

F O R U M M Ł O D Y C H

TOMASZ JURCZYK

Specjalistyczna Poradnia Rodzinna dzielnicy Bemowo m. st. Warszawy

PRZYWIĄZANIE A ROZWÓJ DOJRZAŁEJ TOŻSAMOŚCI. STYLE PRZYWIĄZANIA A WYMIARY ROZWOJU TOŻSAMOŚCI U MŁODYCH DOROSŁYCH

Streszczenie: Celem artykułu jest przedstawienie wyników badania, wskazujących na istnienie związków pomiędzy stylami przywiązania a wymiarami rozwoju tożsamości. Ramę teoretyczną dla tej pracy stanowi z jednej strony teoria przywiązania w ujęciu zarówno Johna Bowlby'ego (2007), jak i kontynuatorów jego pracy (Bartholomew, Horowitz, 1991) oraz koncepcja rozwoju tożsamości w paradygmacie statusów tożsamości (Brzezińska, Piotrowski, 2010) wywodząca się z teorii rozwoju psychospołecznego Erika Eriksona (1997). Przebadano 109 studentów,

studiujących na różnych uczelniach i kierunkach. Badanie miało charakter kwestionariuszowy – badani wypełniali Skalę Wymiarów Rozwoju Tożsamości (DIDS) oraz Skalę Związków (RQ). Wyniki badań wykazały istnienie związków pomiędzy stylami przywiązania lękowo-unikającym i zaabsorbowanym a specyficznymi wymiarami rozwoju tożsamości.

Słowa kluczowe: rozwój tożsamości, status tożsamości, wymiary rozwoju tożsamości, wyłaniająca się dorosłość, przywiązanie, style przywiązania.

WPROWADZENIE

Zjawisko przedłużającego się rozwoju tożsamości zdaje się występować w Polsce powszechnie u osób od 18. do 25. roku życia (np. Piotrowski, 2013; Piotrowski, Kaczan, Rękosiewicz, 2013; por. Adamczyk, Luyckx, 2015). Zjawisko przesuniętego lub przedłużającego się rozwoju tożsamości można by opisać za Arnettem (2000) mianem wyłaniającej się dorosłości (*emerging adulthood*). Autor tłumaczy zaistnienie takiego etapu w rozwoju osobowym przede wszystkim zewnętrznymi czynnikami socjokulturowymi i ekonomicznymi. Argumentuje, że czas nauki na uczelniach wyższych przedłuża czas samookreślenia się, przede wszystkim poprzez trwające utrzymanie przez rodziców, społeczne przyzwolenie na niedojrzałość ujętą w kulturowym wyobrażeniu o byciu studentem, a co za tym idzie niepełną odpowiedzialność za siebie, zabawę i poznawanie świata etc. Proponuje się, aby również na polskim gruncie uznać to zjawisko za normatywne dla populacji młodych dorosłych, będących w sytuacji opisanej przez Arnetta (Brzezińska i in., 2011).

Interesującym i ważnym wydaje się badanie odpowiedzialnych za to zjawisko mechanizmów psychicznych. Uwarunkowania rozwoju tożsamości są badane i opisywa-

ne w oparciu o rozwinięte koncepcje Marcii i Eriksona (Brzezińska, Piotrowski, 2010). Koncepcja statusów tożsamości zakłada, że jednostka może przechodzić przez różne pośrednie i chwilowe rozwiązania kryzysu tożsamości, zanim wykształci dojrzałą tożsamość osiągniętą. Status tożsamości jest więc specyficznym etapem w dynamicznym procesie rozwojowym prowadzącym od zakwestionowania tożsamości dziecięcej do osiągnięcia dojrzałej tożsamości młodej osoby dorosłej. Określenie swojej tożsamości dotyczy takich obszarów, jak światopogląd, praca zawodowa, zainteresowania oraz relacje międzyludzkie, szczególnie relacje intymne. Według Luyckx i współpracowników (2008) w formowaniu tożsamości zaangażowane są procesy eksploracji i procesy zaangażowania. Wyróżniają pięć wymiarów rozwoju tożsamości, które opisują aktywność w tych dwóch obszarach:

