

## FORMOWANIE SIĘ TOŻSAMOŚCI OSOBISTEJ W OKRESIE STAJĄCEJ SIĘ DOROSŁOŚCI, W KONTEKŚCIE POZUCIA BEZPIECZEŃSTWA I GOTOWOŚCI DO ZMIAN

Anna Oleszkowicz<sup>1</sup>, Katarzyna Gwiżdż<sup>2</sup>

FORMATION OF PERSONAL IDENTITY IN EMERGING ADULthood  
IN A CONTEXT OF SENSE OF SECURITY  
AND ATTITUDE TOWARD ONE'S OWN FUTURE

**Summary.** The presented research is positioned within inquiry into emotional (personality) predictors of identity formation as well as (indirectly) within defining importance of environmental (family) factors. The theoretical basis for the study is the Dual-Cycle Model of Identity Formation by Luyckx et al. The study involved 248 participants aged 19–30 (including 136 women). The following methods were used: Questionnaire of Identity Processes (QIP-36) by A. Słowińska and A. Oleszkowicz, questionnaire Man in the World by M. Ledzińska, questionnaire Sense of Security by Z. Uchnast and also a semantic differential constructed for the concept “My future”. The results indicate a positive correlation between sense of security as well as positive attitude toward one’s own future and intensification of exploration in depth as well as identification with commitment. Subsequently, negative correlation applies to exploration in breadth and ruminative exploration. Similar correlations with dimensions of identity formation apply to participants’ declared willingness to accept changes characteristic of present-day reality.

**Key words:** identity processes, reflective exploration in breadth and depth, ruminative exploration, identification with commitment, sense of security

---

<sup>1</sup> Instytut Psychologii, Uniwersytet Wrocławski (Institute of Psychology, University of Wrocław), ORCID: 0000-0002-8982-2953.

<sup>2</sup> Powiatowy Ośrodek Doskonalenia Nauczycieli i Poradnictwa Psychologiczno-Pedagogicznego w Złotoryi (Poviat Center for Teachers’ Advancement and Psychological-Pedagogical Guidance in Złotoryja), ORCID: 0000-0002-5320-7502.

---

Adres do korespondencji: Anna Oleszkowicz,  
e-mail: anna.oleszkowicz@uwr.edu.pl

## Wprowadzenie

Od ok. 20–30 lat obserwujemy zjawisko stopniowego wydłużania się okresu kształtowania dojrzałej tożsamości, a także wyraźne indywidualne zróżnicowanie w tym zakresie (Arnett, 2000, 2002; Liberska, 2007; Luyckx i in., 2008a, 2008b; Brzezińska i in., 2012; Zagórska i in., 2012). Dlatego też psychologowie rozwojowi poszukują podmiotowych i społecznych uwarunkowań lub korelatów tego procesu (por. Rękosiewicz, 2012). Dojrzała tożsamość traktowana jest jako ten aspekt podmiotowości człowieka, który leży u podstaw koncepcji siebie i własnego życia jako odrębnego od innych, niepowtarzalnego i wartościowego. Koncepcja siebie wymaga ukierunkowania się na cele długodystansowe, ważne dla podmiotu, a przez to warte zachodu. To z kolei oznacza konieczność podjęcia decyzji o zaangażowaniu się w takie lub inne obszary życia, ściśle odpowiadające żywotnym interesom jednostki (praca, bliskie związki, sposób spędzania czasu, opowiedzenie się za wybranymi wartościami itp.). Ponadto kształtowanie się tożsamości może być procesem wewnątrznie zróżnicowanym, co oznacza, że jednostka stopniowo uzyskuje odpowiedź na pytanie „kim jestem”, odnosząc je do kolejnych sfer życia czy tzw. domen tożsamościowych (por. Marcia, 1980; Adams, 1998). Jak pokazały badania Kazumi Sugimura oraz Shinichi Mizokami (2012) przeprowadzone w Japonii, najwcześniej kształtowana jest tożsamość w domenie zawodowej (zapewne wiąże się to m.in. z faktem, że praca zawodowa jest stosunkowo najszybciej realizowanym zadaniem rozwojowym okresu wczesnej dorosłości), a znacznie później w domenie światopoglądowej. Z kolei Paulina Plich (2017), przeprowadzając badania w grupie stających się dorosłych (głównie studentów), ustaliła, że proces identyfikacji ze zobowiązaniem był u nich najbardziej zaawansowany w obszarach przyjaciele i sposób spędzania wolnego czasu, a najmniej w obszarach zawodowym i związków intymnych. Przy czym u kobiet silniejsza była identyfikacja w obszarze dotyczącym wyboru przyjaciół, a u mężczyzn – w obszarze dotyczącym sposobu spędzania wolnego czasu.

Zasadne zatem wydaje się pytanie o psychospołeczne uwarunkowania obserwowanych różnic indywidualnych w zakresie kształtowania się tożsamości. Zdobytą wiedzę stanowi wkład w poznanie zarówno mechanizmów rozwoju indywidualnego w okresie wczesnej dorosłości, jak i jego konsekwencji zaznaczających się chociażby w funkcjonowaniu społecznym młodych dorosłych.

## Dynamika zmian tożsamościowych

Pojęcie tożsamości, podobnie jak wiele innych w psychologii, nie ma swojej jednoznacznej definicji. Można przez nie rozumieć pewien subsystem koncepcji siebie, na który składają się elementy samowiedzy ważne dla jednostki i wyróżniające ją spośród innych, autonarrację obejmującą historię życia i jej interpretację,

poczucia obejmujące subiektywne i mocno nacechowane emocjami, intuicyjno-refleksyjne przekonania na temat własnej osoby czy procesy tożsamościowe zaangażowane w poszukiwanie odpowiedzi na pytanie: kim jestem? (Marcia, 1966; Luyckx i in., 2008a; Oleś, 2008; McAdams, 2001, za: Jezierski, 2010; Batory, Brygoła, Oleś, 2016; Pilarska, 2016).

W tradycji psychologii rozwojowej, w badaniach dotyczących tożsamości, zwraca się uwagę na dynamikę zmian tożsamościowych, wraz z ich uwarunkowaniami, mechanizmami i konsekwencjami. Dynamika ta najsilniej ujawnia się w procesach tożsamościowych (eksploracji i zobowiązania), zdefiniowanych jeszcze w latach sześćdziesiątych przez Jamesa Marcie (1966), a następnie rozwiniętych i szerzej opisanych przez innych badaczy (Waterman, 1982; Grotevant, 1987; Meeus, 1996; Meeus i in., 1999; Bosma, Kunnen, 2001 i in.). Współcześnie jedną z najbardziej popularnych koncepcji opisujących procesy (wymiar) tożsamościowe jest Model Podwójnego Cyklu Formowania się Tożsamości (*Dual-Cycle Model of Identity Formation*) wypracowany przez Koena Luyckxa i jego współpracowników (2005, 2008a), obejmujący procesy eksploracji wszerej i podjęcie się wstępnejo zobowiązania (cykl pierwszy – formowanie się zobowiązania) oraz procesy eksploracji w głąb i względnie trwałą identyfikację ze zobowiązaniem (cykl drugi – ewaluacja zobowiązania). Są to procesy konstruktywne (adaptacyjne), z których każdy ma swój ważny udział w ostatecznym uformowaniu się tożsamości osobistej. Proces eksploracji wszerej polega na rozpoznawaniu różnych możliwości dotyczących zarówno celów działania (które mogłyby stać się celami długodystansowymi), jak i sposobów ich osiągnięcia. Takie wstępne rozpoznanie możliwości doprowadza do podejmowania czasowych zobowiązań i angażowania się jednostki w tzw. działania warte zachodu. Drugi cykl jest już bardziej zaawansowany w poszukiwaniach tożsamościowych, albowiem polega na eksploracji w głąb, czyli ewaluacji (ocenie) podjętych zobowiązań w celu przekonania się, że rzeczywiście odpowiadają one potrzebom i oczekiwaniom jednostki. Przeprowadzona ewaluacja albo doprowadza do identyfikacji ze zobowiązaniem – co oznacza na tym etapie osiągnięcie dojrzałej tożsamości, albo doprowadza do powrotu do wcześniejszej fazy poszukiwań. Procesem zakłócającym przebieg rozwoju tożsamości jest piąty wymiar – eksploracja ruminacyjna, który w opisywanym modelu znajduje się poza cyklami, a dokładnie pomiędzy nimi. Proces ruminacyjny odnosi się do szeroko rozumianej eksploracji, ale pełnej obaw, niepewności i lęku, co znacznie utrudnia podejmowanie ostatecznych decyzji tożsamościowych.

