją własnej przyszłości doświadczają też silniejszego poczucia ciągłości między przyszłością a teraźniejszością, jakie daje im ta wizja. W przypadku natężenia negatywnych emocji kierunek zależności jest odwrotny.

Jak pokazują dane przedstawione w tabeli 27., emocjonalne ustosunkowanie się do posiadanej wizji własnego dorosłego życia powiązane jest z jej idyllicznością. Negatywny lub ambiwalentny stosunek emocjonalny do posiadanej wizji własnego dorosłego życia jest częstszy u osób, u których w wizji tej obecne są wątpliwości, negatywne emocje i opis życia, które raczej nie byłoby czymś pożądanym przez większość osób (np. problemów ze znalezieniem pracy, doświadczanie samotności, brak czasu na hobby itp.). Natomiast pozytywne ustosunkowanie emocjonalne do posiadanej WWDŹ częściej towarzyszy osobom, które w swojej wizji własnego dorosłego życia nie wspominają o negatywnych emocjach i opisują życie, jakie wydaje się pożądane przez większość społeczeństwa.

Przeprowadzone analizy pokazują także, iż zależności pomiędzy strukturą wizji własnego dorosłego życia a subiektywnym ustosunkowaniem się do niej są u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości raczej słabe. Posiadanie bardziej rozbudowanej i bardziej szczegółowej wizji jest powiązane z doświadczaniem silniejszego poczucia ciągłości towarzyszącego tejże wizji. Podobnie jest w przypadku silniejszego natężenia pozytywnych emocji towarzyszących WWDŹ – jest ono pozytywnie, choć bardzo słabo, skorelowane z odwoływaniem się do większej liczby obszarów życia, podawaniem większej liczby szczegółów i wyższym poziomem szczegółowości. W przypadku natężenia negatywnych emocji związanych z wizją własnego dorosłego życia zależności te mają odwrotny kierunek. Zwraca uwagę fakt, że silniejszemu poczuciu łatwości przywołania i opisanía wizji własnego dorosłego życia nie towarzyszy posiadanie bardziej rozbudowanej i szczegółowej wizji własnego dorosłego życia.

**Tabela 27.***Idylliczność wizji własnego dorosłego życia a emocjonalne ustosunkowanie się do niej*

idylliczność	Emocjonalne ustosunkowanie się do posiadanej WWDŻ						$\chi^2$	<i>p</i>
	silnie negatywne	umiarkowanie negatywne	umiarkowanie ambivalentne	silnie ambivalentne	umiarkowanie pozytywne	silnie pozytywne		
	%							
1	28,0	20,0	32,0	0,0	4,0	12,0	62,267	< 0,001
2	3,0	3,6	32,3	3,0	15,0	41,3	12,227	0,057
3	0,0	2,0	17,7	1,0	11,8	65,7	26,009	< 0,001

*Legenda: WWDŻ - wizja własnego dorosłego życia.**Źródło: opracowanie własne.*

### **7.2.3. Wizja własnego dorosłego życia u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości a wybrane czynniki podmiotowe i pozapodmiotowe**

#### *7.2.3.1. Porównanie wizji własnego dorosłego życia u kobiet i mężczyzn w okresie wyłaniającej się dorosłości*

Kolejnym etapem analiz (odnoszącym się do hipotezy 1.1.) było porównanie wizji własnego dorosłego życia u kobiet i mężczyzn w okresie wyłaniającej się dorosłości. Kobiety częściej w porównaniu do mężczyzn odwołują się w swojej wizji do obszaru związanego z tworzeniem bliskiego związku intymnego. Częściej w ich wizji własnego dorosłego życia pojawiają się także odniesienia do rodzicielstwa. Wbrew przewidywaniom, do pracy zawodowej odwoływał się podobny odsetek kobiet i mężczyzn i obszar ten wcale nie był częściej reprezentowany w WWDŹ formułowanej przez mężczyzn. Szczegółowe informacje dotyczące treści wizji własnego dorosłego życia u kobiet i mężczyzn w okresie wyłaniającej się dorosłości znajdują się w tabeli 23.

W toku dalszych analiz zaobserwowano także istotne statystycznie różnice pod względem tego, który z obszarów życia jest wspominany przez kobiety i mężczyzn jako pierwszy. Kobiety częściej rozpoczynają opis swojego przewidywanego życia w wieku 35 lat od kwestii związanych z tworzeniem bliskiego związku intymnego (25,9% vs 12,4%;  $\chi^2(1, 299) = 8,563$ ;  $p < 0,01$ ), natomiast mężczyźni częściej w pierwszej kolejności wspominają o pracy zawodowej (55,5% vs 40,7%;  $\chi^2(1, 299) = 6,462$ ;  $p < 0,05$ ) lub innych obszarach życia (8,8% vs 3,1%;  $\chi^2(1, 299) = 4,454$ ;  $p < 0,05$ ; najczęściej dotyczy to stanu posiadania).

Kobiety i mężczyźni w okresie wyłaniającej się dorosłości różnią się także w niektórych aspektach struktury wizji własnego dorosłego życia. Kobiety odwołują się przeciętnie do większej liczby obszarów ( $M_k = 3,74$ ;  $SD_k = 1,50$  vs  $M_m = 3,10$ ;  $SD_m = 1,60$ ;  $U = 8499,00$ ;  $p < 0,001$ ; siła efektu: 0,23)<sup>27</sup>. Częściej (35,2% vs 20,4%;  $\chi^2(1, 299) = 7,727$ ;  $p < 0,01$ ) mają bardzo rozbudowaną wizję własnego dorosłego życia i rzadziej wizję mało rozbudowaną (18,5% vs 32,9%;  $\chi^2(1, 299) = 8,333$ ;  $p < 0,01$ ). Wizja formułowana przez kobiety częściej jest zbalansowana (75,6% vs 61,0%;  $\chi^2(1, 299) = 7,311$ ;  $p < 0,01$ ), natomiast wśród mężczyzn częściej pojawia się wizja zdominowana przez jeden obszar życia (15,0% vs

---

<sup>27</sup> Choć test Manna-Whitney'a bazuje na medianie, a nie na średniej, to dla większej czytelności prezentowanych danych, podjęto decyzję o podawaniu średniej i odchylenia standardowego, nie zaś mediany. Zasadę tę przyjęto w odniesieniu do wszystkich kolejnych miejsc, w których opisywano wyniki bazujące na tym teście statystycznym.

27,2%;  $\chi^2(1, 299) = 6,694$ ;  $p < 0,05$ ) – zazwyczaj jest to praca zawodowa. Choć mężczyźni i kobiety nie różnią się pod względem ogólnej liczby szczegółów opisanych w wizji własnego dorosłego życia, to zaobserwowano, że mężczyźni nieco częściej mają bardzo szczegółową wizję własnego dorosłego życia (4,3% vs 11,7%;  $\chi^2(1, 299) = 5,659$ ;  $p < 0,05$ ). Z kolei kobiety podają więcej szczegółów w odniesieniu do przewidywań na temat rodzicielstwa ( $M_k = 0,75$ ;  $SD_k = 0,78$  vs  $M_m = 0,45$ ;  $SD_m = 0,71$ ;  $U = 8475,00$ ;  $p < 0,001$ ; siła efektu: 0,24).

Nie zaobserwowano istotnych statystycznie różnic pomiędzy kobietami i mężczyznami w zakresie częstotliwości wyrażania wątpliwości (87,7% kobiet vs 88,2% mężczyzn;  $\chi^2(1, 298) = 0,023$ ;  $p = 0,878$ ), odwoływania się w swojej wizji własnego dorosłego życia do marzeń i pragnień (77,8% kobiet vs 83,7% mężczyzn;  $\chi^2(1, 297) = 1,645$ ;  $p = 0,200$ ) oraz stopniu idylliczności tejże wizji ( $M_k = 2,24$ ;  $SD_k = 0,59$  vs  $M_m = 2,25$ ;  $SD_m = 0,67$ ;  $U = 10872,00$ ;  $p = 0,732$ ). Także w kwestii subiektywnego ustosunkowania się do posiadanej wizji własnego dorosłego życia (łatwość przywołania i opisanie WWDŻ [ $M_k = 4,20$ ;  $SD_k = 1,54$  vs  $M_m = 4,28$ ;  $SD_m = 1,48$ ;  $U = 10757,50$ ;  $p = 0,708$ ], natężenie pozytywnych [ $M_k = 5,14$ ;  $SD_k = 1,60$  vs  $M_m = 5,07$ ;  $SD_m = 1,66$ ;  $U = 10681,00$ ;  $p = 0,795$ ] i negatywnych [ $M_k = 2,83$ ;  $SD_k = 1,65$  vs  $M_m = 2,74$ ;  $SD_m = 1,64$ ;  $U = 10674,00$ ;  $p = 0,561$ ] emocji związanych z WWDŻ, poczucie ciągłości towarzyszące WWDŻ [ $M_k = 4,80$ ;  $SD_k = 1,52$  vs  $M_m = 5,08$ ;  $SD_m = 1,60$ ;  $U = 9740,00$ ;  $p = 0,063$ ]) kobiety i mężczyźni w okresie wyłaniającej dorosłości nie różnią się istotnie pomiędzy sobą. Nie zaobserwowano także istotnych różnic w zakresie emocjonalnego ustosunkowania się do posiadanej wizji własnego dorosłego życia ( $\chi^2(1, 296) = 2,483$ ;  $p = 0,870$ ) – zarówno wśród kobiet jak i mężczyzn dominuje pozytywne ustosunkowanie się do wizji własnej przyszłości.

Przeprowadzone analizy dostarczyły zatem danych częściowo potwierdzających hipotezę 1.1. Zgodnie z przewidywaniami, kobiety częściej wspominają o kwestiach związanych z tworzeniem bliskiego związku intymnego oraz rodzicielstwem. Ich wizja jest też bardziej szczegółowa, w porównaniu do mężczyzn, w odniesieniu do obszaru rodzicielstwa. Kwestie dotyczące związku częściej są też częściej pierwszym obszarem życia, do którego odwoływały się kobiety. Wbrew przewidywaniom, nie zaobserwowano, aby mężczyźni częściej odwoływali się do pracy zawodowej czy też opisywali ten obszar życia w sposób bardziej szczegółowy od swoich rówieśniczek. Natomiast, zgodnie z postawioną hipotezą, częściej praca jest pierwszym obszarem życia, do którego się oni odwołują lub obszarem dominującym w opisaney przez nich wizji własnego dorosłego życia. Postawiona hipoteza potwierdziła się także w odniesieniu do stopnia rozbudowania wizji własnego

dorosłego życia – kobiety formułują bardziej rozbudowane symulacje własnej przyszłości i odwołują się przeciętnie do większej liczby obszarów życia.

### 7.2.3.2. Porównanie wizji własnego dorosłego życia u osób będących na początku i na końcu wyłaniającej się dorosłości

W pierwszej kolejności porównano osoby będące na początku i na końcu wyłaniającej się dorosłości pod kątem tego, do jakich obszarów życia odwoływały się one w swojej wizji własnego dorosłego życia (tabela 28.). Dane te są zaprezentowane w tabeli 28.

**Tabela 28**

*Treść wizji własnego dorosłego życia u osób będących na początku i na końcu wyłaniającej się dorosłości*

Obszar życia	Początek WD			Koniec WD			$\chi^2$	p
	N	%	Pozycja w WWDŻ	N	%	Pozycja w WWDŻ		
Praca zawodowa	119	83,8	I	143	91,1	I	3,644	0,056
Bliskie związki	64	45,1	II	116	73,9	II	25,839	< 0.001
Miejsce zamieszkania	58	40,9	III	95	60,5	III	11,539	< 0.001
Rodzicielstwo	47	33,1	IV	91	58,0	IV	18,547	< 0.001
Sposób spędzania czasu wolnego czasu	24	16,9	VII	47	29,9	V	6,997	0,008
Inne	28	19,7	VI	43	27,4	VI	2,423	0,120
Rodzina	30	21,1	V	23	14,7	VII	2,145	0,143
Ukończenie edukacji	22	15,5	VIII	12	7,6	X	4,559	0,033
Życie wewnętrzne i rozwój osobisty	14	9,9	IX	19	12,1	VIII	0,382	0,537
Inne istotne relacje	10	7,0	X	15	9,6	IX	0,614	0,433
Wartości	7	4,9	XI	7	4,5	XI	0,037	0,847

*Źródło: opracowanie własne.*

*Legenda: WD - wyłaniająca się dorosłość; WWDŻ - wizja własnego dorosłego życia.*

Przeprowadzone analizy wykazały, że w wizji osób na końcu wyłaniającej się dorosłości częściej pojawiają się odwołania do budowania związku intymnego, miejsca zamieszkania, rodzicielstwa i przewidywanych sposobów spędzania wolnego czasu. Różnica



dotycząca częstotliwości odwoływania się do pracy zawodowej znajduje się na granicy istotności statystycznej. Natomiast osoby młodsze częściej odwołują się do ukończenia edukacji.

Następnie porównano osoby na początku i na końcu wyłaniającej się dorosłości w kwestii tego, który z obszarów życia był wspominanych w ich wizji jako pierwszy. W tym aspekcie zaobserwowano tylko jedną różnicę – starsi uczestnicy częściej w pierwszej kolejności wspominają o bliskich związkach intymnych (27,4% vs 11,3%;  $\chi^2(1, 299) = 12,234$ ;  $p < 0,001$ ).

Osoby będące na początku wyłaniającej się dorosłości częściej w swojej wizji własnego dorosłego życia wyrażają wątpliwości i niepewność co do własnej przyszłości. Pojawiają się one u 16,9% młodszych uczestników i tylko u 7,6% starszych uczestników ( $\chi^2(1, 299) = 5,936$ ;  $p < 0,05$ ). Nie zaobserwowano natomiast istotnych różnic w częstotliwości odwoływania się do marzeń i pragnień (zamiast przewidywań) (78,0% vs 82,7%;  $\chi^2(1, 297) = 1,031$ ;  $p = 0,301$ ).

Ostatnim z porównywanych aspektów związanych z treścią wizji własnego dorosłego życia pomiędzy osobami na początku i na końcu wyłaniającej się dorosłości był stopień jej idylliczności. Wyobrażenia młodszych uczestników częściej nie zawierają żadnego z dwóch aspektów idylliczności (15,0% vs 2,6%;  $\chi^2(1, 299) = 14,581$ ;  $p < 0,001$ ). Można zatem powiedzieć, że wizja własnego dorosłego życia u osób na początku wyłaniającej się dorosłości częściej zawiera negatywne emocje oraz opis życia, które raczej nie byłoby czymś pożądanym przez przeciętną osobę w naszym społeczeństwie.

W odniesieniu do struktury wizji własnego dorosłego życia także zaobserwowano szereg istotnych statystycznie różnic pomiędzy osobami będącymi na początku i na końcu wyłaniającej się dorosłości. Po pierwsze, starsi uczestnicy odwołują się w swoich symulacjach przyszłości do większej liczby obszarów życia ( $M_1 = 2,97$ ;  $SD_1 = 1,68$  vs  $M_2 = 3,87$ ;  $SD_2 = 1,35$ ;  $U = 7438,50$ ;  $p < 0,001$ ; siła efektu: 0,33). Rzadziej posiadają oni wizję szczątkową (5,6% vs 0,6%;  $\chi^2(1, 299) = 6,434$ ;  $p < 0,05$ ) i mało rozbudowaną (38,0% vs 13,4%;  $\chi^2(1, 299) = 24,498$ ;  $p < 0,001$ ) a częściej umiarkowanie rozbudowaną (52,9% vs 32,4%;  $\chi^2(1, 299) = 12,399$ ;  $p < 0,001$ ). Wyniki te są zgodne z przewidywaniami zawartymi w hipotezie 1.2. Osoby te różnią się pomiędzy sobą także pod względem szczegółowości posiadanej wizji własnego dorosłego życia. Jest ona bogatsza w szczegóły ( $M_1 = 5,13$ ;  $SD_1 = 3,95$  vs  $M_2 = 6,56$ ;  $SD_2 = 3,71$ ;  $U = 7997,00$ ;  $p < 0,001$ ; siła efektu: 0,28) u osób będących na końcu wyłaniającej się dorosłości, co także potwierdza hipotezę 1.2.. Jednakże, to osoby

będące na początku wyłaniającej się dorosłości częściej posiadają wizję bardzo szczegółową (12,0% vs 3,8%;  $\chi^2(1, 299) = 6,975$ ;  $p < 0,01$ ). Różnice w poziomie szczegółowości pomiędzy młodszymi i starszymi uczestnikami badania zaobserwowano także w odniesieniu do kilku konkretnych obszarów życia – miejsca zamieszkania ( $M_1 = 0,90$ ;  $SD_1 = 1,27$  vs  $M_2 = 1,38$ ;  $SD_2 = 1,39$ ;  $U = 8803,00$ ;  $p < 0,001$ ; siła efektu: 0,21), bliskich związków intymnych ( $M_1 = 0,58$ ;  $SD_1 = 0,76$  vs  $M_2 = 0,88$ ;  $SD_2 = 0,71$ ;  $U = 8338,00$ ;  $p < 0,001$ ; siła efektu: 0,25) i rodzicielstwa ( $M_1 = 0,45$ ;  $SD_1 = 0,70$  vs  $M_2 = 0,75$ ;  $SD_2 = 0,79$ ;  $U = 8569,50$ ;  $p < 0,001$ ; siła efektu: 0,23). We wszystkich tych przypadkach więcej szczegółów podają osoby będące na końcu wyłaniającej się dorosłości. Nie zaobserwowano natomiast różnic w odniesieniu do stopnia zbalansowania wizji własnego dorosłego życia pomiędzy osobami na początku i na końcu wyłaniającej się dorosłości ( $\chi^2(1, 296) = 2,350$ ;  $p = 0,309$ ). Wynik ten stoi w sprzeczności z przewidywaniami zawartymi w hipotezie 1.2., gdyż zakładano, że osoby będące na końcu wyłaniającej się dorosłości częściej od osób będących na początku wyłaniającej się dorosłości będą posiadać zbalansowaną wizję własnego dorosłego życia.

Przeprowadzone analizy wykazały także szereg istotnych statystycznie różnic pomiędzy osobami będącymi na początku i na końcu wyłaniającej się dorosłości w zakresie subiektywnego ustosunkowania się do posiadanej wizji własnego dorosłego życia. Osoby będące na końcu wyłaniającej się dorosłości charakteryzują się większą łatwością w przywołaniu i opisanu tejże wizji ( $M_1 = 3,92$ ;  $SD_1 = 1,61$  vs  $M_2 = 4,52$ ;  $SD_2 = 1,36$ ;  $U = 8774,50$ ;  $p < 0,01$ ; siła efektu: 0,21) i słabszym natężeniem negatywnych emocji związanych z tą wizją ( $M_1 = 3,07$ ;  $SD_1 = 1,82$  vs  $M_2 = 2,54$ ;  $SD_2 = 1,42$ ;  $U = 9472,00$ ;  $p < 0,05$ ; siła efektu: 0,12). Ponadto, osoby będące na końcu wyłaniającej się dorosłości doświadczają silniejszego poczucia ciągłości towarzyszącego posiadanej przez nich wizji własnego dorosłego życia ( $M_1 = 4,69$ ;  $SD_1 = 1,63$  vs  $M_2 = 5,15$ ;  $SD_2 = 1,47$ ;  $U = 9295,50$ ;  $p < 0,05$ ; siła efektu: 0,17). Osoby będące na początku i na końcu wyłaniającej się dorosłości różnią się także w zakresie emocjonalnego ustosunkowania do posiadanej wizji własnego dorosłego życia. Większy odsetek osób na końcu wyłaniającej się dorosłości (54,1% vs 38,7%;  $\chi^2(1, 299) = 7,109$ ;  $p < 0,01$ ) posiada silnie pozytywny stosunek do sformułowanej przez siebie wizji własnego dorosłego życia, natomiast umiarkowanie negatywny stosunek do posiadanej WWDŻ częściej charakteryzuje osoby będące na początku wyłaniającej się dorosłości (7,7% vs 1,9%;  $\chi^2(1, 299) = 5,689$ ;  $p < 0,05$ ). Podsumowując, wyniki te wskazują, że sformułowanie i opisanie wizji własnego dorosłego życia jest łatwiejsze dla osób będących na

końcu wyłaniającej się dorosłości oraz, że wizja ta daje im silniejsze poczucie ciągłości między terażniejszością i przyszłością.

Dokonane analizy w większości potwierdziły przewidywania przedstawione w ramach hipotezy 1.2. Osoby będące na końcu wyłaniającej się dorosłości posiadają bardziej rozbudowaną i bardziej szczegółową wizję własnego dorosłego życia. Nie zaobserwowano natomiast różnic w zakresie zbalansowania wizji. Zgodnie z przewidywaniami, osoby będące na końcu wyłaniającej się dorosłości częściej odwołują się w swoich symulacjach do kluczowych obszarów życia takich jak budowanie związku intymnego, rodzicielstwo, miejsce zamieszkania, czy też praca zawodowa. W odniesieniu do części tych obszarów ich wizja jest też bardziej szczegółowa.

#### *7.2.3.3. Wizja własnego dorosłego życia a perspektywa czasu*

W odniesieniu do hipotez 1.6. oraz 1.7. przeanalizowano zależności pomiędzy perspektywą czasu oraz treścią i strukturą wizji własnego dorosłego życia oraz subiektywnym ustosunkowaniem się do niej. Zgodnie z przewidywaniami przedstawionymi w ramach hipotezy 1.6., rozwinięcie dłuższej perspektywy czasowej oraz silniejsza skłonność do planowania długoterminowego jest pozytywnie skorelowane z posiadaniem bardziej rozbudowanej i szczegółowej wizji własnego dorosłego życia. Korelacje te jednak należy określić jako słabe (tabela 29.). Co więcej, osobom o bardziej rozwiniętej przyszłościowej perspektywie czasowej oraz charakteryzującym się silniejszą skłonnością do planowania realizacji celów długich łatwiej jest przywołać i opisać wizję własnego dorosłego życia oraz towarzyszy temu większe natężenie pozytywnych emocji (i słabsze negatywnych), a także silniejsze poczucie ciągłości pomiędzy terażniejszością a przyszłością. Te zależności również nie są zbyt silne. Wbrew postawionej hipotezie 1.6., silniejsze skupienie na sprawach bieżących nie jest negatywnie skorelowane z rozbudowaniem i szczegółowością wizji własnego dorosłego życia. Podsumowując, uzyskane wyniki potwierdzają przewidywane zależności pomiędzy stopniem rozbudowania przyszłościowej perspektywy czasowej a strukturą wizji własnego dorosłego życia, choć zaobserwowane zależności są słabsze niż przewidywano.

**Tabela 29.**

*Przyszłościowa perspektywa czasu (FTPQ) a struktura WWDŹ i subiektywne ustosunkowanie do niej u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości*

Aspekty subiektywnego ustosunkowania się do posiadanej WWDŹ	Skupienie na sprawach bieżących	Długa perspektywa czasowa	Planowanie realizacji celów długich
Łatwość	0,13*	0,35***	0,24***
Pozytywne emocje	0,14*	0,36***	0,32***
Negatywne emocje	-0,05	-0,30***	-0,31***
Poczucie ciągłości	0,00	0,32***	0,24***
Liczba obszarów wspomnianych w WWDŹ	-0,08	0,15*	0,14*
Liczba szczegółów podanych w WWDŹ	-0,09	0,22***	0,21***

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

*Legenda:* WWDŹ – wizja własnego dorosłego życia; Łatwość – poczucie łatwości przywołania i opisanie WWDŹ; Pozytywne emocje – natężenie pozytywnych emocji towarzyszących przywołaniu i opisaniu WWDŹ; Negatywne emocje – natężenie negatywnych emocji towarzyszących przywołaniu i opisaniu WWDŹ; Poczucie ciągłości – towarzyszące przywołaniu i opisaniu WWDŹ poczucie ciągłości między terażniejszością a przyszłością.

W odniesieniu do hipotezy 1.7. przeanalizowano także zależności pomiędzy charakterystyką wizji własnego dorosłego życia oraz perspektywą czasu mierzoną według koncepcji Zimbardo i Boyda (1999). Jak widać w tabeli 30., zarówno natężenie przyszłościowej, jak i terażniejszościowej oraz przeszłościowej perspektywy czasu jest powiązane ze strukturą wizji własnego dorosłego życia oraz subiektywnym ustosunkowaniem się do niej u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości. Zgodnie z przewidywaniami, silniejsze natężenie przyszłościowej perspektywy czasu jest pozytywnie skorelowane z wyższym rozbudowaniem i szczegółowością wizji własnego dorosłego życia oraz poczuciem ciągłości towarzyszącym WWDŹ, choć korelacje to są dosyć słabe. Wbrew postawionej hipotezie, nie ma zależności pomiędzy natężeniem przyszłościowej perspektywy czasu a większą łatwością przywołania i opisanie wizji własnego dorosłego życia. Potwierdziły się natomiast przewidywania, że łatwość ta będzie pozytywnie skorelowana z silniejszym natężeniem orientacji przeszłościowej-pozytywnej. Zgodny z postawioną hipotezą jest także wynik wskazujący na pozytywną korelację pomiędzy natężeniem orientacji przeszłościowej-pozytywnej a szczegółowością wizji własnego dorosłego życia u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości. Nie potwierdziła się natomiast hipoteza, zgodnie z którą orientacja

przeszłościowa-pozytywna miałyby być pozytywnie powiązana ze stopniem rozbudowania WWDŹ. Zgodnie z hipotezą 1.7. odwrotne wzorce zależności przewidywano w odniesieniu do orientacji przeszłościowej-negatywnej oraz obu rodzajów orientacji terażniejszościowej. Ta część hipotezy została częściowo potwierdzona – silniejsze natężenie orientacji terażniejszościowej-fatalistycznej jest powiązane z tworzeniem mniej rozbudowanej i mniej szczegółowej wizji własnego dorosłego życia.

**Tabela 30.**

*Perspektywa czasu (ZTPI) a struktura WWDŹ i subiektywne ustosunkowanie do niej u osób w okresie wylaniającej się dorosłości*

Aspekty subiektywnego ustosunkowania się do posiadanej WWDŹ	Perspektywa czasu				
	Przeszłość- Pozytywna	Przeszłość- Negatywna	Terażniejszość- Hedonistyczna	Terażniejszość- Fatalistyczna	Przyszłościowa
Łatwość	0,22***	-0,07	0,19**	0,05	0,12
Pozytywne emocje	0,26***	-0,10	0,24***	0,00	0,19**
Negatywne emocje	-0,30***	0,21***	-0,13*	0,11	-0,21***
Poczucie ciągłości	0,09	-0,04	0,14*	-0,07	0,19**
Liczba obszarów wspomnianych w WWDŹ	0,16**	-0,11	0,09	-0,17**	0,15*
Liczba szczegółów podanych w WWDŹ	0,16**	-0,06	0,08	-0,13*	0,12*

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

*Legenda:* WWDŹ – wizja własnego dorosłego życia; Łatwość – poczucie łatwości przywołania i opisanie WWDŹ; Pozytywne emocje – natężenie pozytywnych emocji towarzyszących przywołaniu i opisaniu WWDŹ; Negatywne emocje – natężenie negatywnych emocji towarzyszących przywołaniu i opisaniu WWDŹ; Poczucie ciągłości – towarzyszące przywołaniu i opisaniu WWDŹ poczucie ciągłości między terażniejszością a przyszłością.

Należy podkreślić przy tym, że najsilniejsze (choć nadal dosyć słabe) korelacje występują pomiędzy natężeniem poszczególnych rodzajów perspektywy czasowej (zwłaszcza przeszłościowej i przyszłościowej) a emocjonalnym ustosunkowaniem się do posiadanej wizji własnego dorosłego życia. Silniejsza skłonność do wracania do pozytywnych momentów przeszłości jest powiązana z silniejszym natężeniem pozytywnych i słabszym natężeniem negatywnych emocji towarzyszących przywoływaniu i opisywaniu wizji własnego dorosłego życia. Z kolei osoby mające silniejszą skłonność do wracania do negatywnych aspektów przeszłości i rozpamiętywania przykrych minionych wydarzeń doświadczają jednocześnie

silniejszych negatywnych emocji w związku z przywoływaną i opisywaną wizją swojej przyszłości.

#### 7.2.3.4. *Wizja własnego dorosłego życia a wartości życiowe u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości*

W odniesieniu do hipotezy 1.8., analizie poddano zależności pomiędzy systemem wartości osób w okresie wyłaniającej się dorosłości a treścią i strukturą posiadanej przez nich wizji własnego dorosłego życia. W pierwszej kolejności zweryfikowano, czy osoby odwołujące się do poszczególnych obszarów życia w dokonywanej przez siebie symulacji własnej przyszłości różnią się istotnie w zakresie cenienia poszczególnych wartości życiowych. Zaobserwowano, że:

1) osoby, które w swojej WWDŻ wspominają o pracy zawodowej (w porównaniu do osób, które o tym nie wspominają), wyżej cenią osiągnięcia ( $M_1^{28} = 0,40$ ;  $SD_1 = 0,68$  vs  $M_2 = 0,13$ ;  $SD_2 = 0,62$ ;  $U = 2453,50$ ;  $p < 0,05$ ; siła efektu: 0,23) i niżej stymulację ( $M_1 = -0,59$ ;  $SD_1 = 0,94$  vs  $M_2 = -0,24$ ;  $SD_2 = 0,70$ ;  $U = 2466,00$ ;  $p < 0,05$ ; siła efektu: 0,23);

2) osoby, które w swojej WWDŻ wspominają o bliskim związku intymnym (w porównaniu do osób, które o tym nie wspominają), wyżej cenią prestiż ( $M_1 = 0,35$ ;  $SD_1 = 0,90$  vs  $M_2 = 0,04$ ;  $SD_2 = 0,95$ ;  $U = 5755,00$ ;  $p < 0,01$ ; siła efektu: 0,21), a niżej stymulację ( $M_1 = -0,66$ ;  $SD_1 = 0,93$  vs  $M_2 = -0,36$ ;  $SD_2 = 0,89$ ;  $U = 5980,00$ ;  $p < 0,05$ ; siła efektu: 0,18), władzę nad zasobami ( $M_1 = -0,83$ ;  $SD_1 = 1,20$  vs  $M_2 = -0,36$ ;  $SD_2 = 0,89$ ;  $U = 5980,00$ ;  $p < 0,05$ ; siła efektu: 0,16) i władzę nad ludźmi ( $M_1 = -1,61$ ;  $SD_1 = 1,28$  vs  $M_2 = -1,23$ ;  $SD_2 = 1,25$ ;  $U = 5970,50$ ;  $p < 0,05$ ; siła efektu: 0,18);

3) osoby, które w swojej WWDŻ wspominają o rodzicielstwie (w porównaniu do osób, które o tym nie wspominają), wyżej cenią życzliwość-niezawodność ( $M_1 = 1,01$ ;  $SD_1 = 0,58$  vs  $M_2 = 0,77$ ;  $SD_2 = 0,68$ ;  $U = 6123,00$ ;  $p < 0,01$ ; siła efektu: 0,21) i bezpieczeństwo społeczne ( $M_1 = 0,30$ ;  $SD_1 = 0,92$  vs  $M_2 = -0,01$ ;  $SD_2 = 0,87$ ;  $U = 5986,50$ ;  $p < 0,01$ ; siła efektu: 0,23), a niżej stymulację ( $M_1 = -0,71$ ;  $SD_1 = 0,96$  vs  $M_2 = -0,39$ ;  $SD_2 = 0,87$ ;  $U = 6211,00$ ;  $p < 0,01$ ; siła efektu: 0,20);

4) osoby, które w swojej WWDŻ wspominają o sposobie spędzania wolnego czasu (w porównaniu do osób, które o tym nie wspominają), niżej cenią bezpieczeństwo osobiste ( $M_1 = 0,08$ ;  $SD_1 = 0,82$  vs  $M_2 = 0,32$ ;  $SD_2 = 0,80$ ;  $U = 4601,50$ ;  $p < 0,05$ ; siła efektu: 0,19).

---

<sup>28</sup> W pierwszej kolejności podawane są średnie i odchylenia standardowe osób, które odwołały się w swojej wizji własnego dorosłego życia do danego obszaru.

Nie zaobserwowano żadnych istotnie statystycznych różnic w stopniu ceniienia poszczególnych wartości życiowych ze względu na odwołanie się lub nie w swojej wizji własnego dorosłego życia do takich obszarów jak ukończenie edukacji, życie rodzinne w ogóle, miejsce zamieszkania, wartości życiowe, inne istotne relacje społeczne, życie wewnętrzne i rozwój osobisty oraz inne obszary życia.

Zweryfikowano także, czy silniejsze przywiązanie do poszczególnych wartości koreluje z podawaniem większej liczby szczegółów w odniesieniu do poszczególnych obszarów życia wspomnianych w wizji własnego dorosłego życia. Zaobserwowano szereg istotnych, ale słabych ( $\rho < 0,30$ ) korelacji. Szczegółowe wyniki zostały zaprezentowane w tabeli 31. Zgodnie z przewidywaniami wyższe wartościowanie osiągnięć pozytywnie koreluje z większą liczbą szczegółów podawanych w odniesieniu do pracy zawodowej a wyższe wartościowanie tradycji z liczbą szczegółów podanych w odniesieniu do rodzicielstwa. Warto wspomnieć też, że podawanie większej liczby szczegółów dotyczących związku intymnego negatywnie koreluje z wyższym ceniением władzy nad ludźmi i nad zasobami. Nie zaobserwowano natomiast przewidywanych zależności pomiędzy silniejszym wartościowaniem władzy oraz prestiżu a posiadaniem bardziej szczegółowej wizji własnego dorosłego życia w odniesieniu do pracy zawodowej, rozwoju osobistego, czy też elementów preferowanego stylu życia (miejsce zamieszkania, sposoby na spędzanie czasu wolnego). Nie potwierdziły się także przewidywania jakoby płeć miała moderować zależność pomiędzy wyższym wartościowaniem tradycji a posiadaniem bardziej szczegółowej WWDŻ w odniesieniu do obszaru bliskich związków ( $\beta = -0,059$ , 95% CI [-0,200; 0,124],  $t = -0,46$ ,  $p = 0,646$ ), życia rodzinnego ( $\beta = -0,125$ , 95% CI [-0,108; 0,037],  $t = -0,97$ ,  $p = 0,331$ ), rodzicielstwa ( $\beta = -0,107$ , 95% CI [-0,214; 0,085],  $t = -0,85$ ,  $p = 0,398$ ) i pracy zawodowej ( $\beta = 0,105$ , 95% CI [-0,387; 0,224],  $t = -0,52$ ,  $p = 0,601$ ).

**Tabela 31**

*Wartości życiowe a szczegółowość wizji własnego dorosłego życia u osób w okresie wylaniającej się dorosłości*

Wartości życiowe	Liczba szczegółów podanych do poszczególnych obszarów życia										
	Ukończenie edukacji	Rodzina	Praca zawodowa	Związek Intymny	Rodzicielstwo	Spędzanie czasu wolnego	Miejsce zamieszkania	Wartości	Inne istotne relacje społeczne	Życie wewnętrzne i rozwój osobisty	Inne
Osiągnięcia	0,08	0,04	0,15*	0,04	0,02	0,08	0,04	-0,07	-0,01	0,04	-0,06
Hedonizm	-0,05	0,06	-0,03	-0,06	-0,04	-0,04	-0,09	0,10	-0,05	0,05	-0,00
Stymulacja	-0,07	-0,01	-0,13*	-0,07	-0,13*	0,03	-0,03	0,12	0,06	0,03	0,13*
Kierowanie sobą w działaniu	0,00	-0,09	0,08	-0,04	-0,04	-0,02	-0,04	-0,03	-0,01	-0,01	-0,08
Kierowanie sobą w myśleniu	-0,03	-0,08	0,08	-0,06	-0,10	-0,01	-0,01	0,02	-0,06	0,05	-0,06
Uniwersalizm-tolerancja	0,03	-0,09	0,15*	0,08	-0,01	0,04	0,03	0,01	0,05	0,08	-0,08
Uniwersalizm ekologiczny	0,03	-0,09	-0,08	-0,06	-0,08	0,04	0,03	0,01	0,06	0,03	0,05
Uniwersalizm społeczny	-0,01	-0,09	0,12	0,06	0,04	-0,05	-0,04	0,05	0,07	0,14*	0,01
życzliwość-troskliwość	0,06	0,04	0,03	0,05	0,04	-0,05	-0,01	0,05	0,08	0,04	-0,04
Życzliwość-niezawodność	0,01	0,08	0,12	0,08	0,15*	0,13*	-0,02	-0,01	0,07	0,03	-0,12
Pokora	-0,05	-0,04	-0,04	0,05	-0,04	-0,03	0,11	0,02	0,01	0,02	-0,04
Przystosowanie do ludzi	-0,03	0,06	0,01	0,03	-0,04	-0,09	0,01	-0,04	-0,10	0,08	0,06
Przystosowanie do reguł	-0,01	-0,06	-0,04	-0,00	-0,01	-0,10	-0,13*	-0,04	-0,07	-0,06	-0,05
Tradycja	-0,07	0,10	-0,07	0,03	0,13*	0,01	0,09	0,07	0,09	-0,05	0,03
Bezpieczeństwo społeczne	0,01	0,02	0,05	0,06	0,21**	0,11	0,09	-0,02	-0,05	0,05	0,02
Bezpieczeństwo osobiste	0,14*	0,06	0,02	0,05	0,06	-0,15*	-0,05	-0,07	-0,02	-0,03	-0,10
Prestiż	0,09	-0,06	0,11	0,18**	0,01	0,09	0,05	-0,06	-0,09	0,05	-0,04
Władza nad zasobami	-0,04	0,04	-0,09	-0,14*	-0,08	-0,06	-0,08	-0,06	-0,04	-0,12	0,02
Władza nad ludźmi	0,01	0,03	-0,09	-0,16*	-0,08	-0,03	0,00	-0,01	0,05	-0,14*	0,10

\*  $p < 0,05$  \*\*  $p < 0,01$ .



Wbrew przewidywaniom postawionym w hipotezie 1.8., wyższe cenie wartości z kręgu przekraczania siebie i otwartości na zmiany nie jest powiązane z posiadaniem bardziej rozbudowanej (przekraczanie siebie:  $\rho = 0,11$ ;  $p = 0,077$ ; otwartość na zmiany:  $\rho = -0,08$ ;  $p = 0,185$ ) i szczegółowej (przekraczanie siebie:  $\rho = 0,12$ ;  $p = 0,07$ ; otwartość na zmiany:  $\rho = -0,06$ ;  $p = 0,323$ ) wizji własnego dorosłego życia.

#### 7.2.3.7. *Wizja własnego dorosłego życia a deklarowany status społeczno-ekonomiczny*

Jedna z postawionych hipotez (1.5.) dotyczyła zależności pomiędzy strukturą wizji własnego dorosłego życia a deklarowanym statusem społecznoekonomicznym (SSE). Ze względu na niewielką liczbę osób, które zadeklarowały posiadanie złego lub bardzo złego statusu społecznoekonomicznego (por. tabela 11.), zdecydowano się na zagregowanie danych i wyłonienie trzech grup osób – deklarujących przeciętny status społecznoekonomiczny ( $n = 132$ ; 44,3%), deklarujących ponadprzeciętny SSE ( $n = 155$ ; 52,1%) i deklarujących SSE poniżej przeciętnego ( $n = 11$ ; 3,7%). Fakt, iż grupy te nadal pozostawały nierównoliczne (zdecydowane niedoreprezentowanie osób o deklarowanym SSE poniżej przeciętnego) nakazują ostrożność w interpretacji uzyskanych wyników.

Przeprowadzone analizy nie dostarczyły danych potwierdzających założenia przedstawione w ramach hipotezy 1.5. – deklarowany status społecznoekonomiczny nie różnicuje uczestników badania pod względem liczby obszarów wspomnianych w wizji własnego dorosłego życia ( $T(2, 299) = 3,515$ ;  $p = 0,172$ ), liczby podanych w niej szczegółów ( $T(2, 299) = 1,404$ ;  $p = 0,496$ ), jak i poziomu szczegółowości wizji ( $T(2, 299) = 0,002$ ;  $p = 0,999$ ). Zaobserwowano natomiast istotne statystycznie różnice pomiędzy osobami deklarującymi różny poziom SSE w kwestii natężenia pozytywnych ( $T(2, 299) = 8,045$ ;  $p < 0,05$ ; siła efektu: 0,03) i negatywnych ( $T(2, 299) = 14,635$ ;  $p < 0,001$ ) emocji towarzyszących przywoływaniu i opisywaniu wizji własnego dorosłego życia. Jednak w przypadku natężenia pozytywnych emocji towarzyszących przywoływaniu i opisywaniu WWDŻ różnice nie są istotne, gdy dokonuje się bezpośrednich porównań parami. Jeśli chodzi o natężenie negatywnych emocji towarzyszących przywoływaniu i opisywaniu WWDŻ to jest ono istotnie wyższe ( $M = 4,91$ ;  $SD = 2,12$ ) u osób deklarujących SSE poniżej przeciętnego niż u tych deklarujących przeciętny ( $M = 2,89$ ;  $SD = 1,59$ ) i ponadprzeciętny ( $M = 1,48$ ;  $SD = 1,55$ ) status społecznoekonomiczny.

**Tabela 32**

*Deklarowany status społecznoekonomiczny a emocjonalne ustosunkowanie się do posiadanej wizji własnego dorosłego życia*

Emocjonalne ustosunkowanie się do WWDŹ	SSE poniżej przeciętnego	Przeciętny SSE %	SSE powyżej przeciętnego	$\chi^2$	<i>p</i>
Neutralne	0,0	1,5	2,6	0,634	0,728
Silnie negatywne	27,3	3,1	3,2	15,977	< 0,01
Umiarkowanie negatywne	18,2	0,0	2,6	8,434	< 0,05
Umiarkowanie ambiwalentne	9,1	30,0	26,0	2,341	0,310
Silnie ambiwalentne	18,2	0,0	2,6	17,541	< 0,001
Umiarkowanie pozytywne	18,2	12,3	13,0	0,342	0,843
Silnie pozytywne	9,1	46,2	50,6	7,151	< 0,05

*Źródło: opracowanie własne*

*Legenda: SSE – deklarowany status społecznoekonomiczny; WWDŹ – wizja własnego dorosłego życia.*

Porównano także częstość występowania różnych typów emocjonalnego stosunku do posiadanej wizji własnego dorosłego życia u osób deklarujących odmienny status społecznoekonomiczny. Okazało się (tabela 32.), że osoby deklarujące SSE poniżej przeciętnego częściej mają negatywne (zarówno silnie jak i umiarkowanie) oraz silnie ambiwalentne nastawienie do własnej wizji swojego dorosłego życia, natomiast rzadziej stosunek ten jest pozytywny.

#### *7.2.3.8. Wizja własnego dorosłego życia a struktura rodziny pochodzenia*

W ramach hipotezy 1.9. przewidywano, że osoby pochodzące z rodzin pełnych i niepełnych będą różnić się pod względem wybranych aspektów treści i struktury wizji własnego dorosłego życia. Jednak przeprowadzone analizy nie wykazały takich różnic. Wbrew przewidywaniom, osoby te nie różnią się częstością odwoływania się w swojej WWDŹ do takich obszarów jak życie rodzinne (19,4%<sup>29</sup> vs 10,5%;  $\chi^2$  (1, 299) = 2,503; *p* = 0,114), związek intymny (63,2% vs 59,5%;  $\chi^2$  (1, 299) = 0,257; *p* = 0,612) czy rodzicielstwo (40,4% vs 47,5%;  $\chi^2$  (1, 299) = 0,954; *p* = 0,329). Nie zaobserwowano także różnic w liczbie

<sup>29</sup> W pierwszej kolejności podawane są wyniki osób z rodzin pełnych.

szczegółów podawanych w odniesieniu do każdego z tych obszarów. Osoby z rodzin pełnych i niepełnych podają zbliżoną liczbę szczegółów w odniesieniu do życia rodzinnego ( $M_1 = 0,14$ ;  $SD_1 = 0,36$  vs  $M_2 = 0,05$ ;  $SD_2 = 0,23$ ;  $U = 6346,50$ ;  $p = 0,093$ ), bliskiego związku intymnego ( $M_1 = 0,73$ ;  $SD_1 = 0,75$  vs  $M_2 = 0,77$ ;  $SD_2 = 0,73$ ;  $U = 6615,00$ ;  $p = 0,600$ ) i rodzicielstwa ( $M_1 = 0,63$ ;  $SD_1 = 0,77$  vs  $M_2 = 0,53$ ;  $SD_2 = 0,73$ ;  $U = 6357,00$ ;  $p = 0,306$ ). Zaobserwowany brak różnic pomiędzy osobami wychowującymi się w rodzinach pełnych i monoparentalnych może wynikać z faktu, iż tych drugich było zdecydowanie mniej (raptem 18,8% wobec 80,9% osób wychowujących się z obojgiem rodziców).

#### *7.2.3.9. Wizja własnego dorosłego życia a znajdowanie się w związku intymnym*

Jednym z czynników analizowanych jako potencjalnie różnicujący treść i strukturę wizji własnego dorosłego życia u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości był fakt bycia w związku intymnym lub życia w pojedynkę. Zgodnie z przewidywaniami (hipoteza 1.3.), osoby znajdujące się aktualnie w związku intymnym częściej (69,2% vs 53,3%;  $\chi^2(1, 299) = 7,828$ ;  $p < 0,01$ ) odwołują się do kwestii tworzenia związków w swojej wizji własnego dorosłego życia. Podobnie, częściej w ich wizji pojawia się odwołanie do rodzicielstwa (56,9% vs 37,9%;  $\chi^2(1, 299) = 10,733$ ;  $p < 0,01$ ). Nie zaobserwowano natomiast różnicy w częstości odwoływania się do życia rodzinnego „w ogóle” (16,9% vs 18,3%;  $\chi^2(1, 299) = 0,102$ ;  $p = 0,750$ ). Przewidywano także, że osoby te będą różnić się pod względem liczby szczegółów dotyczących wymienionych powyżej obszarów życia. Hipoteza ta została potwierdzona w odniesieniu do obszaru bliskich związków intymnych ( $M_1 = 0,89$ ;  $SD_1 = 0,73$  vs  $M_2 = 0,62$ ;  $SD_2 = 0,74$ ;  $U = 8690,00$ ;  $p < 0,001$ ; siła efektu: 0,21) i rodzicielstwa ( $M_1 = 0,75$ ;  $SD_1 = 0,80$  vs  $M_2 = 0,50$ ;  $SD_2 = 0,72$ ;  $U = 8691,500$ ;  $p < 0,01$ ; siła efektu: 0,19), ale nie w odniesieniu do życia rodzinnego „w ogóle” ( $M_1 = 0,09$ ;  $SD_1 = 0,30$  vs  $M_2 = 0,15$ ;  $SD_2 = 0,37$ ;  $U = 10349,00$ ;  $p = 0,124$ ).

W odniesieniu do hipotezy 1.4. przeanalizowano zależności pomiędzy łączną ilością czasu spędzoną w związkach intymnych (zakończonych i trwających) a rozbudowaniem i szczegółowością wizji własnego dorosłego życia w odniesieniu do obszarów związanych z życiem rodzinnym, tworzeniem bliskiego związku i rodzicielstwem. Czas spędzony w związku był analizowany zarówno jako zmienna ciągła (liczba miesięcy) jak i nominalna (podzielono uczestników na osoby o następującym doświadczeniu w związkach intymnych: brak jakiegokolwiek doświadczenia, od 1 do 6 miesięcy spędzonych w związkach, od 7 do 12 miesięcy spędzonych w związkach, od 13 do 24 miesięcy spędzone w związkach, od 25 do 48 miesięcy spędzonych w związkach, > 48 miesięcy spędzonych w związkach). Nie

zaobserwowano różnicę w częstości odwoływania się w symulacji własnej przyszłości do życia rodzinnego „w ogóle” pomiędzy osobami o różnym stażu w związkach intymnych. Osoby te różnią się natomiast pod kątem częstości odwoływania się do obszaru bliskich związków i rodzicielstwa. Częściej o tych kwestiach wspominają uczestnicy mający za sobą więcej miesięcy spędzonych łącznie w różnych związkach intymnych. Najczęściej obszary te są obecne w wizji własnego dorosłego życia osób, które w takich związkach spędziły cztery lata i więcej a najrzadziej u tych, którzy w związku nigdy nie byli. Szczegółowy rozkład wyników zaprezentowano w tabeli 33. Łączny czas spędzony w związkach intymnych różnicuje też uczestników pod kątem liczby szczegółów podawanych w odniesieniu do obszaru bliskich związków i rodzicielstwa. Wizja własnego dorosłego życia jest bardziej szczegółowa w odniesieniu do obszaru związków intymnych u osób, które spędziły w nich łącznie ponad cztery lata niż u osób, które nigdy nie były w żadnym związku intymnym. Osoby, które nigdy nie były w związkach podają też istotnie mniej szczegółów w odniesieniu do przewidywań na temat rodzicielstwa niż osoby, które w związkach spędziły łącznie od dwóch do czterech lat lub więcej niż cztery lata. Osoby z najdłuższym łącznym stażem w związkach podają w tym aspekcie więcej szczegółów także od osób, które w związkach spędziły łącznie między sześcioma a dwunastoma miesiącami. Szczegółowe wyniki zostały przedstawione w tabeli 34. Należy wspomnieć, że zaobserwowano także istotne pozytywne korelacje pomiędzy łączną liczbą miesięcy spędzonych w związkach a liczbą szczegółów podawanych w odniesieniu do rodzicielstwa ( $\rho = 0,26; p < 0,001$ ) i bliskich związków intymnych ( $\rho = 0,20; p < 0,001$ ).

**Tabela 33**

*Czas spędzony w związkach intymnych a treść wizji własnego dorosłego życia u osób w okresie wylaniającej się dorosłości*

	nigdy nie był(a) w związku	1-6 msc.	7-12 msc.	13-24 msc.	25-48 msc.	> 48 msc.	$\chi^2$	<i>p</i>
Obszar życia	% osób, które wspomniały dany obszar w WWDŻ							
Życie rodzinne "w ogóle"	19,0	17,1	30,0	19,2	17,0	11,7	3,771	0,583
Bliski związek intymny	52,4	48,8	45,0	57,7	70,2	80,0	18,692	< 0,01
Rodzicielstwo	32,4	39,0	35,0	46,2	59,6	68,3	25,137	< 0,001

*Źródło: opracowanie własne.*

Kolejne litery pisane kursywą wskazują na to, pomiędzy którymi podgrupami zaobserwowano istotne statystycznie różnice.

**Tabela 34**

*Czas spędzony w związkach a szczegółowość wizji własnego dorosłego życia w odniesieniu do życia rodzinnego, bliskich związków intymnych i rodzicielstwa*

Obszar życia		nigdy nie był(a) w związku	1-6 msc	7-12 msc	13-24 msc	2-4 lata	> 4 lat	<i>T</i>	<i>p</i>
Życie rodzinne	M	0,152	0,122	0,200	0,115	0,128	0,033	6,133	0,293
	SD	0,387	0,331	0,410	0,326	0,337	0,181		
Bliskie związki	M	0,619 <sup>a</sup>	0,659	0,500	0,692	0,936	0,933 <sup>a</sup>	17,001	< 0,01
	SD	0,726	0,883	0,607	0,788	0,791	0,607		
Rodzicielstwo	M	0,429 <sup>a,b</sup>	0,537	0,350 <sup>c</sup>	0,577	0,787 <sup>a</sup>	0,933 <sup>b,c</sup>	24,387	< 0,001
	SD	0,691	0,711	0,489	0,703	0,778	0,88		

*Źródło: opracowanie własne.*

Kolejne litery pisane kursywą wskazują na to, pomiędzy którymi podgrupami zaobserwowano istotne statystycznie różnice.

#### ***7.2.4. Wizja własnego dorosłego życia a rozwój tożsamości w okresie wyłaniającej się dorosłości***

Analizy zależności pomiędzy wizją własnego dorosłego życia a rozwojem tożsamości dotyczyły natężenia wymiarów rozwoju tożsamości i statusów tożsamości. W pierwszej kolejności przedstawiono wyniki dotyczące związków pomiędzy natężeniem wymiarów rozwoju tożsamości a treścią i strukturą wizji własnego dorosłego życia oraz subiektywnym ustosunkowaniem się do niej. Następnie przedstawione zostały wyniki analiz dotyczących różnic w charakterystyce wizji własnego dorosłego życia u osób o różnych statusach tożsamości.

##### *7.2.4.1. Wizja własnego dorosłego życia a natężenie rozwoju wymiarów tożsamości*

Jedna z postawionych hipotez (2.1.) przewidywała istnienie zależności pomiędzy strukturą obszarów reprezentowanych w wizji własnego dorosłego życia a natężeniem poszczególnych wymiarów rozwoju tożsamości. Hipoteza ta uzyskała tylko częściowe potwierdzenie – nie zaobserwowano istotnych statystycznie różnic pomiędzy osobami, które w swojej wizji własnego dorosłego życia odwołują się do wszystkich kluczowych obszarów życia (praca zawodowa, rodzicielstwo, bliski związek intymny) a tymi, którzy tego nie robią w zakresie natężenia identyfikacji ze zobowiązaniem ( $M_1 = 18,37$ ;  $SD_1 = 4,05$  vs  $M_2 = 18,32$ ;  $SD_2 = 4,60$ ;  $U = 10079$ ;  $p = 0,874$ ). Różnicę taką natomiast stwierdzono w odniesieniu do nasilenia eksploracji w głąb ( $M_1 = 18,95$ ;  $SD_1 = 3,67$  vs  $M_2 = 18,02$ ;  $SD_2 = 3,83$ ;  $U = 8673$ ;  $p < 0,05$ ; siła efektu: 0,15).

Uzyskane wyniki częściowo potwierdzają przewidywania zawarte w hipotezie 2.2. – większe nasilenie eksploracji wszerek jest pozytywnie skorelowane z posiadaniem bardziej rozbudowanej wizji własnego dorosłego życia. Wbrew przewidywaniom, zależności pomiędzy rozbudowaniem WWDŻ a nasileniem eksploracji ruminacyjnej nie są istotne. Choć nie uwzględniano tego w postawionych hipotezach, należy wspomnieć, że także nasilenie eksploracji w głąb i podejmowania zobowiązania są powiązane z liczbą obszarów wspomnianych w wizji własnego dorosłego życia u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości (tabela 35.). W pełni potwierdzona została natomiast hipoteza 2.3. – zarówno nasilenie eksploracji w głąb, jak i identyfikacji ze zobowiązaniem są pozytywnie skorelowane z tworzeniem wizji własnego dorosłego życia bogatszej w szczegóły. Także eksploracja wszerek i podejmowanie zobowiązania okazują się pozytywnie korelować z podawaniem większej liczby szczegółów dotyczących wizji własnego dorosłego życia.

**Tabela 35**

*Natężenie wymiarów rozwoju tożsamości a struktura WWDŹ i subiektywne ustosunkowanie do niej u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości*

Aspekty WWDŹ	EW	PZ	EG	IZ	ER
Łatwość	0,08	0,41***	0,10	0,41***	-0,20***
Pozytywne emocje	0,20***	0,44***	0,22***	0,46***	-0,18***
Negatywne emocje	-0,11	-0,41***	-0,10	-0,42***	0,30***
Poczucie ciągłości	0,24***	0,41***	0,25***	0,41***	-0,11
Liczba obszarów wspomnianych w WWDŹ	0,23***	0,13*	0,18**	0,11	-0,04
Liczba szczegółów podanych w WWDŹ	0,24***	0,17**	0,25***	0,20***	-0,02
Poziom szczegółowości WWDŹ	0,11	0,15**	0,14*	0,22***	-0,05

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

Legenda: EW – eksploracja wszerek, PZ – podejmowanie zobowiązania, EG – eksploracja w głąb, IZ – identyfikacja ze zobowiązaniem, ER – eksploracja ruminacyjna; WWDŹ – wizja własnego dorosłego życia; Łatwość – poczucie łatwości przywołania i opisanie WWDŹ; Pozytywne emocje – natężenie pozytywnych emocji towarzyszących przywołaniu i opisaniu WWDŹ; Negatywne emocje – natężenie negatywnych emocji towarzyszących przywołaniu i opisaniu WWDŹ; Poczucie ciągłości – towarzyszące przywołaniu i opisaniu WWDŹ poczucie ciągłości między terażniejszością a przyszłością.

