

DOMINIKA KARAŚ

MARIA KŁYM

Uniwersytet Kardynała Stefana Wyszyńskiego, Warszawa  
Cardinal Stefan Wyszyński University, Warszawa  
e-mail: dominika.karas@gmail.com

JAN CIECIUCH<sup>1</sup>

Wyższa Szkoła Finansów i Zarządzania, Warszawa  
University of Finance and Management, Warszawa

## Eudajmonistyczny dobrostan psychiczny a kształtowanie poczucia tożsamości w sferze edukacyjnej i zawodowej

### Eudaimonic psychological well-being and identity formation in educational and occupational domains

**Abstract.** The main aim of the research was to empirically verify the model of relationships between the three identity dimensions: commitment, in-depth exploration and reconsideration of commitment, as differentiated in the model proposed by Crocetti, Rubini, and Meeus (2008), and the eudaimonic psychological well-being in the model proposed by Ryff (1989). The participants were 504 students and workers aged 17–55. Two separate models were created: one considered identity formation in educational domain, and the other – in occupational domain. Well-being was introduced to the model as an endogenous variable, explained by the three identity dimensions. In the model with educational identity, the identity dimensions explained 28% of well-being variance, and in the model with occupational identity – 17%. The results obtained highlighted the meaning of identity formation on the way to achieve eudaimonic well-being.

**Key words:** identity dimensions, identity domains, psychological well-being

**Słowa kluczowe:** wymiary tożsamości, sfery tożsamości, dobrostan psychiczny

#### MODELE KSZTAŁTOWANIA TOŻSAMOŚCI WYWODZĄCE SIĘ Z PSYCHOSPOŁECZNEJ TEORII ERIKSONA

Wiele współczesnych teorii kształtowania się poczucia tożsamości w cyklu życia człowieka wywodzi się z koncepcji Erika Eriksona (1968), który po raz pierwszy użył sformułowania „tożsamość ego” (*ego identity*). W swej teorii rozwoju psychospołecznego Erikson

(1968, 1950/2000) przedstawiał rozwój jako serię konfliktów, z którymi musi sobie poradzić jednostka. Każdy taki konflikt (związany z doświadczanym kryzysem) ma swoją kulminację podczas jednego z okresów rozwojowych, których Erikson wyróżnił osiem. Rozwiązanie kryzysu charakterystycznego dla danego etapu życia ma wpływ na rozwój w dalszych etapach.

Według Eriksona zaczątki poczucia tożsamości kształtują się już w okresie niemow-

lęcym, jeśli dziecko doświadcza spójności i ciągłości ze strony otoczenia. Poczucie tożsamości kształtuje się w ciągu całego życia, jednak krytycznym dla jego rozwoju okresem jest czas dorastania. Wtedy właśnie przed człowiekiem pojawia się pytanie „kim jestem?”, będące rezultatem piątego z eriksonowskich kryzysów: „tożsamość a rozproszenie tożsamości”. Właściwa odpowiedź na to pytanie prowadzi do stabilnego, spójnego sposobu zachowania się w różnych życiowych sytuacjach, mimo zmian następujących w otoczeniu i w człowieku. Erikson (2004) podkreślał jednak, że choć adolescencja stanowi stadium kryzysu tożsamości, to jednak kształtowanie się poczucia tożsamości ani się wtedy nie zaczyna, ani nie kończy. Według Eriksona (2004) może ono być tracone i odzyskiwane również w okresie dorosłości, a w okresie adolescencji wypracowywane są metody jego wzmacniania i przywracania.

Koncepcja Eriksona została zoperacjonalizowana przez Jamesa E. Marcję (1966), który również postrzegał osiągnięcie tożsamości jako jedno z zadań rozwojowych. Marcia wyróżnił dwa procesy właściwe dla formowania się poczucia tożsamości: poszukiwanie (zwane początkowo kryzysem) i zaangażowanie. Poszukiwanie odnosi się do aktywnego eksplorowania możliwości obecnych w otoczeniu człowieka, rozpoznawania panujących tam relacji, a także przeglądu własnych zasobów. Zaangażowanie zaś oznacza podjęcie decyzji i wyboru drogi, którą młody człowiek będzie podążał, jak również przyjęcie odpowiedzialności za własne postępowanie. Procesy te związane są z różnymi dziedzinami życia jednostki: życiem zawodowym, wyznaczanymi wartościami i ideologią. Na podstawie obecności lub nieobecności tych dwóch wymiarów, Marcia wyróżnił cztery statusy tożsamości: tożsamość osiągniętą, nadaną (przekazywaną), dyfuzyjną (rozproszoną) i moratoryjną (odroczoną). Osoba z tożsamością osiągniętą podjęła już zaangażowanie, poprzedzone okresem aktywnego poszukiwania. Osoba o tożsamości nadanej podjęła wprawdzie zaangażowanie, ale nie doświadczyła (lub doświadczyła w niewielkim stopniu) kry-

zysu poszukiwania. Tożsamość moratoryjna charakteryzuje się aktywnym poszukiwaniem możliwych obszarów zaangażowania, lecz brakiem trwałego zaangażowania w jakikolwiek wybór. Z kolei tożsamość rozproszona oznacza, że młody człowiek nie podjął jeszcze ani poszukiwania, ani zaangażowania. Badania wskazują na powiązanie wymiarów i statusów tożsamości z szeregiem zmiennych osobowościowych i społecznych (Marcia, 1966; Crocetti, Rubini, Meeus, 2008; Brzezińska i in., 2008).

Teoria kształtowania tożsamości według Marcii doczekała się szeregu rozwinięć. Jednym z takich opracowań jest koncepcja Wima Meeusa (1996), który zasugerował, że nawet po podjęciu zaangażowania, jednostka nadal może podejmować poszukiwania dotyczące bieżących wyborów, co zmieniło dotychczasowe rozumienie procesu poszukiwania. Z kolei Koen Luyckx, Luc Goossens, Bart Soenens i Wim Beyers (2006) wyróżnili dwa rodzaje tego procesu: poszukiwanie głębokie (dotyczące zbierania informacji o bieżących zaangażowaniach) i szerokie (poszukiwanie nowych możliwości zaangażowania). Teoria ta została następnie rozszerzona (Luyckx i in., 2008a) o dodanie kolejnego procesu: poszukiwania ruminacyjnego (dysfunkcyjnego typu poszukiwania, związanego z negatywnymi aspektami funkcjonowania psychospołecznego i trudnościami z osiągnięciem poczucia tożsamości). Obie wyżej wymienione teorie skupiają się na kategoriach procesów istotnych dla formowania się poczucia tożsamości. Różnica pomiędzy podejściami Meeusa i Luyckxa polega z jednej strony na wyróżnieniu innych wymiarów tożsamości, a z drugiej na odniesieniu do aktualnej sytuacji jednostki: koncepcja Luyckxa i in. jest używana do oceny planów na przyszłość, natomiast koncepcja Meeusa stosowana jest do oceny, w jaki sposób jednostka radzi sobie z bieżącymi doświadczeniami.

Teoria Meeusa, na której oparto badania prezentowane w niniejszym artykule, została następnie rozszerzona (Crocetti, Rubini, Meeus, 2008): oprócz wcześniejszego wyróżnienia zaangażowania (*commitment*) i głębo-

kiego poszukiwania (*in-depth exploration*), dodano również wymiar rewizji zaangażowania (*reconsideration of commitment*). Zaangażowanie w ich ujęciu łączy dwa elementy: wybór podjęty w ważnej dla tożsamości sferze (np. światopoglądowej, zawodowej czy interpersonalnej) oraz stopień, w jakim jednostka identyfikuje się z tym wyborem. Głębokie poszukiwanie odnosi się do sposobu, w jaki człowiek radzi sobie z istniejącymi zaangażowaniami, oraz stopnia, w jakim poszukuje nowych informacji na ich temat. Z jednej strony jest to adaptacyjny proces, ale może też generować problemy, jeśli osoba zacznie przeszacowywać swoje zaangażowania lub nabierać wątpliwości co do własnych wyborów. Trzeci wymiar, rewizja zaangażowania, odnosi się do wysiłków, jakie czynią ludzie, by zmienić bieżące zaangażowania, gdy przestają one być satysfakcjonujące. Rewizja zaangażowania bez wątplenia stanowi problemowy i kryzysogeny aspekt formowania się tożsamości, jest też wyrazem braku satysfakcji z życiowych wyborów i chęci poszukiwania nowych tożsamościowych alternatyw.