Podstawę teoretyczną badania zaprezentowanego w tym artykule stanowi zmodyfikowana wersja tego modelu (Słowińska, Oleszkowicz, 2015, 2016). Modyfikacja dotyczy wprowadzenia dwóch odrębnych procesów ruminacyjnych: ruminacyjnego poszukiwania wszerej i w głąb oraz włączenia ich odpowiednio do cyklu formowania się zobowiązania i cyklu ewaluacji zobowiązania. Pozwoliło to, zdaniem autorek modyfikacji, na zachowanie pierwotnej idei modelu, jaką było

wyodrębnienie dwóch oddzielnych cykli kształtowania się tożsamości. Kolejną modyfikacją dotyczy doprecyzowania definicji niektórych procesów tożsamościowych. Tak więc w definicjach procesów poszukiwania szerokiego/eksploracji wszereż i poszukiwania głębokiego/eksploracji w głąb<sup>3</sup> wyraźniej zaznaczono komponent refleksyjności, wiążący się z ciekawością, otwartością i poczuciem zadowolenia oraz komponent ruminacji wraz z jego wątpliwościami, niepokojem i poczuciem przymusu. Ta zmiana jest zgodna z intencjami Luyckxa i współpracowników, a została wprowadzona w celu lepszego zróżnicowania procesów adaptacyjnych i dezadaptacyjnych, co znalazło swoje odzwierciedlenie w skonstruowanej metodzie: Kwestionariusz Procesów Tożsamościowych (Słowińska, Oleszkowicz, 2015). W definicji dotyczącej procesu podejmowanie zaangażowania/podejmowanie zobowiązania zwrócono uwagę przede wszystkim na tymczasowość podjętych decyzji. Ostatecznie zmodyfikowane definicje badanych wymiarów tożsamości przedstawiają się następująco:

Tabela 1. Zmodyfikowane definicje procesów tożsamościowych

---

<b>Refleksyjne poszukiwanie szerokie/ Refleksyjna eksploracja wszereż</b> – aktywne poszukiwanie i analiza informacji dotyczących różnych alternatyw tożsamościowych, w które jednostka angażuje się przed podjęciem zobowiązań – wiążące się z otwartością, ciekawością poznawczą oraz odczuwaniem zadowolenia.
<b>Ruminacyjne poszukiwanie szerokie/ Ruminacyjna eksploracja wszereż</b> – uporczywe zaabsorbowanie poszukiwaniem informacji i rozpatrywaniem różnych alternatyw tożsamościowych, w które jednostka angażuje się przed podjęciem zobowiązań – wiążące się z poczuciem niepewności, intruzywnymi myślami oraz doświadczaniem niepokoju i/lub obniżonego nastroju.
<b>Podejmowanie zaangażowania/ Podejmowanie zobowiązania</b> – wstępne dokonanie wyborów w kwestiach ważnych dla rozwoju tożsamości oraz podjęcie decyzji o czasowym zaangażowaniu w wiążące się z nimi aktywności.
<b>Refleksyjne poszukiwanie głębokie/ Refleksyjna eksploracja w głąb</b> – aktywne poszukiwanie i analiza informacji dotyczących wybranych alternatyw oraz dokonywanie pogłębionej oceny podjętych zobowiązań, w celu określenia stopnia ich zgodności z osobistymi standardami, celami i możliwościami – wiążące się z otwartością, poczuciem zadowolenia z siebie oraz z poczuciem bezpieczeństwa.

---

<sup>3</sup> Określenia poszukiwanie szerokie i eksploracja wszereż itd. co do istoty oznaczają to samo. Będziemy więc w dalszej części tekstu posługiwać się nimi zamiennie. Różnica w zastosowanych określeniach w przyjętej wersji modelu, w porównaniu z wersją oryginalną, związana jest z wprowadzonymi modyfikacjami doprecyzowującymi definicje poszczególnych wymiarów.

---

**Ruminacyjne poszukiwanie głębokie/ Ruminacyjna eksploracja w głąb** – uporczywe zaabsorbowanie poszukiwaniem i analizą informacji dotyczących podjętych decyzji tożsamościowych oraz przeprowadzaniem oceny ich zgodności z osobistymi standardami, celami i możliwościami – wiążące się powracającymi wątpliwościami, doświadczaniem niepokoju, niepewności, obniżonego nastroju oraz z poczuciem niekompetencji.

---

**Identyfikacja ze zobowiązaniem** – internalizacja podjętych zobowiązań, identyfikacja z dokonanymi wyborami oraz z ich konsekwencjami oraz poczucie pewności, że są one słuszne, podjęcie względnie trwałych wyborów.

---

Źródło: Słowińska, Oleszkowicz, 2015, s. 10.

## Problem badań

Obecnie jednym z celów psychologii rozwojowej jest znalezienie jednostkowych i społecznych uwarunkowań lub korelatów opisanych wyżej procesów tożsamościowych. Jeśli uświadomimy sobie, że procesy te mają doprowadzić do ukształtowania się dojrzałej tożsamości, dzięki której jednostka stanie się bardziej świadoma siebie i zdolna do realizacji przyjętych celów życiowych, to prowadzone badania mają znaczenie nie tylko podstawowe, ale również praktyczne.

Jak wynika z dotychczasowych badań, istnieją pozytywne zależności między poziomem lęku a nasileniem procesu eksploracji wszerz i eksploracji ruminacyjnej oraz ujemne z podejmowaniem zobowiązań i identyfikacją z nimi (Luyckx i in., 2008a, 2011; Brzezińska i in., 2010). Podobnie Koen Luyckx, Bart Soenens i Luc Goossens (2006), badając młode kobiety (śr. wieku 18,7), uzyskali negatywny związek neurotyczności z obydwojoma wymiarami zobowiązania i pozytywny z eksploracją wszerz. Co ciekawe, pozytywnie z eksploracją wszerz korelowała również otwartość na doświadczenie. Oznacza to, że intensywność procesu eksploracji wszerz jest wspierana cechą osobowości związaną z otwartością i ciekawością. Można przypuszczać, że u takich osób podczas eksploracji dominują pozytywne emocje. Z kolei osoby lękowe, zaangażowane w eksplorację wszerz, mogą mieć problemy z osiągnięciem dojrzałej tożsamości ze względu na powracające obawy, wątpliwości, które będą utrudniać proces podejmowania zobowiązania (o czym świadczą wyraźnie negatywne związki między neurotycznością a zobowiązaniami).

W badaniach własnych koncentrujemy się na osobach, które już osiągnęły dorosłość w sensie prawnym i stają przed koniecznością podjęcia ważnych decyzji życiowych. Jak wynika z wcześniejszych badań, osoby takie zazwyczaj znajdują się w drugim cyklu formowania się tożsamości, a zatem charakteryzują się wyższym nasileniem procesów eksploracji w głąb i identyfikacji ze zobowiązaniem (Słowińska, Oleszkowicz, 2015) oraz istotnie niższym nasileniem procesów eksploracji

wszerz w porównaniu z adolescentami (Luyckx i in., 2008a; Słowińska, Oleszkowicz, 2015). Taki wzorzec nasilenia procesów tożsamościowych jest odpowiedni do etapu życia i zadań, przed jakimi stają młodzi dorośli, co jednak nie znaczy, że tak samo charakteryzuje ich wszystkich. Na jego modyfikację mogą wpływać np. temperamentalne i osobowościowe różnice indywidualne (por. wyżej), zaangażowanie w realizację zadań rozwojowych (Luyckx i in., 2008b; Piotrowski, 2013), czynniki kontekstowe, np. sytuacja ekonomiczna (Brzezińska i in., 2010), czy relacje z rodzicami (Luyckx i in., 2011) itp. Część z tych czynników, np. nadmierna kontrola rodzicielska, lęk, neurotyzm czy gorsza sytuacja finansowa, wpływa niekorzystnie na procesy podejmowania zobowiązań, a tym samym utrudnia osiągnięcie dojrzałej tożsamości, co jest szczególnie widoczne w okresie wczesnej dorosłości, kiedy zadanie kształtowania się tożsamości powinno się domykać.