Nie potwierdziła się natomiast hipoteza 2.4. – osoby o zbalansowanej wizji własnego dorosłego życia nie charakteryzują się silniejszym natężeniem identyfikacji ze zobowiązaniem od osób nie posiadających zbalansowanej WWDŹ ( $T(2, 299) = 1,427$ ;  $p = 0,490$ ).

W pełni potwierdzona została z kolei hipoteza 2.5. – natężenie pozytywnych emocji towarzyszące przywołaniu i opisaniu wizji własnego dorosłego życia pozytywnie koreluje z nasileniem podejmowania zobowiązania oraz identyfikacji ze zobowiązaniem i negatywnie z nasileniem eksploracji ruminacyjnej. Kierunek korelacji jest odwrotny dla natężenia emocji negatywnych (siła korelacji była zbliżona) (tabela 35.).

Uzyskane wyniki potwierdziły także hipotezę 2.6. – łatwość przywołania i opisanie wizji własnego dorosłego życia pozytywnie koreluje z nasileniem podejmowania

zobowiązania i identyfikacji ze zobowiązaniem oraz negatywnie z nasileniem eksploracji ruminacyjnej.

Częściowo potwierdzona została hipoteza 2.7. dotycząca zależności między natężeniem wymiarów rozwoju tożsamości a poczuciem ciągłości towarzyszącym wizji własnego dorosłego życia. Zgodnie z przewidywaniami, owo poczucie ciągłości pozytywnie koreluje z nasileniem podejmowania zobowiązania i identyfikacji ze zobowiązaniem. Jednak, wbrew przewidywaniom, nie zaobserwowano istotnych negatywnych zależności pomiędzy nasileniem eksploracji ruminacyjnej a poczuciem ciągłości towarzyszącym WWDŻ.

#### *7.2.4.2. Wizja własnego dorosłego życia a statusy tożsamości*

Aby móc porównać wizję własnego dorosłego życia pomiędzy osobami o różnych statusach tożsamości, konieczne było przypisanie uczestników do poszczególnych statusów. Bazując na wynikach analizy skupień (założona liczba skupień: 6; algorytm: Hartigan-Wong) do każdego ze statusów tożsamości przypisano następujący odsetek uczestników badania: beztroska dyfuzja – 10,7% ( $n = 31$ ), rozproszona dyfuzja – 19,0% ( $n = 55$ ), nieodróżniony – 24,9% ( $n = 72$ ), ruminacyjne moratorium – 15,2% ( $n = 44$ ), lustrzana – 13,8% ( $n = 40$ ), osiągnięta – 16,3% ( $n = 47$ ). Pierwszym z analizowanych aspektów zależności pomiędzy posiadanym statusem tożsamości a charakterystyką wizji własnego dorosłego życia u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości był stopień rozbudowania tejże wizji. Zgodnie z przewidywaniami przedstawionymi w hipotezie 3.1., wizję bardzo rozbudowaną najczęściej posiadają osoby o tożsamości osiągniętej, a najrzadziej te o tożsamości rozproszonej (obu typów). Natomiast wizja szczątkowa występuje wyłącznie u osób o statusie beztroskiej dyfuzji i rozproszonej dyfuzji (tabela 35.).

Hipoteza 3.2., dotycząca różnic pomiędzy osobami o różnym statusie tożsamości w aspekcie szczegółowości posiadanej wizji własnego dorosłego życia, potwierdziła się częściowo. Zgodnie z przewidywaniami najczęściej wizję ogólnikową i mało szczegółową mają osoby o statusie beztroskiej dyfuzji oraz rozproszonej dyfuzji w porównaniu z raptem 4,3% osób o tożsamości osiągniętej. Nieistotne okazały się natomiast różnice w rozkładzie częstości posiadania wizji szczegółowej czy też bardzo szczegółowej (tabela 36.).



**Tabela 36***Statusy tożsamości a rozbudowanie, szczegółowość, zbalansowanie i idylliczność WWDŻ*

Charakterystyka WWDŻ	Beztroska dyfuzja	Rozproszona dyfuzja	Nieźróznicowana	Ruminacyjne moratorium	Lustrzana	Osiągnięta	$\chi^2$	<i>p</i>
	%							
szczątkowa	16,1	5,5	0,0	0,0	2,5	0,0	23,580	<0,001
mało rozbudowana	32,3	21,8	25,4	13,6	32,5	21,3	5,747	0,332
umiarkowanie rozbudowana	32,3	52,7	39,4	50,0	50,0	36,2	6,432	0,266
bardzo rozbudowana	19,4	20,0	35,2	36,4	15,0	42,6	14,003	0,016
ogólnikowa	16,1	10,9	4,2	0,0	12,5	4,3	11,429	0,044
mało szczegółowa	38,7	29,1	31,9	20,5	20,0	19,1	6,629	0,250
umiarkowanie szczegółowa	29,0	45,5	38,9	52,3	57,5	51,1	8,374	0,137
szczegółowa	3,2	10,9	16,7	15,9	7,5	19,1	6,588	0,253
bardzo szczegółowa	12,9	3,6	8,3	11,4	2,5	6,4	5,158	0,397
zbalansowana	70,0	75,9	69,4	65,9	67,5	67,4	1,497	0,913
zdominowana przez jeden obszar	26,7	14,8	18,1	27,3	15,0	21,7	4,087	0,537
zdominowana przez dwa obszary	3,3	9,3	12,5	6,8	17,5	10,9	4,766	0,445
idylliczność 1	32,3	12,7	4,2	4,5	5,0	2,1	28,995	<0,001
idylliczność 2	29,0	67,3	52,8	54,5	72,5	59,6	16,949	0,005
idylliczność 3	38,7	18,2	43,1	40,9	22,5	36,2	12,517	0,028

*Legenda: WWDŻ – wizja własnego dorosłego życia.**Źródło: opracowanie własne.*

Zgodnie z przewidywaniami (hipoteza 3.6.), zdecydowanie większy odsetek osób o statusie beztroskiej dyfuzji i rozproszonej dyfuzji posiada wizję o najniższym stopniu idylliczności. Jednocześnie, wizję o najwyższym stopniu idylliczności najrzadziej posiadają osoby o statusie tożsamości rozproszonej dyfuzji (rzadziej niż osoby o tożsamości osiągniętej, moratoryjnej i niezróżnicowanej). Wbrew przewidywaniom, osoby o statusie tożsamości beztroskiej dyfuzji wcale nie formułują wizji o najwyższym stopniu idylliczności rzadziej od osób o tożsamości osiągniętej.

Kolejna grupa hipotez (3.3. – 3.5.) dotyczyła różnic w zakresie subiektywnego ustosunkowania się do posiadanej wizji własnego dorosłego życia pomiędzy osobami o różnych statusach tożsamości. Wyniki te zostały zbiorczo przedstawione w tabeli 37. Zgodnie z przewidywaniami (hipoteza 3.3.), przywołanie i opisanie wizji własnego dorosłego życia było łatwiejsze dla osób o tożsamości osiągniętej niż tych o tożsamości dyfuzyjnej (zarówno beztroskiej jak i rozproszonej). Co więcej, osoby a statusie tożsamości rozproszonej dyfuzji miały większe trudności w przywołaniu i opisanu WWDŹ także od osób o tożsamości moratoryjnej, niezróżnicowanej i lustrzanej. W pełni potwierdzona została także hipoteza 3.4., w ramach której przewidywano, że osoby o tożsamości osiągniętej będą doświadczać w związku z przywołaniem i opisaniem wizji własnego dorosłego życia silniejszych pozytywnych i słabszych negatywnych emocji. Dostatecznie wysokie natężenie pozytywnych emocji i niskie natężenie negatywnych emocji w związku z przywoływaniem i opisywaniem wizji własnego dorosłego życia zaobserwowano także u osób o tożsamości moratoryjnej, lustrzanej i niezróżnicowanej. Uzyskane dane potwierdziły także przypuszczenia zawarte w ramach hipotezy 3.5. – osoby o tożsamości osiągniętej doświadczały w związku z posiadaną wizją własnego dorosłego życia silniejszego poczucia ciągłości pomiędzy teraźniejszością a przyszłością niż osoby o tożsamości dyfuzyjnej (beztroskiej i rozproszonej). Wysokie poczucie ciągłości towarzyszyło także osobom o tożsamości moratoryjnej, natomiast umiarkowane osobom o tożsamości lustrzanej i niezróżnicowanej. Podsumowując, we wszystkich aspektach subiektywnego ustosunkowania się do posiadanej wizji własnego dorosłego życia najniższe wyniki osiągały osoby o tożsamości dyfuzyjnej – miały one najwięcej trudności w przywołaniu i opisanu wizji własnego dorosłego życia, doświadczały w związku z tym najmniej pozytywnych i najwięcej negatywnych emocji oraz posiadana wizja dawała im najniższe poczucie ciągłości pomiędzy teraźniejszością a przyszłością. Na przeciwnym biegunie znajdowały się osoby o tożsamości osiągniętej i moratoryjnej.

**Tabela 37***Statusy tożsamości a subiektywne ustosunkowanie się do wizji własnego dorosłego życia*

Aspekty subiektywnego ustosunkowania do WWDŹ	Osiągnięta		Rozproszona dyfuzja		Beztraska dyfuzja		Ruminacyjne moratorium		Lustrzana		Niezróżnicowana		<i>T</i>	<i>p</i>
	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD		
Łatwość	4,936 <sup>a,b</sup>	1,071	2,945 <sup>a,c,d,e</sup>	1,580	3,774 <sup>b</sup>	1,726	4,884 <sup>c</sup>	1,258	4,400 <sup>d</sup>	1,105	4,319 <sup>e</sup>	1,309	53,769	<0,001
Pozytywne emocje	5,915 <sup>a,b,e</sup>	1,139	4,164 <sup>a,g,h</sup>	1,653	3,733 <sup>b,c,d</sup>	2,083	6,000 <sup>c,f,g</sup>	1,148	5,050	1,663	5,292 <sup>d,f,h,e</sup>	1,168	58,056	<0,001
Negatywne emocje	2,000 <sup>a,b</sup>	1,268	3,927 <sup>a,f,g,h</sup>	1,585	3,871 <sup>b,c,d,e</sup>	1,979	2,227 <sup>d,g</sup>	1,273	2,175 <sup>c,f</sup>	1,430	2,694 <sup>e,h</sup>	1,411	61,762	<0,001
Poczucie ciągłości	5,596 <sup>a,b</sup>	1,056	4,273 <sup>a,h</sup>	1,545	3,613 <sup>b,c,d,e</sup>	1,874	5,864 <sup>d,f,g,h</sup>	1,287	4,875 <sup>c,f</sup>	1,453	5,083 <sup>e,g</sup>	1,286	52,349	<0,001

*Legenda:* WWDŹ – wizja własnego dorosłego życia; Łatwość – poczucie łatwości przywołania i opisanie WWDŹ; Pozytywne emocje – natężenie pozytywnych emocji towarzyszących przywołaniu i opisaniu WWDŹ; Negatywne emocje – natężenie negatywnych emocji towarzyszących przywołaniu i opisaniu WWDŹ; Poczucie ciągłości – towarzyszące przywołaniu i opisaniu WWDŹ poczucie ciągłości między terażniejszością a przyszłością.

Kolejne litery pisane kursywą wskazują na to, pomiędzy którymi statusami tożsamości zaobserwowano istotne statystycznie różnice w poszczególnych aspektach subiektywnego ustosunkowania się do posiadanej WWDŹ.

*Źródło: opracowanie własne.*

Choć nie stawiano w tym kontekście żadnych hipotez badawczych, to, w ramach analiz eksploracyjnych, sprawdzono także zależności pomiędzy statusem tożsamości a emocjonalnym ustosunkowaniem się do posiadanej wizji własnego dorosłego życia. Istotne statystycznie różnice pomiędzy osobami o różnym statusie tożsamości zaobserwowano w odniesieniu do częstości występowania pięciu z siedmiu typów emocjonalnego ustosunkowania się do posiadanej wizji własnego dorosłego życia: silnie negatywnego, umiarkowanie negatywnego, umiarkowanie ambiwalentnego, silnie pozytywnego i umiarkowanie pozytywnego (tabela 38.). Osoby o statusie beztroskiej dyfuzji i rozproszonej dyfuzji częściej posiadają silnie lub umiarkowanie negatywny stosunek do swojej wizji własnego dorosłego życia. Dla porównania – żadna z osób uczestniczących w badaniu i posiadających tożsamość osiągniętą nie ma negatywnego stosunku do posiadanej wizji swojej przyszłości. Osoby o obu statusach tożsamości dyfuzyjnej a także o tożsamości niezróżnicowanej częściej posiadają umiarkowanie ambiwalentny stosunek do swojej wizji własnego dorosłego życia. Najczęściej dotyczy to osób o statusie rozproszonej dyfuzji. Wśród osób o pozostałych statusach tożsamości ambiwalentny stosunek do posiadanej WWDŻ przejawia od dziesięciu do kilkunastu procent. Z kolei pozytywny (umiarkowanie lub silnie) stosunek do własnej WWDŻ najczęściej mają osoby o tożsamości osiągniętej, lustrzanej i moratoryjnej a najrzadziej te o tożsamości rozproszonej (obu typów). Silnie pozytywny stosunek emocjonalny do posiadanej wizji własnego dorosłego życia występuje u osób o tożsamości osiągniętej ponad trzy razy częściej niż u osób o statusie tożsamości beztroskiej dyfuzji i rozproszonej dyfuzji.

**Tabela 38***Statusy tożsamości a emocjonalne ustosunkowanie się do posiadanej wizji własnego dorosłego życia*

Emocjonalne ustosunkowanie się do WWDŻ	Beztroska dyfuzja	Rozproszona dyfuzja	Nieźróźnicowana	Ruminacyjne moratorium	Lustrzana	Osiągnięta	$\chi^2$	<i>p</i>
	%							
Neutralne	6,7	0,0	1,4	0,0	5,0	2,1	6,994	0,225
Silnie negatywne	12,9	10,9	0,0	0,0	5,0	0,0	19,408	0,002
Umiarkowanie negatywne	9,7	16,4	1,4	0,0	2,5	0,0	24,378	< 0,001
Umiarkowanie ambiwalentne	38,7	45,5	34,7	11,4	15,0	10,6	28,609	< 0,001
Silnie ambiwalentne	6,5	1,8	2,8	0,0	0,0	2,1	4,893	0,429
Umiarkowanie pozytywne	3,2	7,3	13,9	6,8	27,5	14,9	13,753	0,017
Silnie pozytywne	19,4	18,2	45,8	77,3	45,0	70,2	54,351	< 0,001

*Źródło: opracowanie własne.*

### ***7.2.5. Wizja własnego dorosłego życia a poczucie aktualnego sensu w życiu i nastawienie na jego poszukiwanie w przyszłości***

W ramach hipotezy 4.1. przewidywano, że osoby, które w swojej wizji własnego dorosłego życia odniosą się do kluczowych obszarów funkcjonowania w dorosłości (praca zawodowa, bliski związek intymny, rodzicielstwo), posiadać będą wyższe poczucie sensu w życiu. Uzyskane dane nie potwierdziły tej hipotezy, gdyż nie zaobserwowano istotnej różnicy w natężeniu odczuwanego poczucia sensu w życiu pomiędzy osobami, które w swojej wizji odnoszą się do wszystkich tych obszarów i tymi, które tego nie robią ( $M_1 = 23,15$ ;  $SD_1 = 6,63$  vs  $M_2 = 22,56$ ;  $SD_2 = 6,90$ ;  $U = 9651.50$ ;  $p = 0,447$ ).

Przewidywano także, że z poczuciem sensu w życiu powiązana będzie struktura wizji własnego dorosłego życia – jej stopień rozbudowania, szczegółowości i zbalansowania (hipotezy 4.2. – 4.4.). Przewidywania dotyczące zależności pomiędzy stopniem rozbudowania wizji własnego dorosłego życia a poczuciem sensu w życiu u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości zostały częściowo potwierdzone. Chociaż nie zaobserwowano istotnej korelacji pomiędzy liczbą obszarów wspomnianych w wizji a natężeniem odczuwanego poczucia sensu w życiu ( $\rho = 0,06$ ;  $p = 0,341$ ), to osoby o różnym stopniu rozbudowania wizji własnego dorosłego życia istotnie różnią się pomiędzy sobą natężeniem odczuwanego poczucia sensu w życiu ( $T(3, 299) = 7,951$ ;  $p < 0,05$ ). Różnica ta dotyczy *de facto* wyłącznie osób o wizji szczątkowej, czyli takiej w której nie znajduje się odwołanie do żadnego z wyróżnionych obszarów życia a raczej wyrażenie ogólnych wątpliwości, obaw czy trudności w sformułowaniu wizji własnego dorosłego życia. Osoby te mają istotnie niższe poczucie sensu w życiu od wszystkich pozostałych uczestników. Zaobserwowano natomiast istotną, choć bardzo słabą, pozytywną korelację ( $\rho = 0,14$ ;  $p < 0,05$ ) pomiędzy liczbą obszarów życia wspomnianych w wizji a silniejszym nastawieniem na poszukiwanie sensu w życiu w przyszłości. Ponadto, osoby o szczątkowej wizji własnego dorosłego życia charakteryzują się niższym nastawieniem na poszukiwanie sensu w życiu w przyszłości od osób o wizji umiarkowanej i bardzo rozbudowanej. Szczegóły dotyczące natężenia aktualnego poczucia sensu w życiu i nastawienia na jego poszukiwanie w przyszłości u osób o różnym stopniu rozbudowania wizji własnego dorosłego życia zaprezentowane są w tabeli 39.

**Tabela 39**

*Rozbudowanie wizji własnego dorosłego życia o odczuwane poczucie sensu w życiu i nastawienie na jego poszukiwanie w przyszłości*

Poczucie sensu w życiu	wizja szczątkowa		wizja mało rozbudowana		wizja umiarkowanie rozbudowana		wizja bardzo rozbudowana		<i>T</i>	<i>p</i>
	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD		
MLQ-P	16,125 <sup>a,b,c</sup>	4,970	22,932 <sup>a</sup>	7,326	22,978 <sup>b</sup>	6,559	22,962 <sup>c</sup>	6,617	7,951	0,047
MLQ-S	19,125 <sup>a,b</sup>	5,793	24,452	4,972	25,368 <sup>a</sup>	5,279	25,45 <sup>b</sup>	5,209	10,258	0,016

Kolejne litery pisane kursywą wskazują na to, pomiędzy którymi statusami tożsamości zaobserwowano istotne statystycznie różnice w poszczególnych aspektach subiektywnego ustosunkowania się do posiadanej WWDŻ.

*Źródło: opracowanie własne.*

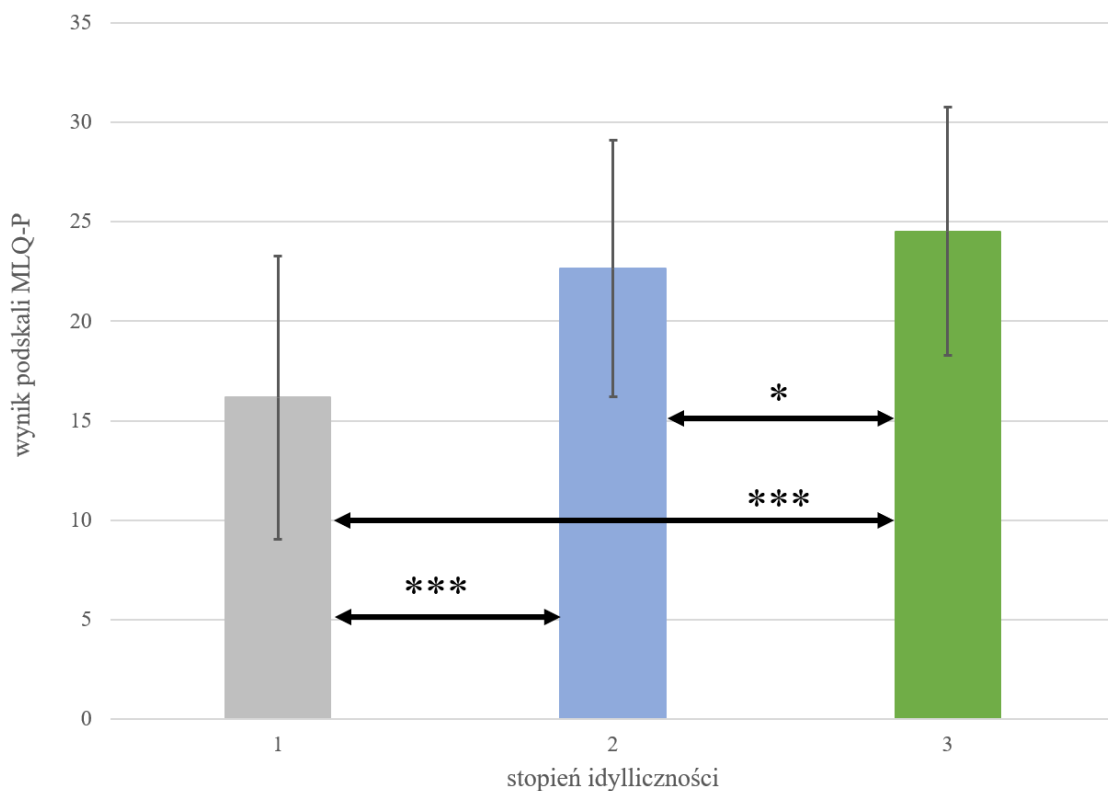
Hipoteza 4.3., zakładająca istnienie zależności pomiędzy szczegółowością wizji własnego dorosłego życia o poczuciem sensu w życiu u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości została częściowo potwierdzona. Aktualne poczucie sensu w życiu nie koreluje istotnie z ogólną liczbą szczegółów zawartych w WWDŻ ( $\rho = 0,10$ ;  $p = 0,097$ ), a osoby o różnym stopniu szczegółowości WWDŻ nie różnią się istotnie pod względem natężenia aktualnego poziomu poczucia sensu w życiu ( $T(4, 299) = 4,524$ ;  $p = 0,340$ ) oraz nastawienia na jego poszukiwanie w przyszłości ( $T(4, 299) = 8,172$ ;  $p = 0,085$ ). Zaobserwowano natomiast słabe istotne korelacje pomiędzy liczbą podanych w wizji własnego dorosłego życia szczegółów oraz nastawieniem na poszukiwanie sensu w życiu w przyszłości ( $\rho = 0,20$ ;  $p < 0,001$ ). Ponadto, zarówno aktualne poczucie sensu w życiu, jak i nastawienie na jego poszukiwanie w przyszłości są istotnie skorelowane z poziomem szczegółowości wizji własnego dorosłego życia u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości. Korelacje te są jednak słabe ( $\rho = 0,13$ ;  $p < 0,05$  dla aktualnego poczucia sensu w życiu;  $\rho = 0,14$ ;  $p < 0,05$  dla nastawienia na jego poszukiwanie w przyszłości). Nie potwierdziła się natomiast hipoteza 4.4., zgodnie z którą poziom zbalansowania wizji własnego dorosłego życia miał różnicować aktualne poczucie sensu w życiu u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości – nie zaobserwowano istotnych statystycznie różnic w tym zakresie pomiędzy osobami posiadającymi wizję zbalansowaną i wizję zdominowaną przez jeden lub dwa obszary ( $T(2, 299) = 0,303$ ;  $p = 0,860$ ).

Kolejnym z analizowanych aspektów było porównanie natężenia poczucia sensu w życiu u osób o różnym stopniu idylliczności wizji własnego dorosłego życia. Przewidywania

zawarte w hipotezie 4.5. potwierdziły się częściowo. Zaobserwowano istotne statystycznie różnice w natężeniu poczucia sensu w życiu pomiędzy osobami o różnym stopniu idylliczności ( $T(2, 297) = 24,897; p < 0,001$ ). Osoby, których wizja własnego dorosłego życia nie spełnia żadnego z kryteriów idylliczności (tzn. zawiera w sobie negatywne emocje i nie przedstawia kształtu życia, jaki można uznać za pożądany i ceniony w danym społeczeństwie jako ‘dobre i szczęśliwe życie’) doświadczają najniższego poczucia sensu w życiu ( $M = 16,17; SD = 7,12$ ) – zarówno w porównaniu do osób, których wizja spełnia oba kryteria idylliczności jak i tych, których wizja spełnia tylko jedno z tych kryteriów. Najsilniejsze poczucie sensu w życiu posiadają osoby mające wizję spełniającą oba kryteria idylliczności ( $M = 24,60; SD = 6,23$ ). Pośrodku ( $M = 22,64; SD = 6,45$ ) znajdują się osoby, których wizja własnego dorosłego życia spełnia tylko jedno ze wspomnianych powyżej kryteriów idylliczności. Zależności pomiędzy stopniem idylliczności posiadanej wizji własnego dorosłego życia o poczuciem sensu w życiu zaprezentowany na wykresie 5.

### Wykres 5

*Idylliczność wizji własnego życia a aktualne poczucie sensu w życiu u osób w okresie wylaniającej się dorosłości*



Źródło: opracowanie własne.

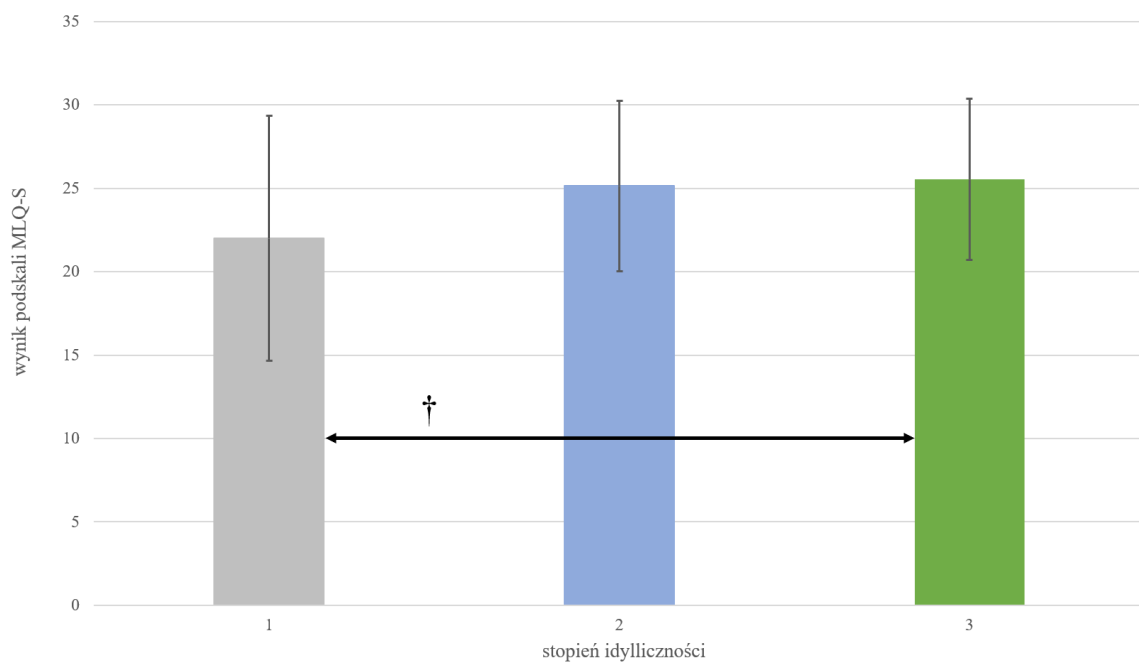
\*  $p < 0,05$  \*\*\*  $p < 0,001$ .



Nie potwierdziły się natomiast przewidywania w ramach których zakładano, że osoby posiadające wizję o najniższym stopniu idylliczności będą charakteryzować się silniejszym nastawieniem na poszukiwanie sensu w życiu w przyszłości. Co więcej, dane zaprezentowane na wykresie 6. wskazują, że zależność ta ma tendencje odwrotną, choć różnica nie osiąga poziomu istotności statystycznej ( $T(2, 297) = 5,554; p = 0,062$ ).

### Wykres 6

*Idylliczność wizji własnego życia a nastawienie na poszukiwanie sensu w życiu w przyszłości u osób w okresie wylaniającej się dorosłości*



Źródło: opracowanie własne.

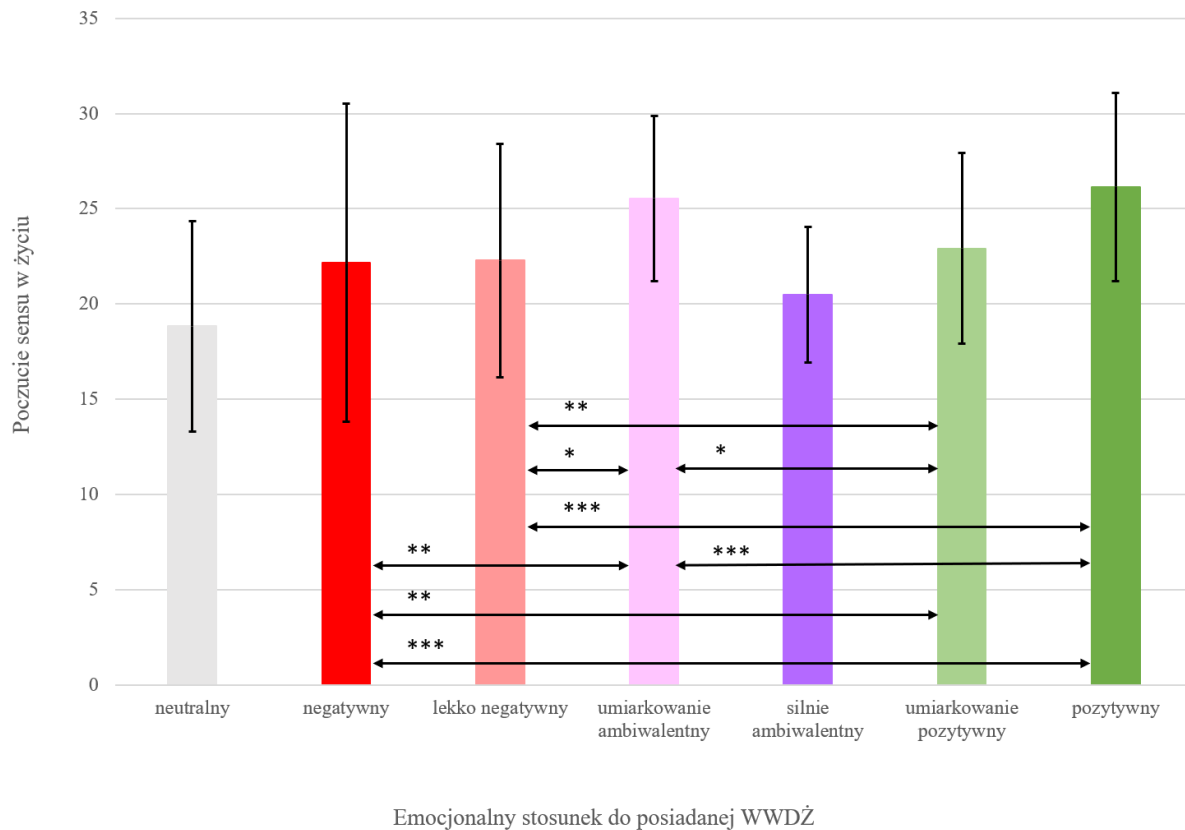
†  $p < 0,10$

Aby zweryfikować przewidywania zawarte w hipotezie 4.6., przeanalizowano zależności pomiędzy poczuciem sensu w życiu oraz subiektywnym ustosunkowaniem się do posiadanej wizji własnego dorosłego życia. Zgodnie z postawioną hipotezą, aktualne poczucie sensu w życiu jest pozytywnie skorelowane z większą łatwością przywołania i opisanie wizji własnego dorosłego życia ( $\rho = 0,40; p < 0,001$ ), silniejszym natężeniem towarzyszących temu pozytywnych emocji ( $\rho = 0,38; p < 0,001$ ) i silniejszym poczuciem ciągłości między terażniejszością a przyszłością, jakie daje jednostce posiadana przez nią wizja własnego dorosłego życia ( $\rho = 0,32; p < 0,001$ ). Wyższe aktualne poczucie sensu w życiu

negatywnie koreluje ( $\rho = -0,42$ ;  $p < 0,001$ ) za to z silniejszym natężeniem negatywnych emocji towarzyszących przywoływanu i opisywaniu wizji własnego dorosłego życia przez osoby w okresie wyłaniającej się dorosłości, co także jest zgodne z postawioną hipotezą.

## Wykres 7

*Emocjonalny stosunek do posiadanej wizji własnego życia a aktualne poczucie sensu w życiu*



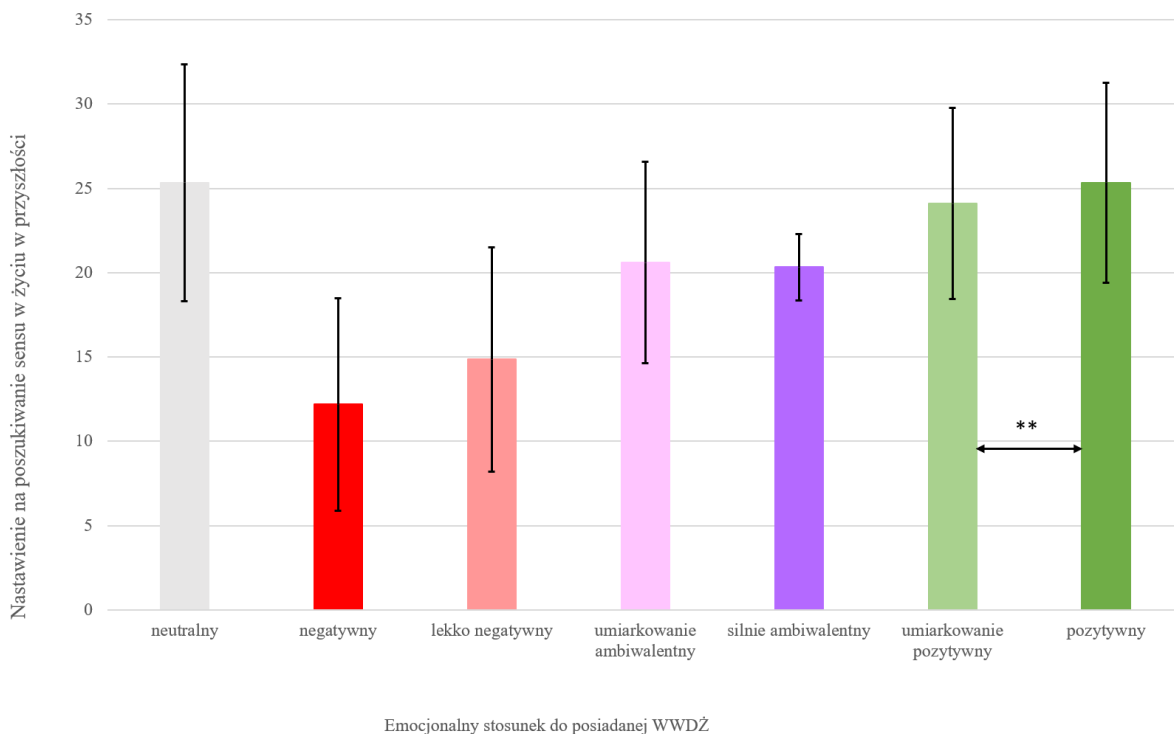
Źródło: opracowanie własne.

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

Eksploracyjnie przeanalizowano także różnice w natężeniu poczucia sensu w życiu i nastawieniu na jego poszukiwanie w przyszłości pomiędzy osobami o odmiennym stosunku emocjonalnym do sformułowanej przez siebie wizji własnego dorosłego życia. Okazało się, że nastawienie emocjonalne do własnej WWDŻ istotnie różnicuje uczestników badania pod kątem nasilenia odczuwanego poczucia sensu w życiu ( $T(6, 297) = 67,426$ ;  $p < 0,001$ ) i nastawienia na jego poszukiwanie w przyszłości ( $T(6, 297) = 30,282$ ;  $p < 0,001$ ). Dokonane porównania parami wykazały szereg istotnych statystycznie różnic w odniesieniu do aktualnego poczucia sensu w życiu i praktycznie brak różnic w odniesieniu do nastawienia na jego poszukiwanie w przyszłości (pomimo istotności na poziomie ogólnej zależności).

## Wykres 8

*Emocjonalny stosunek do posiadanej wizji własnego życia a nastawienie na poszukiwanie sensu w życiu w przyszłości*



Źródło: opracowanie własne.

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

Fakt, iż niektóre różnice, choć znaczne, nie osiągają poziomu istotności statystycznej może wynikać z nierównoliczności grup – na przykład osób o neutralnym i silnie ambiwalentnym stosunku do posiadanej wizji własnego dorosłego życia było bardzo mało (po 6 [2,0%]). Niemniej, należy podkreślić, że najwyższe poczucie sensu w życiu posiadają osoby mające pozytywne lub umiarkowanie pozytywne ustosunkowanie do sformułowanej przez siebie wizji własnego dorosłego życia, a najniższe te, które do tejże wizji mają negatywny (silnie lub umiarkowanie) stosunek emocjonalny.

### ***7.2.6. Zmiany w wizji własnego dorosłego życia u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości podczas ostatniego roku edukacji w szkole średniej/ na studiach wyższych***

Istotnym celem badawczym niniejszego projektu było także opisanie zmian zachodzących w obrębie wizji własnego dorosłego życia u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości podczas ostatniego roku edukacji w szkole średniej/ na studiach wyższych. W tym celu porównano wizję opisywaną przez uczestników badania w pomiarze 1. i pomiarze 2. –

zarówno w odniesieniu do jej treści, jak i struktury oraz subiektywnego ustosunkowania się do posiadania wizji własnego dorosłego życia<sup>30</sup>.

#### *7.2.6.1. Zmiany w treści wizji własnego dorosłego życia u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości*

W ciągu dziewięciu miesięcy oddzielających oba pomiary zaszło kilka istotnych zmian w obrębie treści wizji własnego dorosłego życia u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości. Choć praca zawodowa pozostaje najczęściej wspomnianym w WWDŻ obszarem życia, to jednak odwołuje się do niej mniejszy odsetek niż w pierwszym pomiarze. Wciąż na drugim miejscu, jeśli chodzi o częstość wspomniania w wizji własnego dorosłego życia, znajduje się obszar dotyczący związków intymnych, jednak także w tym przypadku maleje odsetek osób odwołujących się do tego obszaru. Na trzecim miejscu, podobnie jak w pomiarze 1., znajduje się obszar życia związany z miejscem zamieszkania. W tym przypadku następuje minimalny spadek odsetka osób odwołujących się do tego obszaru, jednak nie jest on istotny statystycznie. Istotnej zmianie ulega także odsetek osób odwołujących się w swojej wizji własnego dorosłego życia do kwestii związanych z życiem rodzinnym oraz życiem wewnętrznym i rozwojem osobistym. W pozostałych obszarach nie zaobserwowano istotnych statystycznie zmian w zakresie częstości odwoływania się przez osoby w okresie wyłaniającej się dorosłości do nich w wizji własnego dorosłego życia (tabela 40.).

Wśród uczestników, którzy wzięli udział w obu pomiarach, nie zaobserwowano istotnej zmiany w zakresie wyrażania wątpliwości co do własnej przyszłości w ramach wypowiedzi dotyczących wizji własnego dorosłego życia. Na początku ostatniego roku edukacji w szkole średniej/ na uczelni wyższej wątpliwości takie są obecne w wizji 11,9% osób, natomiast dziewięć miesięcy później w wypowiedziach 8,5% osób. W przypadku 86,3% osób nie zachodzi zmiana w tym zakresie, natomiast u 5,1% uczestników zaobserwowano pojawienie się takich wątpliwości, pomimo ich wcześniejszego braku. Odwrotna sytuacja (obecność wątpliwości w pomiarze 1. i ich brak w pomiarze 2.) dotyczy 8,5% uczestników.

---

<sup>30</sup> Dokonując porównań, brano pod uwagę wyłącznie wyniki pochodzące od osób, które wzięły udział w obu pomiarach. W związku z tym niektóre wartości stanowiące punkt odniesienia (pochodzące z pomiaru 1.), nieco różnią się od tych przedstawionych w podrozdziale 7.2.2.

**Tabela 40**

*Zmiany w treści wizji własnego dorosłego życia u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości pomiędzy początkiem i końcem ostatniego roku edukacji w szkole średniej/ na uczelni wyższej*

Obszar życia	Ogólnie		Zmiana	x2	p
	N	%	%		
Praca zawodowa	141	79,7%	-10,2%	7,080	0,008
Związek intymny	86	48,6%	-16,4%	9,681	0,002
Miejsce zamieszkania	101	57,1%	-0,6%	0,012	0,914
Rodzicielstwo	82	46,3%	-5,1%	0,916	0,339
Sposób spędzania czasu wolnego czasu	59	33,3%	+7,3%	2,288	0,130
Rodzina	63	35,6%	+17,5%	13,826	< 0,001
Ukończenie edukacji	17	9,6%	-2,3%	0,472	0,492
Życie wewnętrzne i rozwój osobisty	39	22,0%	+10,7%	7,342	0,007
Inne istotne relacje	23	13,0%	+2,8%	0,690	0,406
Wartości	14	7,9%	+2,3%	0,715	0,398
Inne	45	25,4%	+2,3%	0,246	0,620

*Źródło: opracowanie własne.*

Zaobserwowano natomiast istotny spadek odsetka osób, które w swojej wizji własnego dorosłego życia odwołują się do stanów pożądaných i marzeń ( $\chi^2(1, 352) = 4,789$ ;  $p < 0,05$ ). Spośród uczestników, którzy wzięli udział w obu pomiarach, w pomiarze 1. zrobiło to 21,1% osób a w pomiarze 2. już tylko 12,4%. W przypadku 77,7% osób nie zachodzi zmiana w tym zakresie, natomiast u 6,86% uczestników zaobserwowano pojawienie się takich odniesień, pomimo ich wcześniejszego braku. Odwrotna sytuacja (obecność odniesień do marzeń i stanu pożądanego w pomiarze 1. i ich brak w pomiarze 2.) dotyczy 15,4% uczestników.

W przypadku przeważającej części osób (68,4%) w okresie wyłaniającej się dorosłości pomiędzy początkiem a końcem ostatniego roku edukacji w ostatniej klasie szkoły średniej/ na ostatnim roku studiów wyższych dochodzi do zmiany pod względem tego, który z obszarów życia wspomniany jest jako pierwszy. Nadal jednak najczęściej (31,1%) pierwszym wspomnianym obszarem jest praca zawodowa, choć następuje tutaj istotny spadek odsetka

osób, które opis wizji swojego dorosłego życia zaczynają od tego aspektu życia ( $\chi^2(1, 354) = 11,327; p < 0,001$ ). Drugim z najczęściej (15,8%) wspominanych w pierwszej obszarów życia, podobnie jak w pomiarze 1., jest związek intymny. Natomiast trzecim z najczęściej wspominanych na początku wypowiedzi dotyczącej WWDŻ obszarów życia (15,3%) jest miejsce zamieszkania. Następuje tutaj istotny wzrost odsetka osób odwołujących się w pierwszej kolejności do tego obszaru w porównaniu do pomiaru 1. ( $\chi^2(1, 354) = 5,524; p < 0,05$ ). Zaobserwowano także istotny wzrost odsetka osób odwołujących się w pierwszej kolejności w swojej wizji własnego dorosłego życia do życia rodzinnego (11,9%;  $\chi^2(1, 354) = 7,601; p < 0,01$ ) i sposobu spędzania wolnego czasu (3,4%;  $\chi^2(1, 354) = 6,103; p < 0,05$ ).

Ostatnim z analizowanych aspektów dotyczących zmian w treści wizji własnego dorosłego życia w trakcie trwania ostatniego roku nauki w szkole średnie/ na studiach wyższych była idylliczność tejsze wizji. Przeprowadzone analizy nie wykazały istotnych zmian w tym aspekcie ( $\chi^2(1, 350) = 0,225; p = 0,894$ ) pomiędzy pomiarem 1. a 2.

#### *7.2.6.2. Zmiany w strukturze wizji własnego dorosłego życia u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości*

Analizie poddano także zmiany w obrębie struktury wizji własnego dorosłego życia, jakie zaszły u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości pomiędzy momentem rozpoczynania i kończenia ostatniego roku edukacji w szkole średniej/ na uczelni wyższej. W pierwszej kolejności porównano<sup>31</sup> długość wypowiedzi dotyczących wizji własnego dorosłego życia. W pomiarze 2. wypowiedzi te są nieznacznie dłuższe ( $M_1 = 29,55; SD_1 = 30,35$  vs  $M_2 = 31,69; SD_2 = 27,87$ ), ale różnica ta nie jest istotna statystycznie ( $\chi^2(1, 176) = 0,828; p = 0,363$ ). Pomędzy oboma pomiarami nie zachodzi także istotna zmiana w liczbie obszarów życia, do których odwołują się w swojej wizji własnego dorosłego życia osoby w okresie wyłaniającej się dorosłości ( $M_1 = 3,68; SD_1 = 1,48$  vs  $M_2 = 3,79; SD_2 = 1,79; \chi^2(1, 176) = 0,735; p = 0,391$ ). Zmianie nie ulega także stopień rozbudowania wizji własnego dorosłego życia ( $\chi^2(1, 354) = 0,442; p = 0,932$ ). Warto jednak zaznaczyć, że zmiany w zakresie rozbudowania WWDŻ są silnie powiązane ze zmianami w obrębie jej szczegółowości ( $\rho = 0,74; p < 0,001$ ).

Nie zaobserwowano także istotnych statystycznie zmian w zakresie łącznej liczby szczegółów opisywanych przez osoby w okresie wyłaniającej się dorosłości ( $\chi^2(1, 176) = 0,410; p = 0,522$ ) oraz w stopniu szczegółowości ich wizji własnego dorosłego życia ( $\chi^2(4,$

---

<sup>31</sup> Test Friedmana dla powtórzonych pomiarów i danych nieparametrycznych.

354) = 2,274;  $p = 0,686$ ). Zaobserwowano natomiast pojedyncze istotne zmiany w przeciętnej liczbie szczegółów podawanych w odniesieniu do kilku obszarów życia. Wzrasta liczba szczegółów podawanych w odniesieniu do życia rodzinnego ( $M_1 = 0,14$ ;  $SD_1 = 0,36$  vs  $M_2 = 0,27$ ;  $SD_2 = 0,54$ ;  $\chi^2(1, 176) = 5,667$ ;  $p < 0,05$ ) oraz życia wewnętrznego i rozwoju osobistego ( $M_1 = 0,19$ ;  $SD_1 = 0,62$  vs  $M_2 = 0,35$ ;  $SD_2 = 0,78$ ;  $\chi^2(1, 176) = 8,647$ ;  $p < 0,01$ ). Maleje z kolei liczba szczegółów podawana przy okazji przewidywań na temat kwestii dotyczących związku intymnego ( $M_1 = 0,77$ ;  $SD_1 = 0,70$  vs  $M_2 = 0,58$ ;  $SD_2 = 0,68$ ;  $\chi^2(1, 176) = 10,227$ ;  $p < 0,01$ ).

Przeanalizowano również, w jakim stopniu skorelowane ze sobą są wyniki dotyczące różnych aspektów struktury wizji własnego dorosłego życia w obu pomiarach. Zaobserwowane korelacje mają umiarkowaną siłę i wynoszą odpowiednio  $\rho = 0,32$  ( $p < 0,001$ ) dla liczby wspominanych obszarów,  $\rho = 0,36$  ( $p < 0,001$ ) dla liczby podawanych szczegółów,  $\rho = 0,37$  ( $p < 0,001$ ) dla poziomu szczegółowości i  $\rho = 0,46$  ( $p < 0,001$ ) dla liczby wyrazów użytych do opisanego wizji własnego dorosłego życia.

Analizie poddano także zmiany w zakresie stopnia zbalansowania wizji własnego dorosłego życia. Również w tym aspekcie dotyczącym struktury WWDŹ nie zaobserwowano istotnej różnicy pomiędzy pomiarem 1. i 2. ( $\chi^2(3, 352) = 1,228$ ;  $p = 0,746$ ). Podsumowując, można stwierdzić, że w ciągu ostatniego roku nauki w szkole średniej/ na uczelni wyższej u osób w okresie wylaniającej się dorosłości nie zachodzą znaczące zmiany w strukturze wizji własnego dorosłego życia.

#### *7.2.6.3. Zmiany w subiektywnym stosunku do posiadanej wizji własnego dorosłego życia u osób w okresie wylaniającej się dorosłości*

Ostatnim z analizowanych aspektów były zmiany w zakresie subiektywnego ustosunkowania się do posiadanej wizji własnego dorosłego życia. Nie odnotowano istotnej statystycznie zmiany w poziomie łatwości przywołania i opisanego tejże wizji ( $M_1 = 4,30$ ;  $SD_1 = 1,45$  vs  $M_2 = 4,29$ ;  $SD_2 = 1,32$ ;  $\chi^2(1, 176) = 0,072$ ;  $p = 0,788$ ), natężeniu towarzyszących temu pozytywnych emocji ( $M_1 = 5,20$ ;  $SD_1 = 1,54$  vs  $M_2 = 5,22$ ;  $SD_2 = 1,49$ ;  $\chi^2(1, 176) = 0,286$ ;  $p = 0,593$ ) oraz poczuciu ciągłości jakie dawała WWDŹ pomiędzy teraźniejszością a przyszłością ( $M_1 = 4,99$ ;  $SD_1 = 1,53$  vs  $M_2 = 4,93$ ;  $SD_2 = 1,49$ ;  $\chi^2(1, 176) = 0,008$ ;  $p = 0,926$ ). Następuje natomiast istotny wzrost natężenia negatywnych emocji, jakie towarzyszą osobom w okresie wylaniającej się dorosłości w związku z przywoływaniem i opisywaniem wizji własnego dorosłego życia ( $M_1 = 2,63$ ;  $SD_1 = 1,51$  vs  $M_2 = 2,85$ ;  $SD_2 = 1,48$ ;  $\chi^2(1, 176) = 5,165$ ;  $p < 0,05$ ). Zweryfikowano także, czy zmianie uległo nastawienie emocjonalne wobec

wizji własnego dorosłego życia – zaobserwowano, że spada odsetek osób posiadających silnie pozytywny stosunek do posiadanej wizji (z 52,6% do 39,2%;  $\chi^2(1, 351) = 6,315; p < 0,05$ ), wzrasta natomiast odsetek osób mających umiarkowanie pozytywny stosunek do wizji własnego dorosłego życia (z 13,1% do 23,9%;  $\chi^2(1, 351) = 6,684; p < 0,05$ ).

Analizie poddano także to, w jakim stopniu skorelowano ze sobą są wybrane aspekty subiektywnego ustosunkowania do posiadanej WWDŻ w pomiarze 1. pomiarze 2. We wszystkich badanych aspektach subiektywnego ustosunkowania się do wizji własnego dorosłego życia zaobserwowano umiarkowany stopień podobieństwa: współczynnik korelacji Spearmana pomiędzy odpowiedziami z obu pomiarów wynosi 0,45 ( $p < 0,001$ ) dla łatwości przywołania i opisanie WWDŻ; 0,37 ( $p < 0,001$ ) dla natężenia pozytywnych emocji towarzyszących WWDŻ; 0,42 ( $p < 0,001$ ) dla natężenia negatywnych emocji towarzyszących WWDŻ i 0,53 ( $p < 0,001$ ) dla natężenia poczucia ciągłości towarzyszącego przywołaniu i opisaniu wizji własnego dorosłego życia.

Sprawdzono również, na ile powiązane ze sobą były zmiany w strukturze WWDŻ i różnych aspektach subiektywnego ustosunkowania się do niej. Przeprowadzone analizy wykazały, że zmiany w strukturze wizji własnego dorosłego życia nie są przeważnie istotnie powiązane ze zmianami w subiektywnym ustosunkowaniu się do tejże wizji (tabela 41.).

**Tabela 41.**

*Wzajemne zależności pomiędzy zmianami w strukturze wizji własnego dorosłego życia i subiektywnym ustosunkowaniem się do niej u osób w okresie wylaniającej się dorosłości*

Aspekty wizji własnego dorosłego życia	1	2	3	4	5
1. Liczba obszarów	-				
2. Liczba szczegółów	0,74***	-			
3. Łatwość	0,02	-0,06	-		
4. Pozytywne emocje	0,16*	0,14	0,39***	-	
5. Negatywne emocje	-0,16*	-0,10	-0,27***	-0,59***	-
6. Poczucie ciągłości	0,10	0,06	0,19*	0,37***	-0,38***

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

Zaobserwowano natomiast słabe i umiarkowane powiązania pomiędzy zmianami w poszczególnych aspektach subiektywnego ustosunkowania się do posiadanej wizji własnego dorosłego życia. Wzrostowi poczucia łatwości przywołania i opisanie WWDŻ towarzyszy wzrost natężenia pozytywnych i spadek natężenia negatywnych emocji oraz wzrost poczucia



ciągłości towarzyszącego tejże wizji. Warto podkreślić także, iż wzrost poczucia ciągłości towarzyszącego przywołaniu i opisaniu WWDŹ jest powiązany ze wzrostem natężenia pozytywnych emocji towarzyszących tejże wizji i spadkiem natężenia emocji negatywnych.

Ponieważ powyżej przytoczone dane mają charakter korelacyjny, nie jest możliwe orzekanie na ich podstawie o ewentualnych zależnościach przyczynowo-skutkowych. W związku z tym przeprowadzono także szereg analiz regresji, aby zweryfikować potencjalne obustronne zależności. Okazało się, że wzrost natężenia pozytywnych emocji towarzyszących WWDŹ pomiędzy pomiarem 1. a pomiarem 2. jest nieco silniejszym predyktorem wyższej łatwości przywołania i opisanie tejże wizji w pomiarze 2. ( $R^2 = 0,08$ ;  $F(1, 175) = 15,616$ ;  $p < 0,001$ ;  $\beta = 0,22$ ) niż wzrost poczucia łatwości przywołania i opisanie WWDŹ pomiędzy oboma pomiarami predyktorem wyższego natężenia pozytywnych emocji w pomiarze 2. ( $R^2 = 0,04$ ;  $F(1, 175) = 6,999$ ;  $p < 0,01$ ;  $\beta = 0,20$ ). Jeśli chodzi o zależności pomiędzy zmianami natężenia pozytywnych emocji towarzyszących WWDŹ a związanym z nią poczuciem ciągłości, to przeprowadzone analizy wykazały, że zmiany w obrębie poczucia ciągłości są silniejszym predyktorem natężenia pozytywnych emocji towarzyszących WWDŹ ( $R^2 = 0,05$ ;  $F(1, 175) = 9,853$ ;  $p < 0,01$ ;  $\beta = 0,23$ ) niż zmiany natężenia tychże emocji predyktorem poczucia ciągłości ( $R^2 = 0,04$ ;  $F(1, 175) = 7,342$ ;  $p < 0,01$ ;  $\beta = 0,17$ ). Okazało się także, iż zmiany w natężeniu negatywnych emocji towarzyszących WWDŹ pomiędzy oboma pomiarami nie są istotnym predyktorem poczucia ciągłości towarzyszącego tejże wizji w pomiarze 2. ( $R^2 = 0,02$ ;  $F(1, 175) = 2,739$ ;  $p = 0,100$ ;  $\beta = -0,11$ ). Natomiast wzrost natężenia poczucia ciągłości związanego z WWDŹ pomiędzy pomiarem 1. i 2. jest istotnym predyktorem niższego natężenia negatywnych emocji towarzyszących tejże wizji w pomiarze 2. ( $R^2 = 0,07$ ;  $F(1, 175) = 12,955$ ;  $p < 0,001$ ;  $\beta = -0,26$ ).

### ***7.2.7. Wybrane czynniki podmiotowe i pozapodmiotowe a zmiany w wizji własnego dorosłego życia u osób w okresie wylaniającej się dorosłości***

W ramach niniejszego projektu postawiono szereg hipotez dotyczących zależności pomiędzy wybranymi czynnikami podmiotowymi i pozapodmiotowymi a zmianami w obrębie wizji własnego dorosłego życia u osób w okresie wylaniającej się dorosłości. W tej części przedstawione zostaną wyniki analiz przeprowadzonych w celu weryfikacji tych hipotez.