Elisabetta Crocetti, Monica Rubini, Wim Meeus (2008) wskazali również, iż stabilne zaangażowanie dotyczące jednej ze sfer ważnych dla poczucia tożsamości (np. edukacji) nie musi oznaczać podjęcia zaangażowania w innej sferze (np. relacji interpersonalnych czy pracy zawodowej), i podkreślili, że przyszłe badania dotyczące formowania się tożsamości powinny uwzględniać różnice między poszczególnymi sferami zaangażowań. Chyba najczęściej badaniom poddawana bywała sfera tożsamości edukacyjnej i zawodowej (Hirshi, 2012; Negru, Crocetti, 2010; Crocetti, Rubini, Meeus, 2008). Prezentowane poniżej badania również dotyczą sfer edukacyjnej i zawodowej.

Do pomiaru zaproponowanych trzech wymiarów formowania tożsamości początkowo służył kwestionariusz Utrecht-Groningen Identity Development Scale (U-GIDS, Meeus, 1996), pozwalający na ocenę zaangażowania i głębokiego poszukiwania w różnych sferach życia jednostki. Polską wersję U-GIDS przygotowaną przez Jana Rostowskiego zastoso-

wano w wielu badaniach przeprowadzonych w Polsce (m.in. Witkowska i in., 1997, Rydz, Strzelczyk-Muszyńska, 1998; Rydz, Strzelczyk-Muszyńska, 2001; Marat, 2001, Marat, Rostowski, 2001; Rydz i in., 2012). W 2008 roku Crocetti, Rubini i Meeus skonstruowali następcę skali U-GIDS – narzędzie Utrecht Management of Identity Commitments Scale (U-MICS). Kwestionariusz U-MICS różni się od U-GIDS rozszerzeniem o wymiar rewizji zaangażowania. W badaniach prezentowanych w niniejszym artykule po raz pierwszy został wykorzystany model trójwymiarowy oraz narzędzie pomiarowe U-MICS.

Wyniki badań przeprowadzonych przez Crocetti, Rubini i Meeusa (2008) wykazały silny pozytywny związek zaangażowania z głębokim poszukiwaniem, co oznacza, że osoby, których zaangażowanie jest silne, aktywnie poszukują informacji o swoich wyborach. Ponadto, poszukiwanie okazało się być również pozytywnie powiązane z rewizją zaangażowania. Oznacza to, że jednostki, które eksplorują istniejące zaangażowania, poszukują również informacji o alternatywnych możliwościach zaangażowania. Crocetti, Rubini i Meeus (2008) zakładali również, że rewizja zaangażowania pozostaje w ujemnym związku z samym zaangażowaniem, jednak przeprowadzone przez nich badania nie przyniosły potwierdzenia dla tej hipotezy.

## KSZTAŁTOWANIE SIĘ POCZUCIA TOŻSAMOŚCI W DOROSŁOŚCI

W psychologii rozwojowej tradycyjnie ujmowano proces formowania się stabilnego poczucia tożsamości jako właściwość głównie okresu dorastania. Ostatnimi laty badacze coraz częściej jednak zwracają uwagę na rolę okresu stającej się dorosłości (Arnett, 2000) jako czasu przedłużonego moratorium tożsamościowego. Pojawiają się także uwagi, że zagadnienia dotyczące kształtowania tożsamości mogą się rozstrzygać również w dorosłym życiu (Whitbourne i in., 2002; Tesch, Whitbourne, 1982; Whitbourne, 1986; Stephen i in., 1992; Cramer, 2004). Anna Brze-

zińska, Karolina Appelt i Beata Ziółkowska (2008) w swym podziale życia człowieka na okresy zwane erami podkreślają, że w okresie adolescencji następuje dopiero formowanie „zrębów tożsamości”, a dopiero wczesna, środkowa i późna dorosłość (era IV) mają największe znaczenie dla kształtowania się poczucia tożsamości.

Już Alan Waterman (1982) podkreślał brak precyzji w określeniu kolejności, w jakiej pojawiają się statusy tożsamości wyróżnione przez Marcję, proponując model, który opisywał nie tylko postępujący, ale i regresywny charakter zmian w procesie formowania się poczucia tożsamości. Również Luyckx, Goossens, Soenens i Beyers (2006), proponując swój dwucykliczny model, zwrócili uwagę na to, że podejmowanie zaangażowań i poszukiwanie mogą naprzemiennie współwystępować, nieustannie się przeplatając. Teorie te kładą nacisk na fakt, iż osiągnięcie tożsamości nie musi być faktem nieodwracalnym, można więc przypuszczać, że proces ten może przebiegać w ciągu całego życia człowieka. Jakkolwiek zaangażowanie się w sferze edukacyjnej z pewnością jest typowe dla okresu adolescencji i okresu stającej się dorosłości, to jednak sfera zawodowa, szczególnie niepewna i nie-

stabilna w dzisiejszej rzeczywistości, dotyczy całego okresu dorosłości. Dlatego też w prezentowanych poniżej badaniach przedmiotem zainteresowań stała się tożsamość edukacyjna u osób studiujących oraz tożsamość zawodowa u osób pracujących. Tożsamość edukacyjna dotyczy zaangażowania w sferę własnej edukacji, wiąże się z przekonaniem i poczuciem, że wybrany kierunek edukacji zapewni poczucie bezpieczeństwa i pewności siebie. Wiąże się również z chęcią poszerzania wiedzy z wybranej przez siebie dziedziny edukacji. Poczucie tożsamości zawodowej jest związane z przekonaniem i poczuciem, że wykonywana praca zapewni bezpieczną przyszłość i stabilizację. Oznacza również aktywność poznawczą ukierunkowaną na zdobycie wiedzy z zakresu wykonywanej pracy.

### **POCZUCIE TOŻSAMOŚCI A EUDAJMONISTYCZNY DOBROSTAN PSYCHICZNY**

Zgodnie z teorią Eriksona, każdy ze skutecznie rozwiązanych kryzysów niesie z sobą wypracowanie pewnych sił, które pozwalają człowiekowi lepiej radzić sobie z wymaga-

**Tabela 1.** Wymiary dobrostanu psychicznego według Ryff (1989)

<b>Wymiar dobrostanu</b>	<b>Definicja</b>
Autonomia	Niezależność, nieuleganie naciskom zewnętrznym, ocena siebie według wewnętrznych standardów
Panowanie nad otoczeniem	Poczucie sprawstwa, kompetencji, zdolność do przekształcania otoczenia zgodnie ze swoimi potrzebami i wartościami, podejmowanie wyzwań
Samoakceptacja	Pozytywny stosunek do samego siebie, akceptacja swoich wad i zalet
Pozytywne relacje z innymi	Doświadczenie ciepłych i pełnych zaufania relacji interpersonalnych i kontaktów społecznych
Cel życiowy	Przekonanie o ukierunkowaniu własnego życia na realizację ważnego celu, zdolność do stawiania i realizowania zadań życiowych
Osobisty rozwój	Umiejętność doskonalenia swoich umiejętności, realizacji swojego potencjału, poszukiwanie dróg dalszego rozwoju, poczucie, że podejmowane wyzwania prowadzą do wzrostu kompetencji

niami psychospołecznymi. Jak pisał Erikson (1968), rozwój tożsamości jest subiektywnie odczuwany jako poczucie „psychospołecznego dobrostanu” (*sense of psychosocial well-being*), a skuteczne pokonanie kryzysu niesie z sobą wzrost poczucia wewnętrznej spójności, poczucia kompetencji i samooceny oraz wierności sobie, a także wykształcenie świadomości tego, dokąd się w życiu zmierza. Erikson nie zoperacjonalizował jednak szczegółowo wymiarów owego psychospołecznego dobrostanu.