W prezentowanych badaniach interesują nas związki między nasileniem procesów tożsamościowych w okresie stającej się<sup>4</sup> dorosłości a zaspokojeniem potrzeby bezpieczeństwa, percepcją własnej przyszłości w kategoriach emocjonalnych (bezpieczeństwo, ład *vs* zagrożenie, chaos) oraz gotowością do przyjęcia zmian wpisanych we współczesne warunki życia. Zgodnie z koncepcją Abrahama Masłowa (1990) zaspokojenie potrzeby bezpieczeństwa ma związek z warunkami życia, w jakich wzrasta jednostka. Początkowo źródłem zaspokojenia tej potrzeby jest rodzina. Jeśli dziecko doświadcza stabilności, bliskości w relacji z rodzicami oraz buduje przekonanie o własnej wartości, przekłada się to na poczucie bezpieczeństwa. Poczucie bezpieczeństwa wiąże się zatem nie tylko z wolnością od lęku i zagrożeń, ale przede wszystkim z większym zaufaniem do siebie i innych oraz z przewidywalnością zdarzeń. I choć trudno jednoznacznie przesądzić, na ile to dziecięce poczucie bezpieczeństwa jest odzwierciedlone w przeżyciach młodych dorosłych, to wielce prawdopodobny wydaje się wpływ tego doświadczenia na budowanie zaufania do siebie i innych w życiu dorosłym. Jeśli potrzeba bezpieczeństwa na etapie wkraczania w dorosłość nie jest zaspokojona, może to doprowadzić do nadmiernej koncentracji jednostki na przeszłości, lęklivosti wobec sytuacji nowych lub ryzykownych, a także do uporczywej koncentracji na zaspokojeniu tej potrzeby, hamując ewentualne zaspokojenie innych potrzeb, w tym potrzeb wzrostu.

Poczucie bezpieczeństwa, które obejmuje wiele aspektów życia, ma również wpływ na to, jak człowiek dorosły spostrzega swoją przyszłość, a przez to, jaki ma do niej stosunek emocjonalny. Wydaje się, że osoby o wyższym poczuciu bezpieczeństwa powinny charakteryzować się bardziej pozytywnym stosunkiem do własnej przeszłości, widząc w niej szansę na podejmowanie ważnych celów i realizację

---

<sup>4</sup> Pojęcie to wprowadził Arnett (2000, 2002), chcąc podkreślić, że zadania rozwojowe przypadające na okres wczesnej dorosłości są podejmowane z opóźnieniem. W literaturze polskiej przyjmuje się dość szerokie granice wiekowe dla okresu stającej się dorosłości między 18 a 29/30 r.ż. (Zagórska i in., 2012; Brzezińska, 2016).

siebie. A zatem powinny też charakteryzować się większą gotowością do dookreślenia swojej drogi życiowej i podejmowania nowych wyzwań. Z kolei spostrzeganie przyszłości w kategoriach negatywnych wzmacnia obawę jednostki przed zmianą. Obraz ten można dopełnić jeszcze jednym atrybutem charakteryzującym jednostkę – stosunkiem do spostrzeganych zmian we współczesnej rzeczywistości i gotowością do ich podejmowania. Większa gotowość do przyjęcia zmian i podejmowania wyzwań sprzyja bardziej elastycznemu i efektywnemu przystosowaniu.

W prezentowanym badaniu postawiliśmy następujące pytania:

1. Jaki jest związek między zaspokojeniem potrzeby bezpieczeństwa, stosunkiem emocjonalnym do własnej przyszłości oraz gotowością do przyjęcia zmian a nasileniem procesów tożsamościowych opisanych w Modelu Podwójnego Cyklu Formowania się Tożsamości (tzn. procesami eksploracji, ruminacji i identyfikacją ze zobowiązaniem)?

Ponadto, poszukując uwarunkowań najbardziej i najmniej dojrzałych procesów tożsamościowych, pytamy:

2. Który z uwzględnionych w badaniu korelatów (tj. poczucie bezpieczeństwa, stosunek emocjonalny do przyszłości oraz gotowość do przyjęcia zmian) jest najlepszym predyktorem identyfikacji ze zobowiązaniem, jako najbardziej dojrzałego wymiaru tożsamości oraz refleksyjnego poszukiwania głębokiego?
3. Który z korelatów jest najlepszym predyktorem procesów: refleksyjnego poszukiwania szerokiego i ruminacyjnego poszukiwania głębokiego?

Do pierwszego pytania sformułowaliśmy szczegółowe hipotezy<sup>5</sup>:

- H1: Im wyższe poczucie bezpieczeństwa, tym większe nasilenie procesów refleksyjnego poszukiwania głębokiego i identyfikacji ze zobowiązaniem oraz mniejsze nasilenie refleksyjnego poszukiwania szerokiego.
- H2: Im wyższe nasilenie poczucia bezpieczeństwa tym mniejsze nasilenie procesów ruminacyjnego poszukiwania szerokiego i głębokiego.
- H3: Im bardziej pozytywny stosunek do własnej przyszłości oraz większa gotowość do przyjęcia zmian, tym większe nasilenie procesów refleksyjnego poszukiwania głębokiego i identyfikacji ze zobowiązaniem oraz mniejsze nasilenie refleksyjnego poszukiwania szerokiego.
- H4: Im bardziej pozytywny stosunek do własnej przyszłości i większa gotowość do zmian, tym mniejsze nasilenie procesów ruminacyjnego poszukiwania szerokiego i głębokiego.

---

<sup>5</sup> W modelu Luyckxa i współpracowników nie operuje się ogólnym pojęciem dojrzałej tożsamości i nie ma dla niej wskaźnika. Za najbardziej dojrzały uważa się proces identyfikacji ze zobowiązaniem, który przynajmniej na pewien czas kończy poszukiwania tożsamościowe ze względu na fakt, że jego istotą jest podjęcie ostatecznych decyzji i utożsamianie się z wyborami odnoszącymi się do wartości, stylu życia, bliskich relacji, zainteresowań itp.

Zaspokojone poczucie bezpieczeństwa, gotowość do podejmowania zmian, a także pozytywny stosunek do własnej przyszłości traktujemy jako te czynniki, które sprzyjają rozwojowi jednostki, wskazują na dobrą adaptację do wymagań współczesnej rzeczywistości, a także stanowią indywidualny zasób ułatwiający radzenie sobie ze stresem. Zgodnie z tym ujęciem przewidujemy, że wystąpi pozytywny związek między tymi czynnikami a wymiarami tożsamości uznanymi za adaptacyjne w okresie stającej się dorosłości, czyli procesami refleksyjnego poszukiwania w głąb i identyfikacji ze zobowiązaniem. Odwrotnej zależności spodziewamy się w przypadku procesów dezadaptacyjnych, czyli ruminacyjnego poszukiwania szerokiego i głębokiego, a także w przypadku refleksyjnego poszukiwania szerokiego (wymiaru, który jest normatywny przede wszystkim w okresie adolescencji, podczas gdy jego duże nasilenie w okresie stającej się dorosłości może powodować opóźnienia w formowaniu się tożsamości).

Pytania odnoszące się do predyktorów, jakie chciałobyśmy ustalić dla czterech wybranych procesów tożsamościowych: identyfikacji ze zobowiązaniem, refleksyjnego poszukiwania głębokiego, ruminacyjnego poszukiwania głębokiego (procesu dezadaptacyjnego charakterystycznego dla drugiego cyklu formowania się tożsamości) oraz refleksyjnego poszukiwania szerokiego, pozostawiamy otwarte.

## Metoda

### Osoby badane

W celu odpowiedzi na postawione pytania przebadano 248 osób w wieku od 20 do 30 lat ( $M = 23$ ,  $SD = 2,3$ ), w tym 136 kobiet (54,8%). Poziom wykształcenia badanej grupy przedstawiał się następująco: podstawowe – 1,2%, gimnazjalne – ,8%, zawodowe – 2,1%, średnie – 38%, licencjackie – 40%, magisterskie – 18%. Wśród badanych 25,5% to osoby bezrobotne. Pozostałe pracowały (3,3%), pracowały i studiowały równocześnie (24,7%) oraz studiowały (46,5%). Z powyższej charakterystyki wynika, że prawie 72% badanych to czynni studenci z różnych uczelni funkcjonujących na terenie Wrocławia i Legnicy. Ostatnią zmienną demograficzną dotyczyła stanu cywilnego lub relacji intymnej, w jakiej pozostawała osoba badana. Wśród badanych było 32,6% osób po ślubie; 15,7% – po zaręczynach, w długim związku nieformalnym – 29,33%; w związku intymnym, który trwa krótko – 11,6% oraz 10,7% nie było aktualnie w żadnym związku. Dobór nie był losowy, lecz grzecznościowy.