- *Eksploracja „w głąb”* – opisuje, na ile osoba rozważa dotychczasowe zobowiązania i decyzje dotyczące różnych obszarów życia; na ile pogłębia swoją wiedzę o tym, w co się zaangażowała i na ile sprawdza, czy pasują do niej, jej celów i wartości.
- *Eksploracja „wszerz”* – opisuje stopień, w jakim osoba poszukuje alternatyw dla swojego dotychczasowego zaangażowania w różnych sferach życia; na ile poszukuje zainteresowań, planów, relacji etc. innych niż te dotąd znane.
- *Eksploracja ruminacyjna* – opisuje nasilenie obaw, wątpliwości, skłonności do rozpamiętywania i lęku dotyczących wcześniejszych decyzji i zobowiązań jednostki; rozważania czy nie były niewłaściwe, czy na pewno są tym, co jest dla jednostki najlepsze, najodpowiedniejsze. Autorzy zauważają, że wątpliwości te wiążą się z trudnościami w określeniu „kim jestem” i lękiem.
- *Podjęcie zobowiązań* – opisuje, na ile dana osoba podejmuje nowe zobowiązania, angażuje się w różnych obszarach aktywności, zainteresowań, relacji, planów i wartości etc.
- *Identyfikacja ze zobowiązaniami* – wskazuje, w jakim stopniu osoba identyfikuje się z podjętymi w różnych sferach życia zobowiązaniami; czy uważa je za własne, pasujące do niej.

Z badań przeprowadzonych w ramach paradygmatu statusów tożsamości, wiadomo już że procesy *eksploracji „wszerz”* i *„w głąb”* mają tendencję do słabnięcia z wiekiem (Luyckx i in., 2008; Brzezińska, Piotrowski, 2010; Piotrowski, Kaczan, Rękosiewicz, 2013). *Podjęcie zobowiązań* ma zaś tendencję do nasilania się wraz z wiekiem (Brzezińska i in., 2010). Kobiety charakteryzują się wyższymi wynikami *eksploracji ruminacyjnej* i *eksploracji „w głąb”* (Luyckx i in., 2008). W innym badaniu kobiety różniły się od mężczyzn także zakresem *eksploracji „wszerz”* (Brzezińska i in., 2010) oraz większą skłonnością do odczuwania wstydu i poczucia winy (Piotrowski, 2013). Trudności z podejmowaniem decyzji i rozpoczynaniem pracy zawodowej po studiach pozytywnie korelują ze wszystkimi trzema wymiarami *eksploracji* oraz negatywnie korelują z procesami ze sfery *zaangażowania* (Bańka, Hauziński, 2015).

Inne wyniki wskazują, że młodzi dorośli pozostający w stałych związkach cechują się wyższymi wynikami na skalach zobowiązań i niższymi na skalach *eksploracji* niż ich samotni rówieśnicy (Adamczyk, Luyckx, 2015). W obszarze powiązań pomiędzy rozwojem tożsamości i temperamentem wykazano związki reaktywności emocjonalnej i perseweratywności ze wszystkimi wymiarami *eksploracji*, szczególnie pomiędzy reaktywnością emocjonalną a *eksploracją ruminacyjną* (Brzezińska i in., 2010). Aktywność zaś pozytywnie koreluje z *wymiarami zobowiązań* i negatywnie koreluje z *eksploracją ruminacyjną*. Oznacza to, że osoby o wyższej aktywności prawdopodobnie łatwiej będą rozwijać tożsamość osiągniętą, natomiast cechują-

ce się wysoką reaktywnością emocjonalną i perseweratywnością będą doświadczały większych trudności w tym zakresie. Z badań tych samych autorów wynika także, że istnieje silna korelacja pomiędzy wysokim lękiem (rozumianym jako cecha) a wyższą *eksploracją rumiancyjną* i niższym nasileniem *podejmowania zobowiązań* i *identyfikacji ze zobowiązaniami*. W tym samym badaniu okazało się, że osoby mające poczucie, że ich dochody pozwalają wyłącznie na zaspokajanie bieżących potrzeb, przejawiają wyższe nasilenie *eksploracji ruminacyjnej* i niższe nasilenie *identyfikacji ze zobowiązaniami* (Brzezińska i in., 2010).

Inne badania wykazały, że wyższa skłonność badanych do doświadczania uczucia wstydu pozytywnie koreluje z większą skłonnością do różnego rodzaju *eksploracji* i negatywnie koreluje z *podejmowaniem zobowiązań* i *identyfikacją ze zobowiązaniami* (Piotrowski, 2013). Wyższa skłonność do odczuwania poczucia winy wiązała się również z wyższymi wynikami na skalach *eksploracji*. Innymi słowy, z wielu badań wypływa wniosek, że istnieje związek pomiędzy stałym doświadczaniem negatywnych uczuć (szczególnie lęku) a trudnościami w rozwoju tożsamości. Z kolei jednoczesne występowanie nasilonego *podejmowania zobowiązań* i *identyfikacji ze zobowiązaniami* zostało powiązane z wyższą satysfakcją z życia u młodych dorosłych (Karaś i in., 2012).

Mechanizm rozwoju tożsamości i powstawania ewentualnych trudności w tym procesie można opisać jako swoiste sprzężenie zwrotne procesów *eksploracji* i procesów ze sfery zobowiązań oraz wpływających na nie zmiennych zewnętrznych i cech podmiotowych.