Wydaje się, że eriksonowskie rozumienie dobrostanu psychospołecznego jest stosunkowo bliskie koncepcji eudajmonistycznego dobrostanu psychicznego opracowanej przez Carol Ryff (1989). W swym ujęciu dobrostanu psychicznego zaproponowała ona sześć jego aspektów. Są to: autonomia, poczucie posiadania celu w życiu, poczucie panowania nad otoczeniem, rozwój osobisty, pozytywne relacje z innymi ludźmi i samoakceptacja (tabela 1).

Koncepcja dobrostanu eudajmonistycznego nawiązuje do tradycji arystotelesowskiej (Ryff, 1989; Wojciechowska, 2011; Waterman, 2010). Dobrostan eudajmonistyczny wykracza poza poczucie przyjemności w życiu jednostki (mierzone jako dobrostan subiektywny). Obejmuje on wyższy stopień integracji psychospołecznej, szeroko pojęte „dobre życie” (*a good life*, Waterman i in., 2010). Prowadzą do niego: poczucie rozumienia samego siebie i świata, psychiczna integracja i budowanie swojej własnej historii, aktualizacja własnego potencjału, wyrażanie samego siebie, a także poczucie posiadania i realizacji celów życiowych, czyli życie zgodne z naturą człowieka. Eudajmonia w rozumieniu arystotelesowskim jest najwyższym dobrem, szczęściem składającym się nie tylko z przyjemności, ale i cnót, najwyższym osiągnięciem rozwoju człowieka. Dobrostan eudajmonistyczny jest przeciwieństwem hedonistycznego, który zawiera przede wszystkim przyjemność, chwilowy afekt (Ryff, 1989).

Jeśli zatem konceptualizacja dobrostanu proponowana przez Ryff (1989) jest bliska dobrostanowi w rozumieniu Eriksona, to war-

to podjąć badania dotyczące tego, które procesy tożsamościowe i w jakim stopniu prowadzą do dobrostanu eudajmonistycznego w ujęciu Ryff, której koncepcja zawiera również propozycję operacjonalizacji i pomiaru dobrostanu.

## TOŻSAMOŚĆ A DOBROSTAN PSYCHICZNY: DOTYCHCZASOWE BADANIA

Podejmowano już wiele badań mających na celu określenie związków pomiędzy kształtowaniem tożsamości a dobrostanem psychicznym. W badaniach tych wykorzystywano różne modele kształtowania tożsamości, ale też w różny sposób operacjonalizowano dobrostan. Często były to takie operacjonalizacje, które jedynie w części dotyczyły jakiegoś aspektu dobrostanu psychospołecznego Eriksona, choć używane było określenie „dobrostan”. Tożsamość w badaniach prowadzonych w tym zakresie była ujmowana zarówno w kategoriach stylów tożsamości Michaela Berzonsky’ego (Phillips, Pittman, 2007; Vleioras, Bosma, 2005; Nurmi i in., 1997), statusów, jak i wymiarów tożsamości Marcii (Crocetti, Rubini, Meeus, 2008; Crocetti, Rubini, Luyckx, Meeus, 2008; Hofer i in., 2011, Luyckx i in., 2008a, 2008b; Hofer i in., 2007; Negru, Crocetti, 2010). Czasem również tożsamość bywała rozpatrywana w kategorii takich zmiennych, jak liczba podejmowanych ról (Vanderwater, Stewart, 2006) czy też zaangażowanie w swoją pracę (Hirschi, 2012). W literaturze jednak na plan pierwszy wysuwają się zdecydowanie teorie z nurtu nawiązującego do koncepcji Marcii. Poniżej dokonany zostanie krótki przegląd badań nad związkami dobrostanu (różnie rozumianego) z formowaniem tożsamości.

Osoby z tożsamością osiągniętą, charakteryzujące się wysokim nasileniem poszukiwania i zaangażowania czy też osoby o informacyjnym stylu tożsamości prezentują najbardziej adaptacyjny profil osobowości (najwyższa ekstrawersja, ugodowość, sumienność i otwartość na doświadczenia), wykazują najmniej problemów psychicznych i wysoka

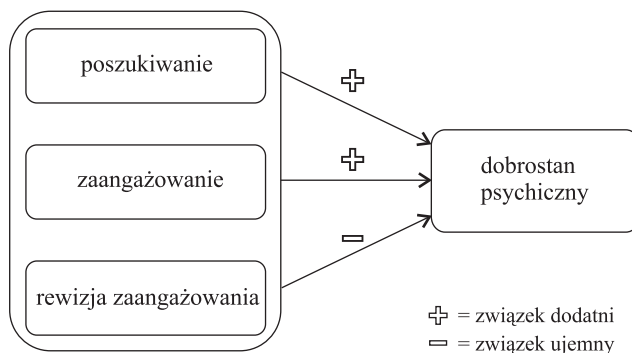
jakość relacji z bliskimi: dobrą komunikację i duże zaufanie (Crocetti, Rubini, Meeus, 2008; Crocetti, Rubini, Luyckx, Meeus, 2008). W polskich badaniach osoby z tożsamością osiągniętą charakteryzowały się wyższym poczuciem sensu i celu w życiu (Brudzińska, 1997), lepiej radziły sobie ze stresem (Marat, 1997) i odczuwały mniejsze symptomy depresji i lęku niż osoby w innych statusach (Marat, Rostowski, 2001). Osoby takie częściej prezentują styl radzenia sobie skoncentrowany na zadaniu, a niższą tendencję do reakcji lękowych i depresyjnych (Berzonsky, 2003; Luyckx i in., 2007), wyższą samoocenę (Nurmi i in., 1997; Luyckx i in., 2007), standardy adaptacyjne (Luyckx i in., 2008b), satysfakcję z życia i większy poziom pozytywnego afektu (Hofer i in., 2007). Także poziom eudajmonistycznego dobrostanu psychicznego jest u nich wyższy (Bauer i in., 2006). Również Joel Sneed, Susan Whitbourne i Seth Schwartz (2011) wskazują, iż osiągnięta tożsamość może się stać predyktorem dobrostanu psychicznego w dorosłym życiu, a pozytywne rozwiązanie kryzysu tożsamości prowadzi człowieka do osiągnięcia poczucia sensu życia i poczucia posiadania miejsca w społeczeństwie.

Osoby o tożsamości nadanej, charakteryzujące się wysokim zaangażowaniem przy jednoczesnym braku poszukiwania, czy też osoby ze stylem normatywnym, są z jednej strony podobne do tych z tożsamością osiągniętą (wykazują niskie problemy psychospołeczne i dobrą komunikację z rodzicami), ale z drugiej są mniej ekstrawertywne, mniej ugodowe, mniej sumienne i mniej otwarte na doświadczenia, chociaż ich stabilność emocjonalna jest wysoka (Crocetti, Rubini, Meeus, 2008; Crocetti, Rubini, Luyckx, Meeus, 2008). Podobnie do osób o osiągniętej tożsamości, charakteryzują się wyższym dobrostanem psychicznym (Schwartz, 2001; Vleioras, Bosma, 2005). Osoby takie wykazują się również bardzo stabilną wizją siebie (Nurmi i in., 1997), chociaż w niektórych badaniach wykazały również wyższy afekt negatywny (Hofer i in., 2007). W polskich badaniach osoby z tożsamością nadaną charakteryzowały się wysokim

nasileniem symptomów depresji i lęku (Marat, Rostowski, 2001), niższym poczuciem sensu i celu w życiu (Brudzińska, 1997) oraz prezentowały trudności w relacjach z rówieśnikami (Strzelczyk-Muszyńska, 1997), co również nie mogło pozostać bez znaczenia dla poziomu dobrostanu psychicznego.