7.2.7.1. Porównanie zmian w wizji własnego dorosłego życia u osób będących na początku i na końcu wyłaniającej się dorosłości

W ramach hipotezy 5.9. przewidywano, że większe zmiany w zakresie treści i struktury wizji własnego dorosłego życia oraz subiektywnego ustosunkowania się do niej zachodzić będą u osób będących na początku wyłaniającej się dorosłości (w porównaniu do osób będących na końcu wyłaniającej się dorosłości). Przeprowadzone analizy nie wykazały jednak takich różnic – zarówno w odniesieniu do stopnia rozbudowania, szczegółowości, jak i idylliczności wizji własnego dorosłego życia (tabela 42.).

**Tabela 42**

*Zmiany w zakresie rozbudowania, szczegółowości i idylliczności wizji własnego dorosłego życia u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości*

Charakterystyka WWDŻ		spadek	brak zmiany %	wzrost	$\chi^2$	<i>p</i>
Rozbudowanie	początek WD	29,9%	44,8%	25,4%	0,060	0,970
	koniec WD	28,2%	45,5%	26,4%		
Szczegółowość	początek WD	32,8%	44,8%	22,4%	2,569	0,277
	koniec WD	29,1%	37,3%	33,6%		
Idylliczność	początek WD	21,5%	53,9%	24,6%	0,849	0,654
	koniec WD	25,7%	55,1%	19,3%		

*Źródło: opracowanie własne.*

*Legenda: WD - wyłaniająca się dorosłość; WWDŻ – wizja własnego dorosłego życia.*

Pomiędzy początkiem a końcem ostatniego roku nauki w szkole średniej/ na uczelni wyższej nie odnotowano także istotnych zmian w zakresie zbalansowania wizji własnego dorosłego życia ( $\chi^2(2, 175) = 0,466; p = 0,495$ ). Zbalansowanie to ulega zmianie u 37,9% osób na początku wyłaniającej się dorosłości i 43,12% osób będących na końcu wyłaniającej się dorosłości. W obu grupach zachodzą też podobne zmiany, jeśli chodzi o liczbę wspomnianych obszarów<sup>32</sup> ( $M_1 = 0,05; SD_1 = 2,04$  vs  $M_2 = 0,15; SD_2 = 1,87; U = 3562,50; p = 0,708$ ) i łączną liczbę szczegółów podawanych w wizji własnego dorosłego życia ( $M_1 = -$

<sup>32</sup> W pierwszej kolejności podawane są wyniki osób będących na początku wyłaniającej się dorosłości.

0,27;  $SD_1 = 4,48$  vs  $M_2 = 0,34$ ;  $SD_2 = 4,83$ ;  $U = 3391,50$ ;  $p = 0,374$ ). Nie stwierdzono też praktycznie żadnych różnic w zakresie zmian liczby szczegółów dotyczących poszczególnych obszarów życia wspomnianych w WWDŻ. Jedyną istotną statystycznie różnicę zaobserwowano w odniesieniu do obszaru związanego z przewidywanymi formami spędzania wolnego czasu – ulega on istotnie wyższemu ( $U = 3059,00$ ;  $p < 0,05$ ; siła efektu: 0,17) uszczegółowieniu u osób na końcu wyłaniającej się dorosłości ( $M = 0,51$ ;  $SD = 1,94$ ) niż u osób będących na początku wyłaniającej się dorosłości ( $M = -0,12$ ;  $SD = 1,44$ ).

Również zakres zmian w zakresie subiektywnego ustosunkowania się do posiadanej wizji własnego dorosłego życia jest zbliżony u osób na początku i na końcu wyłaniającej się dorosłości. Zmiany te są bardzo nieznaczne we wszystkich mierzonych aspektach subiektywnego stosunku do posiadanej WWDŻ – łatwości jej przywołania i opisanie ( $M_1 = -0,21$ ;  $SD_1 = 1,63$  vs  $M_2 = -0,09$ ;  $SD_2 = 1,34$ ;  $U = 3140,50$ ;  $p = 0,092$ ), natężenia pozytywnych emocji związanych z wizją ( $M_1 = -0,08$ ;  $SD_1 = 2,04$  vs  $M_2 = 0,04$ ;  $SD_2 = 1,57$ ;  $U = 3588,00$ ;  $p = 0,765$ ), natężenia negatywnych emocji związanych z wizją ( $M_1 = 0,31$ ;  $SD_1 = 1,98$  vs  $M_2 = 0,16$ ;  $SD_2 = 1,51$ ;  $U = 3531,50$ ;  $p = 0,634$ ) oraz towarzyszącego tejże wizji poczucia ciągłości ( $M_1 = -0,03$ ;  $SD_1 = 1,56$  vs  $M_2 = -0,09$ ;  $SD_2 = 1,43$ ;  $U = 3526,50$ ;  $p = 0,621$ ).

#### *7.2.7.2. Perspektywa czasu a zmiany w wizji własnego dorosłego życia u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości*

W ramach hipotezy 5.7. przewidywano, że rozbudowanie przyszłościowej perspektywy czasu będzie predyktorem wzrostu rozbudowania i szczegółowości wizji własnego dorosłego życia u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości. Nie potwierdziło się to jednak w odniesieniu do zależności pomiędzy natężeniem orientacji przyszłościowej (mierzonej kwestionariuszem ZTPI) oraz zmianami w liczbie obszarów reprezentowanych w WWDŻ ( $R^2 = 0,00$ ;  $F(1, 173) = 0,002$ ;  $p = 0,964$ ;  $\beta = 0,00$ ) i liczbie szczegółów podawanych w tejże wizji ( $R^2 = 0,00$ ;  $F(1, 173) = 0,115$ ;  $p = 0,734$ ;  $\beta = 0,02$ ). Również silniejsza skłonność do planowania długoterminowego (mierzona kwestionariuszem FTPQ) nie jest predyktorem wzrostu rozbudowania WWDŻ ( $R^2 = 0,00$ ;  $F(1, 173) = 0,452$ ;  $p = 0,503$ ;  $\beta = -0,01$ ) oraz liczby szczegółów podawanych w tejże wizji ( $R^2 = 0,00$ ;  $F(1, 173) = 0,003$ ;  $p = 0,960$ ;  $\beta = 0,00$ ). Podobne wyniki uzyskano w odniesieniu do zaangażowania w realizację projektów przyszłościowych – nie jest ona predyktorem ani wzrostu liczby obszarów reprezentowanych w wizji własnego dorosłego życia ( $R^2 = 0,00$ ;  $F(1, 173) = 0,034$ ;  $p = 0,854$ ;  $\beta = 0,00$ ), ani wzrostu liczby szczegółów podawanych w tejże wizji ( $R^2 = 0,01$ ;  $F(1, 172) = 0,956$ ;  $p = 0,330$ ;  $\beta = 0,05$ ). Podsumowując, uzyskanie wyniki wskazują na to, że

orientacja przyszłościowa i rozbudowanie przyszłościowej perspektywy czasu nie są predyktorami zmian w zakresie wizji własnego dorosłego życia u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości.

### *7.2.7.3. Natężenie wymiarów rozwoju tożsamości a zmiany w wizji własnego dorosłego życia*

W ramach zrealizowanego projektu postawiono szereg hipotez (5.1. – 5.5.) zakładających, że natężenie wymiarów tożsamości będzie predyktorem zmian zachodzących w obrębie wizji własnego dorosłego życia u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości pomiędzy początkiem a końcem ostatniego roku edukacji w szkole średniej/ na uczelni wyższej. Przeprowadzone analizy regresji dostarczają wyników tylko częściowo potwierdzających te hipotezy.

W pierwszej kolejności zweryfikowano, czy natężenie eksploracji wszere stanowiło predyktor wzrostu liczby obszarów, do których odwoływała się osoba w wizji własnego dorosłego życia. Wbrew przewidywaniom postawionym w ramach hipotezy 5.1., natężenie eksploracji wszere jest predyktorem nie wzrostu, a spadku liczby obszarów wspomnianych w WWDŹ ( $R^2 = 0,04$ ;  $F(1, 173) = 7,104$ ;  $p < 0,01$ ;  $\beta = -0,12$ ). Choć należy podkreślić, że moc predykcyjna natężenia eksploracji wszere wobec zmiany liczby obszarów życia wspomnianych w WWDŹ jest w tym przypadku słaba. Nie jest ono także predyktorem zakresu zmian zachodzących w treści wizji własnego dorosłego życia u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości ( $R^2 = 0,00$ ;  $F(1, 173) = 0,000$ ;  $p = 1,000$ ;  $\beta = 0,00$ ).

Wbrew przewidywaniom postawionym w ramach hipotezy 5.2., natężenie podejmowania zobowiązania nie jest predyktorem większej stabilności treści wizji własnego dorosłego życia ( $R^2 = 0,01$ ;  $F(1, 173) = 1,602$ ;  $p = 0,207$ ;  $\beta = 0,04$ ). Przewidywano tutaj, że wyższe natężenie podejmowania zobowiązania będzie pozwalało przewidywać mniejszą liczbę zmian w treści WWDŹ. Natomiast zgodnie z przewidywaniami, podejmowanie zobowiązania nie jest predyktorem ( $R^2 = 0,00$ ;  $F(1, 173) = 0,611$ ;  $p = 0,435$ ;  $\beta = -0,03$ ) ani spadku, ani wzrostu liczby obszarów życia, do których odwoływały się osoby w swojej wizji własnego dorosłego życia oraz liczby szczegółów podawanych w tejże wizji ( $R^2 = 0,00$ ;  $F(1, 173) = 0,093$ ;  $p = 0,761$ ;  $\beta = 0,03$ ).

Wbrew przewidywaniom zawartym w ramach hipotezy 5.3., natężenie eksploracji w głąb nie jest predyktorem większej liczby zmian w obrębie treści wizji własnego dorosłego życia ( $R^2 = 0,02$ ;  $F(1, 174) = 3,383$ ;  $p = 0,068$ ;  $\beta = 0,07$ ), wzrostu liczby obszarów reprezentowanych w tejże wizji ( $R^2 = 0,01$ ;  $F(1, 174) = 0,964$ ;  $p = 0,327$ ;  $\beta = -0,04$ ) ani

wzrostu liczby szczegółów podawanych w wizji własnego dorosłego życia przez osoby w okresie wylaniającej się dorosłości ( $R^2 = 0,02$ ;  $F(1, 174) = 3,265$ ;  $p = 0,073$ ;  $\beta = -0,18$ ). Nie potwierdziły się także przewidywania, wedle których wyższe natężenie eksploracji w głąb miało być predyktorem wzrostu łatwości przywołania i opisanego wizji własnego dorosłego życia ( $R^2 = 0,00$ ;  $F(1, 174) = 0,04$ ;  $p = 0,836$ ;  $\beta = 0,00$ ).

Tylko częściowo potwierdziły się przewidywania postawione w ramach hipotezy 5.4. Zgodnie z tą hipotezą, silniejsza identyfikacja ze zobowiązaniem nie jest predyktorem ( $R^2 = 0,00$ ;  $F(1, 174) = 0,616$ ;  $p = 0,433$ ;  $\beta = -0,03$ ) ani spadku, ani wzrostu liczby obszarów życia, do których odwoływały się osoby w swojej wizji własnego dorosłego życia oraz liczby szczegółów podawanych w tejże wizji ( $R^2 = 0,00$ ;  $F(1, 174) = 0,181$ ;  $p = 0,671$ ;  $\beta = -0,03$ ). Natomiast wbrew przewidywaniom, silniejsza identyfikacja ze zobowiązaniem nie jest predyktorem mniejszej liczby zmian w obrębie treści wizji własnego dorosłego życia ( $R^2 = 0,00$ ;  $F(1, 174) = 0,055$ ;  $p = 0,815$ ;  $\beta = 0,00$ ) i wzrostu łatwości przywołania i opisanego tejże wizji ( $R^2 = 0,02$ ;  $F(1, 174) = 3,799$ ;  $p = 0,053$ ;  $\beta = -0,05$ ). Co więcej, silniejsza identyfikacja ze zobowiązaniem nie tylko nie jest predyktorem wzrostu poczucia ciągłości towarzyszącego wizji własnego dorosłego życia, ale nawet spadku poczucia ciągłości ( $R^2 = 0,03$ ;  $F(1, 174) = 5,607$ ;  $p < 0,05$ ;  $\beta = -0,06$ ).

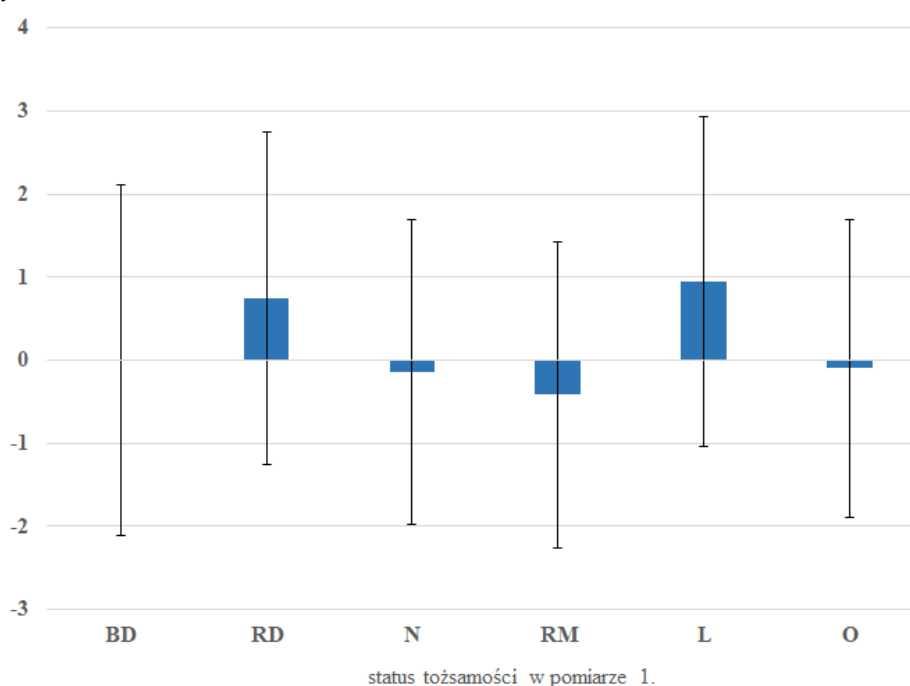
Wbrew przewidywaniom zawartym w hipotezie 5.5., natężenie eksploracji ruminacyjnej nie jest predyktorem zajścia większej liczby zmian w treści wizji własnego dorosłego życia ( $R^2 = 0,01$ ;  $F(1, 174) = 2,475$ ;  $p = 0,117$ ;  $\beta = 0,04$ ), a także większego spadku lub wzrostu liczby obszarów życia, do których odwołują się osoby w swojej wizji własnego dorosłego życia ( $R^2 = 0,00$ ;  $F(1, 174) = 0,360$ ;  $p = 0,549$ ;  $\beta = -0,02$ ), czy też liczby szczegółów podawanych w tejże wizji ( $R^2 = 0,00$ ;  $F(1, 174) = 0,000$ ;  $p = 0,987$ ;  $\beta = 0,03$ ). Silniejsze natężenie eksploracji ruminacyjnej nie jest także, wbrew postawionej hipotezie, predyktorem spadku łatwości przywołania i opisanego wizji własnego dorosłego życia ( $R^2 = 0,00$ ;  $F(1, 174) = 0,097$ ;  $p = 0,756$ ;  $\beta = 0,00$ ) i towarzyszącego jej poczucia ciągłości ( $R^2 = 0,01$ ;  $F(1, 174) = 1,190$ ;  $p = 0,277$ ;  $\beta = -0,02$ ). Silniejsze natężenie eksploracji ruminacyjnej nie jest również predyktorem wzrostu natężenia negatywnych emocji towarzyszących przywołaniu i opisaniu WWDŻ ( $R^2 = 0,00$ ;  $F(1, 174) = 0,066$ ;  $p = 0,798$ ;  $\beta = -0,01$ ). Także ten wynik jest sprzeczny z postawioną hipotezą.

#### 7.2.7.4. Status tożsamości a zmiany w wizji własnego dorosłego życia u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości

Jednym z celów zrealizowanego badania było także porównanie zmian zachodzących w obrębie wizji własnego dorosłego życia u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości charakteryzujących się różnymi statusami tożsamości. Aby zweryfikować przewidywania przedstawione w ramach hipotezy 5.6., porównano zakres zmian w obrębie treści i struktury WWDŹ oraz subiektywnego ustosunkowania się do niej u osób o różnych statusach tożsamości (wykresy 9. – 14.).

### Wykres 9

Zmiana liczby obszarów życia w wizji własnego dorosłego życia u osób o różnych statusach tożsamości



Legenda: BD – beztroska dyfuzja; RD – rozproszona dyfuzja; N – niezróżnicowana; RM – ruminacyjne moratorium; L – lustrzana; O – osiągnięta.

Źródło: opracowanie własne.

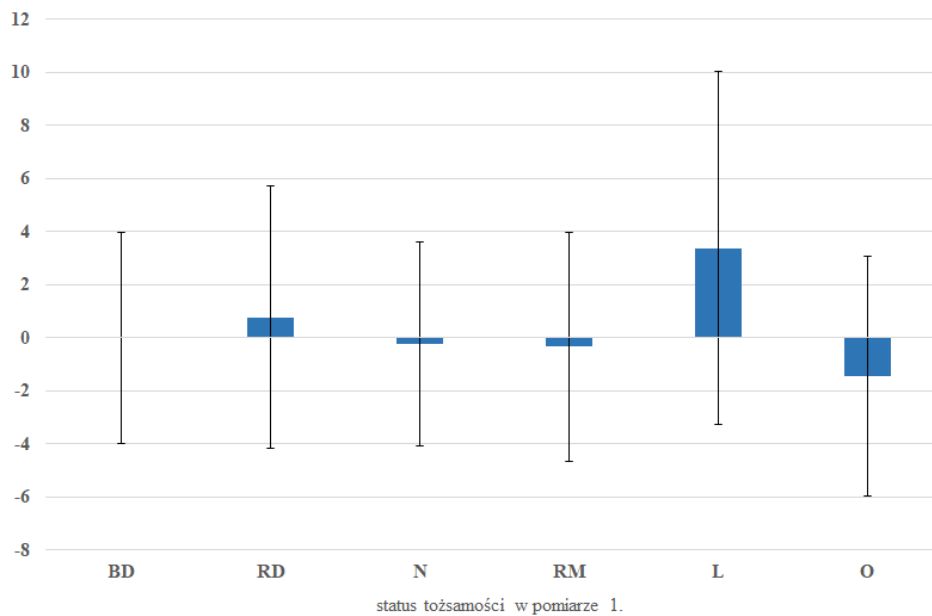
Przeprowadzone analizy<sup>33</sup> wykazały, że status tożsamości w pomiarze 1. nie różnicuje uczestników badania w zakresie zmiany (pomiędzy oboma pomiarami) liczby obszarów życia, do których odwołują się oni w swojej wizji własnego dorosłego życia ( $\chi^2(5, 171) = 9,459$ ;  $p = 0,092$ ). Nie stwierdzono także istotnych różnic w zakresie tego w obrębie ilu obszarów życia doszło do zmiany (pojawienie się odniesienia mimo wcześniejszego jego braku lub brak odniesienia pomimo jego wcześniejszej obecności) – osoby o różnych

<sup>33</sup> Jednokierunkowa ANOVA dla danych nieparametrycznych, test Kruskala-Wallisa.

statusach tożsamości nie różnią się tutaj między sobą ( $\chi^2(3, 171) = 2,215; p = 0,529$ ). Nie odnotowano także różnic w zakresie zmian w liczbie podawanych w WWDŻ szczegółów pomiędzy osobami o odmiennych statusach tożsamości ( $\chi^2(5, 171) = 8,972; p = 0,110$ ). Jak widać na wykresie 10. zmiana ta największa jest w przypadku osób o tożsamości lustrzanej, ale nie jest ona istotnie większa od osób charakteryzujących się innymi statusami tożsamości.

### Wykres 10

*Zmiana liczby szczegółów podawanych w wizji własnego dorosłego życia przez osoby o różnych statusach tożsamości*



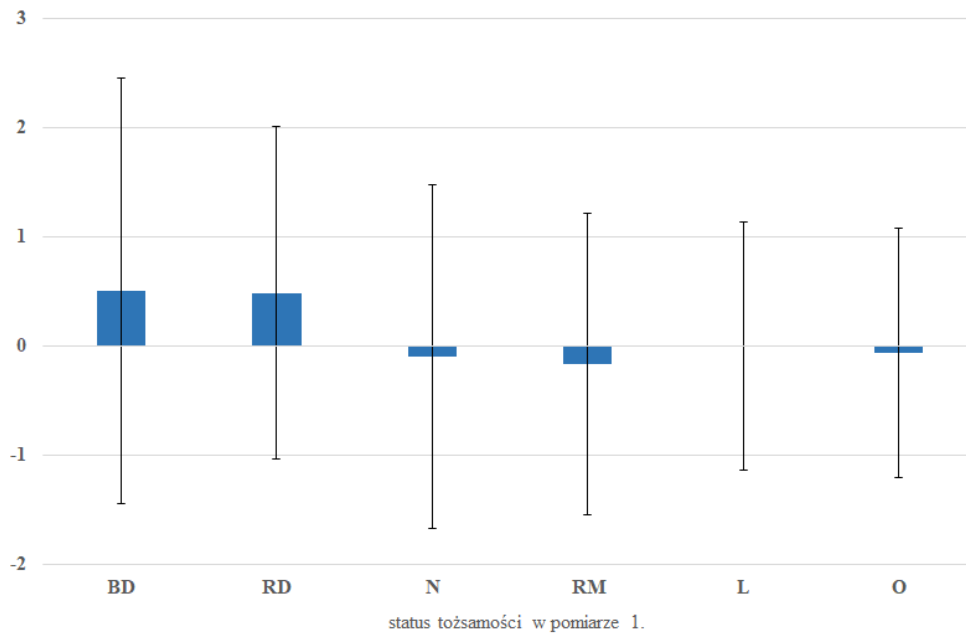
*Legenda:* BD – beztroska dyfuzja; RD – rozproszona dyfuzja; N – niezróżnicowana; RM – ruminacyjne moratorium; L – lustrzana; O – osiągnięta.

*Źródło:* opracowanie własne.

Jak widać na wykresie 11., u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości nie zachodzą podczas ostatniego roku edukacji w szkole średniej/ na uczelni wyższej istotne zmiany w zakresie poczucia łatwości przywołania i opisanego wizji własnego dorosłego życia ( $\chi^2(5, 171) = 5,338; p = 0,364$ ). Należy jednak zwrócić uwagę na dosyć wysokie zróżnicowanie wyników pomiędzy poszczególnymi uczestnikami, na co wskazują wysokie wartości odchyłeń standardowych.

### Wykres 11

Zmiana poczucia łatwości przywołania i opisanania wizji własnego dorosłego życia u osób o różnych statusach tożsamości

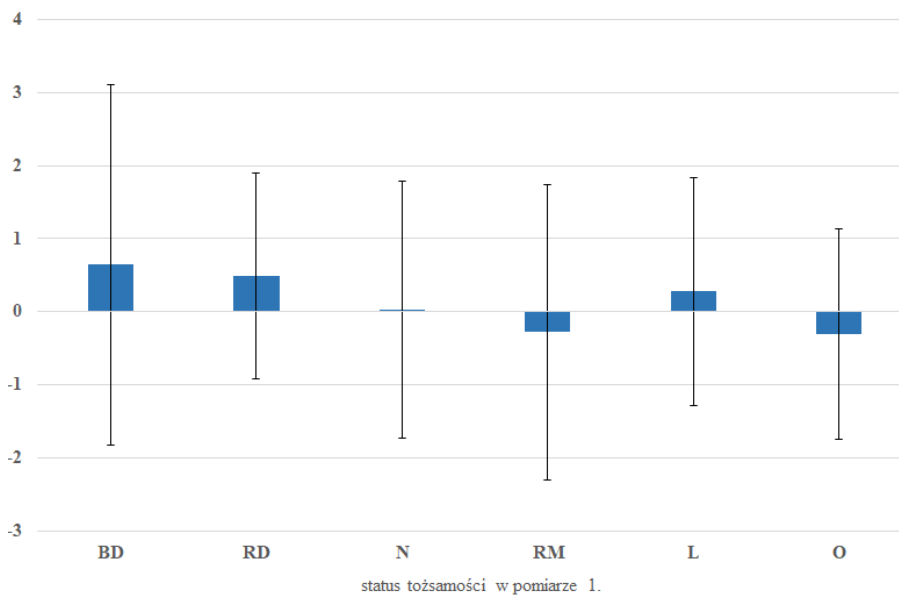


Legenda: BD – beztroska dyfuzja; RD – rozproszona dyfuzja; N – niezróżnicowana; RM – ruminacyjne moratorium; L – lustrzana; O – osiągnięta.

Źródło: opracowanie własne.

### Wykres 12

Zmiana natężenia pozytywnych emocji towarzyszących wizji własnego dorosłego życia u osób o różnych statusach tożsamości



Legenda: BD – beztroska dyfuzja; RD – rozproszona dyfuzja; N – niezróżnicowana; RM – ruminacyjne moratorium; L – lustrzana; O – osiągnięta.

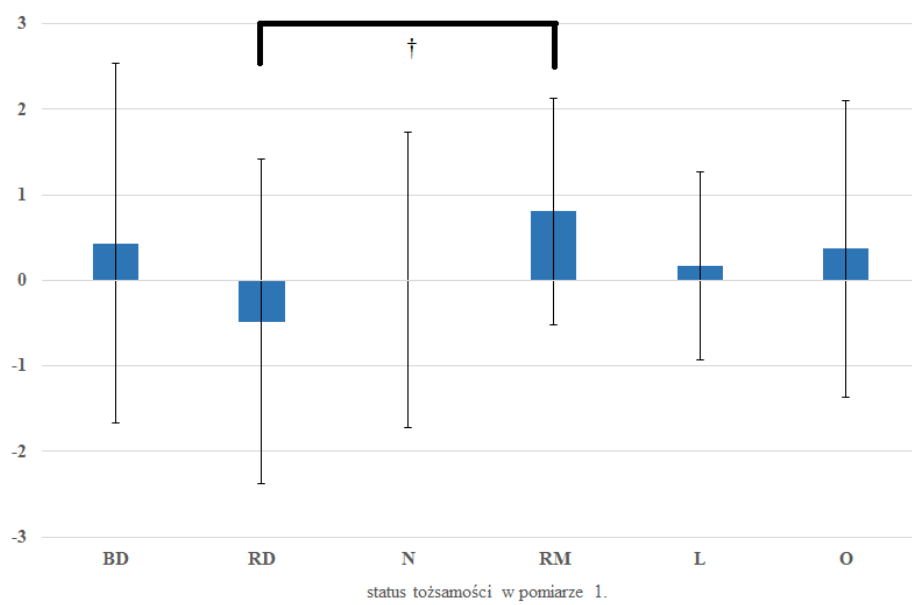
Źródło: opracowanie własne.



Dane przedstawione na wykresie 12. pokazują, że pomiędzy początkiem i końcem ostatniego roku nauki w szkole średniej/ na uczelni wyższej u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości nie zachodzą duże zmiany w zakresie natężenia pozytywnych emocji towarzyszących przywołaniu i opisaniu WWDŻ, niezależnie od posiadanej statusu tożsamości ( $\chi^2(5, 171) = 5,158; p = 0,397$ ). Ponownie należy jednak zwrócić uwagę na znaczne zróżnicowanie wyników poszczególnych osób, objawiające się wysokimi wartościami odchyłeń standardowych w każdej podgrupie. Również w przypadku zmiany w natężeniu negatywnych emocji towarzyszących przywołaniu i opisaniu WWDŻ nie zaobserwowano istotnych różnic pomiędzy osobami o różnych statusach tożsamości ( $\chi^2(5, 171) = 10,771; p = 0,056$ ). W tym przypadku na granicy istotności statystycznej ( $W = -4,027; p = 0,05$ ) znajduje się różnica pomiędzy osobami o statusie tożsamości moratoryjnej i rozproszonej dyfuzyjnej.

### Wykres 13

*Zmiana natężenia negatywnych emocji towarzyszących wizji własnego dorosłego życia u osób o różnych statusach tożsamości*



†  $p < 0,10$ .

*Legenda:* BD – beztroska dyfuzja; RD – rozproszona dyfuzja; N – niezróżnicowana; RM – ruminacyjne moratorium; L – lustrzana; O – osiągnięta.

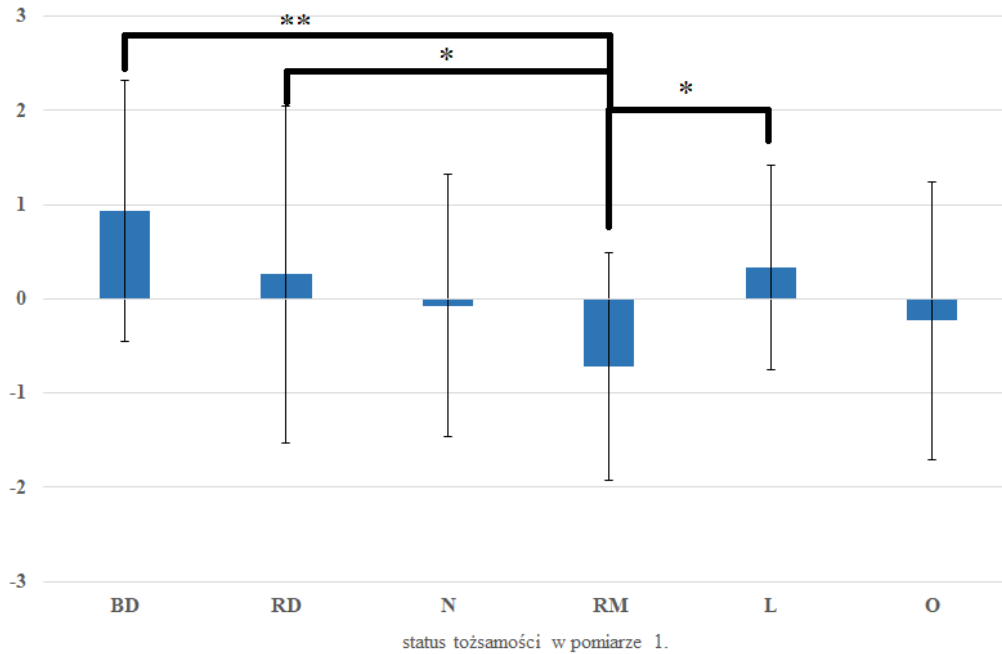
*Źródło:* opracowanie własne.

Zaobserwowano natomiast istotną różnicę w odniesieniu do zmian w natężeniu poczucia ciągłości towarzyszącego wizji własnego dorosłego życia ( $\chi^2(5, 171) = 20,278; p < 0,01$ ). Porównanie parami (Dwass-Stell-Critchlow-Flinger) wykazało, że osoby o tożsamości moratoryjnej doświadczają, w porównaniu do osób o statusie beztroskiej dyfuzji ( $W = -5,386; p < 0,01$ ), rozproszonej dyfuzji ( $W = -4,184; p < 0,05$ ) i tożsamości lustrzanej ( $W = -4,487; p$

< 0,05), istotnego spadku poczucia ciągłości związanego z posiadaną wizją własnego dorosłego życia.

#### Wykres 14

Zmiana natężenia poczucia ciągłości towarzyszącego wizji własnego dorosłego życia u osób o różnych statusach tożsamości



Źródło: opracowanie własne.

Legenda: BD – beztroska dyfuzja; RD – rozproszona dyfuzja; N – nieodróżniona; RM – ruminacyjne moratorium; L – lustrzana; O – osiągnięta.

\*  $p < 0,05$  \*\*  $p < 0,01$ .

Osoby o różnych statusach tożsamości porównano też pod kątem zmian w stopniu rozbudowania, stopniu szczegółowości, idylliczności i zbalansowania wizji własnego dorosłego życia (tabela 43.). Nie zaobserwowano istotnych statystycznie różnic w zakresie zmian w stopniu rozbudowania i zbalansowania wizji własnego dorosłego życia. Na granicy istotności statystycznej znajduje się wynik wskazujący na to, że u osób o tożsamości lustrzanej znacznie częściej w okresie pomiędzy początkiem a końcem ostatniego roku nauki w szkole średniej/ na uczelni wyższej następuje wzrost rozbudowania WWDŹ. U osób o tożsamości lustrzanej istotnie rzadziej dochodzi też do spadku stopnia szczegółowości wizji własnego dorosłego życia. Zmianę taką zaobserwowano natomiast niemal u połowy osób o tożsamości osiągniętej, co stoi w sprzeczności z postawioną hipotezą, w ramach której zakładano, że osoby te charakteryzować się będą silniejszą stałością posiadanej wizji własnego dorosłego życia. Również spadek idylliczności ma miejsce najrzadziej u osób o tożsamości lustrzanej, a najczęściej u osób o tożsamości moratoryjnej.

**Tabela 43**

*Zmiany w stopniu rozbudowania, stopniu szczegółowości, idylliczności i zbalansowaniu wizji własnego dorosłego życia u osób o różnych statusach tożsamości*

Charakterystyka WWDŻ		Beztroska dyfuzja	Rozproszona dyfuzja	Nieźróznicowany	Ruminacyjne moratorium	Lustrzana	Osiągnięta	$\chi^2$	<i>p</i>
%									
Stopień rozbudowania	spadek	35,7	22,6	35,7	33,3	16,7	26,7	3,562	0,614
	brak zmiany	35,7	45,2	40,5	52,8	33,3	56,7	4,319	0,504
	wzrost	28,6	32,4	23,8	13,9	50,0	16,7	10,437	0,064
Stopień szczegółowości	spadek	28,6	32,3	28,6	30,6	0,0	46,7	11,855	< 0,05
	brak zmiany	42,9	45,2	35,7	36,1	50,0	40,0	1,676	0,892
	wzrost	28,6	22,6	35,7	33,3	50,0	13,3	5,800	0,326
Idylliczność	spadek	15,4	12,9	26,2	41,7	5,6	25,0	12,329	< 0,05
	brak zmiany	61,5	61,3	50,0	41,7	61,5	53,4	7,516	0,185
	wzrost	23,1	25,8	23,8	16,7	16,7	21,4	1,243	0,941
Zbalansowanie	brak zmiany	53,9	71,0	59,5	47,2	72,2	58,6	5,341	0,376
	zmiana	46,2	29,0	40,5	52,8	27,8	41,4		

*Źródło: opracowanie własne.*

*Legenda: WWDŻ – wizja własnego dorosłego życia.*

Uzyskane wyniki w niewielkim stopniu potwierdzają hipotezę 5.6., w ramach której przewidywano, że u osób o tożsamości dyfuzyjnej i moratoryjnej będą zachodzić większe zmiany w obrębie wizji własnego dorosłego życia niż u osób o tożsamości lustrzanej i osiągniętej. Częściowo potwierdziło się to w przypadku osób o tożsamości lustrzanej, natomiast w odniesieniu do większości analizowanych zmiennych nie zaobserwowano różnic w zakresie zmian w charakterystyce WWDŻ pomiędzy osobami o różnych statusach tożsamości.

#### *7.2.7.5. Ważne wydarzenia życiowe a zmiany w wizji własnego dorosłego życia u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości*

W toku przeprowadzonych analiz zweryfikowano także, czy liczba i rodzaj ważnych wydarzeń życiowych, jakie miały miejsce w życiu osób w okresie wyłaniającej się dorosłości w trakcie ostatniego roku edukacji w szkole średniej/ na uczelni wyższej były powiązane ze zmianami w obrębie ich wizji własnego dorosłego życia. W pierwszej kolejności określono, jakie ważne wydarzenia życiowe były udziałem uczestników badania w ostatnich miesiącach. Uczestnicy raportowali, że w ich życiu doszło od zera do pięciu takich ważnych wydarzeń ( $M = 1,48$ ;  $SD = 1,11$ ). Najczęściej było to ukończenie aktualnego etapu edukacji (szkoły średniej lub studiów), rozpoczęcie nowej pracy lub przeprowadzka. Część osób doświadczyła także poważnej choroby lub śmierci bliskiej osoby (w rodzinie i poza nią).

Przeprowadzone analizy wykazały, że liczba ważnych wydarzeń życiowych nie jest istotnie powiązana ze zmianami w rozbudowaniu ( $\rho = -0,13$ ;  $p = 0,104$ ) i szczegółowości ( $\rho = -0,10$ ;  $p = 0,206$ ) wizji własnego dorosłego życia oraz z ogólną liczbą zmian w treści tejże wizji ( $\rho = 0,05$ ;  $p = 0,551$ ) u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości. Nie potwierdziły się zatem przewidywania zawarte w hipotezie 5.8.

**Tabela 44***Ważne wydarzenia życiowe pomiędzy pomiarem 1. a pomiarem 2*

Wydarzenie	N	%
Ukończenie aktualnego etapu edukacji	78	44,1
Rozpoczęcie nowej pracy	51	28,8
Przeprowadzka	27	15,3
Poważna choroba bliskiej osoby	20	11,3
Śmierć członka rodziny	20	11,3
Przejsie jakiejs poważnej choroby	15	8,5
Rozpad związku intymnego	12	6,8
Wejście w nowy związek intymny	11	6,2
Śmierć bliskiej osoby spoza rodziny	8	4,5
Inne	10	5,7
Zaręczyny	7	4,0
Utrata pracy	5	2,8

*Źródło: opracowanie własne.*

Weryfikacji poddano także to, czy doświadczenie poszczególnych wydarzeń życiowych było powiązane ze zmianą treści wizji własnego dorosłego życia u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości. Sprawdzone, czy dany obszar życia częściej pojawiał się w WWDŻ osoby, która doświadczyła zmiany życiowej w jakimś obszarze (np. pojawienie się odwołania do budowania związku intymnego w wizji osoby, która wcześniej żyła w pojedynkę, a pomiędzy oboma pomiarami znalazła chłopaka/ dziewczynę). Nie zaobserwowano jednak, wbrew przewidywaniom, żadnych takich zależności. Ukończenie edukacji nie wiąże się z częstszym pojawianiem się tego obszaru w WWDŻ ( $\chi^2(2, 177) = 2,504; p = 0,286$ ). Także rozpoczęcie nowej pracy nie wiąże się z częstszym pojawianiem się odwołania do niej w WWDŻ ( $\chi^2(2, 177) = 0,019; p = 0,991$ ). Nie stwierdzono także, aby odwołanie do związku intymnego częściej było dodawane do WWDŻ u osób, które weszły w taki związek w porównaniu do tych, które nadal żyły w pojedynkę ( $\chi^2(2, 177) = 4,474; p = 0,107$ ) oraz by odwołania do miejsca zamieszkania częściej do swojej wizji własnego dorosłego życia dodawały osoby, które doświadczyły przeprowadzki ( $\chi^2(2, 177) = 5,678; p = 0,058$ ).

Sprawdzone także, czy doświadczenie poszczególnych ważnych wydarzeń życiowych było powiązane ze zmianami w stopniu szczegółowości poszczególnych aspektów wizji

własnego dorosłego życia u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości. Nie zaobserwowano jednak, wbrew przewidywaniom, takich zależności. Ukończenie aktualnego etapu edukacji nie różnicuje uczestniczących w badaniu osób w okresie wyłaniającej się dorosłości pod kątem zakresu zmian w liczbie szczegółów podawanych w odniesieniu do ukończenia edukacji ( $U = 3662,00$ ;  $p = 0,439$ ). Rozpoczęcie nowej pracy nie różnicuje osób w okresie wyłaniającej się dorosłości pod kątem zakresu zmian w liczbie szczegółów podawanych w odniesieniu do przyszłej pracy zawodowej ( $U = 3173,00$ ;  $p = 0,996$ ). Wejście w nowy związek intymny nie różnicuje osób w okresie wyłaniającej się dorosłości pod kątem zakresu zmian w liczbie szczegółów podawanych w odniesieniu do związku intymnego ( $U = 716,00$ ;  $p = 0,195$ ). Doświadczenie zmiany miejsca zamieszkania nie różnicuje osób w okresie wyłaniającej się dorosłości pod kątem zakresu zmian w liczbie szczegółów podawanych w odniesieniu do tego obszaru życia ( $U = 19957,50$ ;  $p = 0,662$ ). Podsumowując, zebrane dane i przeprowadzone analizy nie dostarczają potwierdzenia dla przewidywanych zależności pomiędzy zajściem istotnych zmian życiowych i doświadczeniem rozmaitych ważnych wydarzeń (np. ukończenie edukacji, rozpoczęcie nowego związku intymnego, znalezienie pracy, zmiana miejsca zamieszkania) a treścią i strukturą wizji własnego dorosłego życia u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości.

### ***7.2.8. Zmiany w wizji własnego dorosłego życia a zmiany w obrębie tożsamości***

Istotnym celem zrealizowanego badania było przeanalizowanie zależności pomiędzy zmianami w wizji własnego dorosłego życia a zmianami w obrębie tożsamości osób w okresie wyłaniającej się dorosłości. W odniesieniu do tego celu badawczego postawiono dwie hipotezy (6.1. i 6.2.), które zweryfikowano na drodze empirycznej.

#### *7.2.8.1. Zmiany w wizji własnego dorosłego życia a zmiany w natężeniu wymiarów rozwoju tożsamości*

Zgodnie z hipotezą 6.1. przewidywano, że zmiany w wizji własnego dorosłego życia u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości będą powiązane ze zmianami w natężeniu wymiarów rozwoju tożsamości. Aby zweryfikować te przewidywania, obliczono korelacje pomiędzy zmianami natężenia poszczególnych wymiarów rozwoju tożsamości a zmianami w obrębie struktury WWDŻ i subiektywnego ustosunkowania się do niej (tabela 45.). Wbrew przewidywaniom, wzrostowi natężenia eksploracji wszcz nie towarzyszy wzrost rozbudowania wizji własnego dorosłego życia (zwiększenie liczby obszarów, do których odwoływała się osoba), a wzrost natężenia eksploracji w głąb nie jest istotnie skorelowany ze

wzrostem łącznej liczby szczegółów podawanych w WWDŹ. Częściowo potwierdziły się przewidywania dotyczące zależności między zmianami w poczuciu łatwości przywołania i opisanie wizji własnego dorosłego życia a zmianami w natężeniu wymiarów rozwoju tożsamości. Wzrostowi poczucia łatwości przywołania i opisanie WWDŹ towarzyszy wzrost identyfikacji ze zobowiązaniem, ale nie zaobserwowano istotnej korelacji ze zmianą w natężeniu podejmowania zobowiązania i eksploracji ruminacyjnej. Również w odniesieniu do zależności pomiędzy zmianami w natężeniu emocji towarzyszących WWDŹ a zmianami w natężeniu wymiarów rozwoju tożsamości przewidywania zawarte w hipotezie 6.1 potwierdziły się tylko częściowo. Wzrostowi natężenia pozytywnych emocji związanych z WWDŹ towarzyszy wzrost identyfikacji ze zobowiązaniem, ale nie jest on powiązany ze zmianą natężenia podejmowania zobowiązania ani eksploracji ruminacyjnej. Podobnie jest w przypadku zmiany natężenia negatywnych emocji towarzyszących WWDŹ – zmiana w tym obszarze istotnie koreluje ze zmianą siły identyfikacji ze zobowiązaniem, ale zależności ze zmianami w natężeniu podejmowania zobowiązania i eksploracji ruminacyjnej nie są istotne statystycznie.

**Tabela 45**

*Zmiany w wizji własnego dorosłego życia a zmiany w natężeniu wymiarów rozwoju tożsamości*

Natężenie wymiarów rozwoju tożsamości	zmiany w treści WWDŹ	zmiana L.Obsz.	zmiana L.Sz.	zmiana Łatwość	zmiana Pozyt. Em.	zmiana Neg. Em.	zmiana Ciągłość
EW - zmiana	-0,05	0,11	0,15	0,07	0,08	-0,10	0,33***
PZ - zmiana	-0,17*	-0,08	-0,00	0,06	0,14	-0,13	0,24**
EG - zmiana	-0,10	0,00	-0,04	0,27***	0,38***	-0,26***	0,19*
IZ - zmiana	-0,02	0,07	0,08	0,29***	0,42***	-0,42***	0,26***
ER - zmiana	-0,18*	0,02	0,01	-0,10	-0,15	0,06	0,11

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

*Legenda:* EW - eksploracja wszere; PZ - podejmowanie zobowiązania; EG - eksploracja w głąb; IZ - identyfikacja ze zobowiązaniem; ER - eksploracja ruminacyjna; WWDŹ - wizja własnego dorosłego życia; L.Obsz. - liczba obszarów wspomnianych w WWDŹ; L.Sz. - liczba szczegółów wspomnianych w WWDŹ; Łatwość - łatwość przywołania i opisanie WWDŹ; Pozyt. Em. - natężenie pozytywnych emocji towarzyszących przywołaniu i opisaniu WWDŹ; Neg. Em. - natężenie negatywnych emocji towarzyszących przywołaniu i opisaniu WWDŹ; Ciągłość - poczucie ciągłości towarzyszące WWDŹ.

*Źródło: opracowanie własne.*

Natomiast zmiany w poczuciu ciągłości towarzyszącym WWDŹ są istotnie skorelowane ze zmianami w natężeniu wszystkich wymiarów rozwoju tożsamości poza eksploracją ruminacyjną. Warto podkreślić także, że takie zmiany w subiektywnym ustosunkowaniu się do posiadanej wizji własnego dorosłego życia, jak wzrost poczucia łatwości jej przywołania i opisanie oraz wzrost natężenia pozytywnych i spadek natężenia

negatywnych emocji towarzyszących WWDŹ są powiązane ze wzrostem natężenia eksploracji w głąb. Zaobserwowano też istotne, choć słabe, zależności pomiędzy wzrostem natężenia podejmowania zobowiązania i eksploracji ruminacyjnej a zakresem zmian w treści wizji własnego dorosłego życia. W wizji własnego dorosłego życia osób, u których na przestrzeni ostatniego roku edukacji w szkole średniej/ na uczelni wyższej wzrosło natężenie tych wymiarów tożsamości, dochodzi do mniejszej liczby zmian w treści tejże wizji (tzn. pojawienia się lub zniknięcia z niej odwołania do jakiegoś obszaru życia).

Uzyskane wyniki wskazują, że u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości zmiany w natężeniu wymiarów rozwoju tożsamości nie są powiązane ze zmianami w strukturze wizji własnego dorosłego życia, ale są powiązane ze zmianami w subiektywnym ustosunkowaniu się do tejże wizji. W większości przypadków dotyczy to wzrostu natężenia eksploracji w głąb i silniejszej identyfikacji ze zobowiązaniem, czy procesów charakterystycznych dla cyklu oceny zobowiązania.

Bazując na przedstawionych powyżej wynikach i hipotezach postawionych w odniesieniu do przewidywanych zależności pomiędzy zmianami w obrębie WWDŹ i zmianami w natężeniu wymiarów rozwoju tożsamości, zdecydowano się na przeprowadzenie analiz regresji liniowej, które pozwoliłyby na zweryfikowanie: a) czy zmiany w obrębie WWDŹ pomiędzy początkiem (pomiar 1.) i końcem (pomiar 2.) roku szkolnego/ akademickiego są predyktorami natężenia poszczególnych wymiarów rozwoju tożsamości na koniec (pomiar 2.) tego roku; b) czy zmiany w natężeniu poszczególnych wymiarów rozwoju tożsamości pomiędzy początkiem (pomiar 1.) i końcem (pomiar 2.) roku szkolnego/ akademickiego są predyktorami charakterystyki WWDŹ na koniec (pomiar 2.) tego roku. Motywacją do przeprowadzenia tych dodatkowych analiz było poszukiwanie przesłanek dla stawiania dalszych hipotez o ewentualnych zależnościach przyczynowo-skutkowych dotyczących zależności pomiędzy zmianami w obrębie wizji własnego dorosłego życia i rozwojem tożsamości u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości.



**Tabela 46**

*Zmiany w wizji własnego dorosłego życia pomiędzy oboma pomiarami a natężenie wymiarów rozwoju tożsamości i poczucie sensu w życiu w pomiarze 2.*

Zmiany w poszczególnych aspektach WWDŹ	EW	EG	PZ	IZ	ER	MLQ-P
Liczba wspomnianych obszarów - zmiana	-0,03	-0,13	-0,01	-0,02	0,01	-0,00
Liczba szczegółów – zmiana	-0,04	-0,11	-0,03	-0,03	0,02	0,01
Łatwość – zmiana	0,11	0,11	0,11	0,11	-0,05	0,04
Pozytywne emocje – zmiana	0,05	0,03	0,21**	0,18*	-0,17*	0,19*
Negatywne emocje – zmiana	-0,04	-0,09	-0,10	-0,17*	0,05	-0,08
Poczucie ciągłości – zmiana	0,09	0,03	0,09	0,08	-0,02	0,12

\* $p < 0,05$  \*\* $p < 0,01$

*Legenda:* WWDŹ - wizja własnego dorosłego życia; EW - eksploracja wszerek; EG - eksploracja w głąb; PZ - podejmowanie zobowiązania; IZ - identyfikacja ze zobowiązaniem; ER - eksploracja ruminacyjna; MLQ-P - aktualne poczucie sensu w życiu.

Zgodnie z wytycznymi dotyczącymi przeprowadzania tego typu analiz (por. Bedyńska i Brzezicka, 2007), w pierwszej kolejności zweryfikowano, czy pomiędzy zmiennymi, które miałyby być uwzględnione jako predyktory i zmiennymi zależnymi zachodzą zależności liniowe (tabela 46. i tabela 48.)<sup>34</sup>. Jak widać, zależności tych nie było wiele. W związku z tym, jedynym czynnikiem analizowanym jako potencjalny predyktor natężenia podejmowania zobowiązania był wzrost natężenia pozytywnych emocji towarzyszących przywołaniu i opisaniu wizji własnego dorosłego życia. Okazał się on predyktorem wyższego natężenia podejmowania zobowiązania ( $R^2 = 0,05$ ;  $F(1, 175) = 8,486$ ,  $p < 0,01$ ;  $\beta = 0,49$ ). Wzrost natężenia pozytywnych emocji towarzyszących przywołaniu i opisaniu WWDŹ jest też predyktorem niższego natężenia dezadaptacyjnej eksploracji ruminacyjnej ( $R^2 = 0,03$ ;  $F(1, 175) = 5,063$ ,  $p < 0,05$ ;  $\beta = -0,48$ ). W celu przewidywania natężenia identyfikacji ze zobowiązaniem na podstawie zmian w natężeniu pozytywnych i negatywnych emocji towarzyszących przywołaniu i opisaniu WWDŹ przeprowadzono hierarchiczną analizę regresji, gdzie w pierwszym kroku do równania regresji wprowadzono zmienną zmianę natężenia pozytywnych emocji towarzyszących WWDŹ, a w drugim kroku zmienną zmianę natężenia negatywnych emocji towarzyszących WWDŹ (tabela 47.). Okazało się, że model uwzględniający obie zmienne wcale nie pozwala istotnie lepiej przewidywać poziomu

<sup>34</sup> W tabelach tych uwzględniono także zależności dotyczące poczucia sensu w życiu, które przeanalizowane i omówione zostały w dalszej części pracy (XXX).

natężenia identyfikacji ze zobowiązaniem ( $\Delta R^2 = 0,01$ ;  $p = 0,186$ ). Może to wynikać z faktu, iż obie te zmienne są dosyć silnie powiązane ze sobą (por tabela 41.). W związku z tym, należy uznać, że predyktorem wyższego natężenia identyfikacji ze zobowiązaniem jest wzrost natężenia pozytywnych emocji towarzyszących WWDŻ. Nie jest nim natomiast spadek natężenia negatywnych emocji towarzyszących WWDŻ.

**Tabela 47**

*Wielozmiennowa regresja hierarchiczna dotycząca predyktorów natężenia identyfikacji ze zobowiązaniem w pomiarze 2.*

Zmienna zależna	Zmienne niezależne	B	SE	$\beta$	$R^2$	$\Delta R^2$	$p$
Identyfikacja ze zobowiązaniem							
Krok 1	Zmiana natężenia pozytywnych emocji	0,52	0,19	0,21	0,04		0,006
Krok 2	Zmiana natężenia pozytywnych emocji	0,34	0,23	0,14			0,143
	Zmiana natężenia negatywnych emocji	-0,32	0,24	-0,12	0,05	0,01	0,186

*Źródło:* opracowanie własne.

Przeprowadzono także analizy zakładające odwrotny kierunek zależności, czyli znaczenie zmian w obrębie natężenia wymiarów rozwoju tożsamości jako potencjalnych predyktorów charakterystyki wizji własnego dorosłego życia. Także w tym przypadku zależności tych nie było wiele (tabela 48.). W związku z tym w odniesieniu do poczucia łatwości przywołania i opisanego wizji własnego dorosłego życia jako jedyny potencjalny predyktor uwzględniono zmianę nasilenia eksploracji ruminacyjnej. Uzyskane wyniki wskazują, że wzrost natężenia dezadaptacyjnej formy eksploracji jest predyktorem niższego poczucia łatwości przywołania i opisanego wizji własnego dorosłego życia ( $R^2 = 0,04$ ;  $F(1, 174) = 7,671$ ,  $p < 0,01$ ;  $\beta = -0,05$ ).

**Tabela 48**

Zmiany w natężeniu wymiarów rozwoju tożsamości i poczucie sensu w życiu pomiędzy oboma pomiarami a charakterystyka wizji własnego dorosłego życia w pomiarze 2.

Zmiany w natężeniu wymiarów rozwoju tożsamości i poczucie sensu w życiu	Liczba wspomnianych obszarów	Liczba szczegółów	Łatwość	Pozytywne emocje	Negatywne emocje	Poczucie ciągłości
Eksploracja wszere (zmiana)	0,12	0,17*	-0,01	0,00	-0,01	0,1
Eksploracja w głąb (zmiana)	0,01	0	-0,00	0,08	0,01	-0,00
Podjmowanie zobowiązania (zmiana)	-0,05	-0,05	-0,06	-0,08	-0,02	0,01
Identyfikacja ze zobowiązaniem (zmiana)	0,11	0,06	0,06	0,17*	-0,23**	0,03
Eksploracja ruminacyjna (zmiana)	-0,03	-0,09	-0,22**	-0,26***	0,15*	-0,10
Poczucie sensu w życiu (zmiana)	0,02	0,09	0,10	0,26***	-0,15*	0,23**

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

W celu zweryfikowania znaczenia wzrostu natężenia identyfikacji ze zobowiązaniem i eksploracji ruminacyjnej jako potencjalnych predyktorów natężenia pozytywnych emocji towarzyszących przywołaniu i opisaniu wizji własnego dorosłego życia, przeprowadzono hierarchiczną wielozmiennową analizę regresji liniowej (tabela 49.). W pierwszej kolejności do modelu wprowadzono zmienną zmiana natężenia identyfikacji ze zobowiązaniem, a w drugim kroku zmienną zmiana natężenia eksploracji ruminacyjnej.

**Tabela 49**

*Wielozmiennowa regresja hierarchiczna dotycząca predyktorów natężenia pozytywnych emocji towarzyszących wizji własnego dorosłego życia w pomiarze 2.*

Zmienna zależna	Zmienne niezależne	B	SE	$\beta$	$R^2$	$\Delta R^2$	$p$
Natężenie pozytywnych emocji towarzyszących WWDŻ							
Krok 1	Zmiana natężenia IZ	0,20	0,02	0,59	0,35		< 0,001
Krok 2	Zmiana natężenia IZ	0,17	0,02	0,51			< 0,001
	Zmiana natężenia ER	-0,05	0,02	-0,15	0,36	0,02	0,031

*Źródło:* opracowanie własne.

*Legenda:* WWDŻ – wizja własnego dorosłego życia; IZ – identyfikacje ze zobowiązaniem; ER – eksploracja ruminacyjna.

Model złożony, uwzględniający oba predyktory, istotnie lepiej pozwala przewidywać natężenie pozytywnych emocji towarzyszących przywołaniu i opisaniu WWDŻ u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości ( $\Delta R^2 = 0,02$ ;  $p < 0,05$ ). Model ten jest dobrze dopasowany do danych ( $F(2, 174) = 50,702$ ;  $p < 0,001$ ). Można zatem stwierdzić, że predyktorem wyższego natężenia pozytywnych emocji towarzyszących przywołaniu i opisaniu WWDŻ jest zarówno wzrost natężenia identyfikacji ze zobowiązaniem, jak i spadek natężenia eksploracji ruminacyjnej. Jednak pierwszy ze wspomnianych czynników ma znacznie większą moc predykcyjną ( $\beta = 0,17$ ;  $p < 0,001$  vs  $\beta = -0,05$ ;  $p < 0,05$ ).