### Narzędzia badawcze

W celu zbadania nasilenia procesów tożsamościowych wyróżnionych w ramach zmodyfikowanego Modelu Podwójnego Cyklu Formowania się Tożsamości zastosowano skróconą wersję Kwestionariusza Procesów Tożsamościowych (KTP-36)



autorstwa Aleksandry Słowińskiej i Anny Oleszkowicz (2015). Analiza właściwości psychometrycznych tej wersji narzędzia daje zadowalające rezultaty. Przeprowadzono konfirmacyjną analizę czynnikową dla modelu 6-czynnikowego. Oceny dopasowania modelu dokonano na podstawie stosunku  $\chi^2$  do stopni swobody, indeksów dobroci dopasowania (GFI, *goodness-of-fit*; AGFI, *adjusted goodness-of-fit*) oraz pierwiastka kwadratu błędu aproksymacji (RMSEA, *root mean squared error of approximation*).

Wskaźniki dopasowania wskazują na zadowalające, umiarkowane dopasowanie modelu do danych,  $\chi^2/df = 2,97$ ; GFI = ,89; AGFI = ,86; RMSEA = ,035.

Narzędzie umożliwia zbadanie procesów tożsamościowych w sześciu wymiarach: refleksyjnego poszukiwania szerokiego (*alfa* Cronbacha ,78), ruminacyjnego poszukiwania szerokiego (,82), podejmowania zaangażowania (,70), refleksyjnego poszukiwania głębokiego (,80), ruminacyjnego poszukiwania głębokiego (,82) oraz identyfikacji ze zobowiązaniem (,70)<sup>6</sup> odnoszących się do różnych domen życia (zawodowej, intymnej, światopoglądowej itp.). Wersja składa się z 36 twierdzeń (po sześć na każdy wymiar), które osoba badana ocenia przy użyciu 4-stopniowej skali typu Likerta, od 1 (*zdecydowanie mnie nie opisuje*) do 4 (*zdecydowanie mnie opisuje*), np. *Chętnie myślę o różnych zawodach, które mógłbym w przyszłości wykonywać* (przykład refleksyjnej eksploracji wszerej); *Mam pewność, że mój sposób spędzania czasu wolnego pozwala mi zarówno na relaks, jak i na osiągnięcie satysfakcji* (identyfikacja ze zobowiązaniem). Rozpiętość skal wyników surowych we wszystkich wymiarach tożsamościowych wynosi od 6 do 24 punktów. Im wyższy wynik, tym większe nasilenie danego procesu. Dla każdej osoby oblicza się sześć wskaźników.

Drugim narzędziem wykorzystanym w badaniu był Kwestionariusz Poczucia Bezpieczeństwa Zenona Uchnasta (1990). Jego podstawę teoretyczną stanowi koncepcja Abrahama Masłowa, a przede wszystkim jej wątki odnoszące się do poczucia bezpieczeństwa jako podstawowej potrzeby psychologicznej. Kwestionariusz opiera się na stworzonym przez Masłowa kwestionariuszu S-I (*Security-Insecurity Inventory*). Składa się z 30 pozycji pogrupowanych w trzy czynniki poczucia bezpieczeństwa (po dziesięć pytań na każdy czynnik). Poczucie bliskości (Bl), czyli poczucie bliskości ze światem, z ludźmi, poczucie zadomowienia *vs* poczucie wyobcowania i izolacji (np. *Mam poczucie bycia użytecznym w świecie*). Poczucie stabilności (St), czyli poczucie ładu i uporządkowania *vs* poczucie chwiejności, przypadkowości (np. Łatwo dają się wyprowadzić z równowagi). Poczucie zaufania do siebie (Zs), czyli poczucie afirmacji siebie *vs* poczucie niższości, niepewności (np. *Zazwyczaj czuję się swobodnie w świecie*). Osoba badana udziela odpowiedzi na skali 0–1 (nie – tak), zatem wyniki surowe w każdym czynniku wyrażone są na skali 0–10. Możliwe jest

---

<sup>6</sup> Rzetelność testu została obliczona dla grupy 340 osób, uczniów szkół ponadgimnazjalnych i studentów.

również obliczenie wyniku ogólnego poczucia bezpieczeństwa (PB) na skali od 0 do 30 punktów. Rzetelność testu rozumiana jako stabilność po dwóch tygodniach wynosi: Bl (,89); St (,81); Zs (,90); PB wynik ogólny (,93).

Trzecim narzędziem wykorzystanym w badaniu był dyferencjał semantyczny, stworzony przez Charlesa E. Osgooda i współpracowników (za: Kurcz, 1975) do badania znaczenia konotacyjnego pojęć. Znaczenie konotacyjne odnosi się do wszelkich procesów poznawczych i emocjonalnych, jakie dane pojęcie wywołuje niezależnie od swej rzeczywistej treści. Narzędzie to jest każdorazowo odpowiednio przygotowywane do badania danego pojęcia. Zastosowane przez nas narzędzie Moja Przyszłość (MP) zostało opracowane przez Martę Wysotę (2010) i służy do badania percepcji własnej przyszłości bądź w kategoriach pozytywnych (jako bezpiecznej, przewidywalnej, pewnej, pozostającej pod kontrolą podmiotu itp.), bądź negatywnych (zagrożającej, budzącej niepokój, chaotycznej, zniechęcającej, zależnej od innych ludzi itp.). Innymi słowy, pozwala na ocenę emocjonalnego stosunku jednostki do własnej przyszłości. Opracowane narzędzie składa się z 10 par opozycyjnych przymiotników, np. zagrożająca-bezpieczna, przewidywalna-nieprzewidywalna itp. Osoba badana udziela odpowiedzi na 7-stopniowej skali rozciągniętej pomiędzy przeciwstawnymi przymiotnikami. Wynik ogólny może mieścić się na skali od 10 do 70 punktów. Im wyższy wynik, tym bardziej pozytywny stosunek do własnej przyszłości.

Ostatnie narzędzie to kwestionariusz „Człowiek w świecie” Marii Ledzińskiej (2012). Kwestionariusz składa się z 30 pozycji tworzących 3 podskale: orientację przyszłościową (np. *Często wracam myślami do przeszłości*), akceptację ryzyka (np. *Lubię podejmować ryzyko*) oraz gotowość do przyjęcia zmian (np. *Jestem gotowy zmieniać swoje kwalifikacje; Obawiam się zmian w pracy*) (Ledzińska, 2012). W analizie wyników została wykorzystana podskala gotowość do przyjęcia zmian (GZ). Składa się na nią 10 pytań, a odpowiedzi udzielane są na skali 4-punktowej z opisem stopni od zdecydowanie nie zgadzam się do zdecydowanie zgadzam się. Wynik tej podskali mieści się w granicach od 10 do 40 punktów. Wyższy wynik oznacza bardziej pozytywny stosunek do spostrzeganych zmian i gotowość do ich podejmowania. Rzetelność omawianej podskali, rozumiana jako homogeniczność testu, nie jest wysoka i wynosi ,61. Nieco wyższe wyniki rzetelności, powyżej ,70 zostały osiągnięte metodą test-retest<sup>7</sup>.

---

<sup>7</sup> Podany w tekście wynik *alfa* Cronbacha pochodzi z badań własnych przeprowadzonych na grupie 532 osób. Parametry podane przez Ledzińską (2012) nie odbiegają znacznie od tego wyniku.

# Wyniki

## Analizy wstępne

W pierwszej kolejności zostały przeprowadzone analizy w celu ustalenia ewentualnych różnic w nasileniu badanych zmiennych między kobietami i mężczyznami. Wyniki tej analizy zostały ujęte w tabeli 1.

Tabela 1. Różnice w nasileniu badanych zmiennych między kobietami i mężczyznami. Test *t*-Studenta (*n*<sub>K</sub> = 136; *n*<sub>M</sub> = 112; *df* = 246)

	ŚR (K)	ŚR (M)	<i>t</i>	<i>p</i>	<i>SD</i> (K)	<i>SD</i> (M)	<i>F</i>	<i>p</i>
EWSZ	14,27	14,36	-,20	,3	3,25	3,80	1,36	,08
RWSZ	<b>12,63</b>	<b>11,25</b>	<b>2,95</b>	<b>,003</b>	3,60	3,67	1,04	,81
PZ	17,30	16,70	1,50	,13	2,88	3,40	1,38	,06
EWG	17,45	17,17	,71	,47	2,89	3,24	1,26	,19
RWG	12,29	11,80	1,06	,28	3,42	3,78	1,22	,26
IZ	18,04	18,25	-,45	,65	3,48	3,63	1,08	,64
PB	<b>19,85</b>	<b>22,38</b>	<b>-3,03</b>	<b>,002</b>	6,84	6,13	1,24	,23
Bl	8,02	8,15	-,47	,63	2,30	1,88	1,50	,02
St	<b>2,77</b>	<b>2,52</b>	<b>1,20</b>	<b>,000</b>	2,77	2,52	1,20	,30
Zs	<b>6,50</b>	<b>7,71</b>	<b>-3,21</b>	<b>,001</b>	3,04	2,81	1,17	,38
MP	<b>25,78</b>	<b>27,25</b>	<b>-3,29</b>	<b>,001</b>	3,37	3,64	1,16	,38
GZ	<b>45,20</b>	<b>48,35</b>	<b>-3,09</b>	<b>,002</b>	7,67	8,35	1,18	,34

EWSZ – eksploracja wszerek, RWSZ – ruminacyjna eksploracja wszerek, PZ – podejmowanie zaangażowania, EWG – eksploracja w głąb, RWG – ruminacyjna eksploracja w głąb, IZ – identyfikacja ze zobowiązaniem, PB – poczucie bezpieczeństwa, Bl – poczucie bliskości, St – poczucie stabilności, Zs – poczucie zaufania, MP – moja przyszłość, GZ – gotowość do przyjęcia zmian.