Osoby w moratorium, charakteryzujące się wysokim poszukiwaniem, lecz brakiem zaangażowania, mają niższe wyniki w cechach osobowości adaptacyjnej i w jakości relacji z rodzicami. Podkreślany jest również kryzysogeny aspekt moratorium (Crocetti, Rubini, Meeus, 2008; Crocetti, Rubini, Luyckx, Meeus, 2008), co potwierdza wyższy wynik w miarach problemów psychicznych (depresyjność, lęk szkolny i lęk uogólniony, bezpośrednia agresja) i niższy poziom dobrostanu psychicznego (Vleioras, Bosma, 2005; Hirschi, 2012). W polskich badaniach osoby w moratorium wykazywały się z jednej strony wyższym poczuciem celu i sensu życia (Brudzińska, 1997), z drugiej jednak strony, kobiety w tym statusie prezentowały problemy w nawiązywaniu kontaktów interpersonalnych (Rydz, 1997).

Osoby z tożsamością dyfuzyjną lub też o dyfuzyjnym stylu tożsamości, charakteryzujące się brakiem zaangażowań i nieeksplorujące tożsamościowych alternatyw, podobnie jak osoby o tożsamości nadanej, prezentują niski poziom problemów psychosocjalnych, jednak zdradzają pewną ambiwalencję w relacjach z bliskimi (Crocetti, Rubini, Meeus, 2008; Crocetti, Rubini, Luyckx, Meeus, 2008). Wykazują się one również niższym optymizmem, większym poczuciem beznadziejności i niższą samooceną (Phillips, Pittman, 2007), a także mniejszą liczbą pozytywnych relacji z innymi, niższym poczuciem panowania nad otoczeniem, brakiem poczucia celu i rozwoju w życiu (Vleioras, Bosma, 2005), największą liczbą symptomów depresyjnych i wyższym poszukiwaniem wsparcia społecznego, a niższym oczekiwaniem sukcesu (Nurmi i in., 1997; Luyckx i in., 2008b). Badania polskich adolescentów i młodych dorosłych (Marat, 1997) wykazały, iż osoby o tożsamości rozproszonej gorzej sobie radzą ze stresem



**Rysunek 1.** Proponowany model wyjaśniania zależności pomiędzy wymiarami poczucia tożsamości a dobrostanem psychicznym

niż osoby o osiągniętym poczuciu tożsamości oraz przejawiają niższe poczucie sensu i celu życia (Brudzińska, 1997), które może się wiązać z niskim nasileniem dobrostanu psychicznego.

Niezależnie od tego, w jakim nurcie teoretycznym były prowadzone badania, wnioski z otrzymanych wyników są podobne: w statusach tożsamości charakteryzujących się wyższym zaangażowaniem odnotowano wyższy poziom dobrostanu. Dobrostan bywał jednakże bardzo różnie i szeroko rozumiany. W niniejszych badaniach przyjęto koncepcję bliską ujęciu dobrostanu psychospołecznego przez Eriksona (1968).

## BADANY PROBLEM

W niniejszych badaniach dobrostan jest rozumiany na sposób eudajmonistyczny, według propozycji Ryff (1989). Takie ujęcie dobrostanu psychicznego umożliwi traktowanie go jako swoistego kryterium dojrzałej tożsamości, zgodnie z charakterystyką dobrostanu prezentowaną przez Eriksona (1968). Tożsamość została ujęta zgodnie z modelem trzech wymiarów tożsamości Crocetti, Rubini i Meeusa (2008).

W Polsce przeprowadzono dotychczas wiele badań nawiązujących do koncepcji tożsamości wywodzących się z teorii rozwoju psychospołecznego Eriksona – m.in. ujęć

Berzonsky'ego (por. Senejko, 2010; Oleszkowicz, Misztela, 2010), Luyckxa (Brzezińska, Piotrowski, 2010) i Meeusa (por. Rydz, Strzelczyk-Muszyńska, 2001; Marat, 2001; Rostowski, 2005). Narzędzie U-MICS nie było jednak dotychczas wykorzystywane w Polsce. W niniejszych badaniach podjęto również próbę stworzenia spójnego modelu powiązań pomiędzy trzema wymiarami tożsamości: poszukiwaniem, zaangażowaniem i rewizją zaangażowania oraz eudajmonistycznym dobrostanem psychicznym. Jest to zatem próba swego rodzaju syntezy dotychczasowej wiedzy dotyczącej związków dobrostanu psychicznego z wymiarami tożsamości. Niniejsze badania dotyczą procesu formowania się poczucia tożsamości w sferze edukacyjnej w okresie adolescencji oraz w sferze zawodowej w okresie wczesnej dorosłości, ponieważ opierają się na założeniu, że kształtowanie się tożsamości jest procesem zachodzącym również w okresie dorosłości, choć odbywającym się wówczas w innych sferach tożsamości niż w okresie dorastania.

Główna hipoteza postawiona w niniejszych badaniach brzmi: Istnieje związek pomiędzy wymiarami tożsamości a dobrostanem psychicznym, polegający na tym, że osiągnięcie poczucia tożsamości, określane przez wysoki poziom poszukiwania i zaangażowania i niski poziom rewizji zaangażowania, przyczynia się do osiągnięcia dobrostanu. Propo-

nowany model zależności przedstawiony jest schematycznie na rysunku 1.

Oczekiwano podobnego modelu zależności zarówno w sferze tożsamości edukacyjnej u osób studiujących, jak i zawodowej u osób pracujących.

## METODA

### Osoby badane i procedura

W badaniu wzięły udział łącznie 504 osoby w wieku od 17 do 55 lat ( $M = 24.4$ ,  $SD = 6.6$ ). Mężczyźni stanowili 24.2% całej grupy. Analizy zostały przeprowadzone w dwóch podgrupach: studentów i osób pracujących. Grupa studentów liczyła 210 osób. Byli to studenci różnych kierunków kilku warszawskich uczelni, w wieku od 17 do 33 lat ( $M = 21.1$ ,  $SD = 1.8$ ; 83% kobiet). Grupa pracujących liczyła 294 osoby, w wieku od 19 do 55 lat ( $M = 26.8$ ,  $SD = 7.6$ ; 70% kobiet). Kryterium przydziału do grupy studiujących lub pracujących był fakt posiadania stałej pracy. Grupa studiujących składała się z osób, które wyłącznie studiuja i nie pracują. W grupie pracujących natomiast znalazły się osoby, które mają stałą pracę, niezależnie od tego, czy dodatkowo studiuja. Jeśli zatem osoby badane zarówno studiowały, jak i posiadały stałą pracę, zaliczono je do grupy pracujących.

Badania przeprowadzono grupowo, metodą papier-olówek. Badania były przeprowadzane przez pierwszego i drugiego autora niniejszego artykułu, z zachowaniem anonimowości osób badanych.

### Zastosowane narzędzia

Do pomiaru wymiarów tożsamości zastosowano kwestionariusz Utrecht-Management of

Identity Commitments Scale (U-MICS; Crocetti, Rubini, Meeus, 2008) w polskiej adaptacji Jana Ciecucha. Jest to skala samoopisowa, służąca do pomiaru trzech wymiarów tożsamości: zaangażowania (5 itemów), głębokiego poszukiwania (5 itemów) i rewizji zaangażowania (3 itemy). Skala pozwala na szacowanie wymiarów tożsamości w różnych sferach. Niniejsze badania dotyczyły sfery edukacyjnej i zawodowej. Zostały zastosowane odmienne wersje kwestionariusza dla studentów (pomiar tożsamości edukacyjnej) i osób pracujących (pomiar tożsamości zawodowej). Narzędzie zawiera stwierdzenia, na które należy udzielić odpowiedzi od 1 („zdecydowanie nieprawda”) do 5 („zdecydowanie prawda”). Współczynniki  $\alpha$ -Cronbacha, określające rzetelność poszczególnych skal, prezentuje tabela 2.