Wykazano także istnienie zależności pomiędzy gotowością do tworzenia bliskich związków, która – jak się zakłada – wynika przede wszystkim z przebiegu rozwoju we wcześniejszych niż adolescencja latach życia osoby, a statusami tożsamości charakteryzującymi się wyższymi wynikami na wymiarach zobowiązań (Brzezińska i in., 2010). Teoria przywiązania (Bowlby, 2007), opisująca podstawowe właściwości emocjonalne, behawioralne, motywacyjne i poznawcze bliskich związków, wydaje się pomocna w dalszych próbach rozumienia, w jaki sposób specyfika doświadczania intymnych relacji może wpływać na rozwój tożsamości w okresie wyłaniającej się dorosłości.

Wzorce więzi u niemowląt opisała po raz pierwszy Mary Ainsworth (1978). Zaważone przez nią różnice w funkcjonowaniu dzieci w badaniach z użyciem procedury obcej sytuacji zainspirowały kolejnych badaczy. Wśród kontynuatorów ich prac znaleźli się m.in. Bartholomew i Horowitz (1991), ze swoją koncepcją stylów przywiązania osób dorosłych. Według nich osoby dorosłe nawiązują bliskie relacje w sposób podobny do tego, w jaki funkcjonowali oni w relacji ze swoimi rodzicami w pierwszych latach życia. Więzy z pierwotnymi opiekunami stanowią matrycę dla sposobu wchodzenia we wszelkie późniejsze bliskie związki i utrzymywania ich. Elementem tej matrycy są *wewnętrzne modele robocze*, mające stanowić pierwszy wzorzec spostrzegania siebie i innych.

Zdaniem autorów (Bartholomew i Horowitz, 1991) każdy ze stylów przywiązania u osób dorosłych charakteryzuje się innymi wewnętrznymi modelami (które można rozumieć jako uogólnione reprezentacje) samych siebie i innych osób. Również spojrzenie z perspektywy wymiarów *unikania intymności* (na ile jednostka unika intymności z obawy przed niedostępnością i niewrażliwością partnera) oraz *zależności od innych* (zależność obrazu siebie od aprobaty innych) różnicuje opisywane style przywiązania. Model obrazujący te zmienne został przedstawiony na rysunku 1.

Bartholomew i Horowitz (1991) wyróżniają cztery odrębne, prototypowe style przywiązania:

- I. Styl *ufny* – cechuje się pozytywnymi modelami siebie i innych. Takie osoby czują się w bliskich relacjach wartościowe i warte miłości. Innych postrzegają jako godnych zaufania i dobrych. Intymność w relacji nie stanowi dla nich problemu. Nie potrzebują poszukiwać akceptacji innych, ponieważ mają stabilne poczucie własnej wartości.
- II. Styl *łękowo-unikający* (lub *łękliwy*) – cechuje się negatywnymi modelami siebie i innych. Osoby takie czują się niewarte miłości i mało wartościowe. Innych widzą jako niewrażliwych i niegodnych zaufania. Są to osoby, które unikają intymności i bliskości, aby chronić się przed odrzuceniem i zranieniem. Jednocześnie są zależne od innych w zakresie samooceny.
- III. Styl *zaabsorbowany* – charakteryzuje się negatywnym modelem siebie i pozytywnym modelem innych. Takie osoby same siebie postrzegają jako mało wartościowe, bliskich zaś siebie innych jako wartościowych i ważnych. Poszukują możliwie największej bliskości w ważnych relacjach. Mają także tendencję do zabiegania o akceptację cenionych przez siebie osób, aby podnosić swoją samoocenę. Jednocześnie obawiają się, że ze względu na swoje wady zostaną odrzucone.
- IV. Styl *łękowo-odrzucający* (lub *odrzucający*) – charakteryzuje się pozytywnym modelem siebie i negatywnym modelem innych. Takie osoby siebie samych widzą jako wartościowych, ale innych postrzegają jako niewartych zaufania i niewrażliwych. W związku z tym, aby chronić się przed rozczarowaniem, takie osoby unikają intymności i utrzymują swoje poczucie niezależności od innych.

METODA

Problem

Przywiązanie jest jednym z podstawowych wymiarów opisujących bliskie relacje interpersonalne. Co za tym idzie, prawdopodobnym wydaje się, że jakość *stylu przywiązania* może pozostawać w związku ze specyfiką procesu rozwoju tożsamości dojrzałej, przechodzenia od adolescencji do okresu wczesnej dorosłości. Jednym z podstawowych celów oddziaływań wychowawczych jest wspieranie młodzieży we wzrastaniu jako osoba i członek społeczeństwa. Określenie swojej dojrzałej tożsamości może stanowić zwieńczenie tych wysiłków wychowawców i samej jednostki. Okres studiów to czas *wyłaniającej się dorosłości*, w którym problem samookreślenia nadal stanowi dla wielu osób podstawowe zagadnienie rozwojowe. Psychologiczne uwarunkowania tego procesu wydają się mieć znaczenie zarówno dla dociekań naukowych, jak i dla praktyki wychowawczej.