Jak wynika z tabeli 1, w odniesieniu do procesów tożsamościowych istotne statystyczne różnice odnotowano tylko w przypadku eksploracji ruminacyjnej wszerek (RWSZ). Kobiety charakteryzują się wyższym nasileniem tego wymiaru tożsamości niż mężczyźni. Pozostałe różnice płciowe obejmujące: ogólne poczucie bezpieczeństwa (PB) oraz jego szczegółowe wymiary, czyli poczucie zaufania do siebie (ZS) i poczucie stabilności (St) oraz pozytywną percepcję przyszłości (MP)

i gotowość do przyjmowania zmian (GZ) wskazują na większe nasilenie tych konstruktywów w grupie mężczyzn.

Ze względu na brak różnic płciowych w nasileniu większości procesów tożsamościowych, świadczące o podobnej dynamice formowania się tożsamości u kobiet i mężczyzn, w dalszych analizach uwzględniono całą grupę (bez podziału na płeć). Różnice płciowe ujawnione w niektórych zmiennych zredukowano poprzez standaryzację wyników surowych (liniowe przekształcenie na skalę Z) wykonane oddzielnie dla kobiet i mężczyzn. Decyzja o analizowaniu wyników bez podziału na płeć ma też wymiar praktyczny, umożliwia bowiem dokonanie porównania z rezultatami innych badań (np. Brzezińska i in., 2010).

Druga analiza wstępna obejmowała związki pomiędzy poczuciem bezpieczeństwa a emocjonalnym ustosunkowaniem do własnej przyszłości i gotowością do przyjęcia zmian. Uzyskane wyniki pozwoliły na udokumentowanie tez, odnoszących się do relacji między badanymi zmiennymi, sformułowanych w części teoretycznej. Wiedza o relacjach między powyższymi czynnikami jest nie tylko przydatna do głębszej interpretacji wyników, ale również niezbędna przy zastosowaniu analizy regresji. Zbyt wysoka korelacja między zmiennymi, przyjmowanymi w wielokrotnej regresji jako zmienne wyjaśniające, może być niekorzystna dla pełnego zrozumienia badanych zależności, a nawet może uniemożliwiać zastosowanie tej procedury.

Tabela 2. Relacje między poczuciem bezpieczeństwa a emocjonalnym stosunkiem do własnej przyszłości i gotowością do przyjęcia zmian ( $N = 248$ )

	St	Bl	Zs	PB
MP	,38	,52	,48	,54
GZ	,39	,42	,48	,51

$p < ,05$ .

Uzyskane korelacje wskazują na występowanie pozytywnych zależności między badanymi zmiennymi. Poczucie bezpieczeństwa (PB) pozostaje w umiarkowanych relacjach z gotowością do przyjęcia zmian (GZ) i emocjonalnym ustosunkowaniem się do własnej przyszłości (MP). Im wyższe poczucie bezpieczeństwa, tym bardziej pozytywny stosunek do własnej przyszłości. Również im wyższe poczucie bezpieczeństwa, tym większa gotowość do podejmowania aktywności dostosowującej jednostkę do zmian wymuszanych przez współczesne warunki życia. Ponadto uzyskano umiarkowaną, pozytywną korelację  $r = ,39$  ( $p < ,05$ ) między gotowością do przyjęcia zmian a emocjonalnym ustosunkowaniem do własnej przyszłości.

## Analizy główne

W celu weryfikacji postawionych hipotez przeprowadzono dwie analizy: analizę korelacji testem  $r$  Pearsona oraz analizę wielokrotnej regresji. Pierwsza analiza informuje o zależnościach występujących między badanymi wymiarami tożsamości a pozostałymi zmiennymi. Druga ma wskazać na najsilniejsze predyktory wybranych wymiarów tożsamościowych.

Tabela 3. Korelacje między wymiarami tożsamości, poczuciem bezpieczeństwa, gotowością do przyjęcia zmian i emocjonalnym stosunkiem do własnej przyszłości ( $N = 248$ )

	EWSZ	RWSZ	PZ	EWG	RWG	IZ
PB	-,16*	-,32*	,08	,28*	-,48*	,50*
St	-,22*	-,41*	-,06	,09	-,44*	,47*
Bl	-,03	-,34*	,19*	,31*	-,39*	,29*
Zs	-,13*	-,32*	,11	,30*	-,40*	,50*
MP	-,25*	-,30*	,15*	,20*	-,50*	,46*
GZ	-,15*	-,29*	,08	,25*	-,36*	,43*

$p < ,05$ .

Jak wynika z tabeli 3, ogólne poczucie bezpieczeństwa (PB) i wszystkie jego komponenty istotnie, na poziomie umiarkowanym korelują z identyfikacją ze zobowiązaniem (IZ) oraz z obiema formami ruminacji (RWSZ i RWG). Im wyższe poczucie bezpieczeństwa, tym większe nasilenie identyfikacji ze zobowiązaniem i mniejsze nasilenie poszukiwania przesyconego wątpliwościami i niepokojem (zarówno szerokiego, jak i głębokiego). Tym samym została potwierdzona H2 i częściowo H1. W odniesieniu do dwóch wymiarów poszukiwania o charakterze refleksyjnym – poszukiwania szerokiego (EWSZ) i głębokiego (EWG) – również zostały potwierdzone kierunki zależności ujęte w H1. Im większe poczucie bezpieczeństwa, tym mniejsze nasilenie poszukiwania szerokiego. Ten związek jest na poziomie niskim. Z kolei w przypadku poszukiwania głębokiego zależność jest odwrotna, choć również na poziomie niskim. Nie stwierdzono żadnej zależności między eksploracją w szerz a poczuciem bliskości oraz eksploracją w głąb a poczuciem stabilności (przewidywalności).

Gotowość do przyjęcia zmian (GZ) oraz emocjonalny stosunek do własnej przyszłości (MP) pozostają z wymiarami tożsamości w relacjach przewidzianych w H3 i H4. Im większa owa gotowość, a także im bardziej pozytywny stosunek do własnej przyszłości, tym bardziej zaawansowany proces identyfikacji ze zobowią-

zaniem (poziom umiarkowany) oraz tym silniejszy proces poszukiwania głębokiego (EWG), choć jest to korelacja na poziomie niskim. Odwrotna zależność dotyczy refleksyjnego (EWSZ) i ruminacyjnego poszukiwania szerokiego (RWSZ) oraz ruminacyjnego poszukiwania głębokiego (RWG). Kierunek i siła zależności są więc podobne do tych ustalonych dla poczucia bezpieczeństwa.

Interesujące jest również to, że jeden z wymiarów tożsamości: podejmowanie zaangażowania (PZ), oznaczający podjęcie przez jednostkę czasowych zobowiązań, tylko w niewielkim stopniu wchodzi w zależności z badanymi zmiennymi.

Ostatnie analizy dotyczyły ustalenia siły predyktorów najbardziej i najmniej dojrzałych wymiarów tożsamości charakterystycznych dla etapu stającej się dorosłości – identyfikacji ze zobowiązaniem, refleksyjnej eksploracji w głąb, ruminacyjnej eksploracji w głąb oraz refleksyjnej eksploracji wszcz.

Tabela 4. Analiza regresji dla zmiennej zależnej identyfikacja ze zobowiązaniem

	<i>Beta</i>	Bł. std. <i>beta</i>	<i>t</i> (244)	<i>p</i>
GZ	,21	,062	3,33	,0009
MP	,23	,063	3,60	,0003
PB	,27	,068	3,93	,0001

$R = ,57$ ;  $R^2 = ,33$ ; Popraw.  $R^2 = ,32$ ;  $F(3,244) = 39,65$ ;  $p < ,0000$ .