W celu zweryfikowania znaczenia wzrostu natężenia identyfikacji ze zobowiązaniem i eksploracji ruminacyjnej jako potencjalnych predyktorów natężenia pozytywnych emocji towarzyszących przywołaniu i opisaniu wizji własnego dorosłego życia, przeprowadzono hierarchiczną wielozmiennową analizę regresji liniowej (tabela 50.). W pierwszej kolejności do modelu wprowadzono zmienną zmiana natężenia identyfikacji ze zobowiązaniem, a w drugim kroku zmienną zmiana natężenia eksploracji ruminacyjnej.

**Tabela 50**

*Wielozmiennowa regresja hierarchiczna dotycząca predyktorów natężenia negatywnych emocji towarzyszących wizji własnego dorosłego życia w pomiarze 2.*

Zmienna zależna	Zmienne niezależne	B	SE	$\beta$	$R^2$	$\Delta R^2$	$p$
Natężenie negatywnych emocji towarzyszących WWDŻ							
Krok 1	Zmiana natężenia IZ	-0,19	0,02	-0,56	0,31		< 0,001
Krok 2	Zmiana natężenia IZ	-0,17	0,02	-0,50			< 0,001
	Zmiana natężenia ER	0,03	0,02	0,11	0,32	0,01	0,129

*Źródło:* opracowanie własne.

*Legenda:* WWDŻ – wizja własnego dorosłego życia; IZ – identyfikacje ze zobowiązaniem; ER – eksploracja ruminacyjna.

Okazało się, że model uwzględniający obie zmienne wcale nie pozwala istotnie lepiej przewidywać poziomu natężenia identyfikacji ze zobowiązaniem ( $\Delta R^2 = 0,01$ ;  $p = 0,129$ ). W związku z tym, należy uznać, że predyktorem niższego natężenia negatywnych emocji towarzyszących przywołaniu i opisaniu wizji własnego dorosłego życia jest wzrost natężenia identyfikacji ze zobowiązaniem. Nie jest nim natomiast spadek natężenia eksploracji ruminacyjnej.

#### *7.2.8.2. Zmiany w wizji własnego dorosłego życia a zmiany w statusie tożsamości*

W ramach analizy zależności pomiędzy kształtowaniem się wizji własnego dorosłego życia a rozwojem tożsamości, zweryfikowano czy zmianie w obrębie WWDŻ towarzyszyła zmiana statusu tożsamości. Wzięto tutaj pod uwagę trzy możliwości – wystąpienie zmian progresywnych, zmian regresywnych lub brak zmian (por. rysunek 7.). Zmianę progresywną zaobserwowano u 31,6% osób, zmianę regresywną u 35,7% osób, a brak zmiany u 32,8% osób.

W ramach hipotezy 6.2. przewidywano, że zmiany progresywne będą częściej odnotowane u osób, u których doszło do wzrostu rozbudowania i szczegółowości WWDŻ, poczucia łatwości jej przywołania i opisanego, poczucia ciągłości towarzyszącemu wizji oraz natężenia pozytywnych emocji związanych z posiadaną wizją własnego dorosłego życia a także spadku natężenia emocji negatywnych związanych z WWDŻ. W pierwszej kolejności zweryfikowano zależności pomiędzy zmianą stopnia rozbudowania WWDŻ a zmianą statusu tożsamości. Gdy wzięto pod uwagę wszystkie możliwości (wzrost/ spadek/ brak zmiany rozbudowania x zmiany progresywne/ zmiany regresywne/ brak zmiany w statusie tożsamości), nie zaobserwowano istotnych statystycznie zależności ( $\chi^2(4, 171) = 4,443$ ;  $p =$

0,349). Jednak, gdy porównano wyłącznie osoby, u których doszło do spadku lub wzrostu rozbudowania i uwzględniono wyłącznie to, czy zaszła zmiana progresywna lub regresywna, okazało się, że w przypadku osób, których wizja uległa rozbudowaniu, istotnie częściej (60,00% vs 34,38%) niż u osób, u których doszło do spadku rozbudowania WWDŹ dochodzi do zmian progresywnych w obrębie statusu tożsamości. Natomiast u osób, których stopień rozbudowania WWDŹ zmniejszył się, istotnie częściej niż u osób, u których wzrósł on (65,6% vs 40,0%) obserwowano zmiany regresywne ( $\chi^2(1, 62) = 4,084; p < 0,05$ ). Nie zaobserwowano natomiast różnic w zależności od zmian (lub ich braku) w obrębie szczegółowości WWDŹ ( $\chi^2(4, 136) = 3,401; p = 0,493$ ), także gdy uwzględniono wyłącznie porównania między osobami, które doświadczyły wzrostu lub spadku szczegółowości wizji własnego dorosłego życia i uwzględnienia tylko tego, czy zaszła zmiana progresywna czy regresywna ( $\chi^2(1, 59) = 0,486; p = 0,486$ ). Z powyższymi wynikami spójne są rezultaty przedstawione w tabeli 51. Z nieco innej perspektywy wskazują one na istotne różnice pomiędzy osobami, u których doszło do progresywnych i regresywnych zmian w statusie tożsamości w zakresie spadku lub wzrostu liczby obszarów wspomnianych w wizji własnego dorosłego życia i podawanej w niej liczbie szczegółów.

**Tabela 51.***Zmiany w wizji własnego dorosłego życia a zmiany w statusie tożsamości*

Zmiana w poszczególnych aspektach WWDŻ	zmiany w statusie tożsamości						$\chi^2$	<i>p</i>
	regresywne		fiksacja rozwojowa		progresywne			
	M	SD	M	SD	M	SD		
Liczba obszarów wspomnianych w WWDŻ	-0,279 <sup>a</sup>	2,122	-0,018	1,601	0,630 <sup>a</sup>	1,926	8,126	0,017
Liczba szczegółów podanych w WWDŻ	-0,213 <sup>a</sup>	5,161	-0,679	4,341	1,315 <sup>a</sup>	4,505	6,658	0,036
Łatwość przywołania i opisanie WWDŻ	-0,016	1,384	-0,214	1,385	0,426	1,549	4,110	0,128
Natężenie pozytywnych emocji towarzyszących WWDŻ	-0,246 <sup>a</sup>	1,640	-0,339 <sup>b</sup>	1,761	0,833 <sup>a,b</sup>	1,691	13,399	0,001
Natężenie negatywnych emocji towarzyszących WWDŻ	0,377	1,705	0,446	1,651	-0,259	1,662	3,794	0,150
Poczucie ciągłości towarzyszące WWDŻ	-0,312	1,512	0,018	1,368	0,167	1,527	2,262	0,323

*Legenda: WWDŻ - wizja własnego dorosłego życia.**Źródło: opracowanie własne.*

Analizie poddano także zależności pomiędzy zmianami w subiektywnym ustosunkowaniu się do posiadanej wizji własnego dorosłego życia a zmianami w obrębie statusu tożsamości. Zależności takich nie zaobserwowano w odniesieniu do zmiany łatwości przywołania i opisanego WWDŹ ( $\chi^2(4, 171) = 3,532; p = 0,473$ ), natężenia negatywnych emocji towarzyszących WWDŹ ( $\chi^2(4, 171) = 3,123; p = 0,538$ ) i poczucia ciągłości związanego z wizją własnego dorosłego życia ( $\chi^2(4, 171) = 2,371; p = 0,668$ ). Mają one z kolei miejsce w odniesieniu do zmiany w natężeniu pozytywnych emocji towarzyszących wizji własnego dorosłego życia ( $\chi^2(4, 171) = 15,597; p < 0,01$ ). Co ciekawe, zmiany progresywne istotnie częściej ( $\chi^2(2, 171) = 12,977; p < 0,01$ ) obserwuje się zarówno u osób, u których doszło do spadku (42,6%) jak i wzrostu (39,4%) natężenia pozytywnych emocji towarzyszących wizji własnego dorosłego życia, w porównaniu do osób, u których nie zaszła zmiana w tym aspekcie (13,8%). Z kolei u osób, u których nie nastąpiła zmiana natężenia pozytywnych emocji towarzyszących WWDŹ, istotnie częściej ( $\chi^2(2, 171) = 8,214; p < 0,05$ ) obserwuje się brak zmian w statusie tożsamości (46,6%), w porównaniu do osób, u których nastąpił wzrost (22,7%) lub spadek (29,8%) natężenia pozytywnych emocji towarzyszących WWDŹ. Nie ma natomiast różnic w zakresie częstości występowania zmian regresywnych ( $\chi^2(2, 171) = 1,856; p = 0,395$ ) – mają one miejsce w przypadku 27,7% osób, u których nastąpił spadek natężenia pozytywnych emocji towarzyszących WWDŹ, u 39,7% osób, u których nie było zmiany w tym zakresie i u 37,88%, u których natężenie pozytywnych emocji związanych z WWDŹ wzrosło. W końcu, sprawdzono, czy zmianie nastawienia emocjonalnego do posiadanej wizji własnego dorosłego życia towarzyszyła zmiana w obrębie statusu tożsamości. Okazało się, że zmiany progresywne częściej ( $\chi^2(2, 170) = 13,7854; p < 0,01$ ) zachodzą w przypadku osób, których nastawienie emocjonalne wobec WWDŹ zmieniło się na pozytywne (60,9%) lub pozostało takim (3,3%), w porównaniu do osób, u których nadal pozostało ono niepozytywne (19,1%), czyli negatywne lub ambiwalentne. U osób, których nastawienie do posiadanej wizji własnego dorosłego życia niezmiennie pozostaje ambiwalentne lub negatywne istotnie częściej ( $\chi^2(2, 170) = 19,102; p < 0,001$ ) status tożsamości pozostaje bez zmian (52,4% wobec 13,0% osób, u których nastawienie emocjonalne wobec własnej WWDŹ zmieniło się z negatywnego, ambiwalentnego lub neutralnego na pozytywne i 22,6% osób, u których niezmiennie pozostało ono pozytywne). Nie zaobserwowano natomiast istotnych statystycznie różnic w zakresie częstości występowania regresywnych zmian w statusie tożsamości ( $\chi^2(2, 170) = 4,857; p = 0,088$ ). Doszło do nich u 44,1% osób, których nastawienie emocjonalne wobec posiadanej WWDŹ



pozostało pozytywne, u 26,1% osób, u których zmieniło się ono ku pozytywnemu i u 28,6% osób, u których nadal pozostało ono niepozytywne.

Podsumowując, przeprowadzone analizy tylko częściowo, i to w niewielkim stopniu, potwierdziły przewidywane zależności pomiędzy zmianami w zakresie struktury wizji własnego dorosłego życia oraz subiektywnego ustosunkowania się do niej a zmianami w obrębie statusu tożsamości. Pewne zależności zaobserwowano w przypadku zmian w rozbudowaniu wizji własnego dorosłego życia i emocjonalnego ustosunkowania się do niej.

### 7.2.9. Zmiany w wizji własnego dorosłego życia a zmiany poczucia sensu w życiu

Ostatnim z celów badawczych podjętych w ramach niniejszego projektu było przeanalizowanie zależności pomiędzy zmianami w wizji własnego dorosłego życia a zmianami w poczuciu sensu w życiu u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości w trakcie ostatniego roku nauki w szkole średniej/ na uczelni wyższej. Wyniki przeprowadzonych analiz (tabela 47.) tylko częściowo potwierdzają przewidywania przedstawione w hipotezie 7.1.

**Tabela 52.**

*Zmiany w wizji własnego dorosłego życia a zmiany w poczuciu sensu w życiu*

Zmiany w poczuciu sensu w życiu	zmiana L.Obsz.	zmiana L.Sz.	zmiana Łatwość	zmiana Pozyt. Em.	zmiana Neg. Em.	zmiana Ciągłość
MLQ-P - zmiana	0,03	0,06	0,17*	0,28***	-0,21**	0,22**
MLQ-S - zmiana	-0,01	0,01	-0,11	0,12	-0,07	0,18*

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

*Legenda: MLQ-P - aktualne poczucie sensu w życiu; MLQ-S - nastawienie na poszukiwanie sensu w życiu w przyszłości; WWDŻ - wizja własnego dorosłego życia; L.Obsz. - liczba obszarów wspomnianych w WWDŻ; L.Sz. - liczba szczegółów wspomnianych w WWDŻ; Łatwość - łatwość przywołania i opisanie WWDŻ; Pozyt. Em. - natężenie pozytywnych emocji towarzyszących przywołaniu i opisaniu WWDŻ; Neg. Em. - natężenie negatywnych emocji towarzyszących przywołaniu i opisaniu WWDŻ; Ciągłość - poczucie ciągłości towarzyszące WWDŻ.*

*Źródło: opracowanie własne.*

Rzeczywiście wzrostowi łatwości przywołania i opisanie wizji własnego dorosłego życia towarzyszy wzrost poczucia aktualnego sensu w życiu. Zgodnie z przewidywaniami, zmiana w natężeniu odczuwanego poczucia sensu w życiu jest pozytywnie skorelowana także ze wzrostem natężenia pozytywnych emocji towarzyszących WWDŻ oraz towarzyszącego jej poczucia ciągłości między teraźniejszością a przyszłością. Natomiast, co także było zgodne z

postawioną hipotezą, zaobserwowano negatywną korelację między wzrostem natężenia negatywnych emocji towarzyszących WWDŹ a wzrostem poczucia sensu w życiu. Wbrew przewidywaniom, nie zaobserwowano zależności pomiędzy wzrostem rozbudowania i szczegółowości WWDŹ a wzrostem poczucia sensu w życiu.

Ponieważ okazało się, że zmiany w obrębie subiektywnego ustosunkowania się do posiadanej wizji własnego dorosłego życia oraz zmiany w natężeniu poczucia sensu w życiu są ze sobą powiązane, zdecydowano się na sprawdzenie, czy zakres zmian w subiektywnym ustosunkowaniu się do posiadanej WWDŹ pomiędzy początkiem (pomiar 1.) i końcem (pomiar 2.) roku szkolnego/ akademickiego jest predyktorem odczuwanego poczucia sensu w życiu mierzonego na końcu roku szkolnego/ akademickiego (pomiar 2.). Bazując na analizach zależności liniowych pomiędzy zmianami w różnych aspektach WWDŹ pomiędzy oboma pomiarami a poczuciem sensu w życiu w pomiarze 2. (por tabela 46.), zweryfikowano, czy wzrost natężenia pozytywnych emocji towarzyszących przywołaniu i opisaniu wizji własnego dorosłego życia jest predyktorem wyższego natężenia poczucia sensu w życiu. Przeprowadzone analizy potwierdzają istnienie takich zależności – wzrost natężenia pozytywnych emocji towarzyszących przywołaniu i opisaniu WWDŹ jest istotnym predyktorem silniejszego poczucia sensu w życiu ( $R^2 = 0,05$ ;  $F(1, 175) = 9,084$ ,  $p < 0,01$ ;  $\beta = 0,89$ ).

Zweryfikowano także potencjalnie odwrotny kierunek zależności. Okazało się, że wzrost poczucia sensu w życiu jest predyktorem wyższego natężenia pozytywnych emocji towarzyszących tejże wizji ( $R^2 = 0,07$ ;  $F(1, 175) = 13,876$ ,  $p < 0,001$ ;  $\beta = 0,07$ ), niższego natężenia towarzyszących jej emocji negatywnych ( $R^2 = 0,03$ ;  $F(1, 175) = 5,960$ ,  $p < 0,05$ ;  $\beta = -0,05$ ) oraz silniejszego poczucia ciągłości ( $R^2 = 0,07$ ;  $F(1, 175) = 12,280$ ,  $p < 0,001$ ;  $\beta = 0,07$ ).

## **8. Dyskusja wyników**

Po przedstawieniu wyników zrealizowanego badania, zostaną one omówione w świetle wiedzy teoretycznej oraz rezultatów wcześniejszych badań empirycznych. Dyskusja wyników zostanie przedstawiona w odniesieniu do poszczególnych celów badawczych niniejszego projektu. Rozpocznie się ona od krótkiego omówienia znaczenia przeprowadzonego badania pilotażowego dla dopracowania procedury całego badania oraz rozumienia uzyskanych w nim wyników. Potem omówiona zostanie sama charakterystyka wizji własnego dorosłego życia (treść, struktura, subiektywny stosunek do niej) oraz zmiany zachodzące w jej obrębie u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości. Następnie dyskusji poddane zostaną wyniki dotyczące związków wizji własnego dorosłego życia z wybranymi czynnikami podmiotowymi i pozapodmiotowymi. Także w perspektywie analizowania tych czynników jako predyktorów i czynników różnicujących charakterystykę wizji własnego dorosłego życia. Kolejna część tego rozdziału poświęcona będzie analizie zależności pomiędzy charakterystyką wizji własnego dorosłego życia oraz rozwojem tożsamości, również z uwzględnieniem wyników z obu pomiarów. Na końcu dyskusji poddane zostaną wyniki dotyczące relacji pomiędzy wizją własnego dorosłego życia a poczuciem sensu w życiu, również w odniesieniu do wyników obu pomiarów. W dalszej części tego rozdziału przedstawione i omówione zostaną ograniczenia zrealizowanego badania oraz jego implikacje dla możliwych kierunków dalszych badań, praktyki psychologicznej oraz dydaktyki.

### **8.1. Omówienie badania pilotażowego**

Badanie pilotażowe miało dwa główne cele: 1) dopracowanie procedury zbierania i analizowania danych; 2) wstępną weryfikację hipotez badawczych. Dyskusja wyników pilotażu zostanie przeprowadzona w odniesieniu do tych dwóch celów.

Ponieważ pierwotnie całe badanie planowano przeprowadzić, zbierając dane metodą papier-ołówek, w badaniu pilotażowym przyjęto właśnie to podejście. Jednak, ze względu na pandemię COVID-19, badanie właściwe (oba pomiary) musiały być przeprowadzone za pomocą internetu. Porównanie danych dotyczących przeciętnej długości wypowiedzi spisywanych przez uczestników obu pomiarów wskazuje, że te zebrane w badaniu pilotażowym były wyraźnie dłuższe, bardziej rozbudowane i szczegółowe. Wynikać to może z kilku kwestii. Po pierwsze, udzielanie odpowiedzi za pomocą komputera może skłaniać do pewnej skrótowości na kształt sms-ów, czy też wiadomości przesyłanych za pomocą

komunikatorów. Z drugiej strony, dla większości współczesnych uczniów i studentów technologia jest elementem ich codzienności, wobec czego można było oczekiwać, że udzielanie odpowiedzi w takiej formie będzie dla nich nawet bardziej naturalne niż za pomocą słów spisanych na kartce papieru. Po drugie, w badaniu pilotażowym uczestnicy byli rekrutowani metodą kuli śnieżnej (głównie przez studentów pomagających w zbieraniu danych), natomiast w badaniu właściwym byli to w przeważającej większości uczniowie i studenci szkół, które zostały wybrane w drodze losowania. Możliwe jest zatem, że ci pierwsi mieli większą motywację do udziału w badaniu, traktując je jako formę pomocy znajomej osobie. W końcu, rolę mogły odgrywać tutaj inne czynniki, które nie były kontrolowane w ramach obu badań. Wszystko to zwraca uwagę na znaczenie sposobu zbierania danych, zwłaszcza, gdy są to dane o charakterze jakościowym.

Istotnym celem realizacji badania pilotażowego było dopracowanie metody kodowania wypowiedzi pisemnych dotyczących wizji własnego dorosłego życia. Bazując na komentarzach sędziów kompetentnych i dyskusjach z nimi, dokonano drobnych zmian w liście kategorii podlegających kodowaniu. Uszczegółowiono także instrukcję dla sędziów kompetentnych. Istotne były tutaj obszerne informacje zwrotne uzyskiwane od sędziów, do czego byli oni zresztą zachęceni, a także ich kompetencje związane z prowadzeniem badań naukowych. Wskazuje to na trzy kluczowe kwestie. Po pierwsze, odpowiednia selekcja sędziów kompetentnych i ich należyte, wieloetapowe przygotowanie mają istotne znaczenie dla jakości przeprowadzanych analiz. Po drugie, o ile system kodowania i wyróżnione kategorie nie są jednoznacznie określone przez teoretyczne podstawy badanego konstrukt, to ważna jest otwartość na elastyczne dostosowywanie tego systemu tak, aby sprzyjał możliwie precyzyjnemu kodowaniu. Ważne jest w tym przypadku to, aby kodowane kategorie z jednej strony obejmowały możliwie szerokie spektrum znaczeń (w ramach spójnego obszaru), z drugiej zaś, aby nie zachodziły na siebie nawzajem. Po trzecie, ponieważ wypowiedzi pewnej części uczestników nie wpisywały się w żadną z wyróżnionych 11 kategorii, w przypadku prowadzenia kolejnych badań dotyczących treści wizji własnego dorosłego życia istotna wydaje się otwartość na ewentualną modyfikację listy tych kategorii. Jest to charakterystyczne dla kodowania indukcyjnego, czyli wychodzącego „od dołu” (od danych), a nie „od góry” (od teorii) (Terry i in., 2017).

Badanie pilotażowe było także nakierowane na wstępną weryfikację hipotez badawczych. Jedną z istotnych obserwacji poczynionych w toku analiz było stwierdzenie niewielu istotnych zależności pomiędzy treścią i strukturą wizji własnego dorosłego życia a

perspektywą czasu, wartościami życiowymi, poczuciem sensu w życiu i rozwojem tożsamości. Wobec tego, podjęto decyzję o rozszerzeniu analizy wizji własnego dorosłego życia o aspekt subiektywnego ustosunkowania się do niej. Decyzja taka wynikała także z zapoznania się z licznymi badaniami dotyczącymi przyszłościowego i przeszłościowego myślenia epizodycznego, w których stosowano takie podejście (np. D'Argembeau i in., 2012; Libby i in., 2005; McDermott i in., 2016). Pozwoliło to na pełniejsze opisanie charakterystyki wizji własnego dorosłego życia, a także zależności pomiędzy nią a wybranymi czynnikami podmiotowymi i pozapodmiotowymi, rozwojem tożsamości i poczuciem sensu w życiu.

Jeśli chodzi o same wyniki badania pilotażowego, to w większości przypadków są one dosyć spójne z wynikami badania właściwego. W odniesieniu do części analizowanych zależności (np. wizja własnego dorosłego życia a rozwój tożsamości i perspektywa czasu) były one nawet słabsze lub porównywalne, ale nie osiągały poziomu istotności statystycznej. Może to wynikać z mniejszej liczebności uczestników badania pilotażowego ( $N = 102$  vs  $N = 299$ ). Pewnym wyjątkiem jest tutaj kwestia różnic w treści i strukturze wizji własnego dorosłego życia pomiędzy osobami będącymi na początku i na końcu wyłaniającej się dorosłości. W tym przypadku zaobserwowano wyniki odmienne od przewidywanych, gdyż bardziej rozbudowaną i szczegółową wizję własnego dorosłego życia posiadały osoby młodsze. Wynik ten trudno jest wyjaśnić w odniesieniu do istniejącego stanu wiedzy z obszaru psychologii rozwojowej oraz wyników wcześniejszych badań porównujących wewnętrzną aktywność prospektywną u osób w różnym wieku (np. Czerwińska-Jasiewicz, 2015; Liberska, 2004; Janowicz, 2017). Być może wynika to ze specyfiki danej grupy badanej. W badaniu pilotażowym mężczyźni stanowili większą część podgrupy osób będących na końcu wyłaniającej się dorosłości (61,1% wobec 40,4% w badaniu właściwym) i mniejszą część podgrupy osób będących na początku wyłaniającej się dorosłości (43,8% wobec 52,1% w badaniu właściwym). Ponadto, uczestnicy badania pilotażowego rzadziej mieszkali ze swoimi rodzicami (42,2% wobec 63,6% osób w badaniu właściwym). Możliwe, że uczestnicy obu badań różnili się także w innych aspektach, które nie były kontrolowane i, że to te kwestie rzutowały na odmienne wyniki. Wszystko to zwraca uwagę na znaczenie starannego doboru grupy badanej i uwzględnienie jej charakterystyki przy porównywaniu wyników z różnych badań.

## **8.2. Wyniki zrealizowanego badania w świetle wiedzy teoretycznej i wcześniejszych badań empirycznych**

### ***8.2.1. Wizja własnego dorosłego życia u osób w okresie wylaniającej się dorosłości***

Przed odniesieniem uzyskanych rezultatów do ustaleń innych badaczek i badaczy, poczynić należy dwa istotne zastrzeżenia. Po pierwsze, ze względu na znikomą liczbę badań odnoszących się do symulacji własnej przyszłości, wyniki siłą rzeczy odnoszone będą do wyników dotyczących innych form wewnętrznej aktywności prospektywnej – głównie celów i planów życiowych. Należy pamiętać, że są to odmienne formy aktywności umysłowej, choć pozostają we wzajemnych zależnościach (Szpunar i in., 2014b). Po drugie, fakt, iż jakaś wypowiedź została zakodowana do danej kategorii (np. rodzicielstwa) nie oznacza, że jednostka na pewno przewidywała, że będzie to element jej przyszłego życia. W niniejszym projekcie kluczowe było zweryfikowanie, czy w wizji znajduje się odniesienie do danego obszaru. Stąd też, do danej kategorii kodowano wszystkie wypowiedzi, w których konkretny obszar życia był wspominany, niezależnie od tego, w jaki sposób to się dokonywało (np. do kategorii „rodzicielstwo” kodowano zarówno sformułowanie „będę mieć dzieci”, jak i „raczej bez dzieci”, czy też „nie jestem pewien, czy będę mieć dzieci”). Jest to istotne, gdyż w badaniach dotyczących celów, czy planów życiowych wyniki wskazują na to, ile osób identyfikowało się z danym celem albo miało plany w konkretnym obszarze życia. O tej różnicy należy pamiętać, zestawiając jedne wyniki z drugimi.

W pierwszej kolejności należy zaznaczyć, że wypowiedzi uczestników badania dotyczące wizji ich własnego dorosłego życia na ogół nie były zbyt długie i, że w aspekcie tym zaobserwowano spore zróżnicowanie (od wypowiedzi składających się z kilku słów, po takie, które miały ich prawie trzysta). Istotnym czynnikiem wpływającym na niewielką długość tych wypowiedzi mogło być to, że wizja własnego dorosłego życia ma charakter raczej statyczny i odwołuje się do konkretnego momentu w przyszłości. Siłą rzeczy, wypowiedzi takie będą znacznie krótsze niż na przykład opowiadania pisane przez uczestników badania Liberskiej (2004), których proszono o napisanie eseju na temat „Ja i moja przyszłość”, do którego dodatkowo przedstawiano uczestnikom szereg pytań pomocniczych. Wypowiedzi zebrane w ramach niniejszego badania były długością zbliżone do tych, które przywoływała Tyszkowa (1985) w swoich analizach dotyczących perspektyw życiowych młodzieży.

Treść wizji własnego dorosłego życia odnosi się do tego, jakie obszary życia są w niej reprezentowane – do jakich kwestii jednostka się odnosi, a jakie pomija. W toku

przygotowania do realizacji niniejszego projektu oraz dzięki wynikom badania pilotażowego wyłoniono 10 obszarów życia, w odniesieniu do których analizowano zebrane dane. Były to praca zawodowa, związek intymny, rodzicielstwo, miejsce zamieszkania, sposób spędzania wolnego czasu, pozarodzinne istotne relacje społeczne, życie wewnętrzne i zdrowie, wartości życiowe, ukończenie edukacji oraz rozwój osobisty. Część wypowiedzi nie odnosiła się do żadnego z tych obszarów, stąd jedną kategorią były „inne obszary życia”, które najczęściej dotyczyły posiadania zwierzęcia lub sytuacji materialnej jednostki. Z perspektywy rzetelności uzyskanych wyników, istotne jest to, że kategorie te zostały wypracowane we współpracy z grupą sędziów kompetentnych oraz, że na przestrzeni całego badania (trening, pilotaż, pomiar 1., pomiar 2.) nie było konieczności wprowadzania większych zmian w ich obrębie. Być może w przyszłych badaniach zasadne byłoby wyodrębnienie z kategorii „inne” dwóch najczęściej pojawiających się tam obszarów, czyli posiadania zwierzęcia oraz sytuacji materialnej i stanu posiadania. Jednakowoż, ta druga kategoria w niektórych przypadkach mogłaby być trudna do oddzielenia od wątków związanych z pracą zawodową, co wymagałoby jasnego doprecyzowania, jak kodować i analizować zebrane dane.

Osoby w okresie wyłaniającej się dorosłości w swojej wizji własnego dorosłego życia odwoływały się najczęściej do trzech lub czterech obszarów życia. Dominowały zatem osoby o umiarkowanie rozbudowanej WWDŻ. Koresponduje to z wynikami badań Katry (2008) i Timoszyk-Tomczak (2010), które wykazały, że osoby w okresie wyłaniającej się dorosłości posiadają najczęściej od dwóch do czterech celów o długim zasięgu czasu (dalekich lub na całe życie). Może to wskazywać, że młode osoby w swoim myśleniu o przyszłości skupiają się zazwyczaj na kilku kluczowych dla siebie aspektach, nie poświęcając uwagi mniej istotnym dla nich kwestiom. Dokonana w ramach niniejszego badania analiza treści i struktury wizji własnego dorosłego życia pokazuje do jakich obszarów najczęściej odwoływały się osoby w okresie wyłaniającej się dorosłości w tworzonych przez nie symulacjach własnej przyszłości i jak szczegółowo opisywały każdy z nich.

Obszarem zdecydowanie najczęściej (87,63%) reprezentowanym w wizji własnego dorosłego życia formułowanej przez osoby w okresie wyłaniającej się dorosłości była praca zawodowa. Wynik ten jest spójny z wynikami uzyskanymi w innych badaniach (Czerwińska-Jasiewicz, 2005; Dziwańska, 2007; Kutra, 2008a; Liberska, 2004; Timoszyk-Tomczak, 2010), w których uzyskanie zawodu i dobrej pracy zawodowej było jednym z najczęściej wspomnianych celów życiowych. Wskazywało na niego około 60% maturzystów badanych zarówno przez Czerwińską-Jasiewicz (2005), jak i Katrę (2008). Był to też jeden z

najważniejszych celów wśród tych wskazywanych przez młodzież, która wzięła udział w badaniach Liberskiej (2004) oraz Trempały i Malmberga (1996). Rezultat ten pokrywa się także z ustaleniami D'Argembeau i współpracowników (2012), którzy badali definiujące tożsamość wyobrażenia przyszłych wydarzeń. Najczęściej (w 57% przypadków) dotyczyły one rozmaitych osiągnięć, które często związane były właśnie z pracą zawodową. Widać zatem, że przeważająca większość osób w okresie wyłaniającej się dorosłości odniosła się w swojej symulacji własnej przyszłości do kwestii pracy. Najczęściej (u niemal połowy uczestników badania) był to też aspekt wspomniany jako pierwszy w wizji własnego dorosłego życia. Wszystko to można interpretować jako wyraz tego, że w odbiorze osób w okresie wyłaniającej się dorosłości praca jest aktywnością najczęściej kojarzącą się z dorosłością, wobec której osoba mająca 35 lat (do tego momentu życia odwoływali się uczestnicy opisując swoją WWDŻ) musi się jakoś ustosunkować. Koresponduje to z danymi Eurostatu (2018) wskazującymi, że w Polsce aktywnych zawodowo jest ok. 75% osób w wieku od 25. do 54. lat. Na znaczenie pracy zawodowej w dorosłym życiu wskazuje Havighurst (1981), podkreślając, że istotne zadania rozwojowe to rozpoczęcie pracy zawodowej (we wczesnej dorosłości) oraz uzyskanie i utrzymanie zadowolającej sprawności w pracy zawodowej (w średniej dorosłości). W odniesieniu do pracy zawodowej osoby w okresie wyłaniającej się dorosłości podawały też najwięcej szczegółów, co może wskazywać na to, że obszar ten został dotychczas najgłębiej przez nie przemyślany i jest im najbardziej dostępny. Wydaje się też, że kwestie dotyczące pracy zawodowej są łatwiejsze do przewidzenia i znajdują się pod większym wpływem jednostki niż sprawy dotyczące bycia w związku intymnym albo posiadania dzieci. W tym przypadku bowiem efekt finalny nie jest aż w takim stopniu zależny od innych osób (np. osoby rozważanej jako potencjalny partner życiowy). Odniesienie się przez osoby w okresie wyłaniającej się dorosłości do tego istotnego obszaru życia można spostrzegać jako adaptacyjne dla ich rozwoju, gdyż wskazuje na to, że została już podjęta pewna refleksja dotycząca miejsca aktywności w przyszłym życiu. Należy jednak wspomnieć, że niektórzy uczestnicy przewidywali, że będą mieć trudności ze znalezieniem pracy albo, że praca ta nie będzie dla nich satysfakcjonująca. Takie pesymistyczne przewidywania mogą dwojako wpływać na funkcjonowanie jednostki. Z jednej strony, mogą motywować do przeformułowania swojej aktualnej aktywności tak, aby przyszłość była inna od przewidywań. Może się to wiązać na przykład ze zwiększeniem zaangażowania w różne formy zdobywania wiedzy i kompetencji, czy też zmianą kierunku kształcenia i rozwoju zawodowego tak, aby zwiększyć swoje szanse na zdobycie



satysfakcjonującej pracy w przyszłości. W takim przypadku wizja taka powinna przyczyniać się do lepszej adaptacji do wyzwań stojących przed jednostką. Z drugiej strony, przewidywanie niepowodzenia w danym obszarze życia może wpływać demotywująco, zwłaszcza jeśli towarzyszyć temu będą atrybucje wewnętrzne (np. przypisanie przewidywanych trudności w znalezieniu pracy własnej niezaradności lub niskiej inteligencji). W takim przypadku wzrastać może ryzyko, że przewidywane niepowodzenie stanie się w przyszłości realnym niepowodzeniem. Warto odwołać się tutaj choćby do zjawiska samospełniającej się przepowiedni (Aronson i in., 2006).

Drugim z obszarów najczęściej wspominanych (60,20%) w wizji własnego dorosłego życia przez osoby w okresie wyłaniającej się dorosłości były kwestie dotyczące związku intymnego. Był to też drugi najczęściej wspominany w pierwszej kolejności obszar życia i trzeci w kolejności pod względem przeciętnej liczby podawanych szczegółów. W większości badań dotyczących celów i planów życiowych młodych Polek i Polaków, które mogłyby tutaj posłużyć za punkt odniesienia, analizowano zbiorczo cele „rodzinne” (np. Czerwińska-Jasiewicz, 2005; Katra, 2008a; Timoszyk-Tomeczak, 2010) lub, jeszcze szerzej, cele dotyczące relacji z innymi (Celińska i Wiśniewska, 2015). Nastręcza to pewnych trudności w porównywaniu wyników z tych badań, ale może wskazywać też na pewien dokonujący się proces społeczny związany z rozdzieleniem w percepcji młodych ludzi celów dotyczących budowania bliskiego związku z celami dotyczącymi prokreacji (posiadanie dzieci). Fakt, że spora grupa osób w okresie wyłaniającej się dorosłości nie odniosła się do kwestii związanych z tworzeniem związku intymnego może wydawać się zaskakujący (a, odnosząc się do znaczenia WWDŻ dla ukierunkowywania aktywności, nawet niepokojący) z co najmniej kilku powodów. Po pierwsze, szereg zadań rozwojowych przypisywanych przez Havighursta (1981) okresowi wczesnej i średniej dorosłości odnosi się właśnie do problematyki budowania związku intymnego, np. wyboru partnera/-ki, uczenia się zgodnego życia we dwoje, podmiotowego traktowania siebie nawzajem. Po drugie, kluczowy kryzys rozwojowy okresu wczesnej dorosłości (intymność vs izolacja) odnosi się według Eriksona (1997, 2004) właśnie do tego, czy jednostka zdobędzie zdolność do tworzenia intymnych relacji z bliską osobą i podejmowania odpowiedzialności za nią. Po trzecie, przeważająca część dorosłych tworzy, przynajmniej okresowo, takie związki (Izdebski, 2012). Jakkolwiek możliwe jest zatem, że nie każdy chce w przyszłości wchodzić w taki związek, to istotne wydaje się odniesienie do tego i poddanie tej kwestii refleksji. Fakt, że wiele osób nie wspominało w swojej WWDŻ o kwestiach dotyczących związku intymnego może wskazywać na to, że

znaczna część osób w okresie wyłaniającej się dorosłości jeszcze nie zastanawiała się głębiej nad tym aspektem swojego przyszłego życia. Odwołując się do wskazywanych w literaturze (Szpunar i in., 2014b) zależności pomiędzy dokonywaniem symulacji własnej przyszłości a formułowaniem celów i planów życiowych, uzyskane wyniki pozwalają przypuszczać, że znaczna część osób w okresie wyłaniającej się dorosłości może nie mieć sprecyzowanych celów i planów dotyczących obszaru związków intymnych. Mając na uwadze regulacyjną funkcję wewnętrznej aktywności prospektywnej (Katra, 2008a; Liberska, 2004; Nuttin, 1985), można przewidywać, że brak refleksji nad sprawami dotyczącymi budowania związku intymnego w przyszłości może negatywnie wpływać na jakość takiego związku. Większe jest bowiem ryzyko, że jednostka wejdzie w taki związek nieprzygotowana (np. nie mając sprecyzowanych oczekiwań dotyczących tego, jak ma ten związek wyglądać). Podkreślenie tego aspektu wydaje się istotne, biorąc pod uwagę wysoką liczbę rozwodów w Polsce (Główny Urząd Statystyczny, 2020). Co więcej, uczestnicy badania Celińskiej i Wiśniewskiej (2010), będący w okresie wyłaniającej się dorosłości, rozważając kwestię doświadczanych trudności osobistych, najczęściej (62% uczestników) wspominali właśnie o relacjach z innymi ludźmi (w tym budowania związku intymnego). Fakt, że niemała część osób w okresie wyłaniającej się dorosłości nie odwołała się w swojej wizji własnego dorosłego życia do kwestii dotyczących związku intymnego oraz, że przewidywania te, jeśli już w WWDŻ się pojawiały, często były dosyć ogólnikowe, wskazywać może także na to, iż jest to obszar w odniesieniu do której trudno dokonywać predykcji. Wydaje się, że fakt bycia w związku intymnym i to, jak ten związek będzie wyglądał znajduje się w mniejszym stopniu pod kontrolą jednostki niż na przykład to, jaką ścieżkę kariery zawodowej obierze albo, w jaki sposób spędzać będzie wolny czas. Koresponduje to z opisywaną w literaturze przedmiotu (np. Boss, 2007; Jackson, 2018) niepewnością dotyczącą tego, jak potoczą się losy jednostki w obszarze związku intymnego i związanym z tym napięciem. Niepewność ta jest szczególnie dotkliwa dla osób, które chciałyby być w związku, ale nie są i nie widzą, czy kiedykolwiek im się to uda. W tym kontekście dokonanie predykcji i stworzenie symulacji własnej przyszłości odnoszącej się do tego obszaru życia może istotnie redukować towarzyszące tej niepewności napięcie (zwłaszcza, gdy w symulacji tej zawarty będzie kształt życia zgodny z celami i pragnieniami jednostki). Natomiast niemożność dokonania takich predykcji i uwzględnienia tego obszaru w wizji własnego dorosłego życia może przyczyniać się do narastania tej niepewności i towarzyszącego jej dystresu.

Znaczna część osób w okresie wyłaniającej się dorosłości (nieco ponad 50%) odwoływała się w swojej wizji własnego dorosłego życia do kwestii związanych z miejscem zamieszkania. Był to też drugi z najszczegółowiej opisywanych obszarów życia. Zwraca uwagę fakt, że we wcześniejszych badaniach (np. Czerwińska-Jasiewicz, 2005; Liberska, 2004; Kutra, 2008a; Timoszyk-Tomczak, 2010) aspekt ten nie był analizowany (a przynajmniej nie znaleziono kategorii bezpośrednio odwołujących się do tych kwestii). Można podejrzewać, że wypowiedzi takie włączano niekiedy w kategorie dotyczące celów lub planów związanych ze statusem materialnym i stanem posiadania. Tak było na przykład w badaniu Timoszyk-Tomczak (2010), w którym udział brali studenci. Cele materialne stanowiły nieco ponad 10% ich celów długich (na kilkanaście najbliższych lat). Fakt, że wątek ten zajmował dosyć istotne miejsce w symulacjach osób w okresie wyłaniającej się dorosłości dotyczących własnej przyszłości pokazuje, że jest to istotna dla młodych ludzi kwestia i, że ma ona większe znaczenie dla uczniów i studentów obecnie niż kilkanaście lat temu. Może to wynikać z obserwowanego wzrostu indywidualizmu we współczesnych społeczeństwach (Santos i in., 2017) – posiadanie własnego mieszkania to szansa na wyprowadzenie się od rodziców i uniezależnienie od nich. Posiadanie własnego domu lub mieszkania może być traktowane także jako warunek konieczny do podejmowania dalszych życiowych zobowiązań, na przykład związanych z posiadaniem dzieci (Janowicz, 2017; Mynarska, 2011). Na przestrzeni ostatnich lat obserwuje się także nieustanny wzrost cen nieruchomości (Główny Urząd Statystyczny, 2021), wobec czego wielu młodym ludziom trudno jest zakupić, czy nawet wynająć dom lub mieszkanie odpowiadające ich potrzebom. Może to skłaniać ich do częstszego myślenia o tym, co znajduje swoje odzwierciedlenie w relatywnie częściej obecności tego obszaru życia w opisywanej WWDŻ oraz względnie szczegółowego, w porównaniu do innych obszarów życia, jego opisywania.

Przyglądając się treści wizji własnego dorosłego życia u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości, zwraca uwagę fakt, iż do kwestii związanych z rodzicielstwem odwołała się mniej niż połowa (dokładnie 46%) osób uczestniczących w badaniu. Osoby w okresie wyłaniającej się dorosłości nie podawały też zbyt wielu szczegółów dotyczących tego obszaru życia. Wcześniejsze badania dotyczące różnych form wewnętrznej aktywności prospektywnej nie zawsze wyróżniały posiadanie dzieci jako osobny cel życiowy lub analizowały plany w odniesieniu do tak szczegółowo wyróżnionego obszaru, posługując się nierzadko zbiorczą kategorią celów i planów dotyczących „życia rodzinnego” (np. Czerwińska-Jasiewicz, 2005; Kutra, 2008a). Konkretnie do ważności posiadania dzieci w przyszłości odnosili się

uczestnicy badania Liberskiej (2004) oraz Trempały i Malmberga (1996). Dla nastolatków badanych przez Liberską (2004) posiadanie dzieci było ważnym, choć zdecydowanie nie najistotniejszym, elementem oczekiwań dotyczących własnej przyszłości. Z kolei uczestnicy badania Trempały i Malmberga (1996) oceniali posiadanie dzieci jako jedno z najważniejszych oczekiwań dotyczących własnej przyszłości (wyżej cenione było tylko znalezienie chłopaka/ dziewczyny i lubienie własnego życia rodzinnego). Zestawiając uzyskane wyniki z rezultatami innych badań, można stwierdzić, że odsetek osób odwołujących się do rodzicielstwa w swojej WWDŻ był w niniejszym badaniu zbliżony do odsetka (40-50%) osób wskazujących we wcześniejszych badaniach (Czerwińska-Jasiewicz, 2005; Dziwańska, 2007; Katra, 2008a) na założenie rodziny jako jeden z ważnych celów życiowych. Warto jednak nadmienić, że bardziej sprecyzowane plany dotyczące życia rodzinnego posiadało już tylko około 25% maturzystów badanych przez Czerwińską-Jasiewicz (2005). Co więcej, w wypowiedziach pisemnych na temat własnej przyszłości zbieranych przy okazji badań dotyczących wizji własnego rodzicielstwa (Janowicz, 2017; Janowicz, 2018c), dokładną przewidywaną liczbę posiadanych w przyszłości dzieci podawało ok. 40% osób w okresie wyłaniającej się dorosłości. Podsumowując przedstawione powyżej rezultaty i odnosząc je do wyników niniejszego badania, można stwierdzić, że rodzicielstwo nadal jest jedną z istotnych ról, w którą przewidują angażować się w przyszłości osoby w okresie wyłaniającej się dorosłości, jednak nie poświęcają one temu zagadnieniu zbyt wiele uwagi w swoim myśleniu o własnej przyszłości. Wniosek ten jest spójny z wynikami wcześniejszych badań (np. Janowicz, 2017; Janowicz, 2018c), które wykazały, że wyobrażenia młodych ludzi na temat siebie jako rodzica w przyszłości często są powierzchowne i mało rozbudowane. Wyniki te, podobnie jak rezultaty dotyczące odwoływania się w swojej WWDŻ do aspektu związku intymnego, mogą budzić pewien niepokój, zważając na to, że przeważająca część dorosłych finalnie zostaje rodzicem, a, jak widać, obszar ten rzadko jest przedmiotem wcześniejszej refleksji. Fakt, że tak liczna grupa osób w okresie wyłaniającej się dorosłości nie wspomniała w swojej wizji własnego dorosłego życia o rodzicielstwie można wyjaśnić jeszcze na co najmniej kilka sposobów. Po pierwsze, może to wynikać z faktu, iż jest to obszar w ramach którego trudno dokonywać predykcji. Wiele czynników wpływa na to, czy i kiedy będzie się mieć dzieci, w związku z czym uczestnikom badania trudno mogło być jednoznacznie się określić, wobec czego mogli oni omijać tę kwestię. Potwierdza to fakt, iż w niektórych przypadkach sprawa posiadania dzieci była opisywana w połączeniu z wyrażeniem wątpliwości (np. „potencjalnie dzieci”

albo „możliwe, że mam już wtedy dziecko”). Po drugie, może to wskazywać na rosnącą, w porównaniu do poprzednich dekad, liczbę osób, które nie chcą mieć dzieci. Jak wskazują dane zebrane na reprezentatywnej grupie 1096 dorosłych Polek i Polaków bezdzietność z wyboru planuje około 11% osób (Ciesielski i in., 2021). Podobne wyniki niemal piętnaście lat temu uzyskał Biernat ze współpracownikami (2007). Z drugiej strony, w niektórych przypadkach do kwestii związanych z rodzicielstwem odwoływały się w swojej WWDŻ także osoby, które nie przewidywały mieć dzieci. Po trzecie, niektóre osoby mogły przewidywać posiadanie dzieci, ale w późniejszych latach życia. Korespondowałyby to z obserwowanym przesuwaniem się wieku, w którym Polki i Polacy decydują się na pierwsze dziecko (por. Główny Urząd Statystyczny, 2016), co znajduje swoje odzwierciedlenie także w planach prokreacyjnych młodych ludzi (np. Janowicz, 2017; Janowicz, 2018c; Liberska, 2004). Niemniej, niektóre osoby przewidujące posiadanie dzieci później niż w wieku 35 lat wspominały o tym w swoich wypowiedziach (np. „nie chcę jeszcze mieć dzieci”). W końcu, ze względu na zachodzące przemiany społeczno-kulturowe, rodzicielstwo staje się jedną z możliwych, ale nie jedyną drogą życiową (Ciesielski, 2021; Jacques i Radtke, 2012; Koropeczyj-Cox i in., 2007). Co istotne, decyzja o nie posiadaniu dzieci zyskuje silniejszą akceptację u osób młodszych niż starszych (Koropeczyj-Cox i Pendell, 2007). Jak wskazują badania (Avison i Fumham, 2015; Ciesielski, 2021) ewentualna decyzja o dobrowolnej bezdzietności jest podejmowana zazwyczaj do 30. roku życia i mogą prowadzić do niej bardzo różne drogi (Tanturri i Mencarini, 2008). Możliwe jest zatem, że znaczna część osób w okresie wyłaniającej się dorosłości (zwłaszcza na jej początku) nie ma jeszcze sprecyzowanych celów w tej kwestii, a co za tym idzie, nie jest w stanie odnieść się do tego obszaru życia w dokonywanej przez siebie symulacji własnej przyszłości, gdyż na ten moment posiadanie i nie posiadanie dziecka jawi się jako dwa podobnie prawdopodobne scenariusze przyszłego życia. Przedłużanie się takiego stanu rzeczy może skutkować odraczeniem decyzji w tej kwestii i niemożnością podejmowania poważniejszych zobowiązań, które wymagałyby uwzględnienia tego, czy uwzględnia się w swoim dorosłym życiu posiadanie dzieci, czy też nie.

Niemal ¼ osób odnosiła się w swojej wizji własnego dorosłego życia do przewidywanych sposobów spędzania wolnego czasu, co pokazuje, że dla sporej części osób w okresie wyłaniającej się dorosłości może być to istotny aspekt przyszłego, dorosłego życia. Koresponduje to z wynikami uzyskanymi przez Liberską (2004). Dla badanych przez nią nastolatków oczekiwania dotyczące czerpania zadowolenia z wakacji i wolnego czasu były

bardzo ważne. O celach życiowych związanych z odpoczynkiem i czerpaniem przyjemności z życia wspominało też kilkanaście procent maturzystów badanych przez Katrę (2008). Rzadziej o tego typu celach wspominali uczestnicy badań Czerwińskiej-Jasiewicz (2005) i Timoszyk-Tomczak (2010). Wydaje się, że dokonanie przewidywań w tym obszarze jest względnie łatwe (w porównaniu na przykład do kwestii związanych ze znalezieniem partnera życiowego lub posiadaniem dzieci), gdyż przeważająca część młodych ludzi posiada jakieś pasje i zainteresowania, w związku z czym mogą oni ekstrapolować swoje aktualne doświadczenia na przyszłe, dorosłe życie.

Pozostałe obszary życia (ukończenie edukacji, życie wewnętrzne i rozwój osobisty, inne istotne relacje społeczne, wartości i inne) były reprezentowane w wizji własnego dorosłego życia osób w okresie wyłaniającej się dorosłości znacznie rzadziej (<25% wypowiedzi). Wynik ten jest spójny z rezultatami uzyskanymi przez Czerwińską-Jasiewicz (2005), w której badaniu cele dotyczące takich obszarów jak ideały życiowe, podróżowanie, moralność, czy też doskonalenie się były wskazywane przez niewielką liczbę uczestników (<10%). Również w badaniu Timoszyk-Tomczak (2010) cele związane z działaniem na rzecz ogólnych wartości były rzadko wskazywanymi celami długimi. Choć warto zaznaczyć, że pojawiały się bardzo często, gdy osoby opisywały swoje cele „na całe życie”. Pokazuje to, że treść wyobrażeń na temat własnej przyszłości może znacząco się różnić w zależności od tego, jak daleko w czasie wysunięty jest punkt, do którego odwołać się mają uczestnicy badania.

Niemala część uczestników, pomimo wyraźnej instrukcji, odwoływała się w swoich wypowiedziach raczej do celów i pragnień niż do przewidywań<sup>35</sup>. Była to niemal 1/5 osób w okresie wyłaniającej się dorosłości. Można postawić hipotezę, że dla osób tych trudne było dokonanie symulacji własnej przyszłości i odwoływały się one do bardziej dostępnych celów. Potwierdzałoby to refleksje przedstawione przez Szpunara i współpracowników (2014b), którzy wskazują na to, iż nie każdy może być w stanie dokonywać predykcji na temat własnej przyszłości i stworzyć jej symulacje. Niemniej, nie zaobserwowano różnic w poziomie łatwości przywołania i opisanie wizji własnego dorosłego życia pomiędzy osobami, które rzeczywiście tworzyły symulację własnej przyszłości a tymi, które odwoływały się do celów i pragnień. Być może wynikało to z faktu, iż osoby te nie dostrzegały różnicy między opisem celów życiowych a dokonaniem przewidywań i, nie mając problemu z napisaniem, jak chciałyby, żeby wyglądało ich dorosłe życie, nie raportowały trudności w opisanie wizji własnego dorosłego życia. Różnice takie ujawniły się natomiast w przypadku osób, które

---

<sup>35</sup> Świadczyły o tym wypowiedzi zawierające takie zwroty, jak „chciał(a)bym...”, „mam nadzieję, że...”.

wyrażały wątpliwości co do możliwości dokonywania przewidywań na temat własnej przyszłości (było ich niecałe 10%) – one miały istotnie niższe poczucie łatwości przywołania i opisanie wizji własnego dorosłego życia. Podobny odsetek maturzystów badanych przez Czerwińską-Jasiewicz (2005) deklarował brak celów długich (na najbliższe 10 lat) i planów życiowych. Wyniki uzyskane w ramach niniejszego projektu są zatem kolejną przesłanką, aby stwierdzić, że pewna część młodzieży nie angażuje się w myślenie o własnej przyszłości i nie tworzy celów i planów życiowych oraz symulacji własnej przyszłości. Biorąc pod uwagę regulacyjną i motywacyjną funkcję podejmowania wewnętrznej aktywności prospektywnej na którą wskazują liczni autorzy (m.in. Czerwińska-Jasiewicz, 2005, 2015; Lens, 1986; Liberska, 2004; Kutra, 2008a; Nurmi, 1991; Nuttin, 1985; Schacter i in., 2017; Szpunar i in., 2014b) oraz wyniki niniejszego badania wskazujące na zależności pomiędzy charakterystyką wizji własnego dorosłego życia a rozwojem tożsamości i poczuciem sensu w życiu, należy podkreślić, że może być to czynnik utrudniający optymalny rozwój osobom w okresie wyłaniającej się dorosłości. Jak wskazuje Nuttin (1985) to, co znajduje się poza horyzontem temporalnym jednostki, jest dla niej mało realne, a co za tym idzie ma mniejszą wartość motywacyjną. Dane zebrane w ramach niniejszego projektu częściowo wskazują na to, jakie czynniki mogą być związane z trudnością w przywołaniu i opisanu WWDŻ, ale z pewnością konieczne są dalsze badania, które w jeszcze bardziej pogłębiony sposób poddałyby analizie zależności pomiędzy różnymi formami wewnętrznej aktywności prospektywnej i znaczeniem umiejętności tworzenia celów i planów życiowych dla formowania się wizji własnego dorosłego życia u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości. Odwołując się do analiz teoretycznych dokonanych przez Katrę (2008), można zakładać, że trudności związane z podjęciem wewnętrznej aktywności antycypacyjnej mogą wynikać także z niskiego poziomu wiedzy o świecie i samowiedzy.

Analizie poddano także stopień idylliczności wizji własnego dorosłego życia u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości. Uzyskane wyniki, wskazujące na to, że wizja przeważającej (ponad 90%) części osób spełniała przynajmniej jedno z dwóch kryteriów idylliczności, są spójne z rezultatami innych badań (Bakiera, 1995; Janowicz, 2017; Tyszkowa, 1985). Uczestnicy tych badań (nastolatki i osoby w okresie wyłaniającej się dorosłości) także przeważnie mieli dosyć optymistyczną percepcję własnych perspektyw życiowych i relacjonowali niewiele obaw związanych z przyszłością. Może być to przejawem idealizmu antycypacyjnego opisywanego przez Inhelder i Piageta (1970) jako jednej z charakterystyk myślenia młodych ludzi. Takie idylliczne patrzeć na własną przyszłość może

spełniać istotną funkcję w rozwoju jednostki, inicjując i podtrzymując w niej motywację do zaangażowania w aktywność ukierunkowaną na przyszłość. Z kolei przewidywanie niepowodzenia i niemożności zrealizowania własnych celów mogłoby prowadzić do zniechęcenia i zaniechania działań związanych z realizacją celów życiowych (Szpunar i in., 2014b).

Podsumowując omówienie wyników dotyczących treści wizji własnego dorosłego życia u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości, należy podkreślić, że najczęściej wspomniane były kwestie dotyczące pracy zawodowej, miejsca zamieszkania, związku intymnego i rodzicielstwa. Były to zatem odniesienia do kluczowych obszarów życia dorosłych ludzi, związane z realizacją istotnych zadań rozwojowych (Havighurst, 1981). Wyniki te pokrywają się z rezultatami badań dotyczących celów (Timoszyk-Tomczak, 2010) i planów życiowych (Katra, 2008a) osób w okresie wyłaniającej się dorosłości. Niemniej, niemała część osób w okresie wyłaniającej się dorosłości nie zawierała w swoich symulacjach własnej przyszłości odniesień do tych obszarów życia, co może wskazywać, że wielu młodych ludzi nie poddało dotychczas tych spraw pogłębionej refleksji oraz nie określiło swoich celów i planów życiowych w tych obszarach (por. Katra, 2008a; Szpunar i in., 2014b). Ponieważ porównywanie symulacji dotyczącej własnej przyszłości z aktualnym *self* może być czynnikiem motywującym jednostkę do podjęcia konkretnych działań (Szpunar i in., 2014b), brak odniesienia się w WWDŻ do wielu istotnych obszarów życia może przyczyniać się do trudności w podtrzymywaniu lub inicjowaniu aktywności ukierunkowanej na przyszłość przez osoby w okresie wyłaniającej się dorosłości. Odwoływanie się przez pewną część osób w okresie wyłaniającej się dorosłości w swoich wypowiedziach do celów i pragnień, zamiast do przewidywań, a także wyrażane wątpliwości co do możliwości opisanie wizji własnego dorosłego życia mogą wskazywać na trudności w stworzeniu symulacji własnej przyszłości. Podkreślić należy także, że przeważająca część osób w okresie wyłaniającej się dorosłości tworzyła raczej optymistyczne symulacje własnej przyszłości.