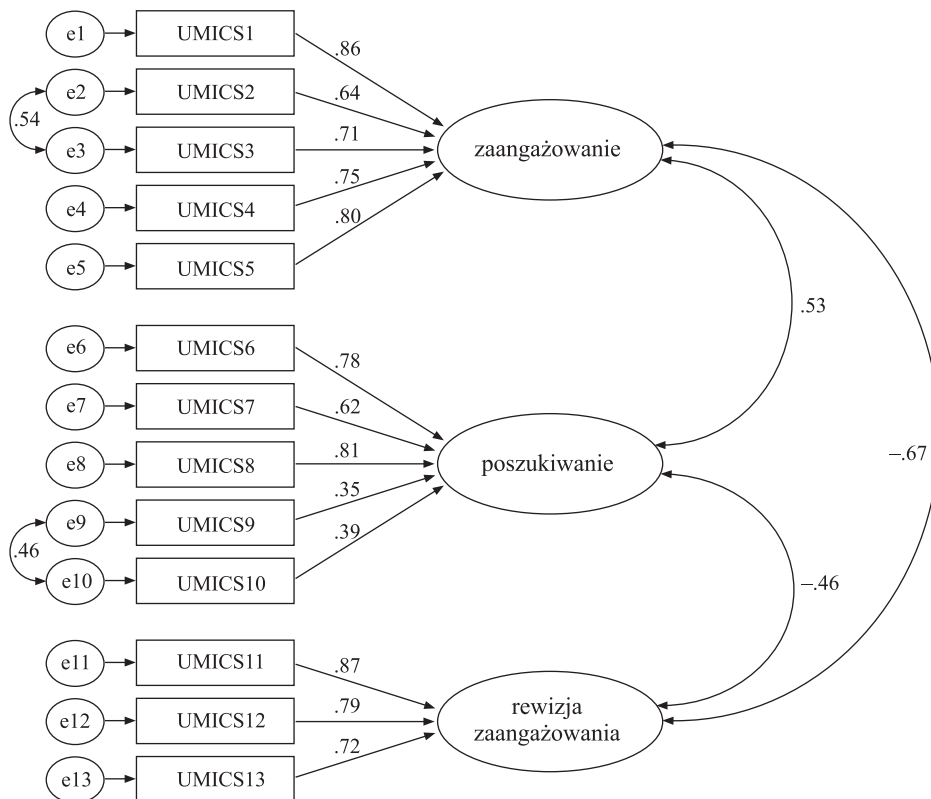
W celu weryfikacji trójczynnikowej struktury wymiarów tożsamości, a tym samym określenia trafności narzędzia, zastosowana została confirmacyjna analiza czynnikowa na itemach, przy użyciu programu Amos 20. Stworzono osobne modele pomiarowe dla grupy studentów (model tożsamości edukacyjnej) i osób pracujących (model tożsamości zawodowej). Na rysunkach 2 i 3 przedstawiono strukturę czynnikową wymiarów tożsamości w obu grupach.

Ładunki czynnikowe itemów zawierają się w przedziale .35–.87 dla tożsamości edukacyjnej i .28–.90 dla tożsamości zawodowej. Wskaźniki dopasowania modelu do danych prezentuje tabela 3. Oszacowanie oparte jest na wskaźnikach CFI (Comparative Fit Index) i RMSEA (Root Mean Square Error of Approximation). Po skorelowaniu z sobą błędów pomiaru dotyczących dwóch par itemów (cechujących się dużą wspólnotą treściową: w pierwszym przypadku oba itemy odnoszą się do poczucia pewności siebie, w dru-

**Tabela 2.** Współczynniki  $\alpha$ -Cronbacha dla poszczególnych wymiarów U-MICS

Wymiary tożsamości	Tożsamość edukacyjna	Tożsamość zawodowa
Zaangażowanie	.876	.901
Poszukiwanie	.751	.768
Rewizja zaangażowania	.831	.879





**Rysunek 2.** Konfirmacyjna analiza czynnikowa – struktura czynnikowa wymiarów tożsamości edukacyjnej

gim do opinii innych ludzi) wskazanych na rysunkach 2 i 3, dla kwestionariusza mierzącego tożsamość edukacyjną otrzymano  $RMSA < .08$ , co oznacza, że wskaźnik można uznać za dopuszczający, zaś dla obu wersji kwestionariusza  $CFI > .9$ , co również oznacza możliwość akceptacji obu modeli jako dobrze dopasowanych do danych (Hu, Bentler; 1999, Marsh i in., 2004).

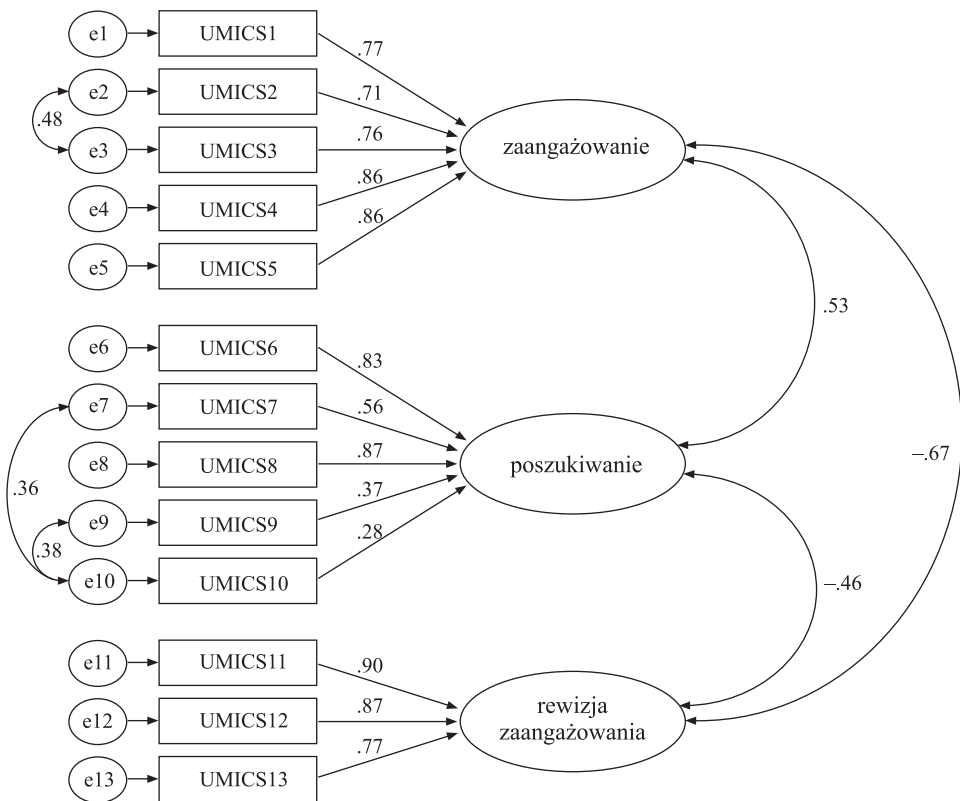
Poziom dobrostanu psychicznego zmierzono krótką wersją The Scales of Psychological Well-Being (PWB, Ryff, 1989) w polskiej adaptacji Ciecucha (2011). Narzędzie to zawiera 6 skal mierzących poziom wymiarów eudajmonistycznego dobrostanu psychicznego wyróżnionych przez Ryff (1989): autonomię, panowanie nad otoczeniem, osobisty rozwój, pozytywne relacje z innymi, życiowy cel i samoakceptację. Definicje zaproponowanych przez Ryff wymiarów znajdują się w ta-

beli 1. Kwestionariusz jest skalą samoopisową, zawierającą ocenę 18 stwierdzeń na skali od 1 („zupełnie się nie zgadzam”) do 5 („całkowicie się zgadzam”).