Ze względu na niewielką jak dotąd ilość prac dotyczących analizowanego związku, przedstawione w tej pracy badanie ma charakter eksploracyjny i wprowadza nową perspektywę uwewnętrznionych stylów wchodzenia w relacje jako zmiennej mającej swój udział w procesie rozwoju dojrzałej tożsamości. Badanie łączy perspektywy kliniczną i rozwojową.

Sformułowano ogólne pytanie badawcze:

- Czy istnieją związki pomiędzy stylami przywiązania a wymiarami rozwoju tożsamości? A w szczególności:
- Czy istnieją związki pomiędzy łękowymi stylami przywiązania a trudnościami w rozwoju tożsamości?

- Czy istnieją związki pomiędzy ufnym stylem przywiązania a pomyślnym rozwojem w kierunku dojrzałej tożsamości?

Osoby badane

Badanie przeprowadzono w grupie 109 (29 mężczyzn i 80 kobiet) studentów studiów dziennych, uczących się na różnych uczelniach i kierunkach. W grupie badanych znalazły się osoby w wieku od 18. do 42. roku życia ($M = 21,84$; $SD = 3,1$). Przeprowadzenie badań na wylosowanych kilku różnych uczelniach warszawskich i kierunkach studiów stanowiło sposób pozyskania grupy badanej o charakterze możliwie zbliżonym do reprezentatywnej dla populacji studentów próby opartej na doborze losowym. Warszawa stanowi na tyle duży ośrodek akademicki, że takie postępowanie pozwala na wnioskowanie o podobieństwach w przypadku co najmniej kilku podobnych, choć mniejszych liczebnie ośrodków akademickich w Polsce, takich jak np. Kraków, Wrocław, Poznań, Trójmiasto. Warszawa ma oczywiście swoją specyfikę w tym zakresie, ale zarazem w aspekcie socjologicznym wymienione duże ośrodki akademickie mogą mieć zbliżony jakościowo charakter co do procesów psychologicznych doświadczanych przez studentów. W warunkach badania typu eksploracyjnego postępowanie takie jest zatem uzasadnione, o ile jest się świadomym ograniczeń we wnioskowaniu statystycznym.

Przedstawione w tym artykule wyniki badań stanowią fragment z danych opisanych w ramach mojej pracy magisterskiej.

Procedura badania

Badania odbywały się w udostępnionych przez prowadzących salach wykładowych, w trakcie ostatnich 15 minut zajęć. Udzielono ustnej instrukcji dotyczącej sposobu wypełniania kwestionariuszy.

Zastosowane narzędzia

Relationship Questionnaire – Skale Związków (RQ)

Skale Związków autorstwa Bartholomew i Horowitz (polska wersja w tłumaczeniu Barbary Tryjarskiej z 2010 roku) są bazującym na samoopisie kwestionariuszem służącym do badania stylów przywiązania u osób dorosłych. Jego rzetelność została zweryfikowana przez autorów, którzy wykazali, że uzyskane za jego pomocą wyniki są zbliżone z otrzymanymi przy użyciu *Adult Attachment Interview* (Bartholomew, Shaver, 1998) oraz z wynikami otrzymanymi przy użyciu wywiadu i oceny dokonanej przez osobę bliską osobie badanej (Bartholomew, Horowitz, 1991). Budowa testu nie pozwala na obliczenie współczynnika alfa-Cronbacha (na każdą z podskal przypada jeden opis i jedna skala wyrażająca natężenie danego sposobu wchodzenia w relacje). Trafność narzędzia została potwierdzona wynikami testów korelacji pomiędzy skalami również w tym badaniu, co zostało opisane w podrozdziale Wyniki.

Zadaniem osób badanych jest najpierw wybór, który z czterech opisów sposobów pozostawania w relacjach najlepiej do niej pasuje, a następnie zaznaczenie na 7-stopniowej skali Likerta (z odpowiedziami od 1 – „Bardzo nie zgadzam się” do 7 – „Bardzo zgadzam się”), w jakim stopniu każda z charakterystyk pasuje do osoby. Każdy

z tych opisów pozostawania w relacjach z innymi odpowiada jednemu z czterech stylów przywiązania opisanych przez Kim Bartholomew i Leonarda M. Horowitza. Są to style: *ufny*, *łękowo-unikający* (inaczej *łękliwy*), *zaabsorbowany*, *łękowo-odrzucający* (inaczej *odrzucający*). Ich szczegółowy opis znajduje się we Wprowadzeniu.