Oprócz tego, jakie obszary reprezentowane są w wizji własnego dorosłego życia, przeanalizowano także, jak bardzo szczegółowo są one opisywane. Powyżej wspomniano już, w odniesieniu do których obszarów życia osoby w okresie wyłaniającej się dorosłości podawały przeciętnie najwięcej szczegółów. Wśród osób w okresie wyłaniającej się dorosłości, które wzięły udział w opisywanym badaniu dominowały te posiadające umiarkowanie szczegółową wizję własnego dorosłego życia. Koresponduje to z wynikami Katry (2008) pokazującymi, że zdecydowana większość (ok. 75%) planów dalekich



formułowanych przez maturzystów ma ogólnikowy charakter, czyli zawiera niewielką liczbę kroków związanych z realizacją tych planów. Plany takie najczęściej były też słabo ustrukturalizowane, co oznacza, że kolejne kroki mające doprowadzić do ich realizacji rzadko były uporządkowane w sposób hierarchiczny, a raczej tworzyły konglomerat różnych aktywności podawanych bez opisywania wzajemnych zależności między nimi. I choć czym innym jest złożoność i stopień ustrukturalizowania planów życiowych, a czym innym szczegółowość wizji własnego dorosłego życia, to oba te wyniki pokazują, że osoby w okresie wyłaniającej się dorosłości o dalszej przyszłości (kilkanaście albo więcej lat naprzód) myślą w sposób dosyć ogólnikowy i mało sprecyzowany. Jest to w pewien sposób zrozumiałe, gdyż im dalej w przyszłość wybiegamy, tym trudniejsza jest ona do przewidzenia, zwłaszcza w odniesieniu do jakichś szczegółów. Niemniej, jak wskazują wyniki niniejszego badania, zdolność do stworzenia bardziej szczegółowej i rozbudowanej symulacji własnego dorosłego życia wiąże się z doświadczaniem silniejszego poczucia ciągłości pomiędzy przyszłością a teraźniejszością w odniesieniu do tejże wizji. Podobnie jak posiadanie bardziej szczegółowych planów życiowych pozytywnie koreluje z wyższym ocenianiem swoich szans na ich realizację (Katra, 2008a). Wspieranie, zatem, rozwijania bardziej szczegółowych wyobrażeń na temat swojego przyszłego dorosłego życia, może sprzyjać wzrostowi poczucia ciągłości pomiędzy teraźniejszością a przyszłością u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości.

Fakt, iż przeważająca część uczestników badania posiadała zbalansowaną wizję własnego dorosłego życia może wskazywać na to, że w swoim myśleniu o przyszłości poświęcają podobną uwagę kilku kluczowym dla siebie obszarom życia. Najczęściej były to sprawy dotyczące pracy zawodowej, związku intymnego, miejsca zamieszkania i rodzicielstwa. Wydaje się to optymalna sytuacja, gdyż mogąc w odniesieniu do różnych obszarów życia porównać swoje aktualne *self* z *self* przewidywanym, jednostka ma możliwość dostosować bieżącą aktywność tak, aby to *self* przewidywane było możliwe bliskie *self* upragnionemu (Szpunar i in., 2014b). Ponadto, dokonywanie przewidywań w odniesieniu do poszczególnych obszarów życia, bazujące na celach i planach życiowych, może sprzyjać pogłębionej i bardziej realistycznej refleksji nad innymi obszarami. Na przykład, oszacowanie szans na posiadanie dobrze płatnej i stabilnej pracy w przyszłości może być istotnym punktem odniesienia dla tworzenia celów życiowych dotyczących rodzicielstwa, jeśli dla jednostki ważne jest to, żeby zadbać o zabezpieczenie sytuacji materialnej rodziny przed podjęciem decyzji o posiadaniu dziecka. Natomiast zdominowanie

wizji własnego dorosłego życia przez jeden lub dwa obszary może wskazywać na to, że dana osoba poświęca nieproporcjonalnie więcej uwagi jednej kwestii, powierzchownie traktując inne (lub wcale się do nich nie odnosząc). Z jednej strony może to być wyrazem silnego zaabsorbowania danym obszarem życia (na przykład przyszłą pracą zawodową). Z drugiej, natomiast, może takie zaabsorbowanie (i pomijanie innych kwestii) potęgować, gdyż ten obszar będzie wydawał się jednostce jedynym przewidywalnym, a co za tym idzie wartym poświęcenia swojego zaangażowania, sił, czasu i innych zasobów.

Inspirując się analizami dokonanyymi w ramach innych projektów badawczych (np. D'Argembeau i Van der Linden, 2004; D'Argembeau i in., 2012), postanowiono zbadać także subiektywny stosunek osób w okresie wyłaniającej się dorosłości do posiadanej przez nie wizji własnego dorosłego życia. Wyniki te pozwalają w pełniejszy sposób opisać aspekt wewnętrznej aktywności prospektywnej związanej z dokonywaniem antycypacji własnej przyszłości. We wcześniejszych akapitach wspomniano już o poczuciu łatwości przywołania i opisanie wizji własnego dorosłego życia. Dla ponad połowy uczestników było to zadanie łatwe lub bardzo łatwe, ale już dla niemal 1/3 nosiło pewne znamiona trudności. Potwierdza to tezy zawarte w pracy Szpunara i współpracowników (2014b) wskazujące na to, że stworzenie symulacji własnej przyszłości może dla części osób być wymagającym zadaniem i nie każdy będzie posiadał kompetencje pozwalająca na stworzenie takiej symulacji. Co ciekawe, silniejsze poczucie łatwości przywołania i opisanie wizji własnego dorosłego życia wcale nie wiązało się z jej większym rozbudowaniem, czy szczegółowością. Pokazuje to, że formalne aspekty dotyczące wewnętrznej aktywności prospektywnej a subiektywny stosunek jednostki do tej aktywności mogą nie być ze sobą powiązane. Wydaje się to nieco zaskakujące, gdyż można by przewidywać, że tworzenie powierzchownych i ogólnikowych symulacji własnej przyszłości może wynikać między innymi właśnie z trudności w dokonywaniu predykcji na jej temat. Interesujące mogłoby być zbadanie, czy na przykład poziom wglądu jest tutaj czynnikiem moderującym tę zależność. Prawdopodobne wydaje się, że u osób o wyższym poziomie wglądu byłyby one silniejsze, gdyż osoby te dostrzegałyby i rozumiały, że mają trudność w stworzeniu bardziej rozbudowanej i szczegółowej symulacji własnej przyszłości. Wyniki dotyczące emocjonalnego ustosunkowania się do posiadanej wizji własnego dorosłego życia wyraźnie pokazują, że większość osób w okresie wyłaniającej się dorosłości w związku z symulacją własnej przyszłości doświadcza raczej pozytywnych emocji i niewielka liczba osób doświadcza w związku z tym emocji negatywnych. Wśród uczestników badania dominowały osoby o pozytywnym (silnie lub umiarkowanie)

ustosunkowaniu emocjonalnym do posiadanej WWDŻ. I choć niewiele osób miało do wizji swojej przyszłości stosunek negatywny i neutralny, to niemal 1/3 osób w okresie wyłaniającej się dorosłości doświadczała silnej lub umiarkowanej ambiwalencji związanej z wizją własnej przyszłości. Może to wskazywać na to, że w pewnych obszarach osoby te przewidują, że ich życie będzie wyglądać w zgodzie z ich pragnieniami, w innych natomiast nie. Przy okazji warto zaznaczyć, że zadanie pytania osobno o natężenie emocji pozytywnych i negatywnych daje głębszy wgląd w stosunek emocjonalny jednostki do posiadanej przez nią wizji własnej przyszłości. Obserwacja ta wydaje się istotna, gdyż we wcześniejszych badaniach dotyczących różnych form myślenia o przyszłości (np. D'Argembeau i Van der Linden, 2004; D'Argembeau i in., 2012) wykorzystywano jedną skalę do oszacowania, czy wyobrażenie danego przyszłego wydarzenia wiąże się raczej z pozytywnymi, czy negatywnymi emocjami. Taki pomiar nie daje szansy na uchwycenie potencjalnej ambiwalencji doświadczanej przez jednostkę w związku z jej własną przyszłością, niezależnie od tego, jaki aspekt myślenia o niej jest badany.

Ważną funkcją wewnętrznej aktywności prospektywnej i ukierunkowania na przyszłość jest to, że może ona dawać jednostce poczucie ciągłości między teraźniejszością a przyszłością (D'Argembeau i in., 2021; Erikson, 1997; Janowicz i in., 2021). Przeważająca część uczestników badania doświadczała umiarkowanego bądź silnego poczucia ciągłości towarzyszącego posiadanej wizji własnego dorosłego życia. Było to powiązane z tworzeniem bardziej rozbudowanych i szczegółowych przewidywań na temat własnej przyszłości, lecz zależności te nie były silne. Silniejsze poczucie ciągłości wiązało się też z poczuciem, że przywołanie i opisanie wizji własnego dorosłego życia było łatwym zadaniem. Należy jednak zaznaczyć, że kilkanaście procent badanych osób w okresie wyłaniającej się dorosłości relacjonowało, że posiadana przez nich wizja własnego dorosłego życia nie dostarcza im poczucia ciągłości między teraźniejszością a przyszłością. Znaczenie poczucia ciągłości towarzyszącego wizji własnego dorosłego życia dla innych aspektów funkcjonowania osób w okresie wyłaniającej się dorosłości zostanie omówione w kolejnych częściach tego rozdziału.

### ***8.2.2. Zmiany zachodzące w wizji własnego dorosłego życia u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości podczas ostatniego roku edukacji w szkole średniej/ na studiach wyższych***

Podłużny charakter przeprowadzonego badania umożliwił analizę zmian zachodzących w obrębie wizji własnego dorosłego życia u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości pomiędzy początkiem i końcem ostatniego roku nauki w szkole średniej/ na

uczelnii wyższej. Choć analizy w tym obszarze miały charakter eksploracyjny i nie stawiano tutaj konkretnych hipotez badawczych, to można było się spodziewać, że wobec zbliżającego się końca danego etapu edukacji w wizji własnego dorosłego życia osób w okresie wyłaniającej się dorosłości zachodzą będą pewne przemiany. Tym bardziej, że momenty takie wskazywane były jako potencjalnie stymulujące do refleksji nad własną przyszłością (Katra, 2008a; Liberska, 2008). Zebrane dane pokazują jednak, że zakres zmian w obrębie wizji własnego dorosłego życia pomiędzy oboma pomiarami nie był u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości zbyt duży. Jej rozbudowanie, szczegółowość i idylliczność pozostały na zbliżonym poziomie. Nie doszło też do istotnych zmian w stopniu zbalansowania wizji własnego dorosłego życia. Częściej natomiast uczestnicy badania odwoływali się w swoich wypowiedziach rzeczywiście do przewidywań na temat własnej przyszłości, a rzadziej wplatali w swoje wypowiedzi odniesienie do pragnień, czy też celów. Można to interpretować jako wyraz tego, że większa część osób w okresie wyłaniającej się dorosłości była w stanie dokonać symulacji własnej przyszłości. Choć nie zaobserwowano, aby jednocześnie wzrósł subiektywnie doświadczany poziom łatwości przywołania i opisanego WWDŹ oraz istotnie zmalał odsetek osób wyrażających wątpliwości i doświadczających niepewności co do własnej przyszłości. Podobnie częstotliwość odwoływania się do poszczególnych obszarów życia. Paradoksalnie, w odniesieniu do kilku z nich (praca zawodowa, związek intymny) zaobserwowano nawet, że były one w WWDŹ reprezentowane rzadziej. Częściej natomiast pojawiały się odwołania do kwestii dotyczących życia rodzinnego oraz życia wewnętrznego i rozwoju osobistego. Fakt, iż zmalał odsetek osób odwołujących się do kwestii związanych ze związkiem intymnym i rodzicielstwem (choć tutaj różnica nie była istotna statystycznie), a wzrósł odsetek osób odwołujących się ogólnie do życia rodzinnego można interpretować jako wyraz tego, że uczestnicy badania częściej agregowali swoje przewidywania dotyczące związku intymnego i rodzicielstwa w jedno zbiorcze określenie dotyczące „rodziny w ogóle” i zamiast pisać, że „będą mieć męża i dzieci” pisali, że „założą rodzinę”. Fakt, iż częściej pojawiały się w WWDŹ odwołania do życia wewnętrznego i rozwoju osobistego może być wyrazem tego, że wzrósł odsetek osób, które poddały te kwestie refleksji i sformułowały jakieś cele dotyczące tego obszaru życia. W pojedynczych przypadkach (kwestie dotyczące związku intymnego, życia rodzinnego oraz życia wewnętrznego i rozwoju osobistego) zaobserwowano zmianę w przeciętnie podawanej liczbie szczegółów. W dużej mierze może to wynikać z tego, że w tych obszarach zachodziły też największe zmiany w częstotliwości ich reprezentowania w wizji własnego dorosłego

życia. Przywołane powyżej wyniki dotyczące relatywnie niewielkich zmian w treści i strukturze wizji własnego dorosłego życia u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości stoją w pewnej sprzeczności do faktu, iż korelacje pomiędzy jej poszczególnymi aspektami (rozbudowanie, szczegółowość, długość) w obu pomiarach były na umiarkowanym poziomie. Może to wskazywać na fakt, iż w obrębie tejże wizji zachodziły pewne zmiany, jednak nie były one nazbyt duże. Można zatem stwierdzić, że, w swych głównych zrębach, dokonywana przez osoby w okresie wyłaniającej się dorosłości symulacja własnego przyszłego dorosłego życia wydaje się dosyć stabilna w czasie, mając na względzie okres obejmujący ostatni rok nauki w szkole średniej/ na uczelni wyższej. Być może jednak wynik ten po części jest efektem tego, iż wśród osób, które nie wzięły udziału w drugim pomiarze częściej znajdowały się te, które miały mało rozbudowaną i szczegółową wizję własnego dorosłego życia. Natomiast swój udział w badaniu częściej kontynuowały osoby, które w pomiarze pierwszym w swojej WWDŻ odwoływały się do większej liczby obszarów i podawały więcej szczegółów. Siłą rzeczy, w ich przypadku trudniej było o odnotowanie zmian polegających na rozbudowaniu i uszczegółowieniu wizji, które były już dosyć rozbudowane i szczegółowe. Istotnych zmian nie odnotowano także w większości aspektów subiektywnego ustosunkowania się przez te osoby do posiadanej przez nie wizji własnego dorosłego życia. Jedyne, co uległo zmianie, to przeciętne natężenie negatywnych emocji towarzyszących przywołaniu i opisaniu wizji własnego dorosłego życia (uległo ono wzrostowi), a co za tym idzie, spadek odsetka osób posiadających silnie pozytywnie stosunek emocjonalny do swojej WWDŻ. Być może wzrost natężenia negatywnych emocji towarzyszących wizji własnego dorosłego życia wynikał z faktu, że zbliżał się moment zakończenia danego etapu edukacji, a co za tym idzie, konieczności podjęcia decyzji dotyczących dalszej drogi życia (kontynuacja nauki, praca zawodowa). Możliwe, że konieczność skonfrontowania się z tym faktem przyczyniała się do wzrostu niepewności, obaw, czy też innych negatywnych emocji, które mogły przekładać się na to, że tworzeniu przez osoby w okresie wyłaniającej się dorosłości symulacji własnego przyszłego życia towarzyszyło więcej negatywnych emocji niż kilka miesięcy wcześniej.

Przeprowadzone analizy wykazały także na istotne wzajemne zależności pomiędzy zmianami w różnych aspektach subiektywnego ustosunkowania się do posiadanej wizji własnego dorosłego życia. W większości przypadków miały one charakter dwustronny, lecz uzyskane wyniki pozwalają przedstawić pewne przypuszczenia co do ewentualnych zależności przyczynowo-skutkowych. Przede wszystkim należy podkreślić, że wzrost

poczucia ciągłości towarzyszącego WWDŻ był predyktorem silniejszego natężenia pozytywnych i słabszego natężenia negatywnych emocji związanych z wizją własnego dorosłego życia. Jeśli chodzi o zależności o odmiennym kierunku (wzrost natężenie pozytywnych lub negatywnych emocji jako predyktor silniejszego/ słabszego poczucia ciągłości), to zależności te były słabsze (w przypadku emocji pozytywnych) lub nieistotne statystycznie (w przypadku emocji negatywnych). Można zatem przypuszczać, że wzrost poczucia ciągłości między teraźniejszością a przyszłością osiągnany dzięki dokonanej symulacji własnej przyszłości sprzyja doświadczaniu silniejszych pozytywnych emocji w związku z wizją swojego przyszłego, dorosłego życia. Natomiast sama zmiana w natężeniu pozytywnych i negatywnych emocji towarzyszących wizji własnego dorosłego życia nie musi przekładać się na to, że wizja ta będzie dostarczać jednostce silniejszego poczucia ciągłości.

### ***8.2.3. Wybrane czynniki podmiotowe i pozapodmiotowe a wizja własnego dorosłego życia u osób w okresie wylaniającej się dorosłości***

#### *8.2.3.1. Wizja własnego dorosłego życia u kobiet i mężczyzn w okresie wylaniającej się dorosłości*

Wyniki dotychczasowych badań dotyczących różnic międzypłciowych w zakresie różnych form wewnętrznej aktywności prospektywnej nie były jednoznaczne. Niemala część z nich wskazywała na takie różnice, jednak w części badań różnic takich nie zaobserwowano. W ramach niniejszego badania porównano treść i strukturę wizji własnego dorosłego życia pomiędzy kobietami i mężczyznami w okresie wylaniającej się dorosłości. Choć zaobserwowano szereg różnic, to nie wszystkie hipotezy badawcze się potwierdziły.

Kilka wcześniejszych badań (np. Czerwińska-Jasiewicz, 2005; Greene i DeBacker, 2004; Janowicz, 2018c; Liberska, 1993, 2004; Rodriguez-Tomé i Bariaud, 1987; za: Liberska, 2004; Seginer, 1988) wykazało, że cele, plany i przewidywania młodych kobiet i mężczyzn dotyczące ich przyszłości w dużej mierze odzwierciedlają stereotyp płci obowiązujący w danym czasie i kulturze. Choć stereotypy te i oczekiwania społeczne wobec kobiet i mężczyzn ulegają stopniowym przekształceniom, to wciąż silne wydają się przekazy przypisujące kobiety bardziej do sfery relacji i życia rodzinnego, a mężczyzn do sfery pracy zawodowej. W pewnym stopniu potwierdzają to wyniki niniejszego badania. Kobiety częściej odnosiły się w swojej wizji własnego dorosłego życia do kwestii dotyczących związku intymnego i rodzicielstwa. Częściej także rozpoczynały opis wizji własnej dorosłości od przewidywań na temat związku intymnego i podawały większą liczbę szczegółów w

odniesieniu do przewidywań na temat rodzicielstwa (np. konkretną liczbę i wiek dzieci, jaką przewidują mieć w wieku 35 lat). Częściowo pokrywa się to z rezultatami uzyskanymi przez Liberską (2004). Wśród badanej przez nią młodzieży oczekiwania związane z narodzinami dziecka były ważniejsze dla dziewcząt niż dla chłopców. Nie zaobserwowała ona natomiast różnic w odniesieniu do zawarcia małżeństwa. Jednak w przypadku obu tych obszarów nastolatki, w porównaniu do swoich rówieśników, lokowały te oczekiwania w krótszej perspektywie temporalnej. Również w badaniu Czerwińskiej-Jasiewicz (2005) dziewczęta częściej jako istotne wskazywały cele dotyczące założenia rodziny czy też posiadania partnera. Częściej formułowały one także plany dotyczące życia rodzinnego. Widać zatem, że, choć od przywołanych powyżej badań minęło już kilkanaście lat, sprawy dotyczące rodzicielstwa i budowania bliskiego związku nadal częściej pozostają w sferze zainteresowań i refleksji młodych kobiet niż mężczyzn. Potwierdzają to także wyniki niedawnych badań dotyczących wizji własnego rodzicielstwa (Janowicz, 2018c; Janowicz, 2021). Wykazały one, że kobiety w okresie wyłaniającej się dorosłości mają tę wizję bardziej rozbudowaną: przewidują większe zaangażowanie w różne formy przygotowania się do rodzicielstwa oraz mają bardziej rozbudowaną refleksję nad tym, w jaki sposób będą się starać w przyszłości wychowywać swoje dziecko i spędzać z nim czas. Częściej też myślały już o tym, ile chciałyby mieć dzieci. Jednocześnie, doświadczają one silniejszych obaw dotyczących tego, czy poradzą sobie w roli matki oraz, jak wpłynie to na inne obszary ich życia. Widać zatem, że pogłębienie refleksji nad miejscem rodzicielstwa w swoim przyszłym, dorosłym życiu może z jednej strony wiązać się z rozwijaniem bardziej szczegółowych planów dotyczących przygotowania się do tej roli, z drugiej natomiast z silniejszymi obawami dotyczącymi bycia rodzicem. Paradoksalnie, może to sprzyjać urealnieniu i bardziej trafnemu przewidywaniu tego, jak rzeczywiście będzie wyglądał w przyszłości ten aspekt życia, gdyż uwzględnianie różnych punktów widzenia na daną sytuację i refleksja nad możliwymi trudnościami albo negatywnymi aspektami jakichś wyborów przyczynia się do większej trafności dokonywanych predykcji (Gagne i Lyndon, 2001). Podsumowując, można zatem stwierdzić, że, pomimo zachodzących przemian społecznych, kobiety w okresie wyłaniającej się dorosłości nadal częściej niż ich rówieśnicy myślą o rodzicielstwie i kwestiach dotyczących związku intymnego i przewidują, że będą to elementy ich przyszłego, dorosłego życia. W przypadku kobiet, które przewidują, że zostaną matkami, można oczekiwać, że dzięki temu będą one lepiej przygotowane do podjęcia tej roli w przyszłości, w porównaniu do swoich rówieśników wchodzących w rolę ojca. Nie tylko dzięki poznawczemu opracowaniu tematu,

ale także ze względu na to, że uwzględnienie rodzicielstwa w wizji własnego dorosłego życia może sprzyjać większemu zaangażowaniu w aktywności dotyczące tego obszaru życia (np. poszukiwanie wiedzy, dookreślanie swoich priorytetów, słuchanie doświadczeń innych rodziców).

Wyniki dotyczące pojawiania się w wizji własnego dorosłego życia odniesień do pracy zawodowej tylko częściowo były zgodne z postawionymi hipotezami. Wbrew przewidywaniom nie odnotowano, aby mężczyźni częściej niż kobiety odwoływali się do tego obszaru życia. Przeciwnie, to kobiety nieznacznie częściej wspominały o pracy, choć różnica ta nie była istotna statystycznie. Zakładano także, że mężczyźni będą podawać więcej szczegółów w odniesieniu do przyszłej pracy zawodowej, ale to także nie znalazło swojego potwierdzenia w danych. Natomiast, zgodnie z przewidywaniami, częściej zaczynali oni opis przewidywanego kształtu swojego dorosłego życia od spraw związanych z pracą zawodową i stanem posiadania (w ramach kategorii „inne”), a także częściej ich wizja była zdominowana przez jeden obszar życia, którym najczęściej była praca zawodowa. Częściowo pokrywa się to z wynikami uzyskanymi przez Liberską (2004), w badaniu której nastolatki i nastolatkiwie nie różnili się istotnie pod względem ważności przypisywanej oczekiwaniom dotyczącym przyszłego zawodu. Jednak w badaniu tym oczekiwania dotyczące wysokich dochodów, statusu fachowca i sławy były istotniejsze dla dziewcząt. Wyniki uzyskane przez Czerwińską-Jasiewicz (2005) również nie wykazały różnic pomiędzy kobietami i mężczyznami w zakresie częstości formułowania celów dalekich i życiowych dotyczących sfery zawodowej, natomiast zaobserwowano w tym badaniu, że chłopcy uczęszczający do klasy maturalnej częściej formułowali takie cele w odniesieniu do kwestii materialnych (status posiadania, dobre zarobki). Częściej formułowali oni także plany życiowe w tym zakresie. Jak zatem widać, wyniki badań dotyczących znaczenia przypisywanego pracy zawodowej i statusowi materialnemu przez kobiety i mężczyzn w okresie wyłaniającej się dorosłości nie są jednoznaczne. Konieczne jest zatem przyglądanie się także innym czynnikom, które mogą różnicować to, w jaki sposób kobiety i mężczyźni w okresie wyłaniającej się dorosłości zapatrują się na swoją przyszłość w odniesieniu do sfery zawodowej. Być może cenne byłyby tutaj badania jakościowe, które pomogłyby lepiej zrozumieć przewidywania młodych ludzi na temat miejsca pracy zawodowej w ich przyszłym, dorosłym życiu. Może to dotyczyć między innymi czasu poświęcanego na pracę, przypisywanego jej znaczenia (wartościowanie), czy też gotowości do rezygnacji z pracy ze względu na inne cele. Na przykład w niniejszym badaniu kilka kobiet wspominało, że przewiduje okresowe wyłączenie się z aktywności



zawodowej ze względu na opiekę nad dziećmi. Pokrywa się to z wynikami wcześniejszego badania (Janowicz, 2018c), wedle którego kobiety częściej od mężczyzn przewidywały, że będą rezygnować z pracy po zostaniu rodzicem. Fakt, że w niniejszym badaniu kobiety w okresie wyłaniającej się dorosłości odwoływały się do kwestii związanych z pracą podobnie często i szczegółowo jak ich rówieśnicy, może wynikać ze zmieniających się wzorów ról płciowych. W przypadku kobiet dotyczy to m.in. podniesienia roli aktywności zawodowej i samorozwoju (Jacques i Radtke, 2012; Ringrose i Walkerdine, 2007). Koresponduje to z danymi Głównego Urzędu Statystycznego (2018), wedle których wskaźnik zatrudnienia kobiet w wieku produkcyjnym wzrósł pomiędzy 2011. a 2017. rokiem z 60,6% do 67,7%. Choć warto wspomnieć, że w tym samym okresie w bardzo podobnym stopniu wzrósł wskaźnik zatrudnienia mężczyzn w wieku produkcyjnym (z 70,1% do 76,6%). Mogło to zatem wynikać z ogólnej poprawy sytuacji ekonomicznej i zmniejszania się bezrobocia, a nie z przemian w zakresie wzorów społecznych dotyczących ról płciowych. Wyniki niniejszego badania dostarczają pewnych przesłanek, aby stwierdzić, że praca zawodowa nadal jest istotniejszym elementem przyszłego, dorosłego życia dla mężczyzn niż kobiet, gdyż częściej wspominali oni o niej jako pierwszym obszarze i czynili z niej dominujący element swojej wypowiedzi na temat wizji własnego dorosłego życia. Nie wynikało to jednak z bardzo dużego uszczegółowienia opisów dotyczących pracy, ale raczej z powierzchownego i ogólnikowego odniesienia do innych obszarów życia.

Fakt, że wśród osób w okresie wyłaniającej się dorosłości kobiety miały bardziej rozbudowaną wizję własnego dorosłego życia można odnieść do tego, że młode kobiety w swoich perspektywach temporalnych częściej dokonują znacząco większego zagęszczenia celów życiowych w krótszym obrębie czasu i czują silniejszą presję czasową na realizowanie poszczególnych zadań rozwojowych (Greene i Wheathley, 1992). Lokują one także część swoich oczekiwań (zwłaszcza tych dotyczących małżeństwa i rodzicielstwa) w krótszej perspektywie temporalnej (Liberska, 2004). Większe rozbudowanie wizji własnego dorosłego życia, a więc uwzględnienie w niej większej liczby obszarów, może wynikać zatem z tego, że kobiety w okresie wyłaniającej się dorosłości przewidują, że do ukończenia 35. roku życia zrealizują swoje cele w odniesieniu do większej liczby obszarów życia. Wyjaśnienie to nie może być jednak jedynym, gdyż, jak wspomniano już wcześniej, w wizji znajdować się mogły (i rzeczywiście znajdowały) także wypowiedzi wskazujące na to, że jednostka nie przewiduje, że coś będzie elementem jej przyszłego, dorosłego życia (np. „jeszcze nie będę mieć dzieci”). Jako inne możliwe wyjaśnienia uzyskanych wyników można wskazać dwie

kwestie. Po pierwsze, społecznie mężczyźni posiadają większe przyzwolenie na późniejsze ustakowanie się rozumiane jako wejście w monogamiczny związek, założenie rodziny i podjęcie odpowiedzialności za nią (Eck, 2014), wobec czego mogą oni dłużej odraczać podejmowanie decyzji w kluczowych obszarach życia (np. wejście w związek, posiadanie dzieci), przez co rzadziej były one reprezentowane w dokonywanej przez nich symulacji własnej przyszłości. Po drugie, kobiety mogą spostrzegać więcej potencjalnych trudności wynikających m.in. z luki płacowej (Główny Urząd Statystyczny, 2018), czy też obciążeń wynikających z macierzyństwa, które w literaturze nazywane są nawet „karą za macierzyństwo” (Linden, 2015, s. 3). Może to skłaniać je do wcześniejszej i bardziej pogłębionej refleksji nad własną przyszłością, a co za tym idzie możliwości dokonania bardziej rozbudowanej jej symulacji.

#### *8.2.3.2. Wizja własnego dorosłego życia u osób na początku i na końcu wyłaniającej się dorosłości*

Na znaczenie czynnika wieku w kształtowaniu się wewnętrznej aktywności prospektywnej wskazywały wyniki licznych wcześniejszych badań (np. Czerwińska-Jasiewicz, 2005, 2015; Liberska, 2004; Tyszkowa, 1985). W przeważającej większości dotyczyły one jednak porównań pomiędzy młodszymi i starszymi nastolatkami. Niniejszy projekt rozszerza tę perspektywę o porównanie osób będących na początku i na końcu wyłaniającej się dorosłości. Przywołane powyżej badania spójnie wykazywały, że wraz z wiekiem wzrasta m.in. konkretność, szczegółowość, dokładność, czy też poziom rozbudowania celów i planów życiowych nastolatków. Wyniki uzyskane w ramach tego badania, choć w odniesieniu do tego problemu badawczego miało ono charakter poprzeczny, pozwalają przypuszczać, że podobna dynamika może dotyczyć także osób starszych, wkraczających w dorosłość. Zgodnie z przewidywaniami, osoby będące na końcu wyłaniającej się dorosłości okazały się mieć bardziej rozbudowaną i szczegółową wizję własnego życia od osób będących na jej początku. W ich wizji częściej pojawiały się także odwołania do takich obszarów jak związek intymny, miejsce zamieszkania, rodzicielstwo oraz sposób spędzania wolnego czasu. Ponad dwa razy rzadziej wyrażały one też wątpliwości i niepewność co do możliwości dokonania przewidywań na temat własnej przyszłości. Co więcej, dla osób będących na końcu wyłaniającej się dorosłości przywołanie i opisanie wizji własnego dorosłego życia było łatwiejsze i wiązało się z silniejszym poczuciem ciągłości między terażniejszością i przyszłością. Wbrew przewidywaniom, wynikającym z opisywanego wcześniej idealizmu antycypacyjnego charakterystycznego dla okresu

dorastania (Bakiera, 2009; Inhelder i Piaget, 1970; Obuchowska, 2000), wizja własnego dorosłego życia u osób na początku wyłaniającej się dorosłości wcale nie była bardziej idylliczna niż w grupie osób będących na końcu wyłaniającej się dorosłości. Przeciwnie, u młodszych uczestników badania częściej obserwowano wizję zawierającą negatywne emocje lub opis życia, które raczej nie byłoby czymś pożądanym przez przeciętną osobę w społeczeństwie. Osoby będące na początku wyłaniającej się dorosłości rzadziej miały też silnie pozytywny stosunek emocjonalny do posiadanej wizji własnego dorosłego życia a częściej umiarkowanie negatywny. Być może wynikało to z większych trudności doświadczanych przez młodsze osoby w zakresie przywołania i opisanego wizji własnego dorosłego życia, które dosyć mocno powiązane były z doświadczaniem silniejszych negatywnych emocji towarzyszących WWDŻ. Można też wyjaśnić ten rezultat odwołując się do twierdzeń Piageta (1970), który wskazywał, że idealizm antycypacyjny najsilniejszy jest w początkowym okresie dorastania, a później (u 17-19-latków) słabnie. Być może zatem większość badanych osób będących na początku wyłaniającej się dorosłości wyzbyła się już takiego idealistycznego nastawienia do własnej przyszłości, jednocześnie nie rozwijając jeszcze rozbudowanych i szczegółowych wyobrażeń na jej temat, które charakteryzowałyby się wysokim poziomem realizmu.

Wskazane powyżej różnice w treści i strukturze wizji własnego dorosłego życia oraz subiektywnym ustosunkowaniu się do niej, jakie zaobserwowano pomiędzy osobami będącymi na początku i na końcu wyłaniającej się dorosłości mogą wynikać z co najmniej kilku kwestii. Pierwsza z nich to poziom rozwoju poznawczego. Odwołując się do teorii Piageta (1970) można zakładać, że większość osób w okresie wyłaniającej się dorosłości powinno osiągnąć już poziom rozwoju poznawczego nazywany myśleniem formalnym. Sam Piaget (1970) wskazuje jednak, że rozwój operacji formalnych ma charakter „elitarny” i, że nastolatki mogą różnić się tym, kiedy te operacje się u nich pojawią. Także Wadsworth (1998), powołując się na wyniki licznych badań dotyczących rozwoju poznawczego nastolatków wskazuje, że nie wszyscy osiągają ten poziom rozwoju operacji umysłowych i znaczna część osób (także dorosłych) pozostaje na poziomie operacji konkretnych. Potwierdzają to wyniki badania Liberskiej (2004), w którym rozwój poznawczy około 25% nastolatków w wieku 16 – 18 lat charakteryzował się funkcjonowaniem na poziomie operacji konkretnych. W pierwszej kolejności zatem uzyskane wyniki zostaną omówione w odniesieniu do rozwoju myślenia formalnego. Następnie zaś, do myślenia postformalnego. Podane wyjaśnienia będą miały charakter wyłącznie hipotetyczny, wynikający z zestawienia

uzyskanych wyników z wiedzą teoretyczną dotyczącą rozwoju poznawczego. Dla ich pełnej weryfikacji konieczne byłoby uwzględnienie w projekcie pomiaru poziomu rozwoju operacji umysłowych, tak jak zrobiła to Liberska (2004) wykazując, że osiągnięcie wyższego poziomu rozwoju operacji umysłowych wiąże się m.in. z wydłużeniem perspektyw temporalnych młodzieży. Z punktu widzenia zdolności do stworzenia symulacji własnego przyszłego, dorosłego życia kluczowy wydaje się rozwój rozumowania hipotetyczno-dedukcyjnego i kombinatorycznego oraz elastyczność poruszania się na osi czasu. Rozumowanie hipotetyczno-dedukcyjne wiąże się ze zdolnością do wnioskowania na podstawie przesłanek możliwych, ale nie koniecznych oraz z rozwojem zdolności dokonywania przewidywań i szacowania prawdopodobieństwa (Bakiera, 2009; Wadsworth, 1998). Pozwala przekroczyć percepcję i pamięć, by objąć refleksją to, co hipotetyczne (możliwe). Przedmiotem takiego myślenia może być własna przyszłość, która nie jest bezpośrednio dostępna jednostce, a jedynie hipotetyczna właśnie. Hipotetyczne mogą być także różne przesłanki z przyszłości istotne dla dokonywania przewidywań na temat własnej przyszłości (np. potencjalne ukończenie studiów za 5 lat). Wraz z rozwojem tego rodzaju myślenia dokonywane przewidywania mogą zyskiwać na trafności. Być może zatem większa część osób na początku wyłaniającej się dorosłości nie rozwinęła jeszcze myślenia hipotetyczno-dedukcyjnego przez co częściej osoby te doświadczały wątpliwości i niepewności co do własnej przyszłości a przywołanie i opisanie wizji własnego dorosłego życia było dla nich trudniejsze. Brak rozwinięcia myślenia kombinatorycznego i niemożność jednoczesnego uwzględniania wielu zmiennych i określenia prawdopodobieństwa jakiegoś wydarzenia (Bakiera, 2009; Wadsworth, 1998) również mogła przyczyniać się do trudności w przywołaniu i opisanu wizji własnego dorosłego życia, doświadczenia wątpliwości dotyczących własnej przyszłości oraz niemożności dokonania symulacji własnej przyszłości w wielu obszarach życia. Mogło to znajdować swoje odzwierciedlenie w mniejszym poziomie rozbudowania i szczegółowości WWDŻ u osób na początku wyłaniającej się dorosłości. Trudności te mogła potęgować mniejsza zdolność do elastycznego poruszania się na osi czasu, która wiąże się z procesualnym analizowaniem przyczynowości i łączeniem różnych perspektyw czasowych (Bakiera, 2009). Pierwszy z tych procesów powinien wspierać formowanie się wizji własnego dorosłego życia poprzez analizę potencjalnych efektów realizacji (lub nie) posiadanych celów życiowych i wynikających z nich planów życiowych. Natomiast zdolność łączenia różnych perspektyw czasowych z jednej strony może sprzyjać bardziej trafnym przewidywaniom na temat własnej przyszłości (choćby ze względu na odwołanie się do przeszłych doświadczeń

własnych lub innych osób), z drugiej zaś doświadczeniu silniejszego poczucia ciągłości między terażniejszością a przyszłością wynikającego z posiadanej wizji własnego dorosłego życia. A poczucie to było niższe u osób będących na początku wyłaniającej się dorosłości. Czerwińska-Jasiewicz (2015) zwraca także uwagę, że rozwój myślenia formalnego sprzyja m.in. samopoznaniu. Na nim jednostka buduje zdobywanie wiedzy o sobie samej. A ta, w połączeniu z wiedzą o świecie, jest istotną podstawą dokonywania antycypacji (Katra, 2008a) dotyczących przyszłości. Można zatem podejrzewać, że nie osiągnięcie tego poziomu rozwoju operacji umysłowych przez pewną część osób na początku utrudniało dokonanie symulacji własnej przyszłości ze względu na niższy poziom samopoznania. Hipotezę tę należałoby rzecz jasna zweryfikować dokładniej, na przykład badając poziom wglądu u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości. Podsumowując, różnice pomiędzy osobami będącymi na początku i na końcu wyłaniającej się dorosłości mogły w pewnej części wynikać z tego, że wśród tych pierwszych więcej było osób, których myślenie było zdominowane przez operacje konkretne. Aby potwierdzić te przypuszczenia konieczne są jednak dalsze badania uwzględniające pomiar rozwoju operacji umysłowych i zestawienie tych wyników z analizą wizji własnego dorosłego życia u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości. Odnosząc się do rozwoju poznawczego jako możliwego czynnika wpływającego na różnice w wizji własnego dorosłego życia zaobserwowane pomiędzy osobami będącymi na początku i na końcu wyłaniającej się dorosłości, można odwołać się także do rozwoju myślenia postformalnego. W tym przypadku można zakładać, że częściej ten rodzaj myślenia charakteryzować będzie osoby będące na końcu wyłaniającej się dorosłości (Czerwińska-Jasiewicz, 2015; Gurba, 2000, 2011). Dzięki myśleniu relatywistycznemu (Sinot, 1984) osoby będące na końcu wyłaniającej się dorosłości powinny charakteryzować się większą zdolnością do uwzględniania perspektywy innych osób, także w odniesieniu do podejmowanej wewnętrznej aktywności prospektywnej. Możliwość spojrzenia na swoje cele i plany życiowe z odmiennej perspektywy powinna wspierać ich urealnianie, a co za tym idzie przyczyniać się do większej trafności dokonywanych predykcji przekładającej się na mniejsze trudności w stworzeniu symulacji własnej przyszłości. Większej trafności tych przewidywań sprzyjać też powinna zdolność odkrywania problemów powiązana z generowaniem kilku równoważnych wersji rozwiązania danej sytuacji, uwzględniających perspektywę różnych osób (Arlin, 1975). Mogąc eksplorować kilka potencjalnych ścieżek własnego życia oraz różne rozwiązania dotyczące konkretnych jego obszarów (np. poszukiwania pracy, podejmowania wyzwań rodzicielskich), jednostka ma większą szansę na stworzenie dokładniejszej symulacji własnej

przyszłości. Odwołując się do koncepcji myślenia dialektycznego (Basseches, 1990), można przewidywać, że osoby będące na końcu wyłaniającej się dorosłości posiadają większą zdolność do posługiwania się schematami zorientowanymi na zmianę i rozwijania schematu teza-antyteza-synteza (Gurba, 2000). Może przejawiać się to stworzeniem swoistej „antywizji” własnego dorosłego życia i jej eksplorowaniem, co finalnie powinno przyczynić się do silniejszej i bardziej pogłębionej syntezy przewidywań na temat własnej przyszłości i większej łatwości wskazania *najbardziej możliwego self* spośród wielu *możliwych selves* (Markus i Nurius, 1986). Proces ten powinno wspierać także korzystanie z regulacji autonomicznych, w których struktura „Ja” ma nadrzędną pozycję w integrowaniu myślenia, emocji i działania (Labouvie-Vief, 1982). Wszystkie powyższe uwagi na ten moment są tylko hipotezami wynikającymi z odniesienia uzyskanych wyników do wiedzy na temat rozwoju poznawczego. Aby je zweryfikować, należałoby w przyszłych badaniach uwzględnić empiryczną weryfikację poziomu rozwoju myślenia postformalnego, co pozwoliłoby bardziej jednoznacznie stwierdzić, czy rzeczywiście wspiera ono kształtowanie się bardziej rozbudowanej i szczegółowej wizji własnego dorosłego życia u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości.

Okres wyłaniającej się dorosłości to także czas rozwoju kompetencji emocjonalnych. U osób będących na jej końcu, w porównaniu do tych, którzy są na jej początku, znacznie częściej można mówić o dojrzałej emocjonalności objawiającej się między innymi niezależnością, zdolnością do opanowywania uczuć i poddawania ich ekspresji kontroli (Obuchowska, 1982). Wyższa zdolność do rozumienia stanów emocjonalnych innych osób i przewidywania ich reakcji na własne działania może sprzyjać bardziej trafnym predykcjom dotyczącym własnej przyszłości, gdyż wymagają one uwzględnienia tego, jak inne osoby będą reagować na wybory podejmowane przez jednostkę. Być może większa łatwość przywołania i opisanie wizji własnego dorosłego życia przez osoby będące na końcu wyłaniającej się dorosłości oraz mniej doświadczanych w związku z tym przez te osoby wątpliwości i niepewności wynika po części właśnie z możliwości lepszego przewidzenia reakcji innych osób (ale też własnych stanów emocjonalnych w różnych przyszłych sytuacjach). Istotne znaczenie mogła mieć tu także kwestia zdolności samoregulacyjnych i większej niezależności emocjonalnej. Mogło to zwiększać u osób będących na końcu wyłaniającej się dorosłości poczucie, że ich przyszłe, dorosłe życie będzie wynikać z ich wyborów, co z kolei mogło znaleźć swoje odzwierciedlenie w silniejszym poczuciu ciągłości towarzyszącym przywoływaniu i opisywaniu wizji własnego dorosłego życia. Ponownie,

powyższe stwierdzenia mają na ten moment jedynie charakter hipotez i wymagają weryfikacji poprzez realizację badań uwzględniających analizę zależności pomiędzy poziomem kompetencji emocjonalnych i charakterystyką wizji własnego dorosłego życia u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości. Warto jednak wspomnieć, że pewnych przesłanek dla takiego kierunku myślenia dostarczają wyniki uzyskane przez Katrę (2008), która wykazała, że wyższe nasilenie doświadczanego lęku (mogące wynikać między innymi z niższych kompetencji w zakresie regulacji emocji i radzenia sobie z nimi) wiązało się z posiadaniem mniej rozwiniętej przyszłościowej perspektywy czasowej.

Istotne znaczenie mogą mieć tutaj także doświadczenia życiowe. Osoby będące na końcu wyłaniającej się dorosłości częściej niż te będące na jej początku znajdują się w związku intymnym (lub mają takie doświadczenie w przeszłości), podjęły pierwsze działania na rynku pracy oraz mają za sobą więcej lat edukacji (Izdebski, 2012; Szafraniec, 2011). Potwierdzają to dane metryczkowe zebrane w ramach niniejszego badania, które wskazują, że osoby te częściej mieszkały poza domem rodzinnym, podejmowały jakąś aktywność zawodową (choćby dorywczą) i znajdowały się w związku intymnym. Zaangażowanie się w wymienione powyżej aktywności i relacje może sprzyjać wzrostowi samowiedzy (poprzez reflektowanie nad sobą w różnych sytuacjach) oraz wiedzy o świecie (poprzez zbieranie różnych doświadczeń oraz interakcje z innymi osobami). A te są podstawą wewnętrznej aktywności antycypacyjnej (Katra, 2008a). Liczniejsze i bardziej zróżnicowane doświadczenia życiowe to także okazja do zaangażowania się w procesy eksploracji (Erikson, 1997; Luyckx i in., 2006), które powinny sprzyjać lepszej orientacji w możliwych ścieżkach życia i przyczyniać się do rozwoju wizji własnego dorosłego życia. Aktywności te to także sposobność do wstępnej weryfikacji swoich możliwości oraz przetestowania, czy dana droga jest zgodna z celami jednostki (Erikson, 1997; Luyckx i in., 2006), np.: „wiem, że nie chcę zostać psychologiem i prawnikiem, ale podoba mi się ekonomia”, „wiem, że trudno mi stworzyć z kimś bliski związek”. Można przewidywać, że osoby będące na końcu wyłaniającej się dorosłości miały za sobą więcej tego typu doświadczeń i refleksji, co sprzyjało formowaniu bardziej rozbudowanej i szczegółowej wizji własnego dorosłego życia.

Ciekawe wyjaśnienie możliwych różnic w zakresie rozbudowania i ustrukturalizowania perspektyw życiowych młodych ludzi związanych z wiekiem wskazała w swoich analizach Tyszkowa (1985), podkreślając znaczenie kompetencji językowych dotyczących werbalnego oraz pisemnego organizowania wypowiedzi dotyczących własnej przyszłości. Wydaje się, że aby zweryfikować tę tezę należałoby posiadać bogatszy materiał

badawczy obejmujący różnego rodzaju wytwory pisane uczestników badania lub dostęp do jakichś obiektywnych miar ich kompetencji językowych (np. odpowiednie podskale testów inteligencji).

Osoby będące na końcu wyłaniającej się dorosłości mogą też doświadczać silniejszej presji na podjęcie różnych decyzji, np. w obszarze pracy zawodowej, miejsca zamieszkania, czy też budowania związku intymnego. Wynika to z faktu, że w ich przypadku dobiega końca usankcjonowany społecznie okres przedłużonego moratorium psychospołecznego (Erikson, 2004; Liberska, 2007), a co za tym idzie, spada akceptacja dla braku decyzji i zobowiązań. Pytania kierowane przez otoczenie (rodzina, rówieśnicy, wykładowcy, współpracownicy) mogą stymulować do refleksji nad własnymi celami życiowymi oraz do formułowania konkretnych planów, które pomogą te cele zrealizować. To z kolei powinno sprzyjać tworzeniu symulacji własnej przyszłości (Szpunar i in., 2014b). Z drugiej strony, można sobie wyobrazić, że taka presja połączona z poczuciem niemożności podjęcia decyzji i wyobrażenia sobie własnej przyszłości powodować będzie unikanie zaangażowania w wewnętrzną aktywność prospektywną i skupienie na sprawach bieżących. Przyszłe badania mogłyby uwzględniać to poczucie presji płynącej z otoczenia jako czynnik potencjalnie wpływający na motywację do angażowania się w wewnętrzną aktywność prospektywną, w tym tworzenie wizji własnego dorosłego życia.

Podsumowując, odnotowane pomiędzy osobami będącymi na początku i na końcu wyłaniającej się dorosłości różnice w wielu aspektach wizji własnego dorosłego życia mogą mieć różnorakie źródło. Odwołując się do wiedzy teoretycznej i wyników wcześniejszych badań, można wskazać między innymi na rozwój myślenia formalnego i postformalnego, rozwój kompetencji emocjonalnych i językowych, większą liczbę rozmaitych doświadczeń życiowych oraz silniejszą presję otoczenia. Hipotezy te powinny zostać jednak zweryfikowane w toku dalszych badań, które umożliwiłyby lepsze zrozumienie czynników wpływających na odnotowane różnice. Należy także podkreślić, że porównanie to opiera się na danych mających charakter poprzeczny (badanie dwóch grup wiekowych w jednym momencie). Przyszłe badania mogłyby być nakierowane na przeprowadzenie bardziej długofalowych analiz i prześledzenie dynamiki rozwoju wizji własnego dorosłego życia w okresie wyłaniającej się dorosłości (np. od momentu poprzedzającego ukończenie szkoły średniej aż do końca studiów wyższych). Pozwoliłoby to stwierdzić, czy zmiany te są raczej stopniowe, czy też może są pewne momenty (lub specyficzne doświadczenia życiowe)



przyczyniające się do nagłych skoków i dynamicznego rozwoju wizji własnego dorosłego życia w relatywnie krótkim czasie.

Zrealizowane badanie miało na celu także zweryfikowanie, czy osoby będące na początku i na końcu wyłaniającej się dorosłości różnią się między sobą pod względem zakresu zmian zachodzących w posiadanej przez nie wizji własnego dorosłego życia. Wbrew przewidywaniom, nie zaobserwowano praktycznie żadnych różnic – zarówno w odniesieniu do treści i struktury WWDŹ, jak i subiektywnego ustosunkowania się do niej. Zakładano, że, wobec początkowo mniej rozbudowanej i szczegółowej wizji posiadanej przez młodsze osoby, dynamika tych zmian będzie w ich przypadku większa. Jednak zebrane dane sugerują, że jest ona podobna u uczniów kończących szkołę średnią i u studentów kończących uczelnię wyższą. Sugeruje to, że zarówno potencjalne różnice rozwojowe pomiędzy tymi osobami, jak i odmienny kontekst życia nie wydają się być czynnikami, które różnicowałyby proces formowania się wizji własnego dorosłego życia. Jak już zaznaczono powyżej, badania podłużne obejmujące dłuższy okres czasu mogłyby być tutaj pomocne w poszukiwaniu odpowiedzi na pytania dotyczące dynamiki formowania się wizji własnego dorosłego życia. Należy też nadmienić, że brak zaobserwowanej różnicy może wynikać po części z faktu, iż osoby będące na początku wyłaniającej się dorosłości istotnie częściej rezygnowały z udziału w badaniu. Wobec tego, w porównaniach dotyczących zakresu zmian w wizji własnego dorosłego życia grupa ta była mniej liczna, a w związku z tym przeprowadzane analizy mogły być obciążone większym błędem.

#### *8.2.3.3. Wizja własnego dorosłego życia a perspektywa czasu*

Wśród czynników wspomnianych w literaturze w kontekście różnych form umysłowej aktywności prospektywnej, jednymi z najczęściej wspomnianych są perspektywa czasu i orientacja przyszłościowa (m.in. Arnold i in., 2011; Atance i O'Neill, 2001; Czerwińska-Jasiewicz, 2015; Katra, 2008a; Lens, 1986; Lewin, 1936; za: Katra, 2008a, 2009; Liberska, 2004; Nuttin, 1980, 1985; Nurmi, 1991; Trempała i Malmberg, 1996, 1998; Zimbardo i Boyd, 1999). W większości wcześniejszych badań były one jednak odnoszone do celów i planów. Niniejsze badanie rozszerza zatem wiedzę o zależnościach pomiędzy perspektywą czasu o orientacją przyszłościową a wewnętrzną aktywnością prospektywną przez odniesienie ich do tworzenia symulacji własnej przyszłości.

Przeprowadzone analizy potwierdziły postawione hipotezy i wykazały, że rozwinięta przyszłościowa perspektywa czasu jest u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości powiązana z posiadaniem bardziej rozbudowanej i szczegółowej wizji własnego dorosłego

życia oraz większą łatwością przywołania i opisanie tejże wizji. Jest to spójne z wynikami wskazującymi na to, że osoby o lepiej rozwiniętej przyszłościowej perspektywie czasowej mają silniejszą skłonność do przewidywania konsekwencji własnych działań (Katra, 2009). Jak widać, może to znajdować swoje odzwierciedlenie w zdolności do tworzenia bardziej rozbudowanej i szczegółowej symulacji własnej przyszłości. Uzyskane rezultaty korespondują również z wynikami badania Katry (2008a) wskazującymi na to, że posiadanie bardziej rozwiniętej przyszłościowej perspektywy czasowej było powiązane z tworzeniem przez młodzież lepiej ustrukturalizowanych i bardziej dopracowanych planów życiowych, które wybiegały też dalej w przyszłość. Również w badaniach dotyczących przewidywań na temat siebie w roli rodzica (Janowicz i in., 2019) wykazano, że bardziej rozwinięta przyszłościowa perspektywa czasu powiązana jest z posiadaniem bardziej rozbudowanych symulacji dotyczących swojego przyszłego rodzicielstwa, np. w obszarze form spędzania czasu z dzieckiem i stosowanych metod wychowawczych. Widać zatem, że uwzględnianie w swojej aktualnej aktywności kwestii dotyczących przyszłości, potencjalnych konsekwencji swoich obecnych działań oraz analizowanie różnych strategii osiągnięcia celów może sprzyjać tworzeniu symulacji własnego przyszłego, dorosłego życia. Rozwinięcie przyszłościowej perspektywy czasowej wiąże się z posiadaniem dłuższego horyzontu temporalnego (Nuttin, 1980, 1985), co umożliwia tworzenie reprezentacji poznawczych wydarzeń i stanów dotyczących odleglejszej przyszłości. Odnosząc się do wyników niniejszego badania, można przewidywać, że osoby o mniej rozwiniętej PPC posiadały krótszy horyzont temporalny, który mógł nie obejmować momentu, w którym będą miały 35 lat (a więc tego, co będzie za dziesięć lub kilkanaście lat). Należy nadmienić jednak, że zaobserwowane zależności pomiędzy przyszłościową perspektywą czasu a wizją własnego dorosłego życia nie były zbyt silne. Fakt, iż zbliżone siły korelacji (słabe i umiarkowane) uzyskano we wspomnianym badaniu dotyczącym wizji własnego rodzicielstwa (Janowicz i in., 2019) wskazuje, że rozbudowanie przyszłościowej perspektywy czasu i orientacja przyszłościowa jedynie w pewnym stopniu mogą tłumaczyć posiadanie rozbudowanych i szczegółowych wyobrażeń na temat własnej przyszłości. Może to wynikać z faktu, że dokonywanie symulacji własnej przyszłości jest zadaniem złożonym i wymagającym (Szpunar i in., 2014b), wobec czego wymaga ono rozmaitych kompetencji poznawczych i znajdować się może pod wpływem licznych czynników.