Trzy przyjęte czynniki: poczucie bezpieczeństwa, pozytywny stosunek do własnej przyszłości i wyzwań współczesnej rzeczywistości wyjaśniają 32% zmienności w nasileniu identyfikacji ze zobowiązaniem (por. tabela 4). Najsilniejszym predyktorem jest ogólne poczucie bezpieczeństwa (*Beta* = ,27).

Wyniki analizy regresji przeprowadzonej dla wymiaru refleksyjne poszukiwanie głębokie wskazują, że wprowadzone zmienne wyjaśniają 8% wariacji (por. tabela 5).

Tabela 5. Analiza regresji dla zmiennej zależnej refleksyjne poszukiwanie głębokie

	<i>Beta</i>	Bł. std. <i>beta</i>	<i>t</i> (244)	<i>p</i>
GZ	,12	,071	1,73	,08
MP	,05	,073	,75	,44
PB	<b>,18</b>	<b>,078</b>	<b>2,34</b>	<b>,02</b>

$R = ,30$ ;  $R^2 = ,09$ ; Popraw.  $R^2 = ,08$ ;  $F(3,244) = 8,12$ ;  $p < ,00003$ .

Najlepszym predyktorem jest ogólne poczucie bezpieczeństwa (*Beta* = ,18). Oznacza to, że im większe jest poczucie bezpieczeństwa, tym większe nasilenie procesu refleksyjnej eksploracji w głąb.

Analiza regresji dla wymiaru refleksyjne poszukiwanie szerokie również okazała się istotna statystycznie, jednak wprowadzone predyktory wyjaśniają niecałe 6% wariancji zmiennej zależnej (por. tabela 6). Najlepszym predyktorem i jednocześnie jedynym istotnym statystycznie jest emocjonalny stosunek do własnej przyszłości (MP). Negatywny stosunek do przyszłości, spostrzeganie jej jako niepewnej i słabo kontrolowanej powoduje wzrost nasilenia procesu poszukiwania szerokiego.

Tabela 6. Analiza regresji dla zmiennej zależnej refleksyjne poszukiwanie szerokie

	<i>Beta</i>	Bł. std. <i>beta</i>	<i>t</i> (244)	<i>p</i>
GZ	-,05	,073	-,75	,47
MP	<b>-,22</b>	<b>,074</b>	<b>-2,99</b>	<b>,003</b>
PB	-,01	,080	-,18	,85

$R = ,26$ ;  $R^2 = ,067$ ; Popraw.  $R^2 = ,055$ ;  $F(3,244) = 5,86$ ;  $p < ,0007$ .

Ostatnia tabela przedstawia wyniki analizy regresji przeprowadzonej dla zmiennej zależnej – ruminacyjne poszukiwanie głębokie (por. tabela 7). Przyjęte predyktory wyjaśniają 30% wariancji ruminacyjnej eksploracji w głąb. Tylko dwa z nich są istotne statystycznie: emocjonalny stosunek do przyszłości (o najwyższym współczynniku  $Beta = -,31$ ) oraz ogólne poczucie bezpieczeństwa. Oznacza to, że mniejsze poczucie bezpieczeństwa i negatywne ustosunkowanie do własnej przeszłości wzmacniają niepewność i wątpliwości związane z podjęciem wstępnych decyzji.

Tabela 7. Analiza regresji dla zmiennej zależnej ruminacyjne poszukiwanie głębokie

	<i>Beta</i>	Bł. std. <i>beta</i>	<i>t</i> (244)	<i>p</i>
GZ	-,10	,063	-1,59	,11
MP	<b>-,31</b>	<b>,064</b>	<b>-4,79</b>	<b>,0000</b>
PB	<b>-,26</b>	<b>,069</b>	<b>-3,82</b>	<b>,0001</b>

$R = ,56$ ;  $R^2 = ,31$ ; Popraw.  $R^2 = ,30$ ;  $F(3,244) = 36,96$ ;  $p < ,0000$ .

Wszystkie rezultaty badań potwierdzają zasadnicze kierunki zależności przewidziane w sformułowanych hipotezach badawczych.

## Dyskusja

Przedstawione badania miały na celu uzyskanie odpowiedzi na pytanie o znaczenie poczucia bezpieczeństwa i związanych z nim: gotowości do przyję-

cia zmian oraz stosunku do własnej przyszłości, dla formowania się tożsamości w okresie stającej się dorosłości. Poczucie bezpieczeństwa jest tutaj pojęciem kluczowym, albowiem trudno przecenić jego znaczenie w rozwoju i funkcjonowaniu człowieka. Potrzeba bezpieczeństwa ma charakter uniwersalny, wręcz instynktoidalny (wrodzony), jak stwierdza Maslow (1990). Zaspokojenie tej potrzeby (poczucie bezpieczeństwa) jest efektem interakcji zarówno czynników biologicznych, jak i wpływów środowiskowych. Jak to już zostało zaznaczone w części teoretycznej, w tych ostatnich ważną rolę odgrywają pierwsze kontakty z opiekunami. Stawiamy zatem tezę, że badane poczucie bezpieczeństwa może mieć swoje źródło w prawidłowych relacjach z bliskimi, w doświadczaniu przewidywalności i uporządkowania świata jeszcze w dzieciństwie. Podstawą dla tej tezy są różne teorie psychologiczne opisujące duże znaczenie pierwszego wzorca relacji z bliskimi dla funkcjonowania jednostki na późniejszych etapach rozwoju (por. teorie przywiązania, np. przywiązanie bezpieczne i pozabezpieczne – John Bowlby (2007); teoria rozwoju ego Erika Eriksona (1968, 2004) – faza pierwsza: podstawowa ufność, teoria Maslowa (1990) – zaspokojenie potrzeb niższego i wyższego rzędu). Choć obecnie wiemy, że doświadczenia rozwojowe z okresu wczesnego dzieciństwa podlegają w ciągu życia pewnym modyfikacjom, to jednak nie ulega wątpliwości, że większe szanse na prawidłowy rozwój mają osoby, które we wczesnych relacjach rodzinnych doświadczały bezpieczeństwa i wspierającej bliskości (por. Łoś, 2010). Zatem poszukując czynników wyjaśniających prawidłowy rozwój tożsamości w okresie stającej się dorosłości, warto wziąć pod uwagę szerszy kontekst niż ten „teraz i tutaj”.

Zgodnie z przyjętą w tej pracy koncepcją zaspokojenia potrzeby bezpieczeństwa jej podstawę stanowi zaufanie, jakim początkowo dziecko, a później osoba dorosła darzy innych ludzi i siebie, a także przekonanie o przewidywalności zdarzeń, co może zwiększać kontrolę nad ich przebiegiem. Takie zaufanie wyposaża jednostkę nie tylko w instrumenty potrzebne do radzenia sobie z sytuacjami trudnymi (np. tworząc gotowość do korzystania ze wsparcia społecznego czy też budując większą pewność co do podejmowanych decyzji), ale również bardziej otwiera jednostkę na różne doświadczenia. Tak więc poczucie bezpieczeństwa to nie tylko wolność od lęku, ale również pozytywne nastawienie do rzeczywistości, co znalazło swój wyraz w przeprowadzonych badaniach. Został potwierdzony związek między poczuciem bezpieczeństwa a pozytywnym stosunkiem do własnej przyszłości i większą gotowością do przyjmowania zmian. Dla osób czujących się bezpiecznie przyszłość jawi się jako klarowna, przewidywalna, zachęcająca, zależna od podmiotu, bezpieczna, zaplanowana itp. Oznacza to, że jednostka będzie chętniej lokować w niej swoje cele, będzie z większym optymizmem podchodzić do nowych zadań czy wyzwań i zapewne szybciej podejmować decyzje. Podobnie przedstawia się sprawa z gotowością do przyjęcia zmian. Jednostki z wyższym poczuciem bezpieczeństwa są bardziej chętne do podnoszenia swoich kwalifikacji, poszerzania kręgu znajomych czy uczenia się nowych rozwiązań (takie treści



pojawiły się w kwestionariuszu „Człowiek w świetle”). Są bardziej elastyczne w przystosowaniu się do warunków życia.