Skala Wymiarów Rozwoju Tożsamości DIDS

Skala DIDS jest kwestionariuszowym narzędziem, którego autorami są Koen Luyckx, Luc Goossens i Bart Soenens (2006). Autorami polskiej adaptacji narzędzia są Anna I. Brzezińska i Konrad Piotrowski (2010). Zadaniem Skali jest badanie pięciu różnych wymiarów rozwoju tożsamości. Później możliwe jest przypisanie osób badanych do odpowiadających im statusów rozwoju tożsamości. Ramę teoretyczną dla narzędzia stanowią prace Erika Eriksona, Jamesa Marcii oraz ich kontynuatorów przyjmujących paradygmat statusów rozwoju tożsamości (Brzezińska, Piotrowski, 2010).

Skala składa się z 25 odnoszących się do przyszłości stwierdzeń. Osoba badana ma za zadanie ustosunkować się do każdego z nich na 6-stopniowej skali od „Zdecydowanie nie” do „Zdecydowanie tak”. Odpowiedzi przelicza się na pięć odrębnych podskal odpowiadających kolejnym z wymiarów opisanych we Wprowadzeniu. Wynoszące od 0,70 do 0,88 współczynniki alfa-Cronbacha (przedstawione w tab. 1) świadczą o rzetelności narzędzia. Testy na występowanie korelacji pomiędzy poszczególnymi podskalami, spójne z wynikami autorów oryginalnej skali, potwierdziły trafność wewnętrzną polskiej adaptacji narzędzia (Brzezińska, Piotrowski, 2010).

WYNIKI

Style przywiązania i wymiary rozwoju tożsamości

Do sprawdzenia występowania związków pomiędzy badanymi zmiennymi wykorzystano test rho Spearmana, ponieważ uzyskane wyniki nie spełniają kryteriów rozkładu normalnego. Wyniki testu zostały zobrazowane w tabeli 1.

TABELA 1. Style Przywiązania a wymiary rozwoju tożsamości

	Podjmowanie zobowiązań	Identyfikacja ze zobowiązaniem	Eksploracja „wszerz”	Eksploracja „w głąb”	Eksploracja ruminacyjna
Styl ufny	0,020	,138	0,038	0,012	0,090
Styl łękowo-unikający	0,126	0,148	0,209*	0,142	0,272**
Styl zaabsorbowany	0,238*	0,300**	0,141	0,184	0,264**
Styl odrzucający	0,002	0,070	0,063	0,013	0,013

* Korelacja istotna na poziomie 0,01 (dwustronnie)

* Korelacja istotna na poziomie 0,05 (dwustronnie)

Przeprowadzone analizy wykazały istnienie pozytywnej korelacji pomiędzy stylem *łękowo-unikającym* a *eksploracją „wszerz”* (0,209; $p = 0,029$) oraz *eksploracją ruminacyjną* (0,272; $p = 0,004$). Osoby te w większym stopniu poszukują alternatyw dla

swojego dotychczasowego zaangażowania, czemu towarzyszą lęk, obawy i trudności w samookreśleniu.

Analizy ujawniły także występowanie negatywnej korelacji pomiędzy stylem *zaabsorbowanym* a *podejmowaniem zobowiązań* ($-0,238$; $p = 0,013$) i *identyfikacją ze zobowiązaniami* ($-0,300$; $p = 0,002$) oraz pozytywnej korelacji z *eksploracją ruminacyjną* ($0,201$; $p = 0,005$). Istotny na poziomie tendencji okazał się wynik wskazujący na korelację pomiędzy stylem *zaabsorbowanym* i *eksploracją „w głąb”* ($0,184$; $p = 0,055$). Osoby takie w mniejszym stopniu podejmują nowe zobowiązania i nie raz mniej się identyfikują ze swoimi zobowiązaniami. Jednocześnie w większym stopniu rozważają, czy ich dotychczasowe decyzje i zaangażowania pasują do ich celów i wartości; obecne są przy tym lęk, wątpliwości i trudności w odpowiedzeniu na pytanie o własną tożsamość.

Nie zaobserwowano istotnych statystycznie związków pomiędzy stylami przywiązania *ufnym* i *odrzucającym* a wymiarami rozwoju tożsamości.

Zaobserwowano związki pomiędzy poszczególnymi stylami przywiązania (zobrazowane w tab. 2). Styl *ufny* koreluje negatywnie ze stylem *łękowo-unikającym* ($-0,405$; $p = 0,001$), *zaabsorbowanym* ($-0,0156$; $p = 0,035$) i *odrzucającym* ($-0,227$; $p = 0,002$). Styl *łękowo-unikający* koreluje istotnie pozytywnie ze stylem *odrzucającym* ($0,204$; $p = 0,006$) i na granicy istotności ze stylem *zaabsorbowanym* ($0,143$; $p = 0,053$). Style *zaabsorbowany* i *odrzucający* korelują negatywnie ($-0,209$; $p = 0,005$). Wykazane związki mogą stanowić potwierdzenie trafności narzędzia – są zgodne z założeniami teoretycznymi autorów oraz wynikami ich badań (Bartholomew, Horowitz, 1991; Bartholomew, Shaver, 1998).

