



SARA FILIPIAK

## Prokrastynacja i cechy osobowości u polskiej młodzieży w Austrii – wstępne doniesienie z badań

### Procrastination and Personality Traits Among Polish Adolescents in Austria – A Pilot Study

Doktor, Uniwersytet Marii Curie-Skłodowskiej w Lublinie, Wydział Pedagogiki i Psychologii, Instytut Psychologii, Zakład Psychologii Rozwoju Człowieka i Psychologii Przemysłowej, Polska

#### Streszczenie

Artykuł stanowi wstępne doniesienie z badań nad cechami osobowości oraz tendencją do zwlekania u młodzieży narodowości polskiej mieszkającej i uczącej się w Austrii. Przebadano 106 osób w wieku od 12 do 18 lat. Porównano wyniki uzyskane w grupie młodszych adolescentów w wieku od 12 do 14 lat ( $N = 54$ ) oraz w grupie uczniów w późnej adolescencji w wieku od 15 do 18 lat ( $N = 52$ ). Wyniki wskazują na istotne różnice między analizowanymi grupami w zakresie behawioralnego aspektu prokrastynacji. Starsi uczniowie istotnie częściej charakteryzują się tendencją do odraczania codziennych zadań z powodu braku wiary we własne możliwości czy negatywnych przekonań na temat własnych kompetencji. Ujawniono także, iż starsi uczniowie charakteryzują się wyższą stabilnością emocjonalną oraz otwartością na doświadczenia. Młodszy uczniowie przejawiają z kolei istotnie wyższy poziom sumienności.

**Słowa kluczowe:** cechy osobowości, prokrastynacja, polska młodzież

#### Abstract

The article is a preliminary report on the research on personality traits and the tendency to procrastinate the Polish nationality adolescents living and learning in Austria. 106 people aged from 12 to 18 were examined. The results obtained in the group of younger adolescents aged 12 to 14 years ( $N = 54$ ) and in the group of students in late adolescence aged 15 to 18 years ( $N = 52$ ) were compared. The results indicate significant differences between the analyzed groups in behavioral procrastination. Older students significantly more often postpone daily tasks due to a lack of faith in their own abilities or negative beliefs about their own competences. It was also revealed that older students manifest significantly higher emotional stability and openness to experience. Younger students, in turn, exhibit a significantly higher level of conscientiousness.

**Keywords:** personality traits, procrastination, polish adolescents

## **Wstęp**

Prokrastynacja (z łac. *procrastinatio*) oznacza celowe i nieuzasadnione zwlekanie, opóźnianie lub odkładanie wykonania jakiejś czynności na później. Ujawniać się może w różnych dziedzinach życia, a w przypadku młodzieży najczęściej manifestuje się w obszarze realizowania obowiązków szkolnych. Konsekwencją zwlekania jest odczuwanie niepokoju (Ferrari, Johnson, McCown, 1995, s. 138), obniżenie wydajności pracy oraz pogorszenie samopoczucia (Tice, Baumeister, 1997, s. 454). Mechanizm prokrastynacji polega na tym, że decyzja o odłożeniu wykonania jakiejś czynności na później w pierwszym etapie powoduje poprawę nastroju. Zwykle pojawia się uczucie ulgi związanej z tym, że nie trzeba działać natychmiast. Tendencji do zwlekania sprzyja złudzenie, że ostatecznie uda się zrealizować jakąś czynność lub że problem „sam się rozwiąże”. Samo jednak uświadomienie sobie konieczności wykonania jakiegoś zadania, którego jednostka nie zdecydowała się wykonać od razu, zwykle powoduje lęk oraz poczucie niepewności związane z przeświadczeniem, że zbyt mało czasu pozostało na wykonanie zadania. W przypadku młodzieży szkolnej ważnym kontekstem prokrastynacji jest lęk przed oceną (stąd niechęć do angażowania się w zadania, które mogą na skutek oceny poprawności ich wykonania przez innych spowodować spadek samooceny). Badania wskazują na związki prokrastynacji z cechami osobowości (Kim, Fernandez, Terrier, 2017, s. 155–156), szczególnie z niską sumiennością i stabilnością emocjonalną. W Polsce brakuje systematycznych badań nad osobowościowymi korelatami tendencji do zwlekania u młodzieży szkolnej. Prezentowane w niniejszym artykule badania wypełniają częściowo tę lukę.

## **Teren i osoby badane**

Badania zostały przeprowadzone w lutym oraz marcu 2018 r. na terenie Szkoły Polskiej w Wiedniu, która realizuje program uzupełniający nauczania w stosunku do szkół austriackich, które są podstawowym miejscem kształcenia się młodzieży narodowości polskiej mieszkającej w Wiedniu. Przebadano uczniów uczęszczających do klas VII szkoły podstawowej oraz uczniów z klas gimnazjalnych i licealnych. Badania przeprowadzono grupowo, czas badania wyniósł ok. 20–25 minut.