Kwestionariusz PWB uwzględnia możliwość interpretacji również wyniku ogólnego, na który składa się średnia z wyników skal mierzących aspekty dobrostanu wyróżnione przez Ryff. Procedura ta została zastosowana przy obliczaniu wyników niniejszego badania. Rzetelność całego narzędzia, oszacowana za pomocą współczynnika  $\alpha$ -Cronbacha wynosi .788.

## WYNIKI

W celu weryfikacji hipotezy mówiącej o związkach wymiarów tożsamości z dobrostanem psychicznym zastosowano mode-



Rysunek 3. Konfirmacyjna analiza czynnikowa – struktura czynnikowa wymiarów tożsamości zawodowej

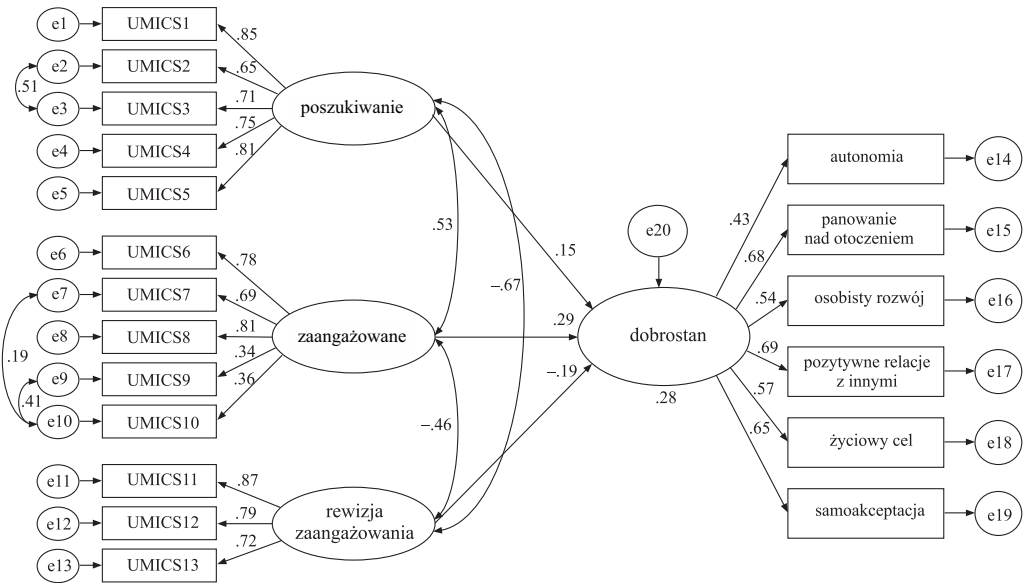
Tabela 3. Wskaźniki dopasowania trójczynnikowego modelu wymiarów tożsamości w konfirmacyjnej analizie czynnikowej

	chi <sup>2</sup>	df	CFI	RMSEA
Tożsamość edukacyjna	94.294	60	.973	.052
Tożsamość zawodowa	176.557	59	.947	.083

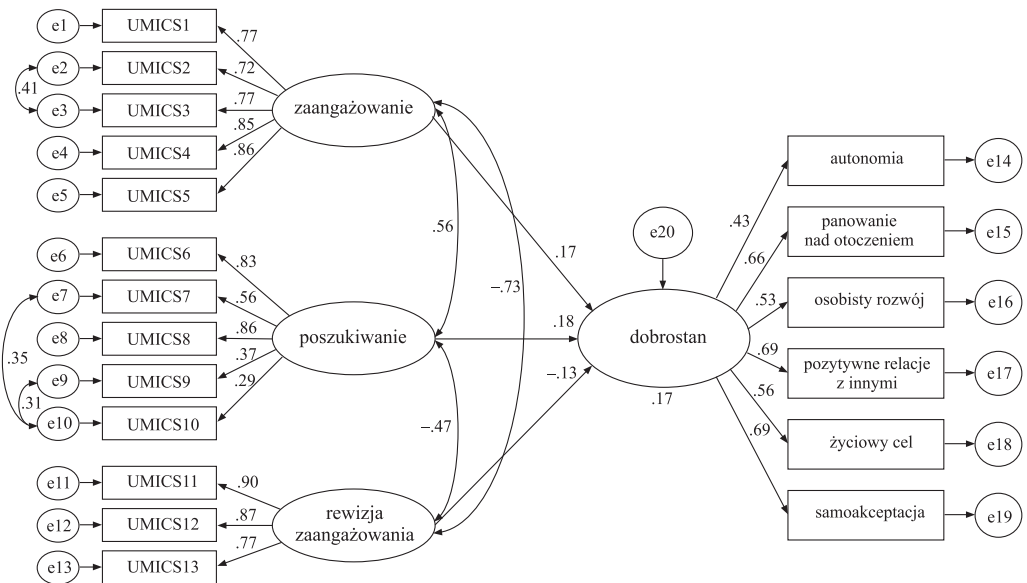
le równań strukturalnych (structural equation modeling). Stworzono osobne modele dla tożsamości edukacyjnej i zawodowej. W modelach tych poszukiwanie, zaangażowanie i rewizja zaangażowania zostały wprowadzone jako egzogenne zmienne latentne. Dobrostan został wprowadzony do modelu jako zmienna endogenna, wyjaśniana przez trzy wymiary tożsamości. Do stworzenia zmiennej dobrostanu zastosowano procedurę parcelingu,

grupując itemy kwestionariusza PWB zgodnie ze skalami, które są budowane przez dane itemy. W ten sposób każdy parcel miał znaczenie psychologiczne, jednak zmienną latentną był ogólny wskaźnik eudajmonistycznego dobrostanu psychicznego.

W obu modelach dobrostan jest wyjaśniany wysokim poziomem zaangażowania i poszukiwania oraz niskim poziomem rewizji zaangażowania. Modele zaprezentowano



**Rysunek 4.** Model zależności pomiędzy wymiarami tożsamości edukacyjnej mierzonymi U-MICS a dobrostanem psychicznym mierzonym PWB



**Rysunek 5.** Model zależności pomiędzy wymiarami tożsamości zawodowej mierzonymi U-MICS a dobrostanem psychicznym mierzonym PWB

**Tabela 4.** Wskaźniki dopasowania modeli powiązań wymiarów tożsamości z eudajmonistycznym dobrostanem psychicznym

	chi <sup>2</sup>	df	CFI	RMSEA
Tożsamość edukacyjna	507.907	143	.909	.071
Tożsamość zawodowa	590.188	143	.905	.079

na rysunkach 4 i 5. Wskaźniki dopasowania modeli przedstawia tabela 4. Dla obu modeli CFI > .9, zaś RMSEA < .08, co oznacza dobre dopasowanie modeli do danych.

W grupie studentów wymiary tożsamości wyjaśniają 28% wariacji dobrostanu psychicznego, zaś w grupie pracujących 17%.

## DYSKUSJA

Większość współczesnych ujęć tożsamości wywodzi się z psychospołecznej teorii Eriksona. Ujęcie autorstwa Crocetti, Rubini i Meeusa (2008) również jest próbą operacjonalizacji tej koncepcji. Autorzy ci zaproponowali trójwymiarową strukturę tożsamości opartą na wyróżnieniu trzech procesów: poszukiwania, zaangażowania i rewizji zaangażowania oraz zaprojektowali narzędzie U-MICS do ich pomiaru.

Struktura czynnikowa wymiarów tożsamości, mierzonych kwestionariuszem U-MICS, została potwierdzona również w niniejszych badaniach w grupie Polaków zarówno dla modelu opisującego tożsamość edukacyjną, jak i zawodową. Uzyskane rezultaty są spójne z wynikami otrzymanymi przez autorów kwestionariusza U-MICS. Potwierdzenie struktury tożsamości opartej na trzech wymiarach daje możliwość dalszego stosowania polskiej wersji U-MICS w badaniach empirycznych, a także potwierdza zasadność wyodrębnienia trzech wymiarów istotnych dla formowania się poczucia tożsamości.