TABELA 2. Style przywiązania – wewnętrzne korelacje

	Styl łękowo-unikający	Styl zaabsorbowany	Styl odrzucający
Styl ufny	0,553**	0,198*	0,286**
Styl łękowo-unikający		0,184	0,251**
Styl zaabsorbowany			0,260**
Styl odrzucający			

** Korelacja istotna na poziomie 0,01 (dwustronnie);

* Korelacja istotna na poziomie 0,05 (dwustronnie)

DYSKUSJA

Osoby przywiązujące się w sposób *łękowo-unikający* w większym stopniu poszukują alternatyw dla dotychczasowych zobowiązań (*eksploracja „wszerz”*) oraz doświadczają obaw i lęku przy próbach określenia, kim są i czego pragną (*eksploracja ruminacyjna*). Osoby *łękowo-unikające* wartościują negatywnie zarówno siebie, jak i innych; czują się zależne od innych, ale unikają intymności. Takie osoby pomimo braku wyraźnych trudności w sferze zobowiązań (brak korelacji), mogą swoje wybory traktować jako nie dość dobre czy niewłaściwe; tak jak postrzegają siebie. Ich niska samoocena może sprawiać, że zawsze są nie dość dobrzy i nawet podejmowane przez nich zobowiązania nie pomagają w określeniu własnej tożsamości. W związku z tym poszukują

alternatyw dla swoich przekonań, pracy i związków. Można się domyślać, że ze względu na specyfikę swojego przywiązania takie osoby mogą mieć szczególne trudności w rozwoju tożsamości właśnie w zakresie intymnych relacji – może się to przejawiać ciągłym rozważaniem różnych możliwości związków z różnymi osobami (*eksploracja „wszerz”*), ale ze względu na wysokie wyniki w unikaniu intymności”, obniżone poczucie wartości oraz lęk i trudności w samookreśleniu (*eksploracja ruminacyjna*), może być im trudno się zaangażować i utrzymać bliską stałą relację.

Wyniki wskazują, że osoby o *zaabsorbowanym* stylu przywiązania mogą mieć trudności w określeniu kim są i wciąż na nowo rozważać, czy podjęte dotychczas w różnych sferach życia zobowiązania do nich pasują (*eksploracja ruminacyjna* i ewentualnie wpływ *eksploracji „w głąb”*). Te osoby dystansują się także od swoich dotychczasowych identyfikacji i unikają podejmowania kolejnych zobowiązań (*identyfikacja ze zobowiązaniami i podejmowanie zobowiązań*). Jest to kombinacja wymiarów rozwoju tożsamości podobna do stanu, który autorzy kwestionariusza nazwali „moratorium ruminacyjnym” (Luyckx i in., 2008).

Stwierdzone zależności można łączyć z negatywnym modelem siebie i pozytywnym modelem innych; poszukiwaniem intymności oraz zabieganiem o aprobatę w relacjach z cenionymi przez siebie bliskimi. Osoby *zaabsorbowane* mogą starać się odpowiedzieć na pytanie o własną tożsamość, opierając się na opiniach i aprobacie bliskich figur przywiązania. Czując się od nich zależne, niesamodzielne w podejmowaniu wyborów i ocenie co jest dla nich najlepsze, nie podejmują osobistego zaangażowania. Przeciwnie, nawet nie identyfikują się z już podjętymi decyzjami i cały czas rozważają, czy aby były one odpowiednie. Być może nie mogą tego rozstrzygnąć, ponieważ nie postrzegają ich przez pryzmat własnych doświadczeń, potrzeb czy wartości, ale za kryterium przyjmują pochodzące od bliskich im innych oceny i standardy. Jednakże potrzeba samookreślenia i poczucie bycia mniej wartościowym pozostają. Przykładem mogłyby być wynikające z tego konfliktu przedłużające się trudności w wyborze ścieżki zawodowej. Ten obszar formowania tożsamości uważany jest u młodych dorosłych za szczególnie, a jego zaburzenia często za najbardziej dezorganizujące (Szczukiewicz, 1998). Obecnie kariera i sukces zawodowy mogą jeszcze zyskiwać na znaczeniu, ponieważ stają się w naszej kulturze coraz ważniejszymi wyznacznikami pozycji społecznej, coraz istotniejszym komponentem tożsamości.

Przyjmując te wyjaśnienia, można by powiedzieć, że mechanizm doświadczanych trudności jest u osób przywiązanych w sposób *zaabsorbowany* zasadniczo inny niż u osób z *łęklwym* stylem przywiązania – być może bliższy problematyce separacji, klasycznie uważanej za niezbędną dla indywiduacji i prawidłowego rozwoju tożsamości (Obuchowska, 2005).