## **Metoda**

W badaniach zastosowano:

1. Kwestionariusz PureProcrastinationScale (Steel, 2010, w polskiej adaptacji Ciecucha i Stępień, z poprawkami zaproponowanymi przez Stępień i Topolewską, 2014, s. 152–154). Narzędzie składa się z 12 itemów. Badany ustosunkowuje się do każdego z pytań na 5-stopniowej skali, gdzie: 1 – całkowicie nietrafnie mnie

opisuje, a 5 – całkowicie trafnie mnie opisuje. Maksymalny wynik, jaki można uzyskać, wypełniając test, to 60 pkt. Test pozwala wyodrębnić w ogólnym czynniku prokrastynacji trzy jej aspekty: decyzyjny, behawioralny oraz nieadaptacyjny.

2. Krótki Inwentarz Osobowości TIPI-P (Łaguna, Bąk, Purc, Mielniczuk, Oleś, 2014, s. 406). Jest to 10-itemowe narzędzie służące do pomiaru cech osobowości zgodnych z 5-czynnikowym modelem Wielkiej Piątki: ekstrawersji, ugodowości, sumienności, stabilności emocjonalnej oraz otwartości na doświadczenie. Osoba badana ustosunkowuje się do każdego dwuprzymiotnikowego twierdzenia na skali od 1 – zdecydowanie się nie zgadzam do 7 – zdecydowanie się zgadzam.

## Wyniki

W tab. 1 przedstawiono rozkład liczebności w dwóch grupach wyróżnionych ze względu na wiek (grupa młodsza: 12–14 lat oraz grupa starsza: 15–18 lat).

**Tabela 1. Liczebności analizowanych grup**

	N	%	% ważnych
Grupa młodsza	54	50,9	50,9
Grupa starsza	52	49,1	49,1
Ogółem	106	100,0	100,0

Źródło: opracowanie na podstawie badań własnych.

W młodszej grupie przebadano 54 osoby, w grupie starszej – 52. Wśród wszystkich przebadanych osób znalazło się 43 chłopców oraz 63 dziewczęta.

Wyniki w zakresie prokrastynacji przedstawiono w tab. 2.

**Tabela 2. Test istotności różnic dla wyników uzyskanych w prokrastynacji ogólnej oraz poszczególnych jej aspektach w grupie uczniów młodszych oraz starszych**

Prokrastynacja	F	p	t
Prokrastynacja ogólna	3,32	,07	-0,92
Aspekt decyzyjny	0,94	,33	0,91
Aspekt behawioralny	6,05	<b>,01*</b>	-1,85
Aspekt dezadaptacyjny	1,64	,20	-0,07

\*  $p < 0,05$ , gwiazdka odnosi się do poziomu istotności – wartości ,01 wskazanej w powyższej tabeli (jest to jedyny istotny statystycznie wynik wskazujący na istotne różnice między badanymi osobami z grupy młodszej oraz starszej).

Źródło: opracowanie na podstawie badań własnych.

Dane zaprezentowane w tab. 2 wskazują, że jedynie aspekt behawioralny prokrastynacji różnicuje obie grupy. Starsi uczniowie charakteryzują się istotnie wyższym nasileniem prokrastynacji behawioralnej.

Uzyskane wyniki w zakresie cech osobowości przedstawiono w tab. 3.

**Tabela 3. Test istotności różnic dla wyników uzyskanych w zakresie cech osobowości w grupie uczniów młodszych oraz starszych**

Cechy osobowości	F	p	T
Ekstrawersja	0,18	,67	0,55
Ugodowość	1,86	,17	1,04
Sumienność	13,35	,00*	1,32
Stabilność	5,72	,01*	-1,32
Otwartość	8,39	,00*	-1,73

\*p < 0,05 jak wyżej. Gwiazdka odnosi się do trzech istotnych statystycznie wyników wskazanych w powyższej tabeli.

Źródło: opracowanie na podstawie badań własnych.

Wyniki wskazują, że starsi uczniowie charakteryzują się istotnie wyższą stabilnością emocjonalną oraz otwartością na doświadczenia. Młodszy uczniowie przejawiają z kolei wyższą sumienność i wytrwałość podczas pracy.