Podobnie jak w badaniach Crocetti, Rubini i Meeusa (2008), zaangażowanie okazało się pozytywnie skorelowane z głębokim poszukiwaniem, co oznacza, że osoby, których zaangażowania są silne, nadal eksplorują podjęte wybory dotyczące swojej edukacji. W przeci-

wieństwie do oryginalnych badań, w polskiej próbie nie wykazano jednak dodatniej korelacji między poszukiwaniem a rewizją zaangażowania. Wręcz przeciwnie, wykazano istotną korelację ujemną tych wymiarów, oznaczającą, że osoby eksplorujące dotychczasowe zaangażowania nie podejmują wysiłków, aby te zaangażowania zmienić.

W badaniach holenderskich i włoskich (Crocetti, Rubini, Meeus, 2008; Crocetti, Schwartz, Fermani, Meeus, 2010) nie potwierdzono hipotez autorów koncepcji o ujemnej korelacji rewizji zaangażowania z zaangażowaniem, która to została wykazana w polskich badaniach (zarówno dla tożsamości edukacyjnej, jak i zawodowej). Oznacza to, że im większe jest zaangażowanie w wybory dotyczące tożsamości, tym mniejsze są wątpliwości dotyczące tych wyborów i mniejszy jest poziom poszukiwania innych alternatyw.

Głównym celem niniejszych badań było stworzenie spójnego modelu powiązań pomiędzy trzema wymiarami tożsamości a eudajmonistycznym dobrostanem psychicznym nawiązującym do tradycji arystotelesowskiej. Ujęcie to rozszerza dobrostan poza jedynie doświadczanie przyjemnych uczuć (dobrostan hedonistyczny), a kładzie nacisk na uczynienie życia sensownym i wartościowym (Wojciechowska, 2011). Takie ujęcie dobrostanu bliskie jest rozumieniu dobrostanu psychospołecznego przez Eriksona, które według niego miało być rezultatem pozytywnie rozwiązanego kryzysu tożsamości.

W niniejszych badaniach zaproponowano wyjście poza tradycyjnie rozpatrywany w badaniach nad tożsamością okres adolescencji, gdyż – jak podkreślał Erikson – poczucie tożsamości nie jest nigdy uzyskane raz na zawsze, jest stale tracone i odzyskiwane w ciągu życia człowieka.

Przeprowadzone badania pozwalają przyjąć model zależności pomiędzy dobrostanem a wymiarami tożsamości. Okazało się, że wymiary tożsamości wyjaśniają istotną część wariacji dobrostanu eudajmonistycznego (17% w modelu dotyczącym tożsamości zawodowej i 28% w modelu dotyczącym tożsamości edukacyjnej). W obu modelach dobrostan okazał się powiązany z wysokim poziomem zaangażowania, wysokim poziomem głębokiego poszukiwania i niską rewizją zaangażowania. Wyniki wskazują na szczególną rolę tożsamości edukacyjnej dla osiągnięcia dobrostanu, co może mieć ważne znaczenie we współczesnym świecie, gdzie wciąż rośnie dostępność dróg i możliwości kształcenia, ale również częstość sytuacji, w których konieczna jest zmiana swoich kwalifikacji. Wyniki ukazują również znaczenie procesu kształtowania się tożsamości w życiu człowieka: pytania o cel i sens życia stawia przed sobą niemal każdy,

a osiągnięcie pozytywnej tożsamości jest niezmierzalnie ważne dla dobrostanu psychicznego, zdrowego rozwoju osobowości i satysfakcjonującego życia.

W badaniach nad tożsamością nawiązujących do tradycji eriksonowskiej wyznacznikiem osiągnięcia tożsamości jest zaangażowanie się w sferę zawodową i światopoglądową. Ujęcie to może być nieadekwatne dla osób dorosłych, u których współcześnie, z powodu coraz większej niestabilności sytuacji zawodowej, zaangażowanie się w tę sferę wcale nie musi być trwałe, w związku z czym trudno je traktować jako jedyny wyznacznik stabilnego poczucia tożsamości. Niniejsze badania stanowią przyczynek do poszukiwania tych aspektów formowania się tożsamości, które prowadzą do osiągnięcia dobrego życia, arystotelesowskiej eudajmonii, która mogłaby być traktowana jako kryterium osiągniętego dojrzałego poczucia tożsamości.

## PRZYPIS

<sup>1</sup> Praca naukowa trzeciego autora finansowana ze środków Narodowego Centrum Nauki przyznanych na podstawie decyzji numer DEC-2011/01/D/HS6/04077.

## BIBLIOGRAFIA

- Arnett J.J. (2000), Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties. *American Psychologist*, 55, 469–480.
- Bauer J.J., McAdams D.P., Pals J.L. (2006), Narrative identity and eudaimonic well-being. *Journal of Happiness Studies*, 9, 81–104.
- Berzonsky M.D. (2003), Identity style and well-being: does commitment matter? *Identity: an International Journal of Theory and Research*, 3 (2), 131–142.
- Berzonsky M.D., Cieciuch J., Duriez B., Soenens B. (2011), The how and what of identity formation: Associations between identity styles and value orientations. *Personality and Individual Differences*, 50, 295–299.
- Brudzińska E. (1997), Poczucie sensu życia a kształtowanie się tożsamości u młodzieży [w:] J. Rostowski, T. Rostowska, I. Janicka (red.), *Psychospołeczne aspekty rozwoju człowieka*, 195–203. Łódź: Wydawnictwo Uniwersytetu Łódzkiego.
- Brzezińska A.I., Appelt K., Ziółkowska B. (2008), Rozwój w okresie dorastania [w:] J. Strelau, D. Doliński (red.), *Psychologia. Podręcznik akademicki*, 2, 232–262. Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne.
- Brzezińska A.I., Piotrowski K. (2010), Polska adaptacja Skali Wymiarów Rozwoju Tożsamości (DIDS). *Polskie Forum Psychologiczne*, 15 (1), 66–84.
- Cramer P. (2004), Identity change in adulthood: The contribution of defense mechanisms and life experiences. *Journal of Research in Personality*, 38, 280–316.
- Crocetti E., Rubini M., Luyckx K., Meeus W. (2008), Identity formation in early and middle adolescents from various ethnic groups: From three dimensions to five statuses. *Journal of Adolescence*, 37, 983–996.