Zastanawiające jest, że nie zaobserwowano powiązań pomiędzy stylami przywiązania ufnym i odrzucającym a wymiarami rozwoju tożsamości. Być może taki wynik można by tłumaczyć mniejszą jednorodnością grup osób cechujących się tymi stylami przywiązania. Może to być też związane z pozytywnym obrazem siebie w relacji, cechującym osoby o stylach ufnym i odrzucającym, a sprawiającym, że przywiązanie przestaje mieć kluczowe znaczenie dla rozwoju tożsamości. Jeżeli przyjąć takie wytłumaczenie, to właśnie czynnik negatywnego obrazu siebie i związanej z nim zależności od innych (Bartholomew, Horowitz, 1991) byłby kluczowy dla rozumienia związanych z przywiązaniem trudności w rozwoju tożsamości. Takie wytłumaczenie byłoby zgodne z wynikami wcześniejszych badań, łączących obniżone poczucie wartości ze wzmożoną *eksploracją* w ogóle, a szczególnie *eksploracją ruminacyjną* (Pilarska, Suchańska, 2015). Obniżone

poczucie wartości ma generować niepokój i potrzebę ciągłych poszukiwań bardziej satysfakcjonujących odpowiedzi na pytania tożsamościowe. Być może poszukiwania te przyjmują taką a nie inną formę ze względu na różnice w postrzeganiu innych i unikaniu intymności. Weryfikacja tych hipotez wymaga jednak kolejnych badań. Istotne wydaje się także sprawdzenie, czy obserwowane mechanizmy są zależne od wieku, czy też w uniwersalny sposób odpowiadają za jakąś część przebiegu rozwoju tożsamości, zarówno u adolescentów, jak i młodych dorosłych.

W kolejnych badaniach warto byłoby zwrócić uwagę również na występowanie ewentualnych różnic zależnych od płci, co nie było możliwe w tej pracy ze względu na różną liczebność kobiet i mężczyzn wśród osób badanych. Ponadto cenne byłoby uzyskanie większej próby, o równych proporcjach płci, co pozwoliłoby rozszerzyć dane oraz umożliwiłoby bardziej dogłębną analizę wymienionych problemów. Pozwoliłoby to także na sprawdzenie (zreplikowanie) uzyskanych wyników.

Wyniki mają wartość przyczynkarską i pozwalają wnioskować o obiecujących kierunkach dalszych badań dotyczących możliwych związków pomiędzy przywiązaniem a rozwojem tożsamości.

Uzyskane wyniki stanowią kolejne potwierdzenie, że tymi problemami należy zajmować się, próbując osłabiać wpływ czynników hamujących rozwój dojrzałej tożsamości. Na pierwszy plan wysuwają się wątki negatywnego obrazu siebie, radzenia sobie z negatywnymi emocjami oraz zależności od innych. Należałoby potraktować je jako istotne obszary w pracy z młodymi ludźmi, na przykład jako element zajęć wychowawczych i psychoedukacyjnych lub w pracy indywidualnej. Przykładowo można by starać się dostarczać okazji do doświadczania własnej skuteczności, sprawczości czy też akceptacji i więzi w grupie. Dla osób przywiązanych w sposób zaabsorbowany pomocne mogłoby być przede wszystkim wspieranie intrapsychicznych i interpersonalnych dążeń separacyjnych. W pracy wychowawczej należałoby wtedy promować samostanowienie jako wartość i wzmacniać (np. przez docenianie, zauważanie) samodzielne myślenie i własne pomysły dotyczących przyszłości, z szacunkiem wskazując na różnicę pomiędzy nimi a spełnianiem oczekiwań innych (np. rodziców). Jednocześnie warto byłoby pracować również z rodzicami, np. prowadząc psychoedukację dotyczącą rozwoju psychospołecznego, wskazując, co mu sprzyja, a co może go hamować oraz starając się zachęcać ich do adekwatnych, wynikających z tej wiedzy postaw wobec swoich dzieci. Pomocne mogą okazać się również dotykające tej problematyki programy profilaktyki uniwersalnej i nastawionej na promocję zdrowia psychicznego. W niektórych przypadkach potrzebna może być także psychoterapia indywidualna lub rodzinna.

Trudności w określeniu swojej tożsamości nie należą do rzadkości. Jednocześnie, rozwój tożsamości, odpowiedzi na pytania „kim jestem?” i „dokąd zmierzam?” wydają się podstawowe dla rozwoju i rzeczywistego wejścia w dorosłość. Aby lepiej wspierać młodych ludzi w zmaganiach rozwoju tożsamości, potrzebne jest zrozumienie tego procesu oraz jego uwarunkowań. Badania dotyczące analizowanego obszaru mogą, być może, przyczynić się do tego rozumienia i posłużyć za praktyczny drogowskaz dla profilaktyków, wychowawców, pedagogów i terapeutów stykających się w swojej pracy z osobami mającymi trudności ze sprostaniem wyzwaniu, jakim jest wejście w dorosłość.