Omawiając wyniki dotyczące zależności pomiędzy perspektywą czasową a charakterystyką wizji własnego dorosłego życia u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości

warto odnieść się także do pozostałych dwóch aspektów perspektywy czasowej – przeszłościowej i terażniejszościowej. Hipotezy postawione w odniesieniu do tych zależności potwierdziły się tylko częściowo. Wbrew przewidywaniom, silniejsze natężenie perspektywy terażniejszościowej i skupienie na sprawach bieżących nie było związane z większą trudnością przywołania i opisanego wizji własnego dorosłego życia. A z mniejszym rozbudowaniem i szczegółowością wiązało się tylko, i to bardzo słabo, silniejsze natężenie perspektywy terażniejszościowej-fatalistycznej. Ten wynik można tłumaczyć dwojako. Z jednej strony posiadanie mniej rozbudowanej i szczegółowej wizji własnego dorosłego życia może wiązać się z przeżywaniem przyszłości jako niepewnej, a nawet budzącej obawy, co może przyczyniać się do fatalistycznego i pozbawionego nadziei patrzenia na swoje życie. Co ciekawe, Zimbardo i Boyd (2015) wskazują, że dotyczy to zarówno terażniejszości, jak i przyszłości. Z drugiej strony, fatalistyczne patrzeć na swoje obecne życie i spostrzeganie siebie jako zależnego od sił wyższych, czy też losu oraz towarzyszące temu poczucie braku kontroli nad własnym życiem, mogą przyczyniać się do mniejszego zainteresowania przyszłością i tworzenia mniej rozbudowanych i szczegółowych wyobrażeń na jej temat. Brak zależności pomiędzy innymi aspektami wizji własnego dorosłego życia a silniejszym skupieniem na sprawach bieżących może wynikać z faktu, iż większość osób osiągała raczej umiarkowane (w kierunku niskich) wyniki na tej podskali, wobec czego grupa osób, u których można by zaobserwować to, co Nuttin (1985) nazywa patologicznym zorientowaniem ku terażniejszości mogła nie być na tyle duża, aby zależności te zostały wykazane w ramach przeprowadzonych analiz. Paradoksalnie, silniejsze zależności (choć nadal raczej słabe) zaobserwowano pomiędzy perspektywą przeszłościową a charakterystyką wizji własnego dorosłego życia. Osoby o silniejszym natężeniu pozytywnej perspektywy przyszłościowej tworzyły bardziej rozbudowane i szczegółowe symulacje własnej przyszłości oraz miały mniej problemów z przywołaniem i opisaniem wizji własnego dorosłego życia. Doświadczały też silniejszych pozytywnych i słabszych negatywnych emocji w związku z posiadaną wizją własnego dorosłego życia. Z kolei, silniejsze natężenie negatywnej perspektywy przeszłościowej wiązało się z doświadczaniem silniejszych negatywnych emocji w związku z wizją własnego dorosłego życia. Pokrywa się to z obserwacjami innych badaczy (Atance i O’Neill, 2001; Schacter i in., 2017), którzy wskazywali na wzajemne zależności pomiędzy pamięcią i myśleniem o własnej przyszłości. Czerpanie z własnych wspomnień i wcześniejszych doświadczeń może sprzyjać tworzeniu bardziej rozbudowanych symulacji własnej przyszłości. Co więcej, pozytywny stosunek do własnej przeszłości może sprzyjać

kształtowaniu się podobnego nastawienia również wobec własnej przyszłości. Natomiast dominacja negatywnie zabarwionych wspomnień może przyczyniać się do tego, że również przyszłość powiązana będzie z negatywnymi odczuciami.

Podsumowując, uzyskane wyniki pozwalają rozszerzyć wskazywane w literaturze (np. Czerwińska-Jasiewicz, 2015; Liberska, 2004; Kutra, 2008a; Nuttin, 1985; Nurmi, 1991; Zaleski, 1991) znaczenie rozwijania przyszłościowej perspektywy czasu dla podejmowania wewnętrznej aktywności prospektywnej także na dokonywanie symulacji własnej przyszłości. Należy jednak zastrzec, że zależności te nie były zbyt silne oraz, że również sposób odnoszenia się do własnej przeszłości może mieć znaczenie dla tego, w jaki sposób formułowana jest przez osoby w okresie wyłaniającej się dorosłości wizja ich dorosłego życia.

Powyższe zastrzeżenie wydaje się szczególnie istotne wobec faktu, iż, wbrew przewidywaniom, nie zaobserwowano, aby przyszłościowa perspektywa czasu była predyktorem zmian w zakresie wizji własnego dorosłego życia. Wyniki te są spójne w odniesieniu do obu miar przyszłościowej perspektywy czasu zastosowanej w niniejszym badaniu. Być może okres jednego roku szkolnego/ akademickiego jest zbyt krótki, aby uwidoczniły się te zależności, szczególnie jeśli weźmie się pod uwagę, że same zmiany w obrębie wizji własnego dorosłego życia nie są w tym czasie zbyt duże. Możliwe, że należałoby się przyjrzeć wzajemnym relacjom pomiędzy zmianami w obrębie perspektywy czasu i zmianami w wizji własnego dorosłego życia. Niestety, zebrane dane nie pozwalają na takie analizy, gdyż perspektywa czasu badana była wyłącznie w pierwszym pomiarze. Jest to luka, którą mogą wypełnić przyszłe badania.

#### *8.2.2.4. Wizja własnego dorosłego życia a wartości życiowe*

Pośród czynników związanych z różnymi aspektami myślenia o własnej przyszłości liczni autorzy (np. Czerwińska-Jasiewicz, 2005, 2015; Mądrycki, 2002; Nurmi, 1991; Nuttin, 1980; Schwartz, 2012; Tyszkowa, 1985; Zaleski, 1991) wskazują na znaczenie systemu wartości. Jak podkreśla Bakiera (2009), stworzenie spójnego i sensownego systemu wartości wyznacza punkty orientacyjne dla podejmowanych decyzji. Dotychczas zależności te badano głównie w odniesieniu do celów, aspiracji i planów życiowych (Bespalov i in., 2017; Biernat i in., 2007; Mathews i Tiedeman, 1964; Morinaga i in., 1993; Sinisalo, 2004; Vinken, 2007). Niniejsze badanie pozwoliło wzbogacić stan wiedzy psychologicznej o analizę zależności pomiędzy przywiązaniem do poszczególnych wartości operacjonalizowanych zgodnie z kołowym modelem wartości Schwartz (2012) a treścią i strukturą wizji własnego dorosłego

życia u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości. Uzyskane wyniki dostarczają pewnych przesłanek do stwierdzenia, że struktura obszarów życia reprezentowanych w wizji własnego dorosłego życia może być zakorzeniona w systemie wartości jednostki. Warto tu wspomnieć między innymi o tym, że osoby, które w swojej wizji nie odwołały się do pracy zawodowej niżej ceniły osiągnięcia a ci, którzy nie wspominali o związku intymnym wyżej cenili władzę nad zasobami i władzę nad ludźmi. Natomiast osoby wspominające w swojej WWDŻ o rodzicielstwie wyżej ceniły wartości związane z troskliwością wyrażającą się przez niezawodność. Co więcej wyższe wartościowanie osiągnięć wiązało się z posiadaniem bardziej szczegółowych przewidywań na temat przyszłej pracy zawodowej, a wyższe wartościowanie władzy nad zasobami i władzy nad ludźmi z mniejszą liczbą szczegółów podawanych w odniesieniu do potencjalnego przyszłego związku. Z kolei z większą szczegółowością WWDŻ w kwestiach dotyczących rodzicielstwa pozytywnie korelowało wyższe wartościowanie życzliwości-niezawodności. Można przypuszczać, że osoby, dla których ważne są rozmaite osiągnięcia, częściej formułują cele i plany dotyczące pracy zawodowej, co znajduje swoje odzwierciedlenie w symulacji własnej przyszłości. Z kolei ci, dla których ważne jest posiadanie władzy, mogą być mniej zainteresowani budowaniem bliskich relacji interpersonalnych, gdyż zaangażowanie w nie może utrudniać realizowanie innych celów. W mniejszym stopniu osoby takie mogą przewidywać zatem, że w przyszłości stworzą związek intymny, mniej mogą być także w ogóle zainteresowane podejmowaniem refleksji na ten temat. Uzyskane wyniki są w tym zakresie spójne z rezultatami badań Vinkena (2007), wskazującymi na to, że osoby wyżej ceniące władzę i prestiż rzadziej przejawiały aspiracje dotyczące budowania bliskich relacji i poczucia wspólnotowości. Częściej, natomiast, aspiracje takie formułowały osoby wysoko ceniące wartości związane z przekraczaniem siebie (uniwersalizm, troska). Rezultaty niniejszego badania są spójne także z wynikami dotyczącymi zależności pomiędzy systemem wartości a rozbudowaniem wizji własnego rodzicielstwa (Janowicz i in., 2021). Osoby wyżej wartościujące władzę nad zasobami i władzę nad ludźmi miały mniej rozbudowane wyobrażenia na temat siebie jako rodzica w przyszłości i przewidywały swoje mniejsze zaangażowanie w przygotowanie do rodzicielstwa. Z kolei osoby wyżej wartościujące uniwersalizm i troskę wyżej wartościowały zostanie rodzicem w przyszłości, przewidywały większe zaangażowanie w przygotowanie się do tej roli oraz miały bardziej rozbudowane wyobrażenia dotyczące form spędzania czasu z dziećmi.

Wbrew przewidywaniom i wynikom wcześniejszych badań (np. Biernat i in., 2007) nie zaobserwowano, aby osoby wyżej ceniące tradycję częściej odwoływały się do kwestii związanych z budowaniem związku intymnego czy też rodzicielstwem. Chociaż silniejsze wartościowanie było pozytywnie, ale bardzo słabo, powiązane z wyższą szczegółowością wizji własnego dorosłego życia w odniesieniu do rodzicielstwa. Koresponduje to z wynikami wskazującymi na pozytywne korelacje pomiędzy wyższym wartościowaniem tradycji a posiadaniem bardziej rozbudowanej wizji własnego rodzicielstwa (Janowicz i in., 2019). W obu tych badaniach jednak zależności te nie były zbyt silne, co stawia pod znakiem zapytania popularny potoczny pogląd jakoby to osoby przywiązane do tradycyjnych wartości więcej uwagi w swoim myśleniu o własnej przyszłości poświęcały życiu rodzinnemu. Fakt, iż nie zaobserwowano moderacyjnej roli płci dla zależności pomiędzy wartościowaniem tradycji a szczegółowością wizji własnego dorosłego życia w takich obszarach jak rodzicielstwo, praca zawodowa i związki intymne, może wskazywać na to, że osoby w okresie wyłaniającej się dorosłości, które brały udział w badaniu, formułowały swoje przewidywania na temat własnej przyszłości w oparciu o raczej egalitarne wzory ról płciowych. Z drugiej strony, należy pamiętać, o czym wspomniano wcześniej, że struktura obszarów życia reprezentowanych w WWDŻ częściowo odzwierciedlała stereotypowe przekonania na temat ról płciowych.

Podsumowując, treść wizji własnego dorosłego życia u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości jest powiązana ze strukturą wartości życiowych, choć zależności te nie były silne. Stoi to w pewnej sprzeczności z wynikami wcześniejszych badań oraz tezami licznych autorów (np. Czerwińska-Jasiewicz, 2005, 2015; Mądrycki, 2002; Nurmi, 1991; Nuttin, 1980; Zaleski, 1991), którzy podkreślali zależności pomiędzy systemem wartości a formowaniem celów i planów życiowych. Czerwińska-Jasiewicz (2015, s. 156) zaznaczała na przykład, że wartości życiowe „stanowią główne kryterium określania ogólnej koncepcji własnego życia”. I rzeczywiście, w przeprowadzonych przez nią badaniach (2005) wartości życiowe i własne przekonania były często wskazywane przez młodzież jako czynniki wpływające na preferowanie lub nie jakiegoś stylu życia. Dane zebrane w ramach niniejszego projektu tylko w niewielkim stopniu potwierdzają tę tezę i wspomniane wyniki. Może to wynikać ze sposobu operacjonalizacji i pomiaru wartości życiowych za pomocą Portretowego Kwestionariusza Wartości Schwartza (2012). Być może odwołanie się do innych modeli wartości życiowych, a co za tym idzie do innych sposobów ich pomiaru, dałoby inne wyniki. Przyszłe badania mogą zatem uwzględnić inne sposoby pomiaru wartości życiowych. Być może także wynika to ze specyfiki wizji własnego dorosłego życia i tego, że mogą być w niej

reprezentowane zarówno obszary, co do których jednostka chce, aby były elementem jej przyszłego życia, jak i takie, co do których tego nie chce. W tym przypadku zależności pomiędzy treścią WWDŻ a systemem wartości mogą ujawniać się w mniejszym stopniu niż na przykład w odniesieniu do celów życiowych, które jednoznacznie odnoszą się do pragnień. Możliwe jest także, że współcześnie żyjące osoby w okresie wyłaniającej się dorosłości tworzą swoje przewidywania na temat własnego, dorosłego życia w oderwaniu od wysoko cenionych wartości lub pod niewielkim ich wpływem. Przyjęcie takiej interpretacji każe postawić pytanie, co zatem stanowi podstawę formowania celów i planów życiowych, a co za tym idzie, symulacji własnego, dorosłego życia przez te osoby. Zebrane dane nie pozwalają rzecz jasna udzielić tutaj żadnych wiążących odpowiedzi. Należy jednak nadmienić, że, wobec faktu, iż kształtowanie się systemu wartości jest ściśle powiązane z rozwojem tożsamości (Berzonsky, 2003; Berzonsky i in., 2011), a wartości życiowe stanowią „punkt orientacyjny w procesie podejmowania decyzji” (Bakiera, 2009, s. 63), sytuacja, w której wizja własnego dorosłego życia powstaje w oderwaniu od systemu wartości może zwiększać ryzyko, że jednostka będzie identyfikować się ze zobowiązaniami przejętymi z otoczenia, a nie wybranymi jako własne i zgodne z systemem wartości (Luyckx i in., 2006; Luyckx i in., 2008; Marcia, 1966; za: Oleszkowicz, 1995).

#### *8.2.2.5. Wizja własnego dorosłego życia a deklarowany status społeczno-ekonomiczny, struktura rodziny pochodzenia i znajdowanie się w związku intymnym*

Liczne wcześniejsze badania (np. Janowicz, 2017; Liberska, 2004; Nurmi, 1987; Lamm i in., 1976; Tyszkowa, 1985) wykazały, że rozmaite aspekty związane ze statusem społeczno-ekonomicznym (SSE) różnicują młodych ludzi pod względem tego, jak wyobrażają sobie oni swoją przyszłość. W badaniach tych analizowano między innymi poziom wykształcenia rodziców, miejsce zamieszkania (wieś vs duże miasto), czy też ‘ogólny status społeczno-ekonomiczny’. W większości z nich badano cele, aspiracje, czy też plany życiowe. Dane zebrane w ramach niniejszego projektu tylko częściowo potwierdzają te ustalenia w odniesieniu do wizji własnego dorosłego życia u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości. Nie zaobserwowano, aby osoby deklarujące różny status społeczno-ekonomiczny różniły się między sobą w zakresie rozbudowania i szczegółowości wizji własnego dorosłego życia, czy też łatwości jej przywołania i opisanie. Bazując na wynikach Lamma i współpracowników (1976) i Nurmiego (1987), wskazujących, że młodzież z klasy średniej potrafi wybiegać w swoim myśleniu o przyszłości dalej od rówieśników o niższym statusie społeczno-ekonomicznym przewidywano, że zależności te ujawnią się także w odniesieniu do wizji

własnego dorosłego życia. Być może punkt odległy w czasie o 10-15 lat nie był aż tak odległy, aby ujawniły się tutaj podobne różnice, jak w przypadku przywołanych powyżej badań. Może to wynikać także z faktu, że w niniejszym badaniu obligowano uczestników do przyjęcia perspektywy o takiej samej rozciągłości temporalnej (wszyscy mieli odwołać się do momentu, w którym będą mieć 35 lat). Paradoksalnie, w pewnych aspektach (np. dotyczących założenia rodziny albo zdobycia dobrej pracy) można by nawet spodziewać się, że osoby deklarujące wyższy SSE będą rzadziej odwoływać się do tych kwestii, gdyż, jak wykazały wcześniejsze badania (Liberska, 2004; Nurmi, 1987), lokują one aspiracje dotyczące tych spraw w odleglejszej przyszłości. Dla faktu, iż nie zaobserwowano takich różnic w odniesieniu do wizji własnego dorosłego życia kluczowe wydaje się to, że mogła ona zawierać zarówno przewidywania, że ktoś w danym momencie przyszłości jakiś cel osiągnie (np. będzie mieć dzieci i satysfakcjonującą pracę), jak i takie, że nie uda się tego zrobić (np. antycypowanie trudności w założeniu rodziny i niemożności znalezienia pracy). Zrealizowane badanie pokazuje, że osoby w okresie wyłaniającej się dorosłości oceniające swój status społeczno-ekonomiczny jako niższy częściej mają negatywny lub ambiwalentny, a rzadziej pozytywny stosunek do posiadanej wizji własnego dorosłego życia. Może to być przejawem tego, że częściej, w porównaniu do rówieśników o przeciętnym lub ponadprzeciętnym SSE, spodziewają się, że ich przyszłość będzie niezgodna z ich pragnieniami. Pokrywa się to z wynikami wcześniejszych badań, w których posiadanie bardziej optymistycznych przewidywań na temat własnej przyszłości częściej obserwowano u młodzieży mającej rodziców z wyższym wykształceniem (Bakiera, 1996; Tyszkowa, 1985). Jak wskazuje Taranowicz (1999), młodzi ludzie pochodzący z rodzin o różnym statusie społeczno-ekonomicznym mają nie tylko odmienne podłoże materialne, ale też inne możliwości korzystania ze zdobyczy cywilizacyjnych (dostęp do wiedzy, możliwość rozwijania swojego potencjału, dostęp do rozmaitego wsparcia profesjonalnego). Spostrzeganie siebie jako osoby posiadającej niższy status społeczno-ekonomiczny może obniżać wiarę w osiągnięcie istotnych celów życiowych i zwiększać prawdopodobieństwo, że przewidywany kształt własnej przyszłości zawierać będzie w sobie jakieś negatywne aspekty (np. trudności w znalezieniu pracy lub miejsca do życia odpowiadającego oczekiwaniom). Może to wynikać zarówno z obiektywnych nierówności i mniejszych możliwości, jak i uwewnętrznionego przekonania, że jest się osobą 'mającą mniejsze szanse w życiu', które nie pozwala jednostce w pełni wykorzystać jej potencjał.



Choć we wcześniejszych pracach (np. Czerwińska-Jasiewicz, 2015; Liberska, 2004; Tyszkowa, 1985) wskazywano na potencjalne znaczenie uwarunkowań rodzinnych dla formowania się wyobrażeń młodych ludzi na temat ich przyszłości, to w niniejszym badaniu nie stwierdzono, aby osoby pochodzące z rodzin pełnych i niepełnych różniły się między sobą w jakimkolwiek aspekcie wizji własnego dorosłego życia. Wbrew przewidywaniom, osoby wychowujące się z obojgiem rodziców nie odwoływały się częściej do kwestii związanych z życiem rodzinnym, czy też budowaniem związku intymnego ani nie podawały większej liczby szczegółów w odniesieniu do tych obszarów życia. Nasuwają się tutaj dwa możliwe wyjaśnienia. Po pierwsze, spośród rozmaitych uwarunkowań rodzinnych, inne kwestie niż sama struktura rodziny generacyjnej (np. styl komunikacji, poziom wsparcia i kontroli, klimat emocjonalny) mogą mieć większe znaczenie dla tego, jakie przewidywania na temat własnego przyszłego, dorosłego życia będą mieć osoby w okresie wyłaniającej się dorosłości (Liberska, 2004; Nurmi, 1987; Pulkinen, 1990; Trommsdorff, 1986; za: Liberska, 2004). Przyszłe badania mogłyby uwzględnić te kwestie, co pozwoliłoby na pełniejsze opisanie potencjalnych zależności pomiędzy uwarunkowaniami rodzinnymi a charakterystyką wizji własnego dorosłego życia. Po drugie, rezultaty te mogą wynikać ze specyfiki badanego zjawiska, jakim jest wizja własnego dorosłego życia. Z racji, iż jest ona symulacją własnej przyszłości, to odniesienie się w niej do jakiegoś obszaru życia może wynikać zarówno z przewidywania, że będzie on elementem czyjejś przyszłości, jak i z zanegowania takiej możliwości. Wobec tego, ewentualne różnice wynikające z doświadczenia rozpadu związku rodziców i wychowywania się tylko z jednym z nich, mogące oddziaływać na przykład na cele życiowe, mogły nie uwidocznić się w odniesieniu do wizji własnego dorosłego życia.

Kolejnym z aspektów analizowanych jako czynnik potencjalnie różnicujący charakterystykę wizji własnego dorosłego życia u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości były kwestie związane ze znajdowaniem się w związku intymnym i sumaryczny czas spędzony w takich związkach. Bazując na wynikach wcześniejszych badań (Janowicz, 2017; Janowicz, 2020) wskazujących na to, że osoby będące w związku, w porównaniu do osób żyjących w pojedynkę, mają bardziej rozbudowaną i szczegółową wizję własnego rodzicielstwa przewidywano, że podobne zależności ujawnią się także w odniesieniu do całościowej wizji własnego dorosłego życia w obszarach dotyczących związków intymnych, rodzicielstwa i życia rodzinnego. Zakładano także, że takie różnice zostaną zaobserwowane ze względu na łączny czas spędzony w związkach intymnych. Przewidywania te w większości zostały potwierdzone – osoby będące w związkach, w porównaniu do żyjących w pojedynkę,

oraz te, które spędziły w nich łącznie więcej czasu, w porównaniu do osób z mniejszym doświadczeniem związkowym, częściej odwoływały się w swojej WWDŻ do obszarów związku intymnego i rodzicielstwa oraz podawały w odniesieniu do nich więcej szczegółów. Wyniki te są spójne z przywołanymi powyżej rezultatami dotyczącymi wizji własnego rodzicielstwa (Janowicz, 2017; Janowicz, 2020). Fakt, iż łączna ilość czasu spędzonego w związkach intymnych korelowała pozytywnie ze szczegółowością WWDŻ w obszarach dotyczących związku intymnego i rodzicielstwa może odzwierciedlać dynamikę rozwoju intymności opisywaną przez Sternberga (1986; por. Wojciszke, 2015). W swoim trójczynnikiem modelu miłości wskazywał on, że intymność rozwija się na kolejnych etapach związku, ale szczególnie intensywnie dokonuje się to w pierwszych latach trwania relacji. Rozwijanie intymności wiąże się ze wzrostem zaufania i wzajemnej zależności (także w kwestii planów życiowych), w związku z czym kwestie dotyczące kształtu związku w przyszłości i ewentualności wspólnego rodzicielstwa mogą częściej stawać się przedmiotem rozmów partnerów. Ze znajdowaniem się w związku intymnym nierzadko wiąże się podejmowanie współżycia seksualnego, co stwarza możliwość pojawienia się dziecka. Także ta kwestia może stymulować osoby znajdujące się w związkach intymnych do refleksji nad tym, czy chcą w przyszłości mieć dzieci i jak wyobrażają sobie siebie w roli rodziców. Na rolę partnera życiowego w formowaniu się wyobrażeń na temat własnej przyszłości zwracał uwagę także Levinson (1988), pisząc, że proces formowania się Marzenia może być wspierany lub sabotowany przez bliską osobę, np. partnera lub partnerkę. Podkreślał on także, że osoby w fazie nowicjatu „poszukują kogoś, kto będzie doceniał ich wyłaniające się aspiracje i kto będzie chciał dzielić z nimi to planowane życie” (Levinson, 1988, s. 91). Uzyskane wyniki zdają się potwierdzać te refleksje. Potwierdzają one także tezy licznych autorów (np. Crissey, 2005; Joyner i Udryn, 2000; Schulman i Seiffge-Krenke, 2001), którzy twierdzili, że doświadczenia wyniesione ze związków mogą być powiązane z procesem przygotowywania się do rodzicielstwa i życia rodzinnego. Fakt, iż kwestie te zostały poddane głębszej refleksji i uwzględnione w symulacji własnego przyszłego, dorosłego życia można uznać za czynnik potencjalnie sprzyjający wchodzeniu w te nowe role w przyszłości. Koresponduje to ze sposobem, w jaki Havighurst (1981) rozumie zadania rozwojowe stojące przed osobami w okresie wczesnej dorosłości. Wybór partnera życiowego i uczenie się życia z nim poprzedzają założenie rodziny. Jest zatem prawdopodobne, że efekty tego uczenia się mogą znajdować swoje odzwierciedlenie w planach życiowych i przewidywaniach na temat własnej przyszłości w obszarach dotyczących związku intymnego i rodzicielstwa. Dalsze

badania mogłyby skupić się na podłużnych analizach dotyczących tego, jak doświadczenia wynoszone ze związku intymnego przekładają się na cele i plany życiowe (szczególnie w odniesieniu do obszaru związku intymnego i rodzicielstwa) oraz przewidywania na temat tego, jak te kwestie będą wyglądać w przyszłości. Można przewidywać, że wraz z zacieśnianiem się relacji i wzrostem intymności wizja własnego dorosłego życia u takich osób upodabniałaby się do siebie, gdyż coraz więcej jej elementów bazowałoby na wspólnie podejmowanych decyzjach i opracowywanych celach życiowych (np. dotyczących miejsca zamieszkania, momentu starania się o dziecko, upragnionej liczby posiadanych dzieci, sposobu ich wychowywania itp.).

#### *8.2.2.6. Ważne wydarzenia życiowe a zmiany w wizji własnego dorosłego życia u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości*

Ponieważ dokonywanie symulacji własnej przyszłości zakorzenione jest w przeszłych i aktualnych doświadczeniach (Baran, 1985; Szpunar i in., 2014b; Schacter i in., 2007; Schacter i in., 2017; Tyszkowa, 1985) przewidywano, że doświadczenie przez osoby w okresie wyłaniającej się dorosłości istotnych zmian życiowych znajdzie odzwierciedlenie w zmianach w wizji własnego dorosłego życia. Zebrane dane nie potwierdziły jednak tych przypuszczeń. Ogólna liczba ważnych wydarzeń zmieniających kontekst życia jednostki nie była powiązana ze zmianami w rozbudowaniu i szczegółowości wizji własnego dorosłego życia. Nie zaobserwowano także, aby zmiany w konkretnych obszarach życia znalazły swoje odzwierciedlenie w zmianach w treści i strukturze tejże wizji. Koresponduje to z wnioskami płynącymi z badania Katry (2008, s. 227), która podsumowując dane dotyczące planów życiowych zebrane podczas wywiadów z osobami w okresie wyłaniającej się dorosłości, konkluduje, że „młodzi ludzie rzadko wskazują na osoby, czy zdarzenia, które wywarły istotny wpływ na ich wybory życiowe”. Choć jednocześnie zaznacza ona, że specyficzne doświadczenia życiowe mają pewien wpływ na podejmowanie przez młodych ludzi działań ukierunkowanych na realizację celów dotyczących przyszłości. Istotne jest jednak to, że w badaniu tym analizowano ogół doświadczeń życiowych, a nie tylko wydarzenia z niedalekiej przeszłości. Wynik niniejszego badania, sprzeczny z postawioną hipotezą, można wytłumaczyć na kilka sposobów. Po pierwsze, ze względu na to, że nie kontrolowano, kiedy nastąpiło wspomniane przez osobę wydarzenie, możliwe jest, że część z nich miała miejsce niedługo przed drugim pomiarem, wobec czego nie zdążyło ono jeszcze znacząco wpłynąć na sposób, w jaki jednostka spostrzega swoją przyszłość. Choć, z drugiej strony, można sobie wyobrazić, że osoba taka byłaby właśnie pod silnym wpływem takiego doświadczenia, które

ze względu na swoją nowość mogłoby zajmować, przynajmniej okresowo, znaczące miejsce w polu uwagi jednostki, a emocje i myśli dotyczące danego obszaru życia mogłyby być szczególnie intensywne. Drugie z możliwych wyjaśnień uzyskanych wyników w pewien sposób wynika z pierwszego. Ponieważ wizja własnego dorosłego życia jest rodzajem symulacji własnej przyszłości, na jej kształt wpływać mogą sformułowane wcześniej cele i plany życiowe (Szpunar i in., 2014b). Możliwe jest zatem, że wobec nowych doświadczeń i zmian życiowych osoby w okresie wyłaniającej się dorosłości nie zdążyły jeszcze przeformułować swoich celów i planów, a co za tym idzie nie znalazło to swojego odzwierciedlenia w dokonywanym przez nie szacowaniu szans na zajście różnych wydarzeń w przyszłości, co mogłoby wpłynąć na zmiany w obrębie tego, jak jednostka wyobraża sobie swoją przyszłość. Być może istotne znaczenie mają tutaj także inne czynniki nie wzięte pod uwagę w ramach niniejszego badania, np. stosunek emocjonalny do danej zmiany życiowej albo poziom refleksyjności. Można przewidywać, że silniejsza reakcja emocjonalna na jakies wydarzenie życiowe (np. rozpoczęcie nowej pracy, przeprowadzka) mogłaby sprzyjać znacznie większemu wpływowi takiego wydarzenia na sposób myślenia jednostki o własnej przyszłości. Podobnie wyższa refleksyjność, która mogłaby przyczynić się do większego zaangażowania w myślenie o tym, w jaki sposób dane wydarzenie może wpłynąć na aktualne i przyszłe życie jednostki. Wydaje się także, że dla głębszego zrozumienia zależności między aktualnymi doświadczeniami życiowymi a procesem rozwoju wizji własnego dorosłego życia u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości użyteczne mogłyby być badania jakościowe, bazujące na danych zebranych podczas wywiadu. Umożliwiają one pozyskanie bogatego materiału i przyjrzenie się szerokiemu spektrum doświadczeń i przemyśleń uczestników badania, jak również poznaniu ich osobistego stosunku do przedmiotu badania (por. Kutra, 2004, 2008a). Użyteczne mogłyby być także, jak już wcześniej wspomniano, badania longitudinalne obejmujące dłuższy okres czasu oraz bardziej precyzyjnie kontrolujące moment wystąpienia poszczególnych istotnych wydarzeń życiowych.

### ***8.2.3. Wizja własnego dorosłego życia a tożsamość osób w okresie wyłaniającej się dorosłości***

Jednym z kluczowych problemów badawczych podejmowanych w ramach niniejszej rozprawy była analiza zależności pomiędzy rozwojem tożsamości a formowaniem wizji własnego dorosłego życia u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości. Na znaczenie myślenia o własnej przyszłości dla rozwoju tożsamości wskazują między innymi tezy zawarte w pracach Eriksona (1997, 2004), Levinsona (1988), Luyckxa (2006, 2008), Niemczyńskiego

(1980) i Obuchowskiego (1970, 1985, 2000). Pewne grono badaczek i badaczy zrealizowało już także kilka badań (np. Dunkel, 2000; Dunkel i Anthis, 2001; Janowicz i in., 2021; Liberska, 2004), w których wykazano zależności pomiędzy różnymi formami myślenia o przyszłości a rozwojem tożsamości. Wspomniane opracowania teoretyczne, jak i wyniki wcześniejszych badań, pozwoliły na postawienie szeregu hipotez dotyczących potencjalnych zależności między wizją własnego dorosłego życia a rozwojem tożsamości u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości. Znaczna część z nich uzyskała potwierdzenie w zebranych danych, jednak w niektórych przypadkach nie zaobserwowano przewidywanych związków lub były one słabsze niż można by zakładać.

Erikson w swoich pracach poświęconych rozwojowi psychospołecznemu (1997, 2004) pisał, że nasilenie procesów związanych z eksploracją wiąże się z rosnącym zaangażowaniem w rozmaite formy aktywności i rozważaniem różnych dostępnych możliwości. Myśl tę rozwijali w swoich koncepcjach m.in. Marcia (1966; za: Oleszkowicz, 1995) oraz Luyckx (2006, 2008). W związku z tym, przewidywano, że nasilenie procesów eksploracyjnych (zwłaszcza eksploracji wszerz) będzie powiązane z tworzeniem bardziej rozbudowanej wizji własnego dorosłego życia. Rzeczywiście, zaobserwowano takie zależności (lecz nie były one silne). Należy wspomnieć także o tym, że wizję szczątkową i ogólnikową najczęściej posiadają osoby o statusie tożsamości beztroskiej dyfuzji, u których nasilenie procesów eksploracyjnych jest bardzo niskie. Są to osoby, które nie podjęły dotąd aktywności eksploracyjnej i nie przeżywają jeszcze kryzysu tożsamościowego (Bakiera, 2009; Erikson, 1997, 2004; Marcia, 1966; za: Oleszkowicz, 1995). Prawdopodobnie znajduje to swoje odzwierciedlenie w niemożności dokonania symulacji własnej przyszłości. Potwierdzają to także wyniki wskazujące na to, że dla osób o tożsamości dyfuzyjnej (beztroskiej i rozproszonej) przywołanie i opisanie wizji własnego dorosłego życia jest znacznie trudniejsze niż dla osób o tożsamości osiągniętej. Jest to zgodne z wynikami badania Dunkela i Anthis (2001), którzy wykazali, że natężenie poziomu eksploracji stanowiło predyktor liczby generowanych *możliwych selves* po kilku miesiącach. Można zatem powiedzieć, że zaangażowanie w proces eksploracji wszerz sprzyja formowaniu bardziej rozbudowanej wizji własnego dorosłego życia. Wydaje się to zgodne ze sposobem rozumienia roli eksploracji wszerz w koncepcji Luyckxa i współpracowników (2006, 2008; por. Piotrowski i Brzezińska, 2017), którzy wskazują, że jest to proces poznawania różnych alternatywnych dróg rozwoju oraz refleksowania nad różnymi możliwościami. Sprzyja to generowaniu alternatywnych *możliwych selves*, co przekłada się na tworzenie bardziej rozbudowanej wizji własnego

dorosłego życia, będącej, jak już zaznaczano, *najbardziej możliwym self*. Wniosek ten należy formułować jednak z pewną ostrożnością, zważając na to, że jednocześnie nie zaobserwowano korelacji pomiędzy zmianami natężenia eksploracji wszcz i zmianą liczby obszarów wspomnianych w wizji własnego dorosłego życia. Mimo to, uzyskane wyniki zdają się przynajmniej częściowo potwierdzać tezy zawarte w przywołanych wyżej pracach Eriksona. Nasilenie procesów eksploracyjnych wiąże się z intensyfikacją wewnętrznej aktywności prospektywnej, co znajduje swoje odzwierciedlenie w tworzeniu bardziej rozbudowanej i szczegółowej wizji własnego dorosłego życia. Należy podkreślić, że również wyższe natężenie podejmowania zobowiązania i silniejsza identyfikacja z nim, powiązane są z posiadaniem bardziej rozbudowanej i szczegółowej wizji własnego dorosłego życia, choć zależności te są nieco słabsze niż w przypadku obu form adaptacyjnej eksploracji. Co więcej, bardzo rozbudowaną wizję własnego dorosłego życia najczęściej posiadają osoby o tożsamości osiągniętej. Wygląda zatem na to, że ogólnie zaangażowanie w proces formowania tożsamości, wiąże się z większym zaangażowaniem w wewnętrzną aktywność prospektywną, co uwidacznia się w formułowaniu bardziej rozbudowanej i szczegółowej wizji własnego dorosłego życia. Wyniki zestawiające dane z obu pomiarów pokazują, że zależności te mogą mieć także odwrotny kierunek, gdyż do progresywnych zmian rozwojowych częściej dochodziło u osób, których wizja własnego dorosłego życia uległa rozbudowaniu. Natomiast zmiany regresywne częściej zachodziły u osób, u których rozbudowanie wizji własnego dorosłego życia spadło. Przywołane powyżej wyniki potwierdzają, że poszukiwanie odpowiedzi na pytanie „kim będę?” jest połączone z drugim z kluczowych pytań tożsamościowych – „kim jestem?” (Erikson, 1997, 2004). Podsumowując, uzyskane dane wskazują na pewne zależności pomiędzy strukturą wizji własnego dorosłego życia a rozwojem tożsamości, co wydaje się zgodne zarówno z literaturą teoretyczną (Erikson, 1997, 2004; Marcia, 1966; za: Oleszkowicz, 2005), jak i wynikami wcześniejszych badań (Dunkel i Anthis, 2001; Liberska, 2004; Skhirtladze i in., 2021). Natomiast fakt, iż zależności te nie były zbyt silne wydaje się korespondować z tym, że niektóre badania (np. Dunkel, 2000) nie dostarczyły danych potwierdzających istnienie związku pomiędzy rozwojem tożsamości a wewnętrzną aktywnością prospektywną. Warto przy tym przypomnieć, że zależności takich nie zaobserwowano także w badaniu pilotażowym zrealizowanym w ramach niniejszego projektu.

Znacznie więcej związków pomiędzy rozwojem tożsamości a wizją własnego dorosłego życia zaobserwowano natomiast w odniesieniu do subiektywnego ustosunkowania

się przez osoby w okresie wyłaniającej się dorosłości do posiadanej przez nie wizji własnej przyszłości. Zależności te były też nieco silniejsze niż w przypadku struktury WWDŹ i generalnie korespondowały z postawionymi hipotezami badawczymi. Wyższe natężenie praktycznie wszystkich adaptacyjnych wymiarów rozwoju tożsamości pozytywnie koreluje z większą łatwością przywołania i opisanego wizji własnego dorosłego życia, wyższym natężeniem towarzyszących temu pozytywnych emocji oraz poczucia ciągłości, a także niższym natężeniem emocji negatywnych związanych z WWDŹ. W przypadku dezadaptacyjnej eksploracji ruminacyjnej zależności te miały odwrotny kierunek. Potwierdza to wnioski, jakie można wyciągnąć z prac Eriksona (1997, 2004) i Luyckxa wraz ze współpracownikami (2006, 2008), że znalezienie odpowiedzi na pytania tożsamościowe („kim jestem?”, „kim mogę być?”) i zaakceptowanie tych odpowiedzi powinno wiązać się z bardziej pozytywnym stosunkiem do własnej przyszłości. Warto podkreślić, że w tym przypadku silniejsze związki obserwowano pomiędzy poszczególnymi aspektami subiektywnego ustosunkowania się do posiadanej WWDŹ a podejmowaniem zobowiązania i identyfikacją z nim. Natomiast w przypadku struktury WWDŹ zależności te były silniejsze w odniesieniu do obu form adaptacyjnej eksploracji. Wydaje się to zrozumiałe, gdyż procesy eksploracji służą odkrywaniu istnienia możliwych alternatyw (eksploracja wszere) oraz ich głębszemu poznawaniu (eksploracja w głąb). Natomiast pozostałe dwa procesy w większej mierze odnoszą się do subiektywnego stosunku jednostki do odkrytych, a następnie bliżej poznanych alternatyw – tego, czy wydają się one na tyle atrakcyjne, by podjąć wstępne wobec nich zobowiązanie oraz, w końcu, by włączyć je w obręb swojej tożsamości (Luyckx i in., 2006, 2008). Jeśli przyjąć by, że wizja własnego dorosłego życia jest efektem między innymi procesu formowania się tożsamości jednostki, to można by na podstawie uzyskanych wyników stwierdzić, że zmierzenie się z kryzysem tożsamościowym i zaangażowanie w kształtowanie własnej tożsamości sprzyja większej łatwości stworzenia symulacji własnej przyszłości, bardziej pozytywnemu stosunkowi emocjonalnemu do niej oraz silniejszemu poczuciu ciągłości, jakie towarzyszy wizji własnego dorosłego życia. Natomiast brak zaangażowania w proces formowania się tożsamości może przyczyniać się do trudności w zakresie dokonania predykcji na temat własnej przyszłości, bardziej negatywnego stosunku do niej oraz niskiego poczucia ciągłości związanego z posiadaną wizją swojego przyszłego, dorosłego życia. Potwierdzają to także porównania charakterystyki wizji własnego dorosłego życia pomiędzy osobami o różnych statusach tożsamości. Wyraźnie widać, że przywołanie i opisanie WWDŹ jest najłatwiejsze dla osób o tożsamości osiągniętej, które już znalazły

odpowiedź na pytania tożsamościowe (Erikson, 1997, 2004). Osobom tym w związku ze sformułowaną wizją własnego dorosłego życia towarzyszą także najsilniejsze pozytywne i najsłabsze negatywne emocje oraz najsilniejsze poczucie ciągłości. Na przeciwnym biegunie znajdują się osoby o tożsamości dyfuzyjnej, które jeszcze nie zmierzyły się z kryzysem tożsamości. Częściej doświadczają one też niepewności i ambiwalencji w związku z własną przyszłością. Koresponduje to z wynikami uzyskanymi przez Dunkela (2000), które wskazują na to, że osoby o tożsamości osiągniętej częściej myślą o różnych *możliwych selves* (zwłaszcza tych pozytywnych) i prawdopodobieństwie ich realizacji. Co więcej, dla osób tych wygenerowane przez nie pozytywne *możliwe selves* wydawały się znacznie bardziej prawdopodobne do osiągnięcia niż dla osób o tożsamości dyfuzyjnej. Przedstawioną interpretację wspierają także analizy dotyczące zależności pomiędzy zmianami w obrębie tożsamości a zmianami w wizji własnego dorosłego życia. Wzrostowi natężenia eksploracji w głąb i identyfikacji ze zobowiązaniem towarzyszy wzrost poczucia łatwości przywołania i opisanego wizji własnego dorosłego życia, wzrost natężenia pozytywnych emocji z nią związanych oraz spadek natężenia emocji negatywnych, a także wzrost poczucia ciągłości między teraźniejszością a przyszłością. Dalsze analizy wykazały jednak, że zależności te mogą mieć w niektórych przypadkach charakter dwukierunkowy. Z jednej strony wzrost natężenia identyfikacji ze zobowiązaniem jest predyktorem wzrostu natężenia pozytywnych emocji towarzyszących WWDŹ i spadku natężenia związanych z nią emocji negatywnych, z drugiej zaś, wzrost natężenia pozytywnych emocji jest predyktorem wyższego natężenia identyfikacji ze zobowiązaniem. Co więcej, wzrost natężenia pozytywnych emocji związanych z przywołaniem i opisaniem WWDŹ jest predyktorem także wyższego natężenia podejmowania zobowiązania i słabszego natężenia eksploracji ruminacyjnej. Z kolei wzrost natężenia eksploracji ruminacyjnej jest predyktorem większych trudności w przywołaniu i opisanie wizji własnego dorosłego życia oraz niższego natężenia związanych z tym pozytywnych emocji. Ponadto, progresywne zmiany w obrębie tożsamości zaobserwowano częściej u osób, u których doszło do zmiany emocjonalnego ustosunkowania się do posiadanej wizji własnego dorosłego życia w kierunku stosunku pozytywnego (silne natężenie emocji pozytywnych i słabe natężenie emocji negatywnych). Pokazuje to, że zmiana nastawienia emocjonalnego do posiadanej wizji własnego dorosłego życia może przekładać się na proces formowania się tożsamości. Zyskiwanie bardziej pozytywnego stosunku do własnej przyszłości sprzyja podejmowaniu decyzji o włączeniu poszczególnych identyfikacji w obręb własnej tożsamości lub przynajmniej wstępnemu podjęciu



zobowiązania wobec nich. Natomiast nasilenie negatywnego stosunku do swojego przyszłego, przewidywanego życia może wiązać się z tym, że poszczególne zobowiązania zostają odrzucone i nie włączone w obręb tożsamości. W świetle uzyskanych danych można stwierdzić, że to raczej zmiana w subiektywnym stosunku do wizji własnej przyszłości, a nie obiektywna ewolucja tejże wizji mogą być bardziej istotne dla rozwoju tożsamości u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości. Dla bardziej precyzyjnego opisanie tych zależności konieczne wydają się badania podłużne składające się z większej liczby pomiarów oraz badania eksperymentalne, w ramach których podejmowano by interwencje nakierowane na wspieranie rozwoju wizji własnego dorosłego życia i przepracowywania ewentualnego negatywnego stosunku do własnej przyszłości.

Na sam koniec należy wspomnieć o wyniku, których stoi w sprzeczności z postawioną hipotezą badawczą. Okazało się bowiem, że zmiany w zakresie wizji własnego dorosłego życia są bardzo podobne u osób o różnych statusach tożsamości, choć, między innymi na bazie wyników uzyskanych przez Dunkela i Anthis (2001), przewidywano, że zaobserwowane zostaną tutaj pewne różnice. Ich brak można wyjaśnić na kilka sposobów. Po pierwsze, z badania pomiędzy oboma pomiarami znacznie częściej rezygnowały osoby o tożsamości dyfuzyjnej i lustrzanej, co doprowadziło do zachwiania równoliczności grup o poszczególnych statusach tożsamości. Mogło to wpłynąć na przeprowadzone analizy statystyczne i fakt, że część zaobserwowanych różnic nie osiągnęła poziomu istotności statystycznej. Po drugie, jak już podkreślano, same zmiany w obrębie wizji własnego dorosłego życia w przekroju całej grupy nie były zbyt duże. Po trzecie, być może dla uchwycenia takich zmian konieczne byłoby kilka pomiarów dokonanych w mniejszych odstępach czasu. We wspomnianym badaniu Dunkela i Anthis (2001) odstęp pomiędzy oboma pomiarami wynosił cztery miesiące. Wskazuje to na konieczność dalszych badań eksplorujących dynamikę zmian w obrębie wizji własnego dorosłego życia i innych form wewnętrznej aktywności prospektywnej u osób o różnych statusach tożsamości.

Podsumowując wyniki dotyczące zależności pomiędzy rozwojem tożsamości a formowaniem się wizji własnego dorosłego życia u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości, należy podkreślić, że w wielu przypadkach są one zgodne z postawionymi hipotezami (przynajmniej częściowo), lecz nierzadko słabsze niż zakładano. Zaangażowanie w proces rozwoju tożsamości znajduje swoje odzwierciedlenie zarówno w strukturze wizji własnego dorosłego życia, jak i subiektywnym ustosunkowaniu się do niej. A rozwój tejże wizji może sprzyjać formowaniu bardziej dojrzałej tożsamości.

#### ***8.2.4. Wizja własnego dorosłego życia a poczucie sensu w życiu osób w okresie wylaniającej się dorosłości***

Niemala liczba wcześniejszych badań (np. Katra, 2008a; King, 2001; Salmela-Aro i Nurmi, 1997; Sheldon i Kasser, 1998; Zaleski, 1991) wskazywała na związki pomiędzy tworzeniem bardziej rozbudowanych i lepiej ustrukturowanych celów oraz planów życiowych a wyższym poczuciem sensu w życiu, wyższą samooceną, czy też ogólną satysfakcją z życia. Wobec tego, przewidywano, że podobne zależności zostaną zaobserwowane w odniesieniu do innej formy myślenia o przyszłości, czyli wizji własnego dorosłego życia. Przewidywania te potwierdziły się tylko częściowo.

W pierwszej kolejności należy wspomnieć, że wbrew przewidywaniom osoby, które w swojej symulacji własnej przyszłości odwoływały się do kluczowych aspektów dorosłego życia (praca zawodowa, związek intymny, życie rodzinne) wcale nie posiadały wyższego poczucia sensu w życiu. Brak spodziewanej różnicy może wynikać z tego, że, jak już kilkakrotnie wspomniano, fakt, że jednostka w swojej wizji własnego dorosłego życia odwołuje do danego obszaru wcale nie musi oznaczać, że przewiduje ona, że obszar ten będzie elementem jej przyszłego życia. Wobec tego, w jednej grupie mogły znaleźć się zarówno osoby przewidujące posiadanie w przyszłości dobrej pracy i szczęśliwego życia rodzinnego, jak i takie, które przewidywały, że będą miały problemy ze znalezieniem pracy i, pomimo starań, pozostaną samotne. W obu przypadkach nastąpiło jednak odwołanie do obu obszarów życia. Zebrany materiał nie pozwalał na uwzględnienie w analizach tych różnic, gdyż potencjalnie wydzielone podgrupy byłyby zbyt nierównoliczne dla dokonania rzetelnych porównań. Wobec tego przyszłe badania mogłyby skupić się także na pogłębionej analizie treściowej wizji własnego dorosłego życia, weryfikując nie tylko obecność odwołań do poszczególnych obszarów życia, ale także to, jak konkretnie jednostka wyobraża sobie w przyszłości ten aspekt swojego funkcjonowania (np. czy przewiduje posiadanie dobrej pracy, czy też problemy z uzyskaniem zatrudnienia). Te dane mogłyby zostać odniesione do doświadczanego poczucia sensu w życiu. Można przewidywać, że byłoby ono wyższe u osób, które nie tylko odwołują się do tych kluczowych obszarów życia, ale przewidują, że będą one zgodne z ich celami życiowymi. Przyszłe badania powinny zatem uwzględnić także kolejny aspekt subiektywnego ustosunkowania się do posiadanej wizji własnego dorosłego życia, a mianowicie ocenę, na ile przewidywania te zgodne są z pragnieniami jednostki. Nawiązując do taksonomii zaproponowanej przez Szpunara i współpracowników (2014b), odnosiłoby się to do tego, w jakim stopniu symulacja własnej przyszłości odzwierciedla dotyczące jej

intencje. Można wskazać także na inne wyjaśnienie braku różnicy w poczuciu sensu w życiu pomiędzy osobami, których wizja własnego dorosłego życia zawiera odwołania do kluczowych obszarów życia i tymi, których wizja takich odwołań nie zawiera. Być może wskazuje to na to, że dla osób w okresie wyłaniającej się dorosłości uwzględnienie w symulacji własnej przyszłości takich kwestii jak praca zawodowa, związek intymny, czy rodzicielstwo wcale nie przyczynia się do odczuwania silniejszego poczucia sensu w życiu i czerpią one je z innych źródeł. W świetle wyników wskazujących na to, że różnice w doświadczanym poczuciu sensu w życiu dotyczyły tak naprawdę wyłącznie osób o wizji szczątkowej, można hipotetyzować, że dla osiągnięcia poczucia sensu w życiu istotne jest nie odwołanie się do jakiś konkretnych obszarów życia, ale po prostu uwzględnienie co najmniej kilku obszarów istotnych z perspektywy jednostki.

Kolejne wyniki, które nie były zgodne z postawionymi hipotezami, wskazują na niewielkie zależności pomiędzy strukturą wizji własnego dorosłego życia a aktualnym poczuciem sensu w życiu i nastawieniem na jego poszukiwanie w przyszłości. Oznacza to, że rezultaty dotyczące zależności pomiędzy poczuciem sensu w życiu, samooceną i satysfakcją z życia a takimi rodzajami umysłowej aktywności prospektywnej jako formułowanie celów i planów życiowych (Katra, 2008a; King, 2001; Salmela-Aro i Nurmi, 1997; Sheldon i Kasser, 1998; Zaleski, 1991) nie znalazły swojego potwierdzenia w odniesieniu do tworzenia wizji własnego dorosłego życia. W tym przypadku, w świetle uzyskanych danych, istotniejszy wydaje się subiektywny stosunek do posiadanej WWDŻ: poczucie łatwości jej przywołania i opisanie, natężenie towarzyszących temu pozytywnych emocji i poczucie ciągłości między terażniejszością a przyszłością. Wszystkie te aspekty powiązane były z doświadczaniem silniejszego poczucia sensu w życiu. Można zatem postawić hipotezę, że to nie posiadanie rozbudowanej i szczegółowej wizji własnego dorosłego życia przyczynia się do osiągnięcia silniejszego poczucia sensu w życiu, ale subiektywne poczucie, że wizję tę łatwo jest jednostce sformułować, doświadczenie towarzyszenia temu raczej pozytywnych niż negatywnych emocji i poczucia, że pomimo pewnych zmian będzie się w przyszłości w głębi tą samą osobą. Fakt ten można spróbować wytłumaczyć odnosząc się do tego, że poczucie sensu w życiu mierzone w niniejszym badaniu rozumiane jest jako stan samowiedzy o własnym sensie, celu, bądź znaczeniu uzyskanym w życiu (Steger i in., 2006). Jest to więc świadomość posiadania sensu i celu. Wobec tego w znacznej mierze odnosi się to do metarefleksji jednostki nad własnym życiem. Wymaga ona tego, aby w pewien sposób spojrzeć na swoje życie „z boku”. Podobnej perspektywy wymagać może określenie

subiektywnego stosunku do posiadanej wizji własnego dorosłego życia – ocenienie, na ile łatwo było ją przywołać i opisać, jak silne pozytywne i negatywne emocje temu towarzyszyły oraz, czy wiązało się z tym poczucie ciągłości pomiędzy terażniejszością a przyszłością. Przyszłe badania mogłyby uwzględnić także inne konstrukty pokrewne poczuciu sensu w życiu i powiązane z nim, na przykład samoocenę albo różne miary dobrostanu (Kaczmarek, 2016).

Omówione powyżej wyniki wskazujące na zależności pomiędzy poczuciem sensu w życiu i subiektywnym ustosunkowaniem się do posiadanej wizji własnego dorosłego życia potwierdzają także rezultaty analiz bazujących na danych uwzględniających drugi pomiar. Zmiany w aktualnym poczuciu sensu w życiu nie były związane ze zmianami w strukturze wizji własnego dorosłego życia, ale były istotnie skorelowane ze zmianami we wszystkich czterech aspektach subiektywnego ustosunkowania się do posiadanej WWDŻ. Dalsze analizy wykazały, że wzrost natężenia pozytywnych emocji towarzyszących przywołaniu wizji własnego dorosłego życia jest predyktorem wyższego poczucia sensu w życiu u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości. Można przewidywać, że zyskanie przez jednostkę bardziej pozytywnego stosunku do przewidywanej przyszłości sprzyja osiągnięciu poczucia, że jej życie zmierza w jasno określonym kierunku powiązanim z satysfakcjonującymi celami życiowymi (por. Kossakowska i in., 2013). Podobnie, sprzyjać temu powinien wzrost poczucia, że pomimo upływu czasu będzie się w głębi tą samą osobą, a więc, że uda się w przyszłości zachować to, co stanowi o tożsamości jednostki i jej unikatowości. Pokazuje to, że stosunek do własnej przyszłości może mieć znaczenie dla aktualnego poczucia sensu. Przeprowadzone analizy wskazują jednak również na odwrotny kierunek zależności – wzrost poczucia sensu jest predyktorem subiektywnego ustosunkowania się do posiadanej wizji własnego dorosłego życia. Można interpretować to w następujący sposób. Zyskanie przez jednostkę poczucia, że jej życie ma jasno określony cel i zmierza w konkretnym kierunku wydaje się sprzyjać temu, by symulacja swojego przyszłego życia wiązała się z pozytywnymi emocjami i poczuciem ciągłości. Wszystko to pokazuje, że zależności pomiędzy poczuciem sensu w życiu a kształtowaniem się wizji własnego dorosłego życia nie są jednokierunkowe. Przyszłe badania, obejmujące dłuższe przedziały czasu i więcej pomiarów, mogą pomóc w bardziej precyzyjnym opisanu tych relacji i ich kierunków.

### **8.3. Ograniczenia przeprowadzonego badania**

Po przedyskutowaniu wyników zrealizowanego badania w odniesieniu do aktualnego stanu wiedzy, należy wskazać także na kilka jego ograniczeń. Częściowo zostały one już

zasygnalizowane w poprzedniej części rozprawy, tutaj zostaną jednak bardziej szczegółowo omówione.

Istotnym ograniczeniem niniejszego badania było niedoreprezentowanie w grupie badanej osób deklarujących status społeczno-ekonomiczny poniżej przeciętnego oraz osób pochodzących z rodzin niepełnych. Z tego względu utrudnione było rzetelne zweryfikowanie hipotez badawczych zakładających, że czynniki te będą różnicować charakterystykę wizji własnego dorosłego życia u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości. Niemożliwe jest także generalizowanie uzyskanych wyników na osoby o takiej charakterystyce. Wobec tego, istotne wydaje się, aby w przyszłych badaniach, prowadząc rekrutację uczestników, zwrócić uwagę na pozyskanie większej liczby osób o niższym statusie społeczno-ekonomicznym oraz pochodzących z rodzin niepełnych.

Ze względu na stawiane pytania badawcze, do udziału w badaniu rekrutowano osoby spełniające bardzo konkretne kryteria (m.in. uczęszczanie do ostatniej klasy szkoły średniej/na ostatni [piąty] rok studiów wyższych, zamieszkiwanie na terenie dużej aglomeracji miejskiej). Wobec tego wyników tego badania nie można generalizować na osoby w okresie wyłaniającej się dorosłości zamieszkujące na wsiach, czy w małych miejscowościach. Taki dobór grupy badanej, choć był celowy, uniemożliwił poznanie charakterystyki wizji własnego dorosłego życia u osób będących w trakcie studiów. Przyszłe badania mogłyby uzupełnić tę lukę, włączając do analiz dane zebrane także od osób mieszkających poza dużymi aglomeracjami miejskimi oraz znajdujących się na niższych latach studiów.