- Crocetti E., Rubini M., Meeus W. (2008), Capturing the dynamics of identity formation in various ethnic groups: development and validation of three-dimensional model. *Journal of Adolescence*, 31, 207–222.
- Crocetti E., Schwartz S.J., Ferranti A., Meeus W. (2010), The Utrecht-Management of Identity Commitments Scale (U-MICS) Italian Validation and Cross-National Comparisons. *European Journal of Psychological Assessment*, 26 (3), 172–186.
- Erikson E.H. (1968), *Identity: Youth and crisis*. New York: Norton.
- Erikson E.H. (1950/2000), *Dzieciństwo i społeczeństwo*. Poznań: Dom Wydawniczy Rebis.
- Erikson E.H. (2004), *Tożsamość a cykl życia*. Poznań: Wydawnictwo Zysk i S-ka.
- Galdowa A. (2000), *Tożsamość człowieka*. Kraków: Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego.
- Hirschi A. (2012), Vocational identity trajectories: differences in personality and development of well-being, *European Journal of Personality*, 26, 2–12.
- Hofer J., Busch H., Kaertner J. (2011), Self-regulation and well-being: The influence of identity and motives, *European Journal of Personality*, 25, 211–224.
- Hofer J., Kaertner J., Chasiotis A., Busch H., Kiessling H. (2007), Socio-cultural aspects of identity formation: The relationship between commitment and well-being in student samples from Cameroon and Germany. *Identity: an International Journal of Theory and Research*, 7 (4), 265–288.
- Hu L., Bentler P.M. (1999), Cuto criteria for fit indexes in covariance structure analysis: Conventional criteria versus new alternatives. *Structural Equation Modeling*, 6 (1), 1–55.
- Kroger J., Marcia J.E. (2011), The identity statuses: origins, meanings, and interpretations. *Handbook of Identity Theory and Research*, 31–53.
- Luyckx K., Goossens L., Soenens B., Beyers W. (2006), Unpacking commitment and exploration – preliminary validation of an integrative model of late adolescent identity formation. *Journal of Adolescence*, 29, 361–378.
- Luyckx K., Schwartz S., 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., Soenens B., Berzonsky M., Smits I., Goossens L., Vansteenkiste M. (2007), Information-oriented identity processing, identity consolidation, and well-being: The moderating role of autonomy, self-reflection and self-rumination. *Personality and Individual Differences*, 43, 1099–1111.
- Luyckx K., Soenens B., Goossens L., Beckx K., Wouters S. (2008b), Identity exploration and commitment in late adolescence: correlates of perfectionism and mediating mechanisms on the pathway to well-being. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 27 (4), 336–361.
- Marat E. (1997), Radzenie sobie ze stresem a kształtowanie się różnych typów tożsamości u młodzieży [w:] J. Rostowski, T. Rostowska, I. Janicka (red.), *Psychospołeczne aspekty rozwoju człowieka*, 205–217. Łódź: Wydawnictwo Uniwersytetu Łódzkiego.
- Marat E. (2001), Depresja, poziom lęku i poczucia kontroli w aspekcie kształtowania się statusów tożsamości osobowej (w sferze – kontakty z rówieśnikami) u młodzieży szkół średnich i studentów. *Psychologia Rozwojowa*, 6 (3–4), 333–343.
- Marat E., Rostowski J. (2001), Poczucie depresji, poziom lęku ujmowanego jako stan i jako cecha w aspekcie kształtowania się statusów tożsamości osobowej u młodzieży [w:] B. Kaczmarek, K. Markiewicz, S. Orzechowski (red.), *Nowe wyzwania w rozwoju człowieka*, 171–197. Lublin: Wydawnictwo Uniwersytetu Marii Curie-Skłodowskiej.
- Marcia J.E. (1966), Development and validation of ego-identity status. *Journal of Personality and Social Psychology*, 3 (5), 551–558.
- Marsh H.W., Hau K.-T., Wen Z. (2004), In search of golden rules: Comment on hypothesis-testing approaches to setting cuto values for fit indexes and dangers in overgeneralizing Hu and Bentler's (1999) findings. *Structural Equation Modeling*, 11 (3), 320–341.
- 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.
- Negru O., Crocetti E. (2010), Dimensions of well-being and identity development in Romanian and Italian emerging adults: a cross-cultural analysis, Romania, Cluj: EHPS.

- Nurmi J.-E., Berzonsky M.D., Tammi K., Kinney A. (1997), Identity processing orientation, cognitive and behavioural strategies and well-being. *International Journal of Behavioral Development*, 21 (3), 555–570.
- Oleszkowicz A., Misztela A. (2010), Strategie konstruowania przyszłości a style tożsamości w późnej adolescencji. *Psychologia Rozwojowa*, 15 (4), 65–77.
- Phillips T.M., Pittman J.F. (2007), Adolescent psychological well-being by identity style. *Journal of Adolescence*, 30, 1021–1034.
- Rostowski J. (2005), Rodzinne uwarunkowania kształtowania się tożsamości osobowej człowieka. *Psychologia Rozwojowa*, 10 (2), 13–21.
- Rydz S. (1997), Osobowościowe uwarunkowania kształtowania się różnych typów tożsamości u młodzieży licealnej [w:] J. Rostowski, T. Rostowska, I. Janicka (red.), *Psychospołeczne aspekty rozwoju człowieka*, 177–185. Łódź: Wydawnictwo Uniwersytetu Łódzkiego.
- Rydz S., Opawska K., Sikorski G. (2012), *Kształtowanie się statusów tożsamości w okresie dorosłości*. Zielona Góra: XXI Ogólnopolska Konferencja Psychologii Rozwojowej.
- Rydz S., Strzelczyk-Muszyńska D. (1998), Statusy tożsamości a środowisko szkolne i wybór kariery zawodowej. *Wychowanie na co dzień*, 9 (60), 10–14.
- Rydz S., Strzelczyk-Muszyńska D. (2001), Dynamika zmian w zakresie statusów tożsamości i cech osobowościowych młodzieży w aspekcie środowiska rodzinnego. *Psychologia Rozwojowa*, 6 (3–4), 321–332.
- Ryff C.D. (1989), Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57, 1069–1081.
- Schwartz S.J. (2001), The evolution of eriksonian and neo-eriksonian identity theory and research: A review and integration. *Identity: an International Journal of Theory and Research*, 1 (1), 7–58.
- Senejko A. (2010), Inwentarz Stylów Tożsamości (ISI) Michaela D. Berzonsky’ego – dane psychometryczne polskiej adaptacji kwestionariusza. *Psychologia Rozwojowa*, 15 (4), 31–48.
- Sneed J.R., Whitbourne S.K., Schwartz S.J., Huang S. (2011), The relationship between identity, intimacy, and midlife well-being: findings from the rochester adult longitudinal study. *Psychology and Aging*. Advance online publication (dostęp: 19.03.2012).
- 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.
- Strzelczyk-Muszyńska D. (1997), Osobowościowe uwarunkowania kształtowania się różnych typów tożsamości u młodzieży akademickiej [w:] J. Rostowski, T. Rostowska, I. Janicka (red.), *Psychospołeczne aspekty rozwoju człowieka*, 187–194. Łódź: Wydawnictwo Uniwersytetu Łódzkiego.
- Tesch S.A., Whitbourne S.K. (1982), Intimacy and identity status in young adults. *Journal of Personality and Social Psychology*, 43 (5), 1041–1051.
- Vanderwater E.A., Stewart A.J. (2006), Path to late midlife well-being for women and men: The importance of identity development and social role quality. *Journal of Adult Development*, 13 (2), 76–83.
- Vleioras G., Bosma H.A. (2005), Are identity styles important for well-being? *Journal of Adolescence*, 28, 397–409.
- Waterman A.S. (1982), Identity developmental from adolescence to adulthood. An extension of theory and a review of research. *Developmental Psychology*, 18 (3), 341–358.
- Waterman A.S., Schwartz S.J., Zamboanga B.L., Ravert R.D., Williams M.K., Agocha V.B., Kim S.Y., Donnellan M.B. (2010), The Questionnaire for Eudaimonic Well-Being: Psychometric properties, demographic comparisons, and evidence of validity. *The Journal of Positive Psychology*, 5 (1), 41–61.
- Whitbourne S.K. (1986), Openness to experience, identity flexibility, and life change in adults, *Journal of Personality and Social Psychology*, 50 (1), 163–168.
- Whitbourne S.K., Sneed J.R., Skultety K.M. (2002), Identity processes in adulthood: theoretical and methodological challenges. *Identity: an International Journal of Theory and Research*, 2 (1), 29–45.
- Witkowska J., Brudzińska E., Kijewska A., Marat E. (1997), Zróżnicowanie statusów tożsamości osobowej wśród młodzieży w zależności od wieku i płci [w:] J. Rostowski, T. Rostowska, I. Janicka (red.), *Psychospołeczne aspekty rozwoju człowieka*, 167–176. Łódź: Wydawnictwo Uniwersytetu Łódzkiego.
- Wojciechowska L. (2011), Dobrostan psychiczny adolescenta w obliczu realizacji rozwojowych zadań społecznych [w:] D. Borecka-Biernat (red.), *Zaburzenia w zachowaniu dzieci i młodzieży w kontekście trudnych sytuacji szkolnych i pozaszkolnych*, 13–40. Kraków: Oficyna Wydawnicza Impuls.