Pozytywne związki poczucia bezpieczeństwa i jego korelatów z refleksyjnym poszukiwaniem głębokim i identyfikacją ze zobowiązaniem potwierdzają znaczenie posiadanego zaufania do siebie i innych oraz aktywnej postawy wobec rzeczywistości dla prawidłowego przebiegu formowania się tożsamości. Z badań wynika, że wyższa intensywność procesów drugiego cyklu, w tym identyfikacji ze zobowiązaniem, którą można uznać za odpowiednik dojrzałej tożsamości, jest w 32% wyjaśniana przyjętymi zmiennymi. W uzyskanych zależnościach pośrednio ujawnia się wpływ relacji z osobami bliskimi na funkcjonowanie jednostki w okresie wczesnej dorosłości. W tym sensie prezentowane wyniki są zgodne z rezultatami badań Luyckxa i współpracowników (2011), gdzie brano pod uwagę kontrolę rodzicielską. Jeśli stający się dorośli doświadczali nadmiernej (nachalnej) kontroli rodzicielskiej, to mieli większe trudności w dokonaniu tożsamościowych wyborów.

Uzyskane rezultaty dowodzą, że mniejsze poczucie bezpieczeństwa i powiązane z nim czynniki (mniej pozytywny stosunek do przyszłości i mniejsza gotowość do przyjęcia zmian) mogą przyczynić się do „opóźnienia” młodych dorosłych w procesie formowania się tożsamości. Najlepszym predyktorem refleksyjnej eksploracji wszerek okazał się stosunek do przyszłości. Osoby, które mniej optymistycznie spostrzegają swoją przyszłość, traktując ją jako niepewną, słabo przewidywalną i mniej przez siebie kontrolowaną, są skłonne dłużej koncentrować się na poszukiwaniach i analizach informacji dotyczących różnych alternatyw tożsamościowych, w które jednostka angażuje się przed podjęciem zobowiązań. Chociaż zgodnie z przyjętym modelem formowania się tożsamości eksploracja wszerek jest procesem adaptacyjnym, to przedłużanie się takich poszukiwań w okresie stającej się dorosłości grozi nieefektywną fiksacją. Potwierdza to regresja dla identyfikacji ze zobowiązaniem, z której wynika, że mniej pozytywny stosunek do własnej przyszłości nie sprzyja dokonywaniu względnie trwałych wyborów. Ponadto badanie pokazało, że niższe poczucie bezpieczeństwa najlepiej wyjaśnia większą koncentrację na nieadaptacyjnej eksploracji ruminacyjnej w głąb, co również przyczynia się do utrudniania osiągnięcia dojrzałej tożsamości.

Osoby w okresie stającej się dorosłości, mające w mniejszym stopniu zaspokojone poczucie bezpieczeństwa i niezbyt pozytywny stosunek do własnej przyszłości, mogą, w porównaniu z rówieśnikami, czuć się mniej punktualne w formowaniu własnej tożsamości i przeżywać związany z tym dyskomfort. Pośrednio tezę tę potwierdzają wyniki badań Anny Oleszkowicz i Anny Miszteli (2017), które ujawniły ujemną zależność między poczuciem punktualności realizacji zadania „wybór partnera życiowego” a refleksyjnym poszukiwaniem szerokim. Większe przekonanie o późniejszej realizacji tego zadania wiązało się z większym nasileniem eksploracji wszerek. Jednak ze względu na to, że badaną grupą były wyłącznie kobiety, należy pamiętać o ograniczonej generalizacji tego rezultatu. Niemniej jest

bardzo prawdopodobne, że utrzymujące się w okresie stającej się dorosłości wyższe nasilenie refleksyjnej eksploracji wszerej i obu eksploracji ruminacyjnych będzie dla jednostki niekorzystne.

W literaturze można również odnaleźć interpretację uwzględniającą odwrotny kierunek wpływu między badanymi zmiennymi. Przedłużająca się eksploracja wszerej utrudnia dookreślenie się w różnych obszarach tożsamościowych, co będzie wzmacniać niepokój, niepewność i obniżać poczucie bezpieczeństwa. Tak wyjaśnia się ujemną zależność między eksploracją wszerej i identyfikacją ze zobowiązaniem uzyskaną w innych badaniach (por. Stephen, Fraser, Marcia, 1992, za: Brzezińska, Piotrowski, 2010). Jednak tego typu zależność nie pojawia się systematycznie i nie wystąpiła również w prezentowanych badaniach własnych.

Uzyskane rezultaty są również zgodne z wynikami badań, które uwzględniały cechy przeciwne do przyjętego w tej pracy poczucia bezpieczeństwa, czyli lęk, lub – szerzej – neurotyczność. Jak wspomniano wyżej, poczucie bezpieczeństwa ma swoje uwarunkowania biologiczne i społeczne. Osobom lęklwym trudniej jest tę potrzebę zaspokoić. Badania Anny I. Brzezińskiej i in. (2010) potwierdziły dodatnią zależność między lękiem a eksploracją ruminacyjną i eksploracją wszerej oraz ujemną między podejmowaniem zobowiązania i identyfikacją ze zobowiązaniem. Uzyskane zależności w dużej części są analogiczne do analizowanych tu rezultatów badań własnych. Również Elizabetta Crocetti i in. (2009) przeprowadzili badania podłużne (z 5-krotnym pomiarem) na dwóch grupach adolescentów 10–15 lat oraz 16–20 lat, badając wymiary tożsamościowe w ujęciu Wima Meeusa (1999): eksplorację w głąb, zaangażowanie, ponowne rozpatrywanie (refleksję) nad zaangażowania oraz lęk. Wyniki pokazały, że osoby o wyższym poziomie lęku wykazywały się mniejszym tożsamościowym zaangażowaniem niż ich rówieśnicy oraz częściej dokonywały ponownej refleksji nad swoimi zobowiązaniami. Również wspomniane wcześniej badania Luyckxa, Soenensa i Goossensa (2006) pokazują, że u młodych kobiet (z grupy obejmującej pogranicze adolescencji i stającej się dorosłości) wstępuje negatywny związek neurotyczności z obydwoma wymiarami zobowiązania i pozytywny z eksploracją wszerej. Wydaje się zatem, że mniejsze poczucie bezpieczeństwa odgrywa podobną rolę jak lęk czy neurotyczność. Nie sprzyja procesowi identyfikacji ze zobowiązaniem, natomiast wzmacnia niepokój poszukiwań i pośrednio wydłuża okres koncentracji na refleksyjnej eksploracji wszerej, co w przypadku osób będących w okresie stającej się dorosłości oznacza opóźnienie w procesie formowania się tożsamości i w konsekwencji mniejszą satysfakcję z życia (por. Luyckx i in., 2011). Nie można jednak wykluczyć, że pozytywny związek między eksploracją wszerej a neurotyzmem czy innymi tego typu emocjonalnymi składnikami osobowości jest szczególnie charakterystyczny dla kobiet (wskazuje na to część badań, por. Brzezińska i in., 2010) i to przede wszystkim u nich, w okresie stającej się dorosłości, przedłużające się refleksyjne poszukiwanie szerokie staje się procesem dezadaptacyjnym, opóźniającym osiągnięcie tożsamości. Spostrzeżenie to wymaga dalszych badań.

## Literatura cytowana

- Adams, G.R. (1998). *The Objective Measure of Identity Status: A reference manual*. Unpublished Manuscript, University of Guelph. Retrieved January 10, 2012, from [http://www.uoguelph.ca/~gadams/OMEIS\\_manual.pdf](http://www.uoguelph.ca/~gadams/OMEIS_manual.pdf)
- Arnett, J.J. (2000). Emerging adulthood. A theory of development from The late teens through the twenties. *American Psychologist*, 55(5), 469–480.
- Arnett, J.J. (2002). The psychology of globalization. *American Psychologist*, 57, 774–783.
- Batory, A., Brygoła, E., Oleś P. (2016). *Odstłony tożsamości*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Bosma, H.A., Kunnen, S.E. (2001). Determinants and Mechanisms in Ego Identity Development: A Review and Synthesis. *Developmental Review*, 21(1), 39–66.
- Bowlby, J. (2007). *Przywiązanie*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Brzezińska, A.I. (2016). Dorastanie do dorosłości: odraczane czy opóźnione? W: A.I. Brzezińska, W. Syska (red.), *Ścieżki wkraczania w dorosłość* (s. 23–48). Poznań: Wydawnictwo Naukowe Wydziału Nauk Społecznych UAM.
- Brzezińska, A.I., Czub, T., Hejmanowski, Sz., Rękosiewicz, M., Kaczan, R., Piotrowski, K. (2012). Uwarunkowania procesu kształtowania się tożsamości w okresie przejścia z adolescencji do dorosłości. *Kultura i Edukacja*, 89(3), 23–50.
- Brzezińska, A.I., Piotrowski, K. (2010). Polska adaptacja Skali Wymiarów Rozwoju Tożsamości (DIDS). *Polskie Forum Psychologiczne*, 15(1), 66–84.
- Brzezińska, A.I., Piotrowski, K., Garbarek-Sawicka, E., Karowska, K., Muszyńska, K. (2010). Wymiary tożsamościowe a ich podmiotowe i kontekstowe korelaty. *Studia Psychologiczne*, 49, 1, 81–93.
- Crocetti, E., Hale, W.W., Meeus, W., Klimstra, T., Keijsers, L. (2009). Anxiety trajectories and identity development in adolescence. *Journal of Youth and Adolescence*, 38(6), 839–849.
- Erikson, E.H. (1968). *Identity. Youth and Crisis*. New York–London: W.W. Norton and Company.
- Erikson, E.H. (2004). *Tożsamość a cykl życia*. Poznań: Zysk i S-ka Wydawnictwo.
- Grotevant, H.D. (1987). Toward a process model of identity formation. *Journal of Adolescent Research*, 2, 203–222.
- Jezierski, K., (2010). Zagadnienie tożsamości w ujęciu Dana P. McAdamsa i Erika H. Eriksona. *Psychologia Rozwojowa*, 15, 4, 93–104.
- Kurcz, I. (1975). Język i mowa. W: T. Tomaszewski (red.), *Psychologia* (s. 411–489). Warszawa: PWN.
- Ledzińska, M. (2012). *Młodzi dorośli w dobie globalizacji*. Warszawa: Difin.
- Liberska, H. (2007). Współczesny obraz moratorium. W: B. Harwas-Napierała, H. Liberska (red.), *Tożsamość a współczesność* (s. 25–52). Poznań: Wydawnictwo Naukowe UAM.
- Luyckx, K., Goossens, L., Soenens, B., Beyers, W., Vansteenkiste, M. (2005). Identity statuses based upon 4 rather than 2 identity dimensions: extending and refining Marcia's paradigm. *Journal of Youth and Adolescence*, 34(6), 605–618.