Kolejne z ograniczeń zrealizowanego badania wynika z faktu, iż pomiędzy oboma pomiarami znaczna część uczestników zrezygnowała z udziału w badaniu. W konsekwencji, w drugiej jego części udział wzięło niecałe 60% osób, które udzieliły swoich odpowiedzi w pierwszym pomiarze. Oznacza to, że około 40% uczestników zrezygnowało z udziału w drugim pomiarze. Zważając na to, że oba pomiary były oddzielone od siebie o niemal dziesięć miesięcy, odsetek ten był jednak porównywalny do tego, jaki obserwuje się w innych badaniach podłużnych w obszarze psychologii rozwoju człowieka. Wskazuje się, że w przypadku takiej odległości czasowej pomiędzy oboma pomiarami wskaźnik tzw. drop-out'ów wynosi zazwyczaj ok. 40-50% (por. Dion i in., 2016; Dowling i in., 2017; Vecchione i in., 2016). Istotne natomiast wydaje się to, że z badania częściej rezygnowały osoby młodsze, odwołujące się w swojej wizji własnego dorosłego życia do mniejszej liczby obszarów życia i podające w tejże wizji mniej szczegółów, a także charakteryzujące się mniej dojrzałymi statusami tożsamości. Mogło to wpłynąć na wyniki analiz uwzględniających powyższe

zmienne. Na przykład na to, że nie zaobserwowano zakładanych różnic w zmianach w zakresie wizji własnego dorosłego życia pomiędzy osobami na początku i na końcu wyłaniającej się dorosłości. Inny z wyników, który mógł ulec zniekształceniu ze względu na częstsze rezygnowanie z badania osób o pewnej charakterystyce to zaobserwowany niewielki zakres zmian w strukturze wizji własnego dorosłego życia pomiędzy oboma pomiarami. Mając na względzie powyższe obserwacje i płynące z nich wnioski, należy podkreślić znaczenie działań podjętych w celu minimalizacji odsetka uczestników rezygnujących z udziału w badaniu. Było to przede wszystkim przyznanie takiego samego jak w pierwszym pomiarze wynagrodzenia (pomimo, że pomiar drugi był zdecydowanie krótszy) oraz kilkukrotne ponawianie zaproszenia do ponownego udziału w badaniu. Doświadczenia te zwracają uwagę na wagę przeciwdziałania rezygowaniu nadmiernej liczby osób z udziału w badaniu oraz szacowaniu wyjściowej liczby uczestników w taki sposób, aby nawet po jej zmniejszeniu była ona wystarczająca do realizacji zaplanowanych analiz.

Należy wspomnieć także, że niektóre ze skal kwestionariuszy wykorzystanych w niniejszym badaniu nie osiągnęły akceptowalnego poziomu rzetelności wewnętrznej ( $\alpha < 0,70$ ). Dotyczyło to głównie kilku skal kwestionariusza PVQ-RR, co może wynikać z faktu, iż do każdej ze skal przypisane są trzy itemy, a w przypadku tak krótkich skal trudniej jest o uzyskanie wysokiej rzetelności wewnętrznej.

Za pewne ograniczenie zrealizowanego badania można uznać także fakt, iż było ono realizowane za pomocą internetu. Jak już wskazywano, mogło to mieć przełożenie na tworzenie krótszych wypowiedzi (w porównaniu do badania pilotażowego) dotyczących wizji własnego dorosłego życia, choć także inne czynniki mogły odegrać tutaj swoją rolę (np. sposób rekrutacji uczestników, typ szkoły). Realizacja badania za pomocą internetu, a przede wszystkim wynikające z niej udzielanie odpowiedzi bez obecności badacza, może zmniejszać jakość zebranych danych, w porównaniu do sytuacji, w której odpowiedzi udzielane byłyby na przykład podczas spotkania jeden na jeden. Niestety, ze względu na pandemię COVID-19 nie było możliwe zrealizowanie badania i zbieranie danych w bezpośrednim kontakcie z uczestnikami.

Wspomniany kontekst pandemii mógł także istotnie wpływać na same odpowiedzi uczestników. Choć w warstwie treściowej nie pojawiały się bezpośrednie odwołania do pandemii, to możliwe jest, że powiązana z nią niepewność (np. dotycząca zagrożenia zdrowia i życia, ograniczeń w różnych aspektach funkcjonowania, możliwości podejmowania nauki czy znalezienia pracy) mogła wpływać na sposób spostrzegania własnej przyszłości przez

uczestników badania. Istotne wydaje się zatem przeprowadzenie podobnego badania po ustaniu pandemii i unormowaniu różnych aspektów codziennego życia.

#### **8.4. Implikacje uzyskanych wyników**

Mając na względzie uzyskane wyniki oraz omówione powyżej ograniczenia zrealizowanego projektu, możliwe jest wskazanie znaczenia rezultatów niniejszego badania dla dalszych kierunków badań naukowych, praktyki psychologicznej oraz dydaktyki. Wydają się one mieć potencjał do inspirowania stawiania nowych pytań badawczych oraz rozwijania oferty edukacyjnej i różnych form profilaktyki zdrowia psychicznego u młodych osób. Należy podkreślić także ich znaczenie dla nauczania psychologii, gdyż odnoszą się one do istotnych zagadnień związanych m.in. z psychologią rozwoju człowieka.

##### ***8.4.1. Implikacje uzyskanych wyników dla dalszych kierunków badań***

Wnioski płynące ze zrealizowanego projektu otwierają możliwość postawienia szeregu nowych hipotez badawczych oraz wskazania co najmniej kilku interesujących kierunków do dalszych badań dotyczących znaczenia procesu formowania się wizji własnego dorosłego życia dla rozwoju człowieka.

Po pierwsze, warto byłoby dopełnić obraz wizji własnego dorosłego życia u młodych ludzi o dane zebrane wśród nastolatków oraz osób znajdujących się na niższych latach studiów. Wyniki takich badań, choćby poprzecznych, pozwalałyby na uzyskanie lepszego wglądu w różnice w charakterystyce wizji własnego dorosłego życia pomiędzy osobami w różnym wieku. Dane te można by odnieść do istniejących już badań na temat celów i planów życiowych nastolatków oraz ich oczekiwań i perspektyw temporalnych (np. Czerwińska-Jasiewicz, 2005; Liberska, 2004; Katra, 2008a). Wyniki takich badań stanowiłyby istotną podstawę dla stawiania hipotez na temat dynamiki rozwoju wizji własnego dorosłego życia od początku dorastania aż po wejście we wczesną dorosłość. Hipotezy takie mogłyby zostać zweryfikowane dzięki badaniom podłużnym obejmującym na przykład kilka lat (choćby cały okres edukacji w szkole średniej lub na studiach). Badania takie, uwzględniające jednocześnie różne czynniki powiązane z formowaniem się wizji własnego dorosłego życia (choćby perspektywę czasu) pozwoliłyby także dokładniej przyjrzeć się zależnościom pomiędzy rozwojem WWDŻ a tymi czynnikami.

Po drugie, interesującym dopełnieniem uzyskanego w niniejszym badaniu oglądu na wizję własnego dorosłego życia u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości byłoby badanie tego fenomenu przy pomocy innych metod, na przykład z zastosowaniem wywiadu (por.

Katra, 2004, 2008a). Mogłoby to dać głębszy wgląd w to, jak jednostki doświadczają kwestii związanych z własną przyszłością, jak o niej myślą, jakie czynniki subiektywnie spostrzegają jako istotne dla formowania się ich przewidywań na temat własnej przyszłości oraz jakie miejsce w ich życiu ma umysłowa antycypacyjna aktywność prospektywna. Przyszłe badania nad wizją własnego dorosłego życia (zarówno z zastosowaniem metodologii wykorzystanej w tym badaniu, jak i bardziej jakościowej) mogłoby uwzględnić też to, w jakim stopniu wizja ta jest zgodna z pragnieniami (celami życiowymi) jednostki.

Po trzecie, zrealizowanie badania, w ramach którego analizę poddano by u każdego z uczestników różne formy myślenia o własnej przyszłości (np. formułowanie celów życiowych, planów życiowych i wizji własnego dorosłego życia) dałoby zdecydowanie głębszy wgląd we wzajemne zależności pomiędzy nimi. Pozwoliłoby to na zweryfikowanie, czy w różnych aspektach funkcjonowania jednostki uwidaczniają się pewne stałe dyspozycje (np. wysoka szczegółowość zarówno celów życiowych, jak i planów oraz wizji własnego dorosłego życia). Badania takie mogłoby mieć duże znaczenie dla integrowania wniosków płynących z dotychczas zrealizowanych projektów.

Po czwarte, zważając na zaobserwowane zależności pomiędzy formowaniem się wizji własnego dorosłego życia a rozwojem tożsamości i osiągnięciem poczucia sensu w życiu, istotne wydaje się dalsze eksplorowanie tego zagadnienia. Zarówno przez szerzej zakrojone badania podłużne składające się z większej liczby pomiarów, jak i poprzez badania eksperymentalne, które pozwoliłyby w bardziej kontrolowany sposób zweryfikować znaczenie zaangażowania w wewnętrzną antycypacyjną aktywność prospektywną dla rozwoju tożsamości i osiągnięcia poczucia sensu w życiu. Badania takie mogłyby stanowić podstawę tworzenia interwencji psychologicznych nakierowanych na wspieranie rozwoju tożsamości i zdrowia psychicznego młodych ludzi.

Kolejnym z zagadnień, jakie mogłoby zostać podjęte w przyszłych badaniach jest odniesienie procesu formowania się wizji własnego dorosłego życia do bieżącej aktywności jednostki. Na przykład poprzez zweryfikowanie, czy obecność w tejże wizji odniesień do różnych obszarów życia i szczegółowość ich opisanie jest związana z większym zaangażowaniem w działania związane z tą kwestią (np. czy osoby odwołujące się do przysłego miejsca zamieszkania i podające więcej szczegółów w odniesieniu do tego obszaru częściej poszukują informacji na temat nieruchomości albo myślą o przeprowadzce).

W końcu, ponieważ większość dotychczasowych badań dotyczących neuronalnych podstaw wewnętrznej aktywności prospektywnej dotyczyła myślenia epizodycznego, projekty



wykorzystujące zdobycze neuronauki mogłyby być nakierowane na odkrywanie, jakie ośrodki mózgu zaangażowane są w proces dokonywania bardziej ogólnych (semantycznych) symulacji własnej przyszłości. Weryfikacji można by przy tej okazji poddać to, czy są to obszary inne niż w przypadku myślenia epizodycznego.

#### ***8.4.2. Implikacje uzyskanych wyników dla praktyki psychologicznej***

Z racji, że uzyskane wyniki dotyczą istotnych aspektów rozwoju osób w okresie wyłaniającej się dorosłości, można wskazać na różne ich potencjalne zastosowania praktyczne. Głównymi obszarami, w których mogą one znaleźć zastosowanie są edukacja oraz profilaktyka zdrowia psychicznego. Koresponduje to z celami dotyczącymi zrównoważonego rozwoju wyznaczonymi przez Organizację Narodów Zjednoczonych (ONZ, 2015) – dwa z nich dotyczą między innymi poprawy jakości edukacji oraz poprawy zdrowia (w tym zdrowia psychicznego) u ludzi.

##### ***8.4.2.1. Implikacje dla tworzenia oferty edukacyjnej***

Wizja własnego dorosłego życia u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości jest na ogół mało rozbudowana i szczegółowa. Niemalżej części uczestników badania przywołanie i opisanie jej sprawiło spore trudności (łącznie 20% wybrało odpowiedzi „1” i „2”<sup>36</sup> w pytaniu o łatwość przywołania i opisanie WWDŻ). Ponadto, w wizji formułowanej przez osoby w okresie wyłaniającej się dorosłości (a zwłaszcza te na jej początku) często brakowało odniesienia do kluczowych obszarów życia (np. budowanie związku intymnego, rodzicielstwo, miejsce zamieszkania czy też sposób spędzania wolnego czasu). Wszystko to zwraca uwagę na znaczenie rozważenia włączenia w program edukacji treści stymulujących młodych ludzi do myślenia na temat własnej przyszłości oraz wyposażania ich w narzędzia będące użyteczne w podejmowaniu wewnętrznej aktywności prospektywnej. Treści takie mogłyby pojawiać się już na etapie szkoły podstawowej, na przykład wtedy, gdy uczniowie zaczynają rozważać swoje dalsze wybory edukacyjne, które nie pozostają bez znaczenia dla możliwości podjęcia przez nich w przyszłości konkretnej pracy zawodowej, osiągnięcia pożądanego statusu społecznego, czy też stworzenia odpowiednich warunków dla prowadzenia życia zgodnego z własnymi pragnieniami i wartościami. Treści te mogłyby być realizowane w ramach lekcji wychowawczych lub dodatkowych zajęć z psychologiem albo pedagogiem szkolnym. Mogłyby one obejmować na przykład zachętę do określenia istotnych

---

<sup>36</sup> Na skali opisane były punkt krańcowe („1” i „6”). Odpowiedź „1” powiązana była z etykietą „bardzo trudne”.

dla ucznia celów życiowych i analizowania, w jaki sposób dokonane wybory mogą przybliżyć do ich realizacji lub oddalać od niej. Wydaje się, że tego typu oddziaływania mogłyby być użyteczne także dla uczniów szkół ponadpodstawowych, szczególnie tych uczęszczających do ostatniej klasy liceum, technikum, czy też szkoły branżowej. Uczniowie ci stają wobec często niełatwych decyzji dotyczących wyboru dalszej ścieżki kształcenia lub podjęcia pracy zawodowej po zakończeniu sformalizowanej i obligatoryjnej edukacji. W szkołach ponadpodstawowych tematyka taka mogłaby być realizowana w ramach lekcji wychowawczych lub zajęć z przedmiotu podstawy przedsiębiorczości. Uwagę zwraca także fakt, że znaczna część uczniów ostatniej klasy szkoły średniej nie odniosła się w swojej wizji własnego dorosłego życia do kwestii związanych z tworzeniem związku intymnego czy zostaniem rodzicem. Nie jest tutaj istotne, czy ktoś przewiduje, że w przyszłości będzie w związku, czy też nie albo czy będzie rodzicem, czy nie będzie, ale czy odnosi się w ogóle w swojej symulacji własnej przyszłości do tych istotnych obszarów życia. W odniesieniu do budowania związku intymnego nie zrobiła tego ponad połowa osób na początku wyłaniającej się dorosłości, a temat rodzicielstwa poruszyła raptem 1/3 z nich. Wydaje się zatem istotne, aby oferta edukacyjna stymulowała uczniów szkół ponadpodstawowych do refleksji nad tymi kwestiami. Mogłoby się to dokonywać w ramach lekcji wychowawczych lub zajęć z przedmiotu wychowanie do życia w rodzinie. Poruszane tematy mogłyby dotyczyć między innymi planów życiowych obejmujących obszar związków intymnych i życia rodzinnego, w tym planów prokreacyjnych. Bazując na wynikach wskazujących, że tematy te były rzadziej i mniej szczegółowo reprezentowane w wizji własnego dorosłego życia formułowanej przez mężczyzn, może być zasadne, aby to oni byli w pierwszej kolejności adresatami takich oddziaływań.

Choć studenci ostatniego roku studiów magisterskich posiadali bardziej rozbudowaną wizję własnego dorosłego życia od uczniów ostatniej klasy szkoły średniej, to wydaje się, że także oni mogliby skorzystać z włączenia w treści kształcenia, choćby na zasadzie zajęć fakultatywnych, tematów dotyczących spostrzegania własnej przyszłości. Mogłoby to się odbywać w ramach jakichś grupowych zajęć warsztatowych lub też w formie pracy indywidualnej. Dobrą formą wydaje się tutaj wprowadzanie na uniwersytetach tutoringu akademickiego, w ramach którego student ma okazję do pracy jeden na jeden z tutorem (pracownik lub doktorant danej uczelni)<sup>37</sup>.

---

<sup>37</sup> Tutoring taki od kilku lat prowadzony jest na przykład na Wydziale Kognitywistyki i Psychologii UAM, a autor niniejszej rozprawy również prowadzi tutoriale dla studentów. Potrzeba dookreślenia dalszej ścieżki rozwoju zawodowego czy edukacyjnego jest częstym celem, jaki obierają studenci w ramach tych spotkań.

Odwołując się do ustaleń wskazujących na znaczenie samowiedzy i wiedzy o świecie dla dokonywania predykcji na temat przyszłości (np. Kutra, 2008a; Schacter i in., 2017; Szpunar i in., 2014b), uzyskane wyniki można rozumieć także jako wyraz tego, że osoby w okresie wyłaniającej się dorosłości nie posiadają rozbudowanej wiedzy na temat siebie samego oraz orientacji w otaczającej rzeczywistości, które pozwalałyby im tworzyć symulację własnej przyszłości. Z jednej strony mogłoby to wskazywać na konieczność rozwijania w ramach oferty edukacyjnej (zarówno w szkołach, jak i na uczelniach) zajęć wspierających osiągnięcie wglądu i lepszego samopoznania. Z drugiej natomiast, istotne wydaje się wyposażanie młodych ludzi w narzędzia poznawcze i wiedzę, które pozwolą im lepiej orientować się we współczesnym, szybkozmieniającym się świecie. Tak, aby byli oni w stanie z większą pewnością dokonywać przewidywań na temat możliwych ścieżek własnego życia, biorąc pod uwagę to, jak w przyszłości może wyglądać świat.

#### *8.4.2.2. Implikacje dla profilaktyki zdrowia psychicznego*

Uzyskane wyniki mogą znaleźć także swoje zastosowanie w odniesieniu do profilaktyki i poprawy zdrowia psychicznego osób w okresie wyłaniającej się dorosłości. W pierwszej kolejności mogłoby to dotyczyć stworzenia warsztatów lub innych form oddziaływań, wspierających młodych ludzi w tworzeniu bardziej rozbudowanej i szczegółowej wizji własnego dorosłego życia, a także przepracowania osobistego ustosunkowania się do swojej przyszłości. Rozważając formę warsztatową, można wyobrazić sobie aktywności zachęcające do dokonania takiej symulacji własnej przyszłości oraz eksplorowania tej wizji w odniesieniu do poszczególnych obszarów życia. Dalszym etapem pracy mogłoby być dzielenie się z grupą tymi wyobrażeniami, związanymi z nimi emocjami, czy też wątpliwościami oraz eksplorowanie czynników utrudniających jednostce stworzenie lub rozwinięcie takiej wizji. Biorąc pod uwagę zastosowanie wyników w ramach interwencji indywidualnej, możliwe wydaje się po prostu zachęcenie do pomyślenia o własnej przyszłości i spisania tego, jak się ją sobie wyobraża. Z pewnością dokładny schemat takich interwencji powinien zostać dopracowany w przyszłości, także z uwzględnieniem specyfiki grupy, czy też jednostki, do której byłyby one kierowane. Konieczne także byłyby badania weryfikujące skuteczność takich interwencji, zanim mogłyby one zostać zaproponowane do wykorzystywania w pracy z osobami w okresie wyłaniającej się dorosłości.

Drugim z obszarów, w którym wyniki te mogą znaleźć swoje zastosowanie w odniesieniu do problematyki zdrowia psychicznego młodych ludzi, jest obszar oddziaływań psychoterapeutycznych. Uzyskane rezultaty mogą istotnie poszerzać świadomość

psychoterapeutów dotyczącą potencjalnych trudności w zakresie formowania się wizji własnej przyszłości u młodych ludzi oraz możliwych implikacji tych trudności dla rozwoju tożsamości i osiągnięcia sensu. Biorąc pod uwagę to, jak wiele osób biorących udział w badaniu miało problemy w sformułowaniu i opisanu wizji własnego dorosłego życia oraz, że niemałej części z nich towarzyszyły w związku z tą wizją negatywne lub ambiwalentne emocje, wydaje się, że wątki te mogą ujawniać się w procesie pracy terapeutycznej z uczniami szkół średnich i studentami.

#### ***8.4.3. Implikacje uzyskanych wyników dla dydaktyki***

Przeprowadzone badanie i uzyskane wyniki mogą zostać wykorzystane także w procesie nauczania studentów psychologii – przede wszystkim w odniesieniu do zagadnień związanych z psychologią rozwoju człowieka i takich tematów, jak czynniki związane z rozwojem tożsamości czy też wkraczanie w dorosłość. Rezultaty niniejszego badania mogą zostać wykorzystane także przy omawianiu teorii rozwoju psychospołecznego Eriksona oraz koncepcji cyklu życia Levinsona, gdyż przynajmniej częściowo, związane były z empiryczną weryfikacją niektórych założeń obecnych w pracach tych autorów.

Dokonane na wstępie tej rozprawy uporządkowanie terminologii dotyczącej różnych form wewnętrznej aktywności prospektywnej także wydaje się być potencjalnie użyteczne w procesie dydaktycznym, na przykład dla osób prowadzących zajęcia w tym obszarze oraz studentów, chcących zgłębić kwestie dotyczące myślenia o własnej przyszłości i roli takiej aktywności w rozwoju człowieka. Choć nie są to raczej zagadnienia powszechnie i szeroko omawiane w ramach obowiązkowych zajęć realizowanych na kierunkach psychologicznych, to mogłyby one stanowić temat jakiegoś bloku fakultatywnego.

## 9. Podsumowanie i wnioski

Przeprowadzone badanie, składające się z dwóch pomiarów oddzielonych od siebie o 9-10 miesięcy, pozwoliło na poznanie charakterystyki wizji własnego dorosłego życia u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości, a także odniesienie jej do wybranych czynników podmiotowych, takich jak perspektywa czasu, wartości życiowe, płeć, status społeczno-ekonomiczny, czy struktura rodziny generacyjnej. Dzięki przeprowadzonym analizom możliwe było także zweryfikowanie zależności pomiędzy procesem formowania się wizji własnego dorosłego życia a rozwojem tożsamości. Zbadano także, w jakim stopniu charakterystyka wizji własnego dorosłego życia wiąże się u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości z poczuciem sensu w życiu. Zebrane dane pozwoliły na udzielenie odpowiedzi na postawione pytania badawcze i zweryfikowanie wynikających z nich hipotez, których postawiono łącznie 40. Całkowicie potwierdziło się siedem z nich, częściowo 22, natomiast 11 hipotez zostało odrzuconych.

Pierwsze z pytań badawczych dotyczyło tego, jaką wizję własnego dorosłego życia mają osoby w okresie wyłaniającej się dorosłości. Okazało się, że wizja ta jest najczęściej umiarkowanie rozbudowana, mało szczegółowa i zbudowana wokół przewidywań dotyczących takich obszarów życia jak praca zawodowa, związek intymny, miejsce zamieszkania i rodzicielstwo. Niemniej, nawet te obszary życia często nie są reprezentowane w symulacjach dotyczących własnej przyszłości dokonywanych przez osoby w okresie wyłaniającej się dorosłości. Jeśli chodzi o subiektywny stosunek do posiadanej wizji własnego dorosłego życia, to należy podkreślić, że jej przywołanie i opisanie jest wedle deklaracji osób w okresie wyłaniającej się dorosłości raczej łatwe i związane z dosyć silnymi pozytywnymi emocjami, niewielkim natężeniem emocji negatywnych i umiarkowanie silnym poczuciem ciągłości pomiędzy teraźniejszością a przyszłością. Wśród osób w okresie wyłaniającej się dorosłości dominuje pozytywne emocjonalne ustosunkowanie do przewidywanego przyszłego życia, choć niemała część uczestników doświadcza pewnej ambiwalencji w związku z tym, jak wyobraża sobie swoją przyszłość. Zwraca uwagę fakt, iż subiektywny stosunek do posiadanej wizji własnego dorosłego życia w niewielkim stopniu powiązany jest z jej obiektywną charakterystyką, taką jak poziom rozbudowania, czy szczegółowości. Choć dokonanie symulacji własnego dorosłego życia przeżywane jest przez osoby w okresie wyłaniającej się dorosłości jako raczej łatwe, to, patrząc na wyniki dotyczące struktury wizji własnego dorosłego życia, należy jednak stwierdzić, że jej sformułowanie dla

wielu młodych osób jest dużym wyzwaniem. Może wynikać to z tego, że nie podejmowali oni wcześniej pogłębionej refleksji nad własną przyszłością i nie sformułowali celów oraz planów życiowych, będących podstawą przewidywań na temat własnej przyszłości.

Analizie poddano także zakres zmian zachodzących w wizji własnego dorosłego życia formułowanej przez osoby w okresie wyłaniającej się dorosłości pomiędzy początkiem a końcem ostatniego roku edukacji w szkole średniej/ na uczelni wyższej. Okazało się, że były one niewielkie, co wskazuje na znaczną stabilność tej formy myślenia o własnej przyszłości w czasie. Wynik ten może być jednak zniekształcony przez fakt, iż zdecydowanie części z udziału w drugiej części badania rezygnowały osoby mające mniej rozbudowaną i szczegółową wizję własnego dorosłego życia.

Przeprowadzone analizy pozwoliły także na zweryfikowanie, które z wybranych czynników podmiotowych i pozapodmiotowych są powiązane z charakterystyką wizji własnego dorosłego życia u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości. W aspekcie treści jest to na pewno płeć – symulacje własnej przyszłości dokonywane przez kobiety i mężczyzn różnią się istotnie, odzwierciedlając w dużej mierze stereotypowe przekonania na temat ról płciowych, zwłaszcza w odniesieniu do obszaru związków intymnych i rodzicielstwa, a także częściowo pracy zawodowej. Zaobserwowano też liczne różnice w charakterystyce wizji własnego dorosłego życia pomiędzy osobami na początku i na końcu wyłaniającej się dorosłości. Te pierwsze posiadają mniej rozbudowaną, szczegółową i idylliczną wizję własnego dorosłego życia, a także doświadczają, że jej sformułowanie i opisanie jest trudniejsze, związane z silniejszym natężeniem negatywnych emocji i słabszym poczuciem ciągłości między terażniejszością a przyszłością. Częściej także wyrażają w swojej wizji wątpliwości co do własnej przyszłości i rzadziej posiadają pozytywny stosunek emocjonalny do sformułowanej przez siebie symulacji swojego przyszłego, dorosłego życia. Charakterystyka wizji własnego dorosłego życia jest także powiązana z perspektywą czasu, choć zależności te okazały się słabsze od przewidywanych. Należy podkreślić jednak, że zaobserwowano je nie tylko w odniesieniu do perspektywy przyszłościowej, ale także, w pewnych aspektach, do perspektywy przeszłościowej i terażniejszościowej. Wizja własnego dorosłego życia u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości w niewielkim stopniu wydaje się natomiast powiązana z systemem wartości. Wbrew przewidywaniom czynniki takie jak perspektywa czasu, czy też ilość doświadczonych istotnych wydarzeń życiowych nie są predyktorami zakresu zmian w wizji własnego dorosłego życia u osób w okresie wyłaniającej

się dorosłości. Dynamika tych zmian jest też dosyć zbliżona u osób na początku i na końcu wyłaniającej się dorosłości.

Wyniki niniejszego badania pokazują, że proces formowania się wizji własnego dorosłego życia powiązany jest z rozwojem tożsamości osób w okresie wyłaniającej się dorosłości. Posiadanie bardziej rozbudowanej i szczegółowej wizji własnego dorosłego życia, której towarzyszy silne poczucie ciągłości między przyszłością a teraźniejszością i silne pozytywne emocje jest charakterystyczne dla osób o dojrzałej tożsamości, bardzo rzadko natomiast występuje u osób o tożsamości dyfuzyjnej. Zebrane dane potwierdzają zatem tezy takich autorów jak Erikson (1997, 2004), Levinson (1988), Niemczyński (1980), czy Obuchowski (1970, 1985, 2000), którzy wskazywali na znaczenie myślenia o własnej przyszłości dla rozwoju tożsamości i osobowości jednostki. Należy jednak podkreślić, że zaobserwowane zależności nie były zbyt silne oraz, że nie wszystkie hipotezy postawione w odniesieniu do tego problemu badawczego zostały potwierdzone.

Zebrane dane wyraźnie pokazują, że charakterystyka wizji własnego dorosłego życia jest powiązana z poczuciem sensu w życiu. Zdolność sformułowania bardziej rozbudowanej i szczegółowej symulacji własnego dorosłego życia powiązana jest z wyższym poczuciem sensu w życiu. Wyższemu poczuciu sensu w życiu towarzyszy też bardziej pozytywny emocjonalny stosunek do posiadanej wizji własnego dorosłego życia oraz silniejsze poczucie łatwości jej przywołania i towarzyszącej jej ciągłości między teraźniejszością a przyszłością. Co więcej, zmiany w natężeniu poczucia sensu w życiu są powiązane ze zmianami w wizji własnego dorosłego życia, a konkretnie w subiektywnym ustosunkowaniu się do niej. Szczególnie istotny jest tutaj aspekt natężenia pozytywnych i negatywnych emocji towarzyszących wizji własnego dorosłego życia. Wszystko to pokazuje, że zdolność dokonania symulacji własnego dorosłego życia może sprzyjać osiągnięciu poczucia sensu w życiu przez osoby w okresie wyłaniającej się dorosłości. Wydaje się zatem istotne, aby wspierać te osoby w podejmowaniu wewnętrznej aktywności prospektywnej i dokonywaniu predykcji dotyczących własnej przyszłości.

Zrealizowane badanie pokazuje, że dla wielu osób w okresie wyłaniającej się dorosłości dokonanie przewidywań na temat własnej przyszłości i stworzenie jej symulacji nie jest łatwe. Niemala część z nich doświadcza w związku ze swoim przyszłym, dorosłym życiem co najmniej umiarkowanej ambiwalencji oraz różnych wątpliwości. Uzyskane dane pozwalają stwierdzić, że w pewnej mierze jest to powiązane z niedostatecznym rozwinięciem przyszłościowej perspektywy czasu, nadmiernym skupieniem na teraźniejszości oraz brakiem

zaangażowania w proces formowania tożsamości. Zależności pomiędzy charakterystyką wizji własnego dorosłego życia a rozwojem tożsamości u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości mają, przynajmniej w pewnych aspektach, charakter dwukierunkowy. Wskazuje to na znaczenie zaangażowania w myślenie o własnej przyszłości dla rozwoju tożsamości. Co więcej, zdolność dokonania symulacji własnej przyszłości jest powiązana z wyższym poczuciem sensu w życiu. W świetle uzyskanych wyników należy stwierdzić, że zaangażowanie w wewnętrzną antycypacyjną aktywność prospektywną ma istotne znaczenie dla rozwoju osób w okresie wyłaniającej się dorosłości. A ponieważ część młodych osób ma pewne trudności w tym zakresie (niektórzy bardzo poważne, aż do zupełnej niemożności wyobrażenia sobie własnej przyszłości), istotne wydaje się rozwijanie interwencji wspierających proces formowania się wizji własnego dorosłego życia u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości.



## Bibliografia

- Acitelli, L.K. (1992). Gender differences in relationship awareness and marital satisfaction among young married couples. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 18 (1), 102–110. <https://doi.org/10.1177/0146167292181015>
- Ajzen, I. (1991). The theory of planned behavior. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, 50, 179–211.
- Anagnostopoulos, F., i Griva, F. (2012). Exploring time perspective in Greek young adults: Validation of the Zimbardo Time Perspective Inventory and relationships with mental health indicators. *Social Indicators Research*, 106(1), 41–59. <https://doi.org/10.1007/s11205-011-9792-y>
- Arlin, P.K. (1975). Cognitive development in adulthood: a fifth stage? *Developmental Psychology*, 11, 602–606.
- Arnet, J.J. (2000). Emerging adulthood. A theory of development from the late teens through the twenties. *American Psychologist*, 55 (3), 469–480. <https://doi.org/10.1037//0003-066X.55.5.469>
- Arnett, J.J. (2004). *Emerging Adulthood*. Oxford University Press.
- Arnold, K. M., McDermott, K. B., i Szpunar, K. K. (2011). Individual differences in time perspective predict autonoetic experience. *Consciousness and cognition*, 20(3), 712–719. <https://doi.org/10.1016/j.concog.2011.03.006>
- Aronson, E., Wilson, T.D., i Akert, R.M. (2006). *Psychologia społeczna*. Zyska i S-ka.
- Atance, C.M., (2008). Future thinking in young children. *Current Directions in Behavioral Science*, 17, 295–298. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8721.2008.00593.x>
- Atance, C. M., i O'Neill, D. K. (2001). Episodic future thinking. *Trends in cognitive sciences*, 5 (12), 533–539. [https://doi.org/10.1016/S1364-6613\(00\)01804-0](https://doi.org/10.1016/S1364-6613(00)01804-0)
- Avison, M., i Furnham, A. (2015). Personality and voluntary childlessness. *Journal of Population Research*, 32(1), 45–67. <https://doi.org/10.1007/s12546-014-9140-6>
- Bakiera, L. (1995). Perspektywy życiowe młodzieży dorastającej. W: J. Trempała (Red.), *Rozwijający się człowiek w zmieniającym się świecie* (s. 263–271). Wydawnictwo Uczelniane Wyższej Szkoły Pedagogicznej.
- Bakiera, L. (1996). Wyobrażenia perspektyw życiowych młodzieży w drugiej fazie adolescencji a wybrane czynniki środowiska rodzinnego. *Człowiek i Społeczeństwo*, 14, 47–59.

- Bakiera, L. (2009). *Czy dorastanie musi być trudne?* Wydawnictwo Naukowe Scholar.
- Bakiera, L., i Harwas-Napierała, B. (2016). *Wzory osobowe w rozwoju człowieka*. Wydawnictwo Naukowe UAM.
- Bakiera, L. (2007). Kształtowanie się tożsamości a relacje młodzieży z wychowawcami. W: B. Harwas-Napierała, H. Liberska (Red.), *Tożsamość a współczesność. Nowe tendencje i zagrożenia* (s. 75-99). Wydawnictwo Naukowe UAM.
- Bandura, A. (1989). Human agency in social cognitive theory. *American Psychologist*, 46, 1175–1184.
- Baran, B. (1985). Wyobrażenia o własnej przyszłości dzieci wychowywanych poza rodziną. W: M. Tyszkowa (Red.), *Rozwój dziecka w rodzinie i poza rodziną* (s. 203-228). Wydawnictwo Naukowe UAM.
- Basseches, M. (1980). Dialectical schemata: a framework for the empirical study of the development of dialectical thinking. *Human Development*, 23, 400-421.
- Beisert, M. (1991). *Seks Twojego dziecka*. K. Domke.
- Beisert, M. (2012). *Seksualność w cyklu życia człowieka*. Wydawnictwo Naukowe PWN SA.
- Bennion, L. D., i Adams, G. R., (1986). A revision of the extended version of the Objective Measure of Ego Identity Status: An identity instrument for use with late adolescents. *Journal of Adolescent Research*, 1, 183–198. <https://doi.org/10.1177/074355488612005>
- Benson, J.B. (1994) The origins of future orientation in the everyday lives of 9- to 36-month-old infants. W: M.M. Haith (red). *The Development of Future-Oriented Processes* (s. 375–407). Chicago University Press.
- Berntsen, D., i Jacobsen, A. S. (2008). Involuntary (spontaneous) mental time travel into the past and future. *Consciousness and Cognition*, 17(4), 1093-1104. <https://doi.org/10.1016/j.concog.2008.03.001>
- Berzonsky, M. D. (2003). The structure of identity: Commentary on Jane Kroger's view of identity status transition. *Identity: An International Journal of Theory and Research*, 3 (3), 231-245.
- Berzonsky, M. D., Cieciuch, J., Duriez, B., i Soenens, B. (2011). The how and what of identity formation: Associations between identity styles and value orientations. *Personality and Individual Differences*, 50 (2), 295-299. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2010.10.007>

- Bespalov, A., Prudnikova, M., Nyamdorj, B., i Vlasov, M. (2017). Life aspirations, values and moral foundations in Mongolian youth. *Journal of Moral Education*, 46(3), 258-271. <https://doi.org/10.1080/03057240.2017.1347087>
- Bexley, E., Arkoudis, S., i James, R. (2013). The motivations, values and future plans of Australian academics. *Higher Education*, 65 (3), 385-400. <https://doi.org/10.1007/s10734-012-9550-3>
- Biernat, T., Dyczewski, L., Sobierajski, P. i Szulich-Kałuża, J. (2007). Wyobrażenia młodzieży w Polsce o małżeństwie. *Pedagogia Christiana*, 137-155.
- Boniwell, I., Osin, E., Alex Linley, P., i Ivanchenko, G. V. (2010). A question of balance: Time perspective and well-being in British and Russian samples. *The Journal of Positive Psychology*, 5(1), 24-40. <https://doi.org/10.1080/17439760903271181>
- Boss, P. (2007). Ambiguous loss theory: Challenges for scholars and practitioners. *Family relations*, 56(2), 105-110.
- Brzezińska, A. I., i Piotrowski, K. (2010). Polska adaptacja Skali Wymiarów Rozwoju Tożsamości (DIDS). *Polskie Forum Psychologiczne*, 15 (1), 66-84.
- Brzezińska, A.I., Kaczan, R., Piotrowski, K., i Rękosiewicz, M. (2011). Odroczone dorosłość: fakt czy artefakt? *Nauka*, 4, 67-107.
- Brzezińska, A. I., Rękosiewicz, M., i Piotrowski, K. (2016). Plany edukacyjne i zawodowe uczniów ostatnich klas szkół ponadgimnazjalnych a wymiary rozwoju ich tożsamości. *EDUKACJA*, 136 (1), 74-88.
- Castro, D. M., Jones, R. A., i Mirsalimi, H. (2004). Parentification and the impostor phenomenon: An empirical investigation. *The American Journal of Family Therapy*, 32(3), 205-216. <https://doi.org/10.1080/01926180490425676>
- Celińska-Miszczuk, A., i Wiśniewska, L. (2015). Trudności i cele życiowo znaczące osób na progu dorosłości. Wstępne badania studentów. W: Z. B. Gaś (red.), *Kłopoty z dorosłościami* (s. 145-161). Wydawnictwo Naukowe Innovatio Press.
- Cieciuch, J. (2013a). *Kształtowanie się systemu wartości od dzieciństwa do wczesnej dorosłości*. Wydawnictwo Liber Libri.
- Cieciuch, J. (2013b). Pomiar wartości w zmodyfikowanym modelu Shaloma Schwartz. *Psychologia Społeczna*, 8(24), 22-41.
- Cieciuch, J., i Schwartz S. H. (2018). Pomiar wartości w kołowym modelu Schwartz. W: H. Gasiul (red.), *Metody badania emocji i motywacji* (s. 307-334). Difin.

- Ciesielski, P. (2021). *Efekty rozwoju psychospołecznego oraz negatywne doświadczenia w dzieciństwie a decyzja na temat własnej prokreacji*. Niepublikowana praca magisterska. Uniwersytet im. Adama Mickiewicza w Poznaniu.
- Ciesielski, P., Bakiera, L., i Golec de Zavala, A. (w przygotowaniu). *Voluntary childlessness in Poland – group description and reasons for being childfree*. Artykuł niepublikowany.
- Coleman, J.C. (1997). *Dojrzewanie*. W: P.E. Bryant, A.M. Colman (red.), *Psychologia rozwojowa* (s. 87-109). Zysk i S-ka.
- Collins W. A. (2003). More than myth: The developmental significance of romantic relationships during adolescence. *Journal of Research on Adolescence*, 13, 1-24.  
<https://doi.org/10.1111/1532-7795.1301001>
- Conway, M. A. (2005). Memory and the self. *Journal of Memory and Language*, 53, 594-628.  
<https://doi.org/10.1016/j.jml.2005.08.005>
- Conway, M. A., Singer, J. A., i Tagini, A. (2004). The self and autobiographical memory: Correspondence and coherence. *Social Cognition*, 22, 495-537.  
<https://doi.org/10.1521/soco.22.5.491.50768>
- Crissey, S. R. (2005). Race/ethnic differences in the marital expectations of adolescents: The role of romantic relationships. *Journal of Marriage and Family*, 67(3), 697–709.  
<https://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2005.00163.x>
- Cycoń, A, Zaleski, Z. (1998). Future time perspective and quality of life among high school students. *Journal for Mental Changes*, 4 (2), 65-75.
- Czerwińska-Jasiewicz, M. (1979). *Psychologiczna analiza cech decyzji zawodowych młodzieży szkolnej*. Wydawnictwo Uniwersytetu Warszawskiego.
- Czerwińska-Jasiewicz, M. (2005). *Rozwój psychiczny młodzieży a jej koncepcje dotyczące własnego życia*. Wydawnictwo Instytutu Psychologii PAN.
- Czerwińska-Jasiewicz, M. (2015). *Psychologia rozwoju młodzieży w kontekście biegu ludzkiego życia*. Difin.
- D'Argembeau, A., Lardi, C., i Van der Linden, M. (2012). Self-defining future projections: Exploring the identity function of thinking about the future. *Memory*, 20 (2), 110-120.  
<https://doi.org/10.1080/09658211.2011.647697>

- Daugherty, J.R., i Brase, G.L. (2010). Taking time to be healthy: Predicting health behaviors with delay discounting and time perspective. *Personality and Individual Differences*, 48(2), 202–207. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2009.10.007>
- Demblon, J., i D'Argembeau, A. (2017). Contribution of past and future self-defining event networks to personal identity. *Memory*, 25(5), 656-665. <https://doi.org/10.1080/09658211.2016.1205095>
- Dion, J., Matte-Gagné, C., Daigneault, I., Blackburn, M-E., Hébert, M., McDuff, P., Veillette, S., Auclair, J., i Perron, M. (2016). A prospective study of the impact of child maltreatment and social support on psychological adjustment: From adolescence to emerging adulthood. *Journal of affective disorders*, 189 (1), 336-343. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2015.08.074>
- Dominiak, M., Małys, M., i Niemier, K. (2016). Zmiany w zakresie formowania się tożsamości w okresie dorastania. W: A.I. Brzezińska, i W. Syska (red.) *Ścieżki wkraczania w dorosłość* (s. 207 – 226). Wydawnictwo Naukowe Wydziału Nauk Społecznych UAM.
- Dowling, N. A., Merkouris, S. S., Greenwood, C. J., Oldenhof, E., Toumbourou, J. W., i Youssef, G. J. (2017). Early risk and protective factors for problem gambling: A systematic review and meta-analysis of longitudinal studies. *Clinical Psychology Review*, 51, 109–124. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2016.10.008>
- Dubis, M. (2016). Style wychowania w rodzinie a preferowane przez młodzież cele życiowe i wartości. *Wychowanie w Rodzinie*, 12 (1), 193- 214.
- Dunkel, C.S. (2000). Possible selves as a mechanism for identity exploration. *Journal of Adolescence*, 23, 519-529. <https://doi.org/10.1006/jado.2000.0340>
- Dunkel, C.S., i Anthis, K.S. (2001). The role of possible selves in identity formation: a short-term longitudinal study. *Journal of Adolescence*, 24, 765-776. <https://doi.org/10.1006/jado.2001.0433>
- Dzierżankowski, J. (2010). Psychospołeczna sytuacja dziecka w małżeństwach rozwodzących się. W: D. Krok i P. Ledwójtowicz (red.) *Rodzina w nurce współczesnych przemian* (s. 255 – 278). Redakcja Wydawnictw Wydziału Teologicznego Uniwersytetu Opolskiego.
- Dziwańska, K. (2009). Specyfika formułowania planów krótkoterminowych w okresie dorastania – wyniki badań. *Psychologia Rozwojowa*, 14 (1), 61-70.

- Eck, B. A. (2014). Compromising positions: Unmarried men, heterosexuality, and two-phase masculinity. *Men and Masculinities*, 17(2), 147-172.  
<https://doi.org/10.1177/1097184X14533642>
- Eisenberg, A.R. (1985) Learning to describe past experiences in conversation. *Discourse Process*. 8, 177–204. <https://doi.org/10.1080/01638538509544613>
- Ellison, N.B., Yvette Wohn, D., i Greenhow, C.M. (2014). Adolescents' visions of their future careers, educational plans, and life pathways: The role of bridging and bonding social capital experiences. *Journal of Social and Personal Relationships*, 31 (4), 516-534.  
<https://doi.org/10.1177/0265407514523546>
- Erikson, E.H. (1997). *Dzieciństwo i społeczeństwo*. Dom Wydawniczy REBIS.
- Erikson, E.H. (2004). *Tożsamość a cykl życia*. Zysk i S-ka.
- Eurostat (2018). *Dane statystyczne dotyczące zatrudnienia*.  
[https://ec.europa.eu/eurostat/statistics-explained/images/f/fb/Employment\\_rate\\_by\\_age\\_group%2C\\_1993-2016\\_%28%25%29.png](https://ec.europa.eu/eurostat/statistics-explained/images/f/fb/Employment_rate_by_age_group%2C_1993-2016_%28%25%29.png), dostęp: 23.11.2021.
- Farnicka, M., i Liberska, H. (2014). Transmisja międzypokoleniowa – procesy zachodzące na styku pokoleń. W: I. Janicka, i H. Liberska (red.) *Psychologia rodziny* (s. 185 – 202). Wydawnictwo Naukowe PWN SA.
- Franken R.E. (2005). *Psychologia motywacji*. Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne.
- Friedman, W. J. (2003). The development of a differentiated sense of the past and the future. *Advances in child development and behavior*, 31, 229-269.
- Gagne, F.M., Lydon, E. (2001). Mind-Set and Close Relationships: When Bias Leads to (In)accurate Predictions. *Journal of Personality and Social Psychology*, 81(1), 85–96.  
<https://doi.org/10.1037/0022-3514.81.1.85>
- Gajtkowska, M. (2016). *Rola matki jako obszar dylematów współczesnych kobiet*. Badania własne.  
<http://www.repozytorium.ukw.edu.pl/bitstream/handle/item/3696/Magdalena%20Gajtkowska%20Rola%20matki%20jako%20obszar%20dylematow%20wspolczesnych%20kobiet%20Badania%20wlasne.pdf?sequence=1>, dostęp: 5.11.2021 r.
- Galinsky, E. (1985). *Between Generations: The Six Stages of Parenthood*. New York: Smithmark Pub.

- García, J.A., i Ruiz, B. (2015). Exploring the role of time perspective in leisure choices: What about the balanced time perspective? *Journal of Leisure Research*, 47(5), 515–537. <https://doi.org/10.18666/jlr-2015-v47-i5-5876>
- Gao, Y. J. (2011). Time perspective and life satisfaction among young adults in Taiwan. *Social Behavior and Personality: an international journal*, 39(6), 729-736. <https://doi.org/10.2224/sbp.2011.39.6.729>
- Gębuś, D. (2010). Mama, tata dziecko? Przemiany ról małżeńskich i rodzicielskich we współczesnym świecie: W: I. Janicka (red.) *Rodzice i dzieci w różnych systemach rodzinnych* (s. 55 – 69). Oficyna Wydawnicza Impuls.
- Gębka, M. (2006). Trzy pytania o kryzys ojcostwa. *Roczniki Socjologii Rodziny*, 17, 117-136.
- Gębka, M. (2010), Społeczna rola ojca. W: M. Kujawska, i L. Huber (red.), *Postawy rodzicielskie współczesnych ojców* (s. 71-85). Wydawnictwo Naukowe Wyższej Szkoły Nauk Humanistycznych i Dziennikarstwa.
- Greene, A.L. (1986). Future-time perspective in adolescence: the present of things future revised. *Journal of Youth and Adolescence*, 15, 99-111.
- Greene, A.L., i Wheathley, S.M. (1992). “I've got a lot to do and I don't think I'll have the time”: Gender differences in late adolescents' narratives of the future. *Journal of youth and adolescence*, 21 (6), 667-686.
- Greene, B.A., i DeBacker, T.K. (2004). Gender and orientations toward the future: Links to motivation. *Educational Psychology Review*, 16 (2), 91-120. <https://doi.org/10.1023/B:EDPR.0000026608.50611.b4>
- Gollwitzer, P.M. (1999). Strong effects of simple plans. *American Psychologist*, 7, 493 – 503. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.54.7.493>
- Gurba, E. (2000). Wczesna dorosłość. W: B. Harwas-Napierała i J. Trempała (red.) *Psychologia rozwoju człowieka. Charakterystyka okresów życia człowieka* (s. 202-233). Wydawnictwo Naukowe PWN SA.
- Gurba, E. (2011). Wczesna dorosłość. W: J. Trempała (red.), *Psychologia rozwoju człowieka* (s. 287-311). Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Główny Urząd Statystyczny (2010). *Oświata i wychowanie w roku szkolnym 2009/10*. <https://stat.gov.pl/obszary-tematyczne/edukacja/edukacja/oswiata-i-wychowanie-w-roku-szkolnym-20202021,1,16.html>, dostęp: 30.12.2021.

- Główny Urząd Statystyczny (2016). *Małżeństwa oraz dzietność w Polsce*. [https://stat.gov.pl/files/gfx/portalinformacyjny/pl/defaultaktualnosci/5468/23/1/1/malzenstwa\\_i\\_dzietnosc\\_w\\_polsce.pdf](https://stat.gov.pl/files/gfx/portalinformacyjny/pl/defaultaktualnosci/5468/23/1/1/malzenstwa_i_dzietnosc_w_polsce.pdf), dostęp: 10.12.2021.
- Główny Urząd Statystyczny (2018). *Kobiety i mężczyźni na rynku pracy*. Warszawa. <https://stat.gov.pl/obszary-tematyczne/rynek-pracy/opracowania/kobiety-i-mezczyzni-na-ryнку-pracy-2018,1,7.html>, dostęp: 10.12.2021.
- Główny Urząd Statystyczny (2020). *Rocznik Demograficzny 2020*. Zakład Wydawnictw Statystycznych.
- Główny Urząd Statystyczny (2021). *Wskaźniki cen lokali mieszkalnych w I kwartale 2021 roku*. <https://stat.gov.pl/obszary-tematyczne/ceny-handel/wskazniki-cen/wskazniki-cen-lokali-mieszkalnych-w-i-kwartale-2021-roku,12,11.html>, dostęp: 30.11.2021.
- Hallford, D. J., Fava, N. J., i Mellor, D. (2018). Time perspective, awareness of narrative identity, and the perceived coherence of past experiences among adults. *Journal of Individual Differences*, 40(1), 45-54. <https://doi.org/10.1027/1614-0001/a000275>
- Hancock, J., i Mattick, K. (2020). Tolerance of ambiguity and psychological well-being in medical training: a systematic review. *Medical education*, 54(2), 125-137. <https://doi.org/10.1111/medu.14031>
- Harwas-Napierała, B. (2007). Tożsamość jednostki w epoce współczesnych przemian. W: B. Harwas-Napierała, i H. Liberska (red.). *Tożsamość a współczesność. Nowe tendencje i zagrożenia* (s. 11-23). Wydawnictwo Naukowe UAM.
- Harwas-Napierała, B. (2010). Wzór osobowy ojca w rozwoju dziecka. W: M. Kujawska, L., i Huber (red.), *Postawy rodzicielskie współczesnych ojców* (s. 27-33). Wydawnictwo Naukowe Wyższej Szkoły Nauk Humanistycznych i Dziennikarstwa.
- Harwas-Napierała, B. (2014). Niektóre współczesne zagrożenia rozwoju w okresie dorosłości. *Psychologia Rozwojowa*, 19 (2), 23-32.
- Hassan, M. A., i Killick, S. R. (2003). Effect of male age on fertility: evidence for the decline in male fertility with increasing age. *Fertility and sterility*, 79, 1520-1527. [https://doi.org/10.1016/S0015-0282\(03\)00366-2](https://doi.org/10.1016/S0015-0282(03)00366-2)
- Havighurst, R.J (1981). *Developmental tasks and education*. LONGMAN.
- Hendry, L.B., i Kloep, M. (2011). A systematic approach to the transition to adulthood. W: JJ. Arnett, M. Kloep, L.B. Hendry, i J.L. Taner (red.), *Debating emerging adulthood: Stage or process?* (s. 53-76). Oxford University Press.



- Henson, J.M., Carey, M.P., Carey, K.B., i Maisto, S.A. (2006). Associations among health behaviors and time perspective in young adults: Model testing with bootstrapping replication. *Journal of Behavioral Medicine*, 29(2), 127–137. <https://doi.org/10.1007/s10865-005-9027-2>
- Husman, J., i Lens, W. (1999). The role of future time perspective in student motivation. *Educational Psychologist*, 34 (2), 113-125. [https://doi.org/10.1207/s15326985ep3402\\_4](https://doi.org/10.1207/s15326985ep3402_4)
- Ignatczyk, W. (2005). Postawy młodzieży akademickiej miasta Poznania wobec instytucji małżeństwa. *Ruch Prawniczy, Ekonomiczny i Socjologiczny*, 67 (4), 267-286.
- Inhelder, B., i Piaget, J. (1970). *Od logiki dziecka do logiki młodzieży*. Państwowe Wydawnictwo Naukowe.
- Instytut Rozwoju Kapitału Intelktualnego im. Sokrates (2010). *Analiza wpływu uwarunkowań demograficznych na rozwój szkolnictwa wyższego do 2020 roku*.
- Irish, M., i Piguet, O. (2013). The pivotal role of semantic memory in remembering the past and imagining the future. *Frontiers in Behavioral Neuroscience*, 7, 27. <https://doi.org/10.3389/fnbeh.2013.00027>
- Irish, M., Eyre, N., Dermody, N., O’Callaghan, C., Hodges, J. R., Hornberger, M., i Piguet, O. (2016). Neural substrates of semantic prospection—Evidence from the dementias. *Frontiers in Behavioral Neuroscience*, 10, 96. <https://doi.org/10.3389/fnbeh.2016.00096>
- Irish, M., i Piolino, P. (2016). Impaired capacity for prospection in the dementias – theoretical and clinical implications. *British Journal of Clinical Psychology*, 55, 49 – 68. <https://doi.org/10.1111/bjc.12090>
- Izdebski, Z. (2012). *Seksualność Polaków na początku XXI wieku. Studium badawcze*. Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego.
- Janicka, I. (2014). Związki kohabitacyjne. W: I. Janicka, i H. Liberska (red.), *Psychologia rodziny* (s. 259-284). Wydawnictwo Naukowe PWN SA.
- Jackson, J. B. (2018). The ambiguous loss of singlehood: Conceptualizing and treating singlehood ambiguous loss among never-married adults. *Contemporary family therapy*, 40(2), 210-222. <https://doi.org/10.1007/s10591-018-9455-0>
- Jacques, H.A.K., i Radtke, H.L. (2012). Constrained by choice: Young women negotiate the discourse of marriage and motherhood. *Feminism & Psychology*, 22(4), 443-461. <https://doi.org/10.1177/0959353512442929>

- Janowicz, K., Jadwiżyc, M., Kucharski, B., i Piątkowski, K. (2016). Rozwój dziecka z rodziny niepełnej a stereotypowe przekonania i postawy nauczycielskie. W: E. Kabza, K., i Krupa-Lipińska (red.), *Dobro dziecka w ujęciu interdyscyplinarnym* (s. 247-268). Wydział Prawa i Administracji Uniwersytetu im. Mikołaja Kopernika w Toruniu.
- Janowicz, K. (2017). *Wizja własnego ojcostwa u mężczyzn w późnej adolescencji i wczesnej dorosłości*. Niepublikowana praca magisterska. Uniwersytet im. Adama Mickiewicza w Poznaniu.
- Janowicz, K. (2018a). Obawy nastolatków i młodych dorosłych związane z rodzicielstwem. W: B. Harwas-Napierała, i L. Bakiera (red.), *Oblicza współczesnej rodziny. Wybrane aspekty* (s. 119-148). Wydawnictwo Naukowe UAM.
- Janowicz, K. (2018b). *Posiadanie małych dzieci w rodzinie a kształt wizji własnego rodzicielstwa u kobiet i mężczyzn w późnej adolescencji i wczesnej dorosłości*. Referat wygłoszony podczas XXVII Ogólnopolskiej Konferencji Psychologii Rozwojowej. Organizator: Instytutu Psychologii Uniwersytetu Opolskiego i Polskie Stowarzyszenie Psychologii Rozwoju Człowieka. Kamień Śląski, 14-16.06.2018r. [https://www.researchgate.net/publication/325794264\\_PL\\_Posiadanie\\_malych\\_dzieci\\_w\\_rodzinie\\_a\\_kształt\\_wizji\\_własnego\\_rodzicielstwa\\_u\\_kobiet\\_i\\_mężczyzn\\_w\\_późnej\\_a\\_dolescencji\\_i\\_wczesnej\\_dorosłości\\_ENG\\_Presence\\_of\\_younger\\_children\\_in\\_close\\_family\\_as\\_a\\_fact](https://www.researchgate.net/publication/325794264_PL_Posiadanie_malych_dzieci_w_rodzinie_a_kształt_wizji_własnego_rodzicielstwa_u_kobiet_i_mężczyzn_w_późnej_a_dolescencji_i_wczesnej_dorosłości_ENG_Presence_of_younger_children_in_close_family_as_a_fact), dostęp: 12.02.2019r.
- Janowicz, K. (2018c). *Sex differences in vision of own parenthood in late adolescence and early adulthood*. Referat wygłoszony podczas 9th Congress of European Society on Family Relations. Organizator: European Society on Family Relations. Porto, 4-8.09.2018r.
- Janowicz, K. (2020). Vision of own parenting in singles and people engaged in a romantic relationship. *Roczniki Psychologiczne*, 23 (2), 133-152. <https://doi.org/10.18290/rpsych20232-2>
- Janowicz, K. (2021). *Psychological predictors of the vision of own parenting in young people*. Referat wygłoszony podczas 10<sup>th</sup> Congress of European Society on Family Relations. Organizator: European Society on Family Relations. Oxford Brookes, 18-19.08.2021r.
- Janowicz, K. (w przygotowaniu). *Definiujące tożsamość wyobrażenia przyszłych wydarzeń a dystres tożsamości*. Artykuł niepublikowany.