### Podsumowanie

Wyniki badań wskazują, że analizowane grupy wyróżnione ze względu na wiek różnią się między sobą w zakresie behawioralnego aspektu prokrastynacji. Oznacza to, że starsi uczniowie charakteryzują się istotnie wyższą tendencją do odkładania wykonywania codziennych zadań na później i jest to związane z ich obniżoną samodyscypliną i prawdopodobnie deficytami w szacowaniu czasu potrzebnego na wykonanie zadań. Wynik ten może świadczyć także o tym, że starsi uczniowie charakteryzują się wyższą niepewnością w zakresie oceny własnych zasobów i kompetencji, które są potrzebne do efektywnej realizacji zadań (Ferrari, 1991, s. 455). Wyniki odnośnie do cech osobowości pokazują, że starsi nastolatki są bardziej sprawni w regulacji własnych stanów emocjonalnych. Lepiej radzą sobie z trudnymi emocjami i są bardziej przewidywalni w swoich reakcjach. Jest to zgodne z danymi z literatury przedmiotu, które wskazują na wzrost kontroli emocjonalnej wraz z wiekiem. Istotne w tym zakresie są m.in. zmiany biologiczne w układzie nerwowym oraz postępująca mielinizacja płatów czołowych, które zawiadują kontrolą emocjonalną (Anderson, 2002, s. 72–74). Ważne są też oddziaływania wychowawcze oraz socjalizacja ku coraz lepszej samokontroli oraz opanowaniu umiejętności regulowania własnych stanów emocjonalnych przez osoby dorastające (Anderson, Jacobs, Anderson, 2008, s. 23–26). Analizy wykazały również, że starsi nastolatki są bardziej otwarci na doświadczenia w porównaniu z młodszymi. Wynik ten jest zbieżny z ustaleniami innych badaczy wskazujących na wzrost otwartości na nowości i zmiany w okresie adolescencji (Allik, Laidra, Realo, Pullmann, 2004, s. 450; McCrae, Martin, Costa, 2005, s. 368; Pullmann, Raudsepp, Allik, 2006, s. 451).

Zastanawiać może wynik uzyskany w skali sumienności przez osoby z młodszej grupy wiekowej. Są one bardziej wytrwałe i cierpliwe podczas pracy w porównaniu z uczniami starszymi. Badania z zakresu rozwoju osobowości

w ontogenezie zasadniczo wskazują na wzrost sumienności wraz z wiekiem, co ma związek m.in. z treningiem edukacyjnym oraz wzrastającą liczbą wymagań i obowiązków, a więc koniecznością sprostania tym wymaganiom (McCrea i in., 2005, s. 369). Trudno jest zinterpretować otrzymany wynik, biorąc pod uwagę fakt, iż ograniczeniem przeprowadzonych badań jest stosunkowo nieliczna grupa osób oraz że analizy prowadzone były na uczniach tylko z jednej szkoły. Z tych powodów wszystkie otrzymane wyniki należy interpretować z ostrożnością. Wyniki analiz skłaniają jednocześnie do kontynuowania badań na większej grupie osób. W przyszłości przebadana zostanie polska młodzież (z polskich szkół) oraz austriacka. Porównane zostaną wyniki uzyskiwane w zakresie osobowości oraz tendencji prokrastynacyjnych w obu grupach narodowościowych.

## Literatura

- Allik, J., Laidra, K., Realo, A., Pullmann, H. (2004). Personality Development from 12 to 18 Years of Age: Changes in Mean Levels and Structure of Traits. *European Journal of Personality*, 18, 445–462.
- Anderson, P. (2002). Assessment and Development of Executive Function (EF) during Childhood. *Child Neuropsychology*, 8, 71–82.
- Anderson, V., Jacobs, R., Anderson, P.J. (2008). *Executive Functions and the Frontal Lobes. A Lifespan Perspective*. New York: Taylor and Francis Group.
- Ferrari, J.R. (1991). Compulsive Procrastination: Some Self-reported Characteristics. *Psychological Reports*, 68, 455–458.
- Ferrari, J.R., Johnson, J.L., McCown, W.G. (1995). *Procrastination and Task Avoidance: Theory, Research, and Treatment*. New York: Plenum/Springer Science Publications.
- Kim, S., Fernandez, S., Terrier, L. (2017). Procrastination, Personality Traits, and Academic Performance: When Active and Passive Procrastination Tell a Different Story. *Personality and Individual Differences*, 108, 154–157.
- Łaguna, M., Bąk, W., Purc, E., Mielniczuk, E., Oleś, P. (2014). Krótki Inwentarz Osobowości TIPI-P w badaniach polskich. *Roczniki Psychologiczne*, 17 (2), 403–419.
- McCrae, R.R., Martin, T.A., Costa, P.T. Jr. (2005). Age Trends and Age Norms for the NEO Personality Inventory-3 in Adolescents and Adults. *American Psychological Association, Society for Clinical Psychology (Division 12), Section IX (Assessment)*, 354–373.
- Pullmann, H., Raudsepp, L., Allik, J. (2006). Stability and Change in Adolescents' Personality: A Longitudinal Study. *European Journal of Personality*, 20, 447–459.
- Stępień, M., Topolewska, E. (2014). Style tożsamości w ujęciu Berzonsky'ego a prokrastynacja. *Młoda Psychologia*, 2, 145–160.
- Tice, D.M., Baumeister, R.F. (1997). Longitudinal Study of Procrastination, Performance, Stress, and Health: The Costs and Benefits of Dawdling. *Psychological Science*, 8, 454–458.