BIBLIOGRAFIA

- Adamczyk, K., Luyckx, K. (2015). An investigation of the linkage between relationship status (single vs. partnered), identity dimensions and self-construals in a sample of Polish young adults. *Polish Psychological Bulletin*, 46(4), 616–623.
- Ainsworth, M.D.S., Blehar, M.C., Waters, E., Wall, S.N. (1978). *Patterns of Attachment: A Psychological Study of the Strange Situation*. Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Arnett, J.J. (2000). Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties. *American Psychologist*, 55(5), 469.
- Bańka, A., Hauziński, A. (2015). Decisional procrastination of school-to-work transition: Personality correlates of career indecision. *Polish Psychological Bulletin*, 46(1), 34–44.
- Bartholomew, K., Horowitz, L.M. (1991). Attachment styles among young adults: a test of a four-category model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61(2), 226–244.
- Bartholomew, K., Shaver, P.R. (1998). Methods of assessing adult attachment. *Do they converge? W: Attachment Theory and Close Relationships* (s. 25–45). New York: Guilford Press.
- Bowlby, J. (2007). *Przywiązanie*. Warszawa: WN PWN.
- Brzezińska, A.I., Kaczan, R., Piotrowski, K., Rękosiewicz, M. (2011). Odroczona dorosłość: fakt czy artefakt? *Nauka*, 4, 67–107.
- 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 tożsamości a ich podmiotowe i kontekstowe korelaty. *Studia Psychologiczne*, 49(1), 81–93.
- Erikson, E.H. (1997). *Dzieciństwo i społeczeństwo*. Poznań: Dom Wydawniczy Rebis.
- Obuchowska, I. (2005). Adolescencja. W: B. Harwas-Napierała, J. Trempała (red.), *Psychologia rozwoju człowieka: Charakterystyka okresów życia człowieka* (s. 163–197). Warszawa: WN PWN.
- Karaś, D., Kłym, M., Rusiak, D., Ciecuch, J., Wasilewska, Ż.M. (2012). Wymiary tożsamości a satysfakcja z życia u studentów i pracujących. *Studia Psychologica*, 1, 25–45.
- Luyckx, K., Goossens, L., Soenens, B. (2006). A developmental contextual perspective on identity construction in emerging adulthood: change dynamics in commitment formation and commitment evaluation. *Developmental Psychology*, 42(2), 366.
- Luyckx, K., Schwartz, S.J., Berzonsky, M.D., Soenens, B., Vansteenkiste, M., Smits, I., Goossens, L. (2008). Capturing ruminative exploration: Extending the four-dimensional model of identity formation in late adolescence. *Journal of Research in Personality*, 42(1), 58–82.
- Pilarska, A., Suchańska, A. (2015). Procesy tożsamości i poczucie tożsamości: wzajemne powiązania oraz znaczenie dla zdolności do bliskości. *Studia Psychologiczne*, 3, 91–104.
- Piotrowski, K. (2013). Identity in adolescence and emerging adulthood: relationships with emotional and educational factors. *Polish Psychological Bulletin*, 44(3), 266–276.
- Piotrowski, K., Kaczan, R., Rękosiewicz, M. (2013). Off-time higher education as a risk factor in identity formation. *Polish Psychological Bulletin*, 44(3), 299–309.
- Szczukiewicz, P. (1998). Rozwój w okresie dorastania. W: P. Szczukiewicz (red.), *Rozwój psychospołeczny a tożsamość* (s. 49–61). Lublin: Wydawnictwo UMCS.
- Tryjarska B. (2010). Style przywiązania partnerów a tworzenie bliskich związków w dorosłości. W: B. Tryjarska (red.), *Bliskość w rodzinie. Więzy w dzieciństwie a zaburzenia w dorosłości* (s. 185–217). Warszawa: Wydawnictwo Naukowe Scholar.

ATTACHMENT AND DEVELOPMENT OF A MATURE IDENTITY. ATTACHMENT STYLES AND THE DIMENSIONS OF IDENTITY DEVELOPMENT AMONG YOUNG ADULTS

Abstract: The aim of the study was to present the relationship between attachment styles and the dimensions of identity development. The theoretical framework of current research constitutes: Attachment Theory by Bowlby (2007) as well as his followers (Bartholomew & Horowitz, 1991), and a concept of Identity Development in the Identity Status Paradigm (Brzezińska & Piotrowski, 2010), which is based on the Psychosocial Development Theory by Erikson (1997). The participants were 109 students from different universities and

classes. The experiment was questionnaire-based – the participants filled out the Dimensions of Identity Development Scale and the Relationship Questionnaire. The results suggested a relationship between anxious-avoidant and preoccupied attachment styles and specific dimensions of identity development.

Keywords: identity development, identity status, identity development dimension, emerging adulthood, attachment, attachment styles.