- Janowicz, K. i Bakiera, L. (2018a). Normatywne i pozanormatywne uwarunkowania wizji własnego rodzicielstwa u nastolatków. W: M. Maciąg, i K. Maciąg (red.), *Dzieci i młodzież w XXI w. – ujęcie społeczne* (s. 33-51). Wydawnictwo Naukowe Tygiel.
- Janowicz, K. i Bakiera, L. (2018b). Levinsonowskie Marzenie w odniesieniu do ojcostwa. Badanie mężczyzn w fazie nowicjatu. *Psychologia Rozwojowa*, 23 (4), 71-90. <https://doi.org/10.4467/20843879PR.18.023.9952>
- Janowicz, K., Ciesielski, P., Ćwiklińska, J., i Piasecka, A. (2021). *Polska adaptacja i walidacja kwestionariusza do pomiaru dystresu tożsamościowego (Identity Distress Survey)*. Referat wygłoszony podczas III Ogólnopolskiej Konferencji Kół Naukowych „Psychozjum”. Organizatorzy: Koło Psychologii Społecznej Wydziału Psychologii i Kognitywistyki Uniwersytetu im. Adama Mickiewicza. Poznań (zdalnie), 5-6.03.2021.
- Janowicz, K. i Ciesielski, P. (2021). Perspektywa czasu i wartości życiowe a zachowania studentów w okresie zawieszenia stacjonarnych zajęć dydaktycznych na początku pandemii SARS-COV-2 (COVID-19). *Annales Universitatis Mariae Curie-Skłodowska, sectio J–Paedagogia-Psychologia*, 34(2), 105-132. <https://doi.org/10.17951/j.2021.34.2.105-132>
- Janowicz, K. i Soroko, E. (2018). Świadomość tożsamości narracyjnej a wybrane właściwości osobowości i funkcjonowania emocjonalnego. Referat wygłoszony podczas VII Ogólnopolskiej Konferencji Psychologii Narracyjnej „Narracja a rozwój”. Organizator: Wydział Psychologii Uniwersytetu Warszawskiego. Kazimierz nad Wisłą, 27-29.09.2018r.
- Janowicz, K., Ciesielski, P., Ćwiklińska, J., i Piasecka, A. (2021). *Polska adaptacja i walidacja kwestionariusza do pomiaru dystresu tożsamościowego (Identity Distress Survey)*. Referat wygłoszony podczas III Ogólnopolskiej Konferencji Kół Nauk Psychologicznych „Psychozjum”. Organizator: Koło Naukowe Psychologii Społecznej Wydziału Psychologii i Kognitywistyki Uniwersytetu im. Adama Mickiewicza w Poznaniu. Poznań (konferencja zdalna), 5-6.03.2021r.
- Joyner, K., i Udry, J. R. (2000). You don't bring me anything but down: Adolescent romance and depression. *Journal of Health and Social Behavior*, 41, 369–391. <https://doi.org/10.2307/2676292>
- Kaczmarek, Ł.D. (2016). *Pozytywne interwencje psychologiczne. Dobrostan a zachowania intencjonalne*. Zysk i S-ka.

- Katra, G. (2003). Plany życiowe młodszej i starszej młodzieży o zróżnicowanym poczuciu kontroli. *Psychologia Rozwojowa*, 8 (2), 37 – 51.
- Katra G.(2004). Metoda biograficzna i analiza narracji w badaniach nad planowaniem swojego życia. W: E. Dryll i A. Cierpka (Red.), *Koncepcje psychologiczne i badania* (s. 159-174). Wydawnictwo instytutu Psychologii PAN.
- Katra, G. (2008a). *Aktywność prospektywna młodzieży*. Wydawnictwo Instytutu Psychologii PAN.
- Katra, G. (2008b). Cele dalekie i ich rola w motywacji i samoregulacji [The role of distant goals in motivation and self-regulation]. *Przegląd Psychologiczny*, 51(3), 317–330.
- Katra, G. (2009). Rozwój myślenia osób dorastających a wybrane przejawy aktywności prospektywnej. *Psychologia Rozwojowa*, 14(3), 65-76.
- Katra, G. (2017). Modyfikowanie gotowości do zachowań ryzykownych u młodzieży o różnicowanym poziomie lęku poprzez wzbudzanie aktywności prospektywnej. *Psychologia Wychowawcza*, 54 (12), 97-107. <https://doi.org/10.5604/01.3001.0011.7858>
- Keough, K.A., Zimbardo, P.G., i Boyd, J.N. (1999). Who's smoking, drinking, and using drugs? Time perspective as a predictor of substance use. *Basic and Applied Social Psychology*, 21(2), 149–164. <https://doi.org/10.1207/S15324834BA210207>
- King, L. A. (2001). The health benefits of writing about life goals. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 27 (7), 798-807. <https://doi.org/10.1177/0146167201277003>
- Klinberg, S.L. (1967). Changes in outlook of future between childhood and adolescence. *Journal of Personality and Social Psychology*, 7, 185-193. <https://doi.org/10.1037/h0024988>
- Koropecyj-Cox, T., Pendell, G. (2007). Attitudes about childlessness in the United States: Correlates of positive, neutral, and negative responses. *Journal of Family Issues*, 28(8), 1054-1082.
- Koropecyj-Cox, T., Romano, V., i Moras, A. (2007). Through the lenses of gender, race, and class: Students' perceptions of childless/childfree individuals and couples. *Sex roles*, 56(7-8), 415-428. <https://doi.org/10.1177/0192513X07301940>
- Kossakowska, M., Kwiatek, P., i Stefaniak, T. (2013). Sens w życiu. Polska wersja kwestionariusza MLQ (Meaning in Life Questionnaire). *Psychologia Jakości Życia*, 12, 2, 111–131. <https://doi.org/10.5604/16441796.1090786>
- Kozielecki, J. (1975). *Psychologiczna teoria decyzji*. Państwowe Wydawnictwo Naukowe.

- Krause, E. (2012). *Planowanie rozwoju kariery zawodowej przez studentów. Między wyobrażeniami a strategiami*. Wydawnictwo Uniwersytetu Kazimierza Wielkiego.
- Labouvie-Vief, G. (1982). Dynamic development and mature autonomy. A theoretical prologue. *Human Development* 25, 161-191.
- Lamm, H., Schmidt, R. W., i Trommsdorff, G. (1976). Sex and social class as determinants of future orientation (time perspective) in adolescents. *Journal of Personality and Social Psychology*, 34 (3), 317-326. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.34.3.317>
- Lens, W. (1986). Future time perspective: A cognitive-motivational concept. W: D. Brown, i J. Veroff (red.) *Frontiers of motivational psychology: Essays in honor of John W. Atkinson* (s. 173-190). Springer.
- Lens, W. (1993). La signification motivationnelle de la perspective future. *Revue Quebecoise de Psychologie*, 14 (1), 69-83.
- Lens, W. (1998). The role of future time perspective in student motivation. *Psychological Reports, Leuven KUL Research Center for Motivation and Time Perspective*, 76 (98).
- Lewin, K. (1936). *Principles of Topological Psychology*. McGraw-Hill.
- Libby, L. K., Eibach, R. P., i Gilovich, T. (2005). Here's looking at me: The effect of memory perspective on assessments of personal change. *Journal of Personality and Social Psychology*, 88 (1), 50-62. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.88.1.50>
- Liberska, H. (1993). Perspektywy czasowe młodzieży w Polsce. *Kwartalnik Polskiej Psychologii Rozwojowej*, 1, 39-59.
- Liberska, H. (1996). Ujmowanie perspektywy czasowej własnego życia przez dorastających. *Człowiek i Społeczeństwo*, 14, 39-47.
- Liberska, H. (2002). Kształtowanie się tożsamości a konstruowanie planów życiowych przez dorastających. *Psychologia Rozwojowa*, 7(3), 50-61.
- Liberska, H. (2004). *Perspektywy temporalne młodzieży. Wybrane uwarunkowania*. Wydawnictwo Naukowe UAM.
- Liberska, H. (2007). Współczesny obraz moratorium. W: B. Harwas-Napierała, i H. Liberska (red.), *Tożsamość a współczesność. Nowe tendencje i zagrożenia* (s. 25 - 51). Wydawnictwo Naukowe UAM.
- Linden, A. (2015). *The Motherhood Penalty and Maternity Leave Duration: Evidence from a Field Experiment*. Niepublikowana rozprawa doktorska. University of Toronto.

<https://central.bac-lac.gc.ca/.item?id=TC-OTU->

[71046&op=pdf&app=Library&oclc\\_number=1033002229](https://central.bac-lac.gc.ca/.item?id=TC-OTU-71046&op=pdf&app=Library&oclc_number=1033002229), dostęp: 10.12.2021.

Levinson, D.J. (1988). *The seasons of a man's life*. Alfred A. Knopf.

Luyckx, K., Goossens, L., i Soenens, B. (2006). A developmental contextual perspective on identity construction in emerging adulthood: Change dynamics in commitment formation and commitment evaluation. *Developmental Psychology*, 42 (2), 366-380. <https://doi.org/10.1037/0012-1649.42.2.366>

Luyckx, K., Schwartz, S. J., Berzonsky, M. D., Soenens, B., Vansteenkiste, M., Smits, I., i Goossens, L. (2008). Capturing ruminative exploration: Extending the four-dimensional model of identity formation in late adolescence. *Journal of Research in Personality*, 42 (1), 58-82. <https://doi.org/10.1016/j.jrp.2007.04.004>

Łuszczynska, A., i Schwarzer, R. (2003). Planning and self-efficacy in the adoption and maintenance of breast self-examination: a longitudinal study on self-regulatory cognitions. *Psychology and Health*, 18, 93-108. <https://doi.org/10.1080/0887044021000019358>

Magazyn „Perspektywy” (2019a). *Ranking liceów 2019 – wielkopolskie*. <https://licea.perspektywy.pl/2019/ranking/ranking-liceow-2019-wielkopolskie>; dostęp: 07.10.2021.

Magazyn „Perspektywy” (2019b). *Ranking techników 2019 – wielkopolskie*. <https://technika.perspektywy.pl/2019/ranking/ranking-technikow-2019-wielkopolskie>; dostęp: 07.10.2021.

Majdzińska, A., i Śmigielski, W. (2010). Wizja własnej przyszłości zawodowej i rodzinnej studentów Uniwersytetu Łódzkiego. W: M. Chromińska, i I. Kuropka (red.) *Społeczne i ekonomiczne konsekwencje zmian procesów demograficznych* (s. 25-42). Sekcja Analiz Demograficznych.

Majorczyk, M. (2014). Ojcostwo jako zadanie rozwojowe w życiu mężczyzny. Komunikat z badań. W: B. Raszeja-Kotleba, i M. Baranowska-Szczepańska (red.) *On bez tajemnic. Problemy, analizy, perspektywy* (s. 41-58). Instytut Naukowo Wydawniczy MAIUSCULA.

Malmberg, L. E. (1996). How do Finnish students prepare for their future in three school types? The relation between content of plans, information gathering and self-evaluations. *British Journal of Educational Psychology*, 66 (4), 457-469. <https://doi.org/10.1111/j.2044-8279.1996.tb01212.x>

- Markus, H., i Nurius, P. (1986). Possible selves. *American Psychologist*, 41, 954-969.  
<https://doi.org/10.1037/0003-066X.41.9.954>
- Maruszewski T., i Ścigała E. (1998). *Emocje – aleksytymia – poznanie*. Wydawnictwo Naukowe Humaniora.
- Matthews, E., i Tiedeman, D. V. (1964). Attitudes toward career and marriage and the development of life style in young women. *Journal of Counseling Psychology*, 11 (4), 375-384. <https://doi.org/10.1037/h0047661>
- Matuszewicz, C. (1975). *Psychologia wartości*. Państwowe Wydawnictwo Naukowe.
- Marsiglio, W., Hutchinson, S., i Cohan, M. (2000) Envisioning fatherhood: A social psychological perspective on young men without kids. *Family Relations*, 49, 133-142.  
<https://doi.org/10.1111/j.1741-3729.2000.00133.x>
- Mądrzycki, T. (2002). *Osobowość jako system tworzący i realizujący plany*. Wydawnictwo Psychologiczne.
- McDermott, K. B., Wooldridge, C. L., Rice, H. J., Berg, J. J., i Szpunar, K. K. (2016). Visual perspective in remembering and episodic future thought. *Quarterly Journal of Experimental Psychology*, 69 (2), 243-253.  
<https://doi.org/10.1080/17470218.2015.1067237>
- Miluska, J. (1996). *Tożsamość kobiet i mężczyzn w cyklu życia*. Wydawnictwo Naukowe Uniwersytetu im. Adama Mickiewicza.
- Minta, J. (2007). „Pozornie dorosli” - zawieszenie pomiędzy młodością a dorosłością. *Dyskursy Młodych Andragogów*, 8, 29-43.
- Moore, C., Barresi, J., i Thompson, C. (1998). The cognitive basis of future-oriented prosocial behavior. *Social Development*, 7(2), 198-218. <https://doi.org/10.1111/1467-9507.00062>
- Morinaga, Y., Frieze, I. H., i Ferligoj, A. (1993). Career plans and gender-role attitudes of college students in the United States, Japan, and Slovenia. *Sex Roles*, 29 (5-6), 317-334.  
<https://doi.org/10.1007/BF00289426>
- Mynarska, M. (2011), Kiedy mieć dziecko? Jakościowe badanie procesu odraczania decyzji o rodzicielstwie. *Zeszyty naukowe. Instytut Statystyki i Demografii SGH*, 11, 4-32.
- Niemczyński, A. (1980). *Modele indywidualnego rozwoju człowieka*. Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego.

- Niemczyński, A. (1988). Procesy rozwojowe człowieka w pełnym cyklu życia indywidualnego. W: M. Tyszkowa (red.), *Rozwój psychiczny człowieka w ciągu życia* (s. 223-233). Państwowe Wydawnictwo Naukowe.
- Nurmi, J. E. (1987). Age, sex, social class, and quality of family interaction as determinants of adolescents' future orientation: A developmental task interpretation. *Adolescence*, 22 (88), 977-991.
- Nurmi, J.E. (1991). How do Adolescents see their Future? A Review of the Development of Future – Orientation and Planning. *Developmental Review*, 11, 1–59. [https://doi.org/10.1016/0273-2297\(91\)90002-6](https://doi.org/10.1016/0273-2297(91)90002-6)
- Nuttin, J. (1980). *Motivation et perspective d'avenir*. Presses Universitaires.
- Nuttin J. (1984). *Motivation, Planning, and Action*. Leuven University Press and Lawrence Erlbaum.
- Nuttin, J. (1985). *Future Time perspective and motivation*. Leuven University Press-Erlbaum.
- Obuchowska, I. (1982). Psychologiczne aspekty dojrzewania. W: A. Jaczewski, i B. Woynarowska (red.), *Dojrzewanie* (s. 131-206). Wydawnictwo Szkolne i Pedagogiczne.
- Obuchowska, I. (2000). Adolescencja. W: B. Harwas-Napierała, i J. Trempała (red.), *Psychologia rozwoju człowieka. Charakterystyka okresów życia człowieka* (s. 163-201). Wydawnictwo Naukowe PWN SA.
- Obuchowski, K. (1970). *Kody orientacji i struktura procesów poznawczych*. Państwowe Wydawnictwo Naukowe.
- Obuchowski, K. (1983). *Psychologia dążeń ludzkich*. Państwowe Wydawnictwo Naukowe.
- Obuchowski, K. (1985). *Adaptacja twórcza*. Książka i Wiedza.
- Obuchowski, K. (2000). *Galaktyka potrzeb*. Wydawnictwo Zysk i Spółka.
- Oleszkowicz A. (1995). Kryzys młodzieńczy – istota i przebieg. *Prace Psychologiczne XLI*, 22-90.
- Organizacja Narodów Zjednoczonych (2015). *Agenda na rzecz zrównoważonego rozwoju 2030*. [https://www.un.org/ga/search/view\\_doc.asp?symbol=A/RES/70/1&Lang=E](https://www.un.org/ga/search/view_doc.asp?symbol=A/RES/70/1&Lang=E); dostęp: 06.01.2022.
- Oyserman, D., Bybee, D., Terry, K., i Hart-Johnson, T. (2004). Possible selves as roadmaps. *Journal of Research in Personality*, 38(2), 130-149. [https://doi.org/10.1016/S0092-6566\(03\)00057-6](https://doi.org/10.1016/S0092-6566(03)00057-6)



- Oyserman, D., Bybee, D., i Terry, K. (2006). Possible selves and academic outcomes: How and when possible selves impel action. *Journal of Personality and Social Psychology*, 91(1), 188. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.91.1.188>
- Palmeroni, N., Claes, L., Verschueren, M., Bogaerts, A., Buelens, T., i Luyckx, K. (2019). Identity Distress Throughout Adolescence and Emerging Adulthood: Age Trends and Associations with Exploration and Commitment Processes. *Emerging Adulthood*, 1-11. <https://doi.org/10.1177/2167696818821803>
- Pham, L.B., i Taylor, S.E. (1999). From thought to action: Effects of process- versus outcome-based mental simulation on performance. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 25, 250 – 260. <https://doi.org/10.1177/0146167299025002010>
- Piaget, J. (2006). *Studia z psychologii dziecka*. Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Pigott, J. (2018). A Zimbardo Time Perspective Inventory (ZTPI) survey of Japanese university students. *International Journal of Social Sciences and Interdisciplinary Studies*, 3(1), 55–66.
- Piotrowski, K., i Brzezińska, A.I. (2017). Skala Wymiarów Rozwoju Tożsamości DIDS: Wersja zrewidowana. *Psychologia Rozwojowa*, 22 (4), 89-111. <https://doi.org/10.4467/20843879PR.17.024.8070>
- Poole, M.E., i Cooney, G.H. (1987). Orientations to the future: A comparison of adolescents in Australia and Singapore. *Journal of Youth and Adolescence*, 16 (2), 129-151. <https://doi.org/10.1007/BF02138916>
- Przewłocka J. (2011). *Zaangażowanie społeczne Polaków w roku 2010: Wolontariat, Filantropia, 1%. Raport z badań*. Stowarzyszenie Klon/Jawor.
- Przybył., I. (2001). Źródła wiedzy i rolach małżeńskich, *Roczniki Socjologii Rodziny*, 13, 105-116.
- Pulkkinen, L. (1990). Home atmosphere and adolescent future orientation. *European Journal of Psychology of Education*, 5 (1), 33-43. <https://doi.org/10.1007/BF03172767>
- Rathbone, C. J., Salgado, S., Akan, M., Havelka, J., i Berntsen, D. (2016). Imagining the future: A cross-cultural perspective on possible selves. *Consciousness and Cognition*, 42, 113-124. <https://doi.org/10.1016/j.concog.2016.03.008>
- Ringrose, J., i Walkerdine, V. (2007). Exploring some contemporary dilemmas of femininity and girlhood in the west. W: C.A. Mitchel i J. Reid-Wals (red.) *Girl culture: an encyclopedia* (s. 6-16). Greenwood Press.

- Rindfuss, R. R. (1991). The young adult years: Diversity, structural change, and fertility. *Demography*, 28, 493-512. <https://doi.org/10.2307/2061419>
- Roberts, B. W., i Robins, R. W. (2000). Broad dispositions, broad aspirations: The intersection of personality traits and major life goals. *Personality and social psychology bulletin*, 26(10), 1284-1296. <https://doi.org/10.1177/0146167200262009>
- Rydz, S. (1997). Osobowościowe uwarunkowania kształtowania się różnych typów tożsamości u młodzieży licealnej. W: J. Rostowski J., T. Rostowska T., i I. Janicka (red.), *Psychospołeczne aspekty rozwoju człowieka* (s. 177-185). Wydawnictwo Uniwersytetu Łódzkiego.
- Rydz, S. (2014). Samotne rodzicielstwo. W: I. Janicka, i H. Liberska (red.) *Psychologia rodziny* (s. 243-258). Wydawnictwo Naukowe PWN SA.
- Salmela-Aro, K., Aunola, K., i Nurmi, J.E. (2007). Personal Goals During Emerging Adulthood. A 10-year Follow Up. *Journal of Adolescent Research*, 22 (6), 690-715. <https://doi.org/10.1177/0743558407303978>
- Salmela-Aro, K., i Nurmi, J.E. (1997). Goal contents, Well-being, and Life Content During Transition to University: A Longitudinal Study. *International Journal of Behavioral Development*, 20 (3), 471-491. <https://doi.org/10.1080/016502597385234>
- Salmela-Aro, K., Nurmi, J. E., Saisto, T., i Halmesmäki, E. (2000). Women's and men's personal goals during the transition to parenthood. *Journal of Family Psychology*, 14 (2), 171. <https://doi.org/10.1037/0893-3200.14.2.171>
- Santos, H. C., Varnum, M. E., i Grossmann, I. (2017). Global increases in individualism. *Psychological Science*, 28(9), 1228-1239. <https://doi.org/10.1177/0956797617700622>
- Sassler, S., i Miller, A.J. (2011). Waiting to be asked: Gender, power, and relationship progression among cohabiting couples. *Journal of Family Issues*, 32 (4), 482-506. <https://doi.org/10.1177/0192513X10391045>
- Schacter, D. L., Addis, D. R., i Buckner, R. L. (2007). Remembering the past to imagine the future: the prospective brain. *Nature Reviews Neuroscience*, 8(9), 657-661. <https://doi.org/10.1038/nrn2213>
- Schacter, D.L., Benoit, R.G., i Szpunar, K.K. (2017). Episodic future thinking: mechanisms and functions. *Current Opinion in Behavioral Sciences*, 17, 41 – 50. <https://doi.org/10.1016/j.cobeha.2017.06.002>

- Schwartz, S. H. (1992). Universals in the content and structure of values: Theoretical advances and empirical tests in 20 countries. W: M. Zanna (red.), *Advances in experimental social psychology* (s. 1-65). Academic Press.
- Schwartz, S. H., Cieciuch, J., Vecchione, M., Davidov, E., Fischer, R., Beierlein, C., Ramos, A., Verkasalo, M., Lönnqvist, J.-E., Demirutku, K., Dirilen-Gumus, O., i Konty, M. (2012). Refining the theory of basic individual values. *Journal of Personality and Social Psychology*, *103* (4), 663–688. <https://doi.org/10.1037/a0029393>
- Seligman, M. E., Railton, P., Baumeister, R. F., i Sripada, C. (2013). Navigating into the future or driven by the past. *Perspectives on Psychological Science*, *8*(2), 119-141. <https://doi.org/10.1177/1745691612474317>
- Seginer, R. (1988). Adolescents' orientation toward the future: Sex role differentiation in a sociocultural context. *Sex Roles*, *18* (11-12), 739-757. <https://doi.org/10.1007/BF00288058>
- Sheldon, K. M., i Kasser, T. (1998). Pursuing personal goals: Skills enable progress, but not all progress is beneficial. *Personality and Social Psychology Bulletin*, *24* (12), 1319-1331. <https://doi.org/10.1177/01461672982412006>
- Shores, K., i Scott, D. (2007). The relationship of individual time perspective and recreation experience preferences. *Journal of Leisure Research*, *39*(1), 28–59. <https://doi.org/10.1080/00222216.2007.11950097>
- Shulman, S., i Seiffge-Krenke, I. (2001). Adolescent romance: Between experience and relationships. *Journal of Adolescence*, *24*, 417–428. <https://doi.org/10.1006/jado.2001.0403>
- Simons, J., Vansteenkiste, M., Lens, W., i Lacante, M. (2004). Placing motivation and future time perspective theory in temporal perspective. *Educational Psychology Review*, *16*, 121 – 139. <https://doi.org/10.1023/B:EDPR.0000026609.94841.2f>
- Sinnot, J.D. (1984). Postformal reasoning the relativistic way. W: M.L. Commons, F.A. Richards, C. Armon (red.), *Beyond formal operations: late adolescent and adult cognitive development* (s. 298-326). Praeger.
- Sinisalo, P. (2004). Changing work values and expressed educational plans of adolescents: A cross-sectional follow-up of three cohorts in Finland. *European Journal of Psychology of Education*, *19* (3), 227-236. <https://doi.org/10.1007/BF03173221>

- Singer, J.A., i Moffitt, K.H. (1992). An experimental investigation of specificity and generality in memory narratives. *Imagination, Cognition and Personality*, 11 (3), 233-257. <https://doi.org/10.2190/72A3-8UPY-GDB9-GX9K>
- Skhirtladze, N., Luyckx, K., i Schwartz, S. J. (2021). Longitudinal associations between Identity processes and goal engagement and disengagement: Directionality of effects and correlated change. *Social Development*, 30(3), 833-849. <https://doi.org/10.1111/sode.12502>
- Starrels, M. E., i Holm, K. E. (2000). Adolescents' plans for family formation: Is parental socialization important? *Journal of Marriage and Family*, 62(2), 416-429. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2000.00416.x>
- Steger, M. F., Frazier, P., Oishi, S., i Kaler, M. (2006). The Meaning in Life Questionnaire: Assessing the presence of and search for meaning in life. *Journal of Counseling Psychology*, 53, 80–93. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.53.1.80>
- Steger, M F., Kashdan, T. B., Sullivan, B. A., i Lorentz, D. (2008). Understanding the search for meaning in life: Personality, cognitive style, and the dynamic between seeking and experiencing meaning. *Journal of Personality*, 76, 199–228. <https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.2007.00484.x>
- Sternberg, R. J. (1986). A triangular theory of love. *Psychological review*, 93(2), 119.
- Stevenson, M.R., Black, K.N. (1988). Paternal absence and sex-role development: A meta-analysis, *Child Development*, 59, 793-814. <https://doi.org/10.2307/1130577>
- Stolarski, M., Bitner, J., i Zimbardo, P. G. (2011). Time perspective, emotional intelligence and discounting of delayed awards. *Time & Society*, 20(3), 346-363. <https://doi.org/10.1177/0961463X11414296>
- Suddendorf, T., i Corballis, M.C. (2007). The evolution of foresight: What is mental time travel and is it unique to humans? *Behavioral & Brain Sciences*, 30, 299 – 313. <https://doi.org/10.1017/S0140525X07001975>
- Super, D.E. (1980). A life-span, life-space approach to career development. *Journal of Vocational Behavior*, 16 (3). [https://doi.org/10.1016/0001-8791\(80\)90056-1](https://doi.org/10.1016/0001-8791(80)90056-1)
- Szafraniec, K. (2011). *Młodzi 2011*. Kancelaria Prezesa Rady Ministrów
- Szewczuk W. (1975). *Psychologia: zarys podręcznikowy*, t. 2. Wydawnictwo Szkolne i Pedagogiczne.

- Szpunar, K. K., St. Jacques, P. L., Robbins, C. A., Wig, G. S., i Schacter, D. L. (2014a). Repetition-related reductions in neural activity reveal component processes of mental simulation. *Social Cognitive and Affective Neuroscience*, 9 (5), 712-722. <https://doi.org/10.1093/scan/nst035>
- Szpunar, K. K., Spreng, R. N., i Schacter, D. L. (2014b). A taxonomy of prospection: Introducing an organizational framework for future-oriented cognition. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 111(52), 18414-18421. <https://doi.org/10.1073/pnas.1417144111>
- Tanturri, M. L., i Mencarini, L. (2008). Childless or childfree? Paths to voluntary childlessness in Italy. *Population and Development Review*, 34 (1), 51-77. <https://doi.org/10.1111/j.1728-4457.2008.00205.x>
- Taranowicz, I. (1999). Szanse życiowe dzieci z różnych kategorii rodzin. *Roczniki Socjologii Rodziny*, 11, 113-130.
- Terry, G., Hayfield, N., Clarke, V., i Braun, V. (2017). Thematic Analysis. In: C. Willig i W.S. Rogers (red.) *The SAGE handbook of qualitative research in psychology* (s. 17-37). Sage.
- Thompson, C., Barresi, J., i Moore, C. (1997). The development of future-oriented prudence and altruism in preschoolers. *Cognitive Development*, 12(2), 199-212. [https://doi.org/10.1016/S0885-2014\(97\)90013-7](https://doi.org/10.1016/S0885-2014(97)90013-7)
- Thompson, R., Lee, Ch., i Adams, J. (2013) Imagining Fatherhood: Young Australian men's perspectives on fathering. *International Journal of Mens' Health*, 12 (2), 150-165. <https://doi.org/10.3149/jmh.1202.150>
- Timoszyk-Tomczak, C. (2010). Charakterystyka celów wyznaczanych przez ludzi młodych. *Zeszyty Naukowe Uniwersytetu Szczecińskiego, Studia Sociologica*, 20, 153-171.
- Timoszyk-Tomczak, C., i Bugajska, B. (2012). *Przyszłościowa perspektywa czasowa w starości*. Wydawnictwo Naukowe Uniwersytetu Szczecińskiego.
- Trempała, J. (2000). *Modele rozwoju psychicznego. Czas i zmiana*. Wydawnictwo Uczelniane Akademii Bydgoskiej im. Kazimierza Wielkiego.
- Trempała, J. i Malmberg, L.-E. (1996). Dorosłość w oczekiwaniach młodzieży polskiej i fińskiej. *Forum Psychologiczne*, 1 (1-2), 59-70.

- Trempała, J. i Malmberg, L.E. (1998). The anticipated transition to adulthood: Effects of culture and individual experience on Polish and Finnish adolescents' future orientation. *Journal of Psychology*, 132, 255 – 266. <https://doi.org/10.1080/00223989809599165>
- Trzebiński, J. (2002). Autonarracje nadają kształt życiu człowieka. W: J. Trzebiński (red.) *Narracja jako sposób rozumienia świata* (s. 43-80). Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne.
- Tulving, E. (1984) Précis of elements of episodic memory. *Behavioral and Brain Sciences*, 7, 223–268. <https://doi.org/10.1017/S0140525X0004440X>
- Tulving, E. (1999) On the uniqueness of episodic memory. In: L. Nilsson, i H.J. Markowitsch (eds.) *Cognitive Neuroscience of Memory* (pp. 11–42). Hogrefe & Huber Publishers.
- Tulving, E. (2001) Origin of autoevidence in episodic memory. W: H.L. Roediger, J.S. Nairne, I. Neath, i A.M. Suprenant (Red.), *Science conference series. The Nature of Remembering: Essays in Honor of Robert G. Crowder* (s. 17–34). American Psychological Association.
- Turska, E., Stasiła-Sieradzka, M., i Diec, A. (2012). Ścieżki edukacyjne młodych kobiet i mężczyzn a struktura ich wartości zawodowych. *Czasopismo Psychologiczne*, 2, 307-315.
- Tyszkowa, M. (1979). Wyobrażenia dzieci i młodzieży na temat własnych perspektyw życiowych. *Psychologia Wychowawcza*, 5, 612-624.
- Tyszkowa, M. (1985). Rola rodziny w kształtowaniu się wyobrażeń o własnej przyszłości i aspiracji życiowych dzieci i młodzieży. W: M. Tyszkowa (red.) *Rozwój dziecka w rodzinie i poza rodziną* (s. 69-100). Wydawnictwo Naukowe UAM.
- Twenge, J.M., Campbell, K.W., i Freeman, E.C. (2012). Who are the Millennials? Empirical evidence for generational differences in work values, attitudes and personality. W: E. S. Ng, S.T. Lyons, i L. Schweitzer (red.) *Managing the new workforce: International perspectives on the millennial generation* (s. 152-180). Edward Elgar Publishing.
- Varlamova, S. N., Noskova, A. V., i Sedova, N. I. N. (2008). Family and children in the attitudes and life plans of Russians. *Russian Education & Society*, 50 (1), 6-28. <https://doi.org/10.2753/RES1060-9393500101>
- Vecchione, M., Schwartz, S., Alessandri, G., Döring, A. K., Castellani, V., i Caprara, M. G. (2016). Stability and change of basic personal values in early adulthood: An 8-year

- longitudinal study. *Journal of Research in Personality*, 63, 111-122.  
<https://doi.org/10.1016/j.jrp.2016.06.002>
- Wadsworth, B. J. (1998). *Teoria Piageta. Poznawczy i emocjonalny rozwój dziecka*. Wydawnictwo Szkole i Pedagogiczne.
- Wallace, C. (1995). How old is young and young is old? The restructuring of age and the life course in Europe. Paper presented at Youth 2000: An International Conference, Middlesborough, UK.  
([http://www.ssoar.info/ssoar/bitstream/handle/document/22211/ssoar-1997-wallacehow\\_old\\_is\\_young\\_and.pdf?sequence=1](http://www.ssoar.info/ssoar/bitstream/handle/document/22211/ssoar-1997-wallacehow_old_is_young_and.pdf?sequence=1), dostęp: 5.11.2021 r.)
- Vecchione, M., Schwartz, S., Alessandri, G., Döring, A. K., Castellani, V., i Caprara, M. G. (2016). Stability and change of basic personal values in early adulthood: An 8-year longitudinal study. *Journal of Research in Personality*, 63, 111-122.  
<https://doi.org/10.1016/j.jrp.2016.06.002>
- Vinken, H. (2007). New life course dynamics? Career orientations, work values and future perceptions of Dutch youth. *Young*, 15(1), 9-30.  
<https://doi.org/10.1177/1103308807072679>
- Weinstein, N.D. (1980). Unrealistic Optimism About Future Life Events. *Journal of Personality and Social Psychology*, 39 (5), 806 – 820. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.39.5.806>
- Włodarczyk, E. (2009). *Młodzież wobec macierzyństwa i jego kulturowej kreacji*. Wydawnictwo Naukowe UAM.
- Wiese, B. S., i Freund, A. M. (2011). Parents as role models: Parental behavior affects adolescents' plans for work involvement. *International Journal of Behavioral Development*, 35(3), 218-224. <https://doi.org/10.1177/0165025411398182>
- Wojciszke, B. (2002) *Kobiety i mężczyźni: odmienne spojrzenie na różnice*. Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne.
- Wojciszke, B. (2015). *Psychologia miłości*. Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne.
- Wojtowicz, E. (2013). Cele życiowe ojców i ich dzieci: perspektywa teorii autodeterminacji. *Forum Oświatowe*, 1 (48), 73-85.
- Zaleski, Z. (1991). *Psychologia zachowań celowych*. Państwowe Wydawnictwo Naukowe.
- Zaleski Z. (1988). Transpersonalne „Ja”: osobowość w trzech wymiarach czasowych, *Przegląd Psychologiczny*, 31, 931–945.

- Zdybek, P.M. (2012). Rola orientacji temporalnej na terażniejszość w wyjaśnianiu preferowanej strategii seksualnej. *Acta Universitatis Lodzianis. Folia Psychologica*, 16, 113–131.
- Zimbardo, P. G., Keough, K. A., i Boyd, J. N. (1997). Present time perspective as a predictor of risky driving. *Personality and Individual Differences*, 23(6), 1007-1023. [https://doi.org/10.1016/S0191-8869\(97\)00113-X](https://doi.org/10.1016/S0191-8869(97)00113-X)
- Zimbardo, P. G. i Boyd, J. N. (1999). Putting time in perspective: A valid, reliable individual-differences metric. *Journal of Personality and Social Psychology*, 77 (6), 1271-1288.
- Zimbardo, P. G., i Boyd, J. N. (2015). Putting time in perspective: A valid, reliable individual-differences metric. W: M., Stolarski, N., Fieulaine, i W. van Beek (Red.), *Time perspective theory; review, research and application. Essays in Honor of Phillip G. Zimabrdo* (s. 17-55). Cham: Springer. [https://doi.org/10.1007/978-3-319-07368-2\\_2](https://doi.org/10.1007/978-3-319-07368-2_2)



## 11. Spis tabel, wykresów i rysunków

### Tabele

Tabela 1.	Rodzaje zmiennych i ich wskaźniki w odniesieniu do pytania badawczego nr 1
Tabela 2.	Rodzaje zmiennych i ich wskaźniki w odniesieniu do pytania badawczego nr 2
Tabela 3.	Rodzaje zmiennych i ich wskaźniki w odniesieniu do pytania badawczego nr 3
Tabela 4.	Rodzaje zmiennych i ich wskaźniki w odniesieniu do pytania badawczego nr 4
Tabela 5.	Rodzaje zmiennych i ich wskaźniki w odniesieniu do pytania badawczego nr 5
Tabela 6.	Rodzaje zmiennych i ich wskaźniki w odniesieniu do pytania badawczego nr 6
Tabela 7.	Rodzaje zmiennych i ich wskaźniki w odniesieniu do pytania badawczego nr 7
Tabela 8.	Rzetelność podskal kwestionariusza DIDS w obu pomiarach badania
Tabela 9.	Wiek, płeć, światopogląd i sytuacja edukacyjna uczestników badania
Tabela 10.	Sytuacja rodzinna, wykształcenie rodziców i miejsce pochodzenia uczestników badania
Tabela 11.	Sytuacja rodzinna, wykształcenie rodziców i miejsce pochodzenia uczestników badania
Tabela 12.	Opis kategorii dotyczących obszarów życia reprezentowanych w wizji własnego dorosłego życia oraz przykładowe wypowiedzi dotyczące każdej kategorii
Tabela 13.	Statystyki opisowe badanych zmiennych w badaniu pilotażowym
Tabela 14.	Treść wizji własnego dorosłego życia u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości (badanie pilotażowe)
Tabela 15.	Obszar życia wspomniany jako pierwszy w wizji własnego dorosłego życia u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości (badanie pilotażowe)
Tabela 16.	Szczegółowość wizji własnego dorosłego życia u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości (badanie pilotażowe)
Tabela 17.	Natężenie wymiarów rozwoju tożsamości a struktura WWDŹ u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości (badanie pilotażowe)
Tabela 18.	Perspektywa czasowa a wizja własnego dorosłego życia u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości (badanie pilotażowe)
Tabela 19.	Wartości życiowe a szczegółowość wizji własnego dorosłego życia u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości (badanie pilotażowe)
Tabela 20.	Struktura WWDŹ u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości a poczucie sensu w życiu (badanie pilotażowe)
Tabela 21.	Statystyki opisowe badanych zmiennych w pomiarze 1
Tabela 22.	Statystyki opisowe badanych zmiennych w pomiarze 2
Tabela 23.	Treść wizji własnego dorosłego życia u kobiet i mężczyzn w okresie wyłaniającej się dorosłości
Tabela 24.	Obszar życia wspomniany jako pierwszy w wizji własnego dorosłego życia u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości
Tabela 25.	Liczba szczegółów w odniesieniu do poszczególnych obszarów życia opisywanych w wizji własnego dorosłego życia u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości
Tabela 26.	Wzajemne zależności pomiędzy różnymi aspektami wizji własnego dorosłego życia u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości
Tabela 27.	Idylliczność wizji własnego dorosłego życia a emocjonalne ustosunkowanie się do niej.
Tabela 28.	Treść wizji własnego dorosłego życia u osób będących na początku i na końcu wyłaniającej się dorosłości
Tabela 29.	Przyszłościowa perspektywa czasu (FTPQ) a struktura WWDŹ i subiektywne ustosunkowanie do niej u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości
Tabela 30.	Perspektywa czasu (ZTPI) a struktura WWDŹ i subiektywne ustosunkowanie do niej u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości
Tabela 31.	Wartości życiowe a szczegółowość wizji własnego dorosłego życia u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości

Tabela 32.	Deklarowany status społecznoekonomiczny a emocjonalne ustosunkowanie się do posiadanej wizji własnego dorosłego życia
Tabela 33.	Czas spędzony w związkach intymnych a treść wizji własnego dorosłego życia u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości
Tabela 34.	Czas spędzony w związkach a szczegółowość wizji własnego dorosłego życia w odniesieniu do życia rodzinnego, bliskich związków intymnych i rodzicielstwa
Tabela 35.	Natężenie wymiarów rozwoju tożsamości a struktura WWDŻ i subiektywne ustosunkowanie do niej u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości
Tabela 36.	Statusy tożsamości a rozbudowanie, szczegółowość, zbalansowanie i idylliczność WWDŻ
Tabela 37.	Statusy tożsamości a subiektywne ustosunkowanie się do wizji własnego dorosłego życia
Tabela 38.	Statusy tożsamości a emocjonalne ustosunkowanie się do posiadanej wizji własnego dorosłego życia
Tabela 39.	Rozbudowanie wizji własnego dorosłego życia o odczuwane poczucie sensu w życiu i nastawienie na jego poszukiwanie w przyszłości
Tabela 40.	Zmiany w treści wizji własnego dorosłego życia u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości pomiędzy początkiem i końcem ostatniego roku edukacji w szkole średniej/ na uczelni wyższej
Tabela 41.	Wzajemne zależności pomiędzy zmianami w strukturze wizji własnego dorosłego życia i subiektywnym ustosunkowaniem się do niej u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości.
Tabela 42.	Zmiany w zakresie rozbudowania, szczegółowości i idylliczności wizji własnego dorosłego życia u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości
Tabela 43.	Zmiany w stopniu rozbudowania, stopniu szczegółowości, idylliczności i zbalansowaniu wizji własnego dorosłego życia u osób o różnych statusach tożsamości
Tabela 44.	Ważne wydarzenia życiowe pomiędzy pomiarem 1. a pomiarem 2
Tabela 45.	Zmiany w wizji własnego dorosłego życia a zmiany w natężeniu wymiarów rozwoju tożsamości
Tabela 46.	Zmiany w wizji własnego dorosłego życia pomiędzy oboma pomiarami a natężenie wymiarów rozwoju tożsamości i poczucie sensu w życiu w pomiarze 2.
Tabela 47.	Wielozmiennowa regresja hierarchiczna dotycząca predyktorów natężenia identyfikacji ze zobowiązaniem w pomiarze 2.
Tabela 48.	Zmiany w natężeniu wymiarów rozwoju tożsamości i poczucie sensu w życiu pomiędzy oboma pomiarami a charakterystyka wizji własnego dorosłego życia w pomiarze 2.
Tabela 49.	Wielozmiennowa regresja hierarchiczna dotycząca predyktorów natężenia pozytywnych emocji towarzyszących wizji własnego dorosłego życia w pomiarze 2.
Tabela 50.	Wielozmiennowa regresja hierarchiczna dotycząca predyktorów natężenia negatywnych emocji towarzyszących wizji własnego dorosłego życia w pomiarze 2.
Tabela 51.	Zmiany w wizji własnego dorosłego życia a zmiany w statusie tożsamości.
Tabela 52.	Zmiany w wizji własnego dorosłego życia a zmiany w poczucie sensu w życiu

## Wykresy

Wykres 1.	Łatwość przywołania i opisanie wizji własnego dorosłego życia u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości
Wykres 2.	Natężenie pozytywnych emocji towarzyszących wizji własnego dorosłego życia u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości
Wykres 3.	Natężenie negatywnych emocji towarzyszących wizji własnego dorosłego życia u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości
Wykres 4.	Poczucie ciągłości między teraźniejszością a przyszłością towarzyszące wizji własnego dorosłego życia u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości
Wykres 5.	Idylliczność wizji własnego życia a aktualne poczucie sensu w życiu u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości
Wykres 6.	Idylliczność wizji własnego życia a nastawienie na poszukiwanie sensu w życiu w przyszłości u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości
Wykres 7.	Emocjonalny stosunek do posiadanej wizji własnego życia a aktualne poczucie sensu w życiu
Wykres 8.	Emocjonalny stosunek do posiadanej wizji własnego życia a nastawienie na poszukiwanie sensu w życiu w przyszłości
Wykres 9.	Zmiana liczby obszarów życia w wizji własnego dorosłego życia u osób o różnych statusach tożsamości
Wykres 10.	Zmiana liczby szczegółów podawanych w wizji własnego dorosłego życia przez osoby o różnych statusach tożsamości
Wykres 11.	Zmiana poczucia łatwości przywołania i opisanie wizji własnego dorosłego życia u osób o różnych statusach tożsamości
Wykres 12.	Zmiana natężenia pozytywnych emocji towarzyszących wizji własnego dorosłego życia u osób o różnych statusach tożsamości
Wykres 13.	Zmiana natężenia negatywnych emocji towarzyszących wizji własnego dorosłego życia u osób o różnych statusach tożsamości
Wykres 14.	Zmiana natężenia poczucia ciągłości towarzyszącego wizji własnego dorosłego życia u osób o różnych statusach tożsamości

## Rysunki

Rysunek 1.	Taksonomia form myślenia o przyszłości według Szpunara i współpracowników
Rysunek 2.	Model rozwoju koncepcji własnego życia u młodzieży według Czerwińskiej-Jasiewicz
Rysunek 3.	Kołowy Model Wartości Schwartza
Rysunek 4.	Rozwojowy model kształtowania się wizji własnego dorosłego życia u osób w okresie wyłaniającej się dorosłości
Rysunek 5.	Pierwszy i drugi układ zmiennych
Rysunek 6.	Trzeci i czwarty układ zmiennych
Rysunek 7.	Możliwe ścieżki zmian w obrębie statusu tożsamości
Rysunek 8.	Emocjonalne ustosunkowanie się do posiadanej wizji własnego dorosłego życia

## **12. Załączniki**

Załącznik 1. Przykłady sędziowania wypowiedzi dotyczących wizji własnego dorosłego życia.

Załącznik 2. Opinia Komisji ds. Etyki Projektów Badawczych działającej przy Wydziale Psychologii i Kognitywistyki UAM.

Załącznik 3. Treść zaproszenia do badania przesłana osobom zainteresowanym udziałem w badaniu.

**Załącznik 1.** Przykłady sędziowania wypowiedzi dotyczących wizji własnego dorosłego życia

**Wypowiedź 1** (M011, mężczyzna, 19 lat)

*„Trójka dzieci, tani dom z działką ale dość małą w mieście, kochająca żona i stabilna praca.”*

Wyrażenie wątpliwości: nie

Odwołanie do celów/ pragnień: nie

Pierwszy wspomniany obszar: rodzicielstwo

Liczba wspomnianych obszarów: 4 (rodzicielstwo, miejsce zamieszkania, związek intymny, praca zawodowa)

Rozbudowanie: 2 (wizja umiarkowanie rozbudowana)

Łączna liczba szczegółów: 9

a) rodzicielstwo: 1 (podana liczba dzieci – „trójka”)

b) miejsce zamieszkania: 5 (dom [rodzaj], z działką [właściwości], działka „dość mała” [właściwości], tani [wartość finansowa], w mieście [lokalizacja])

c) związek intymny: 2 (żona [formalizacja związku], kochająca [charakterystyka osoby/ relacji])

d) praca zawodowa: 1 (stabilna [właściwości]).

Poziom szczegółowości: 2,25

Szczegółowość: 3 (wizja szczegółowa)

Zbalansowanie: wizja zbalansowana (żaden z obszarów nie dominuje)

Idylliczność: 3 (brak negatywnych emocji, wizja opisuje, życie, jakiego mogłoby pragnąć większość osób [stabilna praca, szczęśliwy związek, dzieci, dobre miejsce do mieszkania])

**Wypowiedź 2** (M064, mężczyzna, 18 lat)

*„nie wiem co będę robił w tym wieku, mam nadzieję że uda mi się znaleźć jakąś pracę. Chciałbym pracować jako ekolog lecz nie wiem czy mi się uda osiągnąć cel.”*

Wyrażenie wątpliwości: tak („nie wiem, co będę robił”)

Odwołanie do celów/ pragnień: tak („mam nadzieję”)

Pierwszy wspomniany obszar: praca zawodowa

Liczba wspomnianych obszarów: 1 (praca zawodowa)

Rozbudowanie: 1 (wizja mało rozbudowana)

Łączna liczba szczegółów: 3

a) praca zawodowa: 1 (ekolog [zawód], „mam nadzieję, że uda mi się znaleźć jakąś pracę” [stosunek do swoich szans na uzyskanie zatrudnienia], „nie wiem, czy mi się uda osiągnąć cel” [stosunek do swoich szans na uzyskanie zatrudnienia])

Poziom szczegółowości: 3

Szczegółowość: 4 (wizja bardzo szczegółowa)

Zbalansowanie: wizja zdominowana przez jeden obszar (praca zawodowa)

Idylliczność: 1 (negatywne emocje/ wątpliwości + opis nie odnosi się do życia, jakiego mogłoby pragnąć większość osób [problemy ze znalezieniem pracy])

### **Wypowiedź 3** (K020, kobieta, 18 lat)

*„chciałabym mieć 2 zdrowych dzieci ,kochającego i wspierającego męża, dom na jakimś spokojnym osiedlu blisko do miasta , dobrą pracę w której robiła bym to co lubię i miała jeszcze dobrą wypłatę, mówiła bym w 3 językach obcych i była szczęśliwa”*

Wyrażenie wątpliwości: nie

Odwołanie do celów/ pragnień: tak („chciałaby mieć...”)

Pierwszy wspomniany obszar: rodzicielstwo

Liczba wspomnianych obszarów: 6 (rodzicielstwo, związek intymny, miejsce zamieszkania, praca zawodowa, życie wewnętrzne, inne)

Rozbudowanie: 3 (wizja bardzo rozbudowana)

Łączna liczba szczegółów: 13

a) rodzicielstwo: 2 („dwoje” [liczba dzieci], „zdrowych” [charakterystyka dzieci]);

b) związek intymny: („męża” [formalizacja związku], „kochającego” [charakterystyka osoby/ relacji], „wspierającego” [charakterystyka osoby/ relacji]);

c) miejsce zamieszkania: 3 („dom” [rodzaj], „na spokojnym osiedlu” [lokalizacja/ własności], „blisko miasta” [lokalizacja]);

d) praca zawodowa: 3 („dobra” [własności], „w której bym robiła to co lubię” [własności], „miała dobrą wypłatę [własności]);

e) życie wewnętrzne: 1 („bycie szczęśliwa” [stan wewnętrzny]);

f) inne: 1 („mówienie w trzech językach obcych” [umiejętności, jednak brak odniesienia do uczenia się/ rozwijania kompetencji, dlatego nie zostało to zakodowane do kategorii „rozwój osobisty”).

Poziom szczegółowości: 2,17

Szczegółowość: 3 (wizja szczegółowa)

Zbalansowanie: wizja zbalansowana (żaden obszar nie dominuje)

Idylliczność: 3 (brak wyrażenia negatywnych emocji/ wątpliwości + opis odnosi się do życia, jakiego mogłoby pragnąć większość osób [udany związek, szczęśliwe życie rodzinne, satysfakcjonująca praca, poczucie szczęścia, dobre miejsce do mieszkania])

**Załącznik 2.** Opinia Komisji ds. Etyki Projektów Badawczych działającej przy Wydziale Psychologii i Kognitywistyki UAM.



UNIWERSYTET IM. ADAMA MICKIEWICZA W POZNANIU

Wydział Psychologii i Kognitywistyki  
Komisja Etyki ds. Projektów Badawczych

Poznań, dnia 7 kwietnia 2020

**Pan mgr Kamil Janowicz**  
Wydział Psychologii i Kognitywistyki

Opinia nr 3/20/03/2020

Komisja Etyki ds. Projektów Badawczych działająca przy Instytucie Psychologii Uniwersytetu im. Adama Mickiewicza w Poznaniu, na posiedzeniu w dniu 20 marca 2020 roku rozpatrzyła wniosek złożony przez Pana w sprawie wyrażenia opinii dotyczącej realizacji projektu badawczego pt.:

**Wybrane czynniki związane z treścią i strukturą wizji własnego dorosłego życia w okresie wylaniającej się dorosłości.**

Po zapoznaniu się z przedstawionymi materiałami Komisja wydaje **pozytywną opinię w zakresie problemów etycznych opisanych we wniosku dotyczącym przedłożonego projektu badawczego.** W przypadku odstępstw od postępowania opisanego w zgłoszonym wniosku wnioskodawca ma obowiązek przedłożyć odpowiedni aneks do wniosku, celem ponownego rozpatrzenia przez Komisję.

Prof. dr hab. Elżbieta Hornowska  
Przewodnicząca Zespołu Opiniującego

ul. A. Szamarzewskiego 89 B, 60-568 Poznań  
tel. +48 61 829 2307  
uampsych@amu.edu.pl  
[psychologia.amu.edu.pl](http://psychologia.amu.edu.pl)



**Załącznik 3.** Treść zaproszenia do badania przesłana osobom zainteresowanym udziałem w badaniu.

„Szanowna Pani<sup>38</sup>,

dziękuję za zainteresowanie udziałem w **badaniu naukowym dotyczącym wyobrażeń młodych ludzi na temat własnej przyszłości**. Badanie to jest prowadzone w ramach moich studiów doktoranckich na Wydziale Psychologii i Kognitywistyki Uniwersytetu im. Adama Mickiewicza w Poznaniu i będzie podstawą rozprawy doktorskiej, którą przygotowuję pod opieką prof. UAM dr hab. Lucyny Bakiery. Chciałbym przekazać Pani kilka szczegółów na temat badania, do udziału w którym zapraszam.

**Badanie obejmuje pięć kwestionariuszy, metryczkę socjodemograficzną i jedno pytanie otwarte.** Wypełnienie całego arkusza badawczego **może zająć około 30-60 minut**. Udział w badaniu będzie wymagał refleksji nad swoją przyszłością i udzielenia odpowiedzi dotyczących wybranych aspektów funkcjonowania psychicznego, takich jak na przykład system wartości i podejście do czasu. Udział w badaniu może przyczynić się do pogłębienia refleksji nad własnym życiem i swoją przyszłością.

**Zebrane dane będą wykorzystywane wyłącznie w formie zbiorczych analiz statystycznych.** Wyniki będą prezentowane (w różnych formach opracowań naukowych) w formie nie pozwalającej na zidentyfikowanie uczestników i ich odpowiedzi.

**Zebrane dane będą przechowywane w sposób zabezpieczający je przed dostępem osób trzecich.** Żadne dane zebrane w trakcie badania nie będą przesyłane pocztą elektroniczną, zamieszczane na serwerach zewnętrznych oraz zapisywane na komputerach innych osób.

Ze względu na aktualną sytuację epidemiologiczną, **badanie realizowane jest za pomocą internetu.**

**Aby wziąć udział w badaniu proszę otworzyć ten link:** *[tutaj znajdował się link do odpowiedniego formularza internetowego]*

Ze względów metodologicznych bardzo proszę, aby badanie zostało wypełnione przez Panią na laptopie lub komputerze stacjonarnym.

**W podziękowaniu za poświęcony czas i udział w badaniu, najpóźniej 2-3 dni robocze po wysłaniu odpowiedzi, otrzyma Pani drogą mailową kod do eKarty Podarunkowej Empik o wartości 25 zł,** który można wykorzystać podczas zakupów w sklepie internetowym Empik.com. **Otrzymanie karty podarunkowej nie jest uzależnione od dokończenia udziału w badaniu** – kartę podarunkową otrzyma Pani nawet jeśli w którymś momencie zdecyduje się Pani przerwać udzielanie odpowiedzi, konieczne jednak będzie przesłanie odpowiedzi, nawet jeśli byłby niepełne.

Gdyby miała Pani jakieś pytania dotyczące badania, proszę o kontakt. Jeśli na ten moment nie ma Pani więcej pytań, zapraszam do udziału w badaniu za pomocą załączonego linka.

Pozdrawiam  
Kamil Janowicz”

---

<sup>38</sup> Treść zaproszenia była dostosowana do płci osoby deklarującej chęć udziału. Mężczyźni otrzymywali zaproszenie z dostosowanymi zwrotami („Szanowny Panie”, „otrzyma Pan” itd.).