- Luyckx, K., Soenens, B., Goossens, L. (2006). The personality – identity interplay in emerging adult women: convergent findings from complementary analyses. *European Journal of Personality*, 20, 195–215.
- Luyckx, K., Schwartz, S.J., Berzonsky, M., Soenens, B., Vansteenkiste, M., Smits, I., Goossens, L. (2008a). Capturing ruminative exploration: extending the four-dimensional model of identity formation in late adolescence. *Journal of Research in Personality*, 42, 58–82.
- Luyckx, K., Schwartz, S.J., Goossens, L., Pollock, S. (2008b). Employment, sense of coherence, and identity formation. *Journal of Adolescent Research*, 23, 5, 566–591.
- Luyckx, K., Schwartz, S.J., Goossens, L., Beyers, W., Missotten, L. (2011). Processes of identity formation and evaluation. W: S.J. Schwartz, K. Luyckx, V.L. Vignoles (red.), *Handbook of identity theory and research* (t. 1, s. 77–98). New York: Springer.
- Łoś, Z. (2010). *Rozwój psychiczny człowieka w ciągu całego życia*. Wrocław: Wydawnictwo Uniwersytetu Wrocławskiego.
- Marcia, J.E. (1966). Development and validation of ego-identity status. *Journal of Personality and Social Psychology*, 3, 551–558.
- Marcia, J.E. (1980). Identity in adolescence. W: J. Adelson (red.), *Handbook of adolescence psychology* (s. 159–187). New York: Wiley.
- Maslow, A. (1990). *Motywacja i osobowość*. Warszawa: Instytut Wydawniczy PAX.
- McAdams, D.P. (2001). The Psychology of Life Stories. *Review of General Psychology*, 5(2), 100–122.
- Meeus, W. (1996). Studies on identity development in adolescence: An overview of research and some new data. *Journal of Youth and Adolescence*, 25, 569–598.
- Meeus, W., Iedema, J., Helsen, M., Vollebergh, W. (1999). Patterns of adolescent identity development: Review of literature and longitudinal analysis. *Developmental Review*, 19, 419–461.
- Oleszkowicz, A., Misztela A. (2017). Wybrane aspekty realizacji zadań rozwojowych a procesy tożsamościowe u kobiet we wczesnej dorosłości. *Psychologia Rozwojowa*, 22, 4, 75–88.
- Oleś, P. (2008). O różnych rodzajach tożsamości oraz ich stabilności i zmianie. W: P. Oleś, A. Batory (red.), *Tożsamość i jej przemiany a kultura* (s. 41–84). Lublin: Wydawnictwo KUL.
- Pilarska, A. (2016). Wokół pojęcia poczucia tożsamości: przegląd problemów i propozycja konceptualizacji. *Nauka*, 2, 123–141.
- Piotrowski, K. (2013). *Tożsamość osobista w okresie wkraczania w dorosłość*. Wielichowo: TIPI.
- Plich, P. (2017). *Poczucie własnej skuteczności a formowanie tożsamości w okresie stającej się dorosłości*. Nieopublikowana praca magisterska. Wrocław: Instytut Psychologii Uniwersytet Wrocławski.
- Rękosiewicz, M. (2012). *W drodze do dorosłości. Tożsamość osób z niepełnosprawnością intelektualną*. Wielichowo: TIPI.
- Słowińska, A., Oleszkowicz, A. (2015). Kwestionariusz procesów tożsamościowych (KPT) – walidacja narzędzia. *Studia Psychologiczne*, 53, 3, 8–19.

- Słowińska, A., Oleszkowicz, A., (2016) Modification of Luyckx et al.'s Integrated Process Oriented Model of Identity Formation. *Polish Journal of Applied Psychology*, 13, 4, 25–53.
- Stephen, J., Fraser, E., Marcia, J.E. (1992). Moratorium-achievement (MAMA) cycles in lifespan identity development: Value orientations and reasoning system correlates. *Journal of Adolescence*, 15, 283–300.
- Sugimura, K., Mizokami, S. (2012). Personal Identity in Japan. W: S.J. Schwartz (red.), *Identity Around The World. New Direction for Child and Adolescent Development* (s. 123–143). San Francisco: Jossey-Bass, Wiley Periodicals, nr 138.
- Uchnast, Z. (1990). Metoda pomiaru poczucia bezpieczeństwa. W: A. Januszewski, Z. Uchnast, T. Witkowski (red.), *Wykłady z psychologii w KUL* (t. 5, s. 95–108). Lublin: Wydawnictwo KUL.
- Waterman, A.S. (1982). Identity development from adolescence to adulthood: An extension of theory and a review of research. *Developmental Psychology*, 18(3), 341–358.
- Wysota, M. (2010). Strategie konstruowania przyszłości przez adolescentów w kontekście rzeczywistości kreowanej w telewizji. Nieopublikowana praca magisterska. Wrocław: Instytut Psychologii Uniwersytet Wrocławski.
- Zagórska, W., Jelińska, M., Surma, M., Lipska, A. (2012). *Wydłużająca się droga do dorosłości*. Warszawa: Wydawnictwo Uniwersytetu Kardynała Stefana Wyszyńskiego.

**Streszczenie.** Prezentowane badania wpisują się zarówno w poszukiwanie emocjonalnych (osobowościowych) predyktorów formowania się tożsamości, jak też (pośrednio) w określenie znaczenia czynników środowiskowych (rodziny). Podstawę teoretyczną badań stanowi model Podwójnego Cyklu Formowania się Tożsamości Luyckxa i współpracowników. W badaniu wzięło udział 248 osób w wieku 19–30 lat (w tym 136 kobiet). Wykorzystano następujące metody: Kwestionariusz Procesów Tożsamościowych (KPT-36) autorstwa A. Słowińskiej i A. Oleszkowicz, kwestionariusz „Człowiek w świecie” M. Ledzińskiej, kwestionariusz Poczucia Bezpieczeństwa Z. Uchnasta oraz dyferencjał semantyczny skonstruowany dla pojęcia „Moja przyszłość”. Wyniki wskazują na pozytywną zależność pomiędzy poczuciem bezpieczeństwa i pozytywnym stosunkiem własnej przeszłości a nasileniem procesów eksploracji w głąb oraz identyfikacji ze zobowiązaniem. Z kolei ujemna zależność dotyczy eksploracji wszerej oraz eksploracji ruminacyjnej. Podobne zależności z wymiarami tożsamości dotyczą deklarowanej przez badanych gotowości do przyjęcia zmian charakterystycznych dla współczesnej rzeczywistości.

**Słowa kluczowe:** procesy tożsamościowe, refleksyjna eksploracja wszerej i w głąb, eksploracja ruminacyjna, identyfikacja ze zobowiązaniem, poczucie bezpieczeństwa

Data wpłynięcia: 23.04.2017

Data wpłynięcia po poprawkach: 20.11.2017

Data zatwierdzenia tekstu do druku: 20.12.2018