



Wybrane osobowościowe korelaty prokrastynacji u polskiej młodzieży – doniesienie wstępne

Selected personality correlates of procrastination in Polish adolescents – preliminary report

Monika Dacka^a, Sara Filipiak^b

^a Dr Monika Dacka, PhD, <https://orcid.org/0000-0001-7029-7696>, Instytut Psychologii, Katolicki Uniwersytet Lubelski Jana Pawła II

^b Dr Sara Filipiak, PhD, <https://orcid.org/0000-0001-7818-7168>, Instytut Psychologii, Uniwersytet Marii Curie-Skłodowskiej

Abstrakt: Prokrastynacja, czyli intencjonalne zwlekanie jest zjawiskiem utrudniającym funkcjonowanie młodych osób. W ostatnim czasie zagadnienie to stało się niezwykle popularne na gruncie psychologii i pedagogiki. Uczniowie, którzy zwlekają z realizacją różnych ważnych działań mogą doświadczać negatywnych emocji, a niekiedy problemów ze zdrowiem psychicznym. Celem badania było określenie związków pomiędzy wybranymi cechami osobowości (w modelu Wielkiej Piątki oraz spectrum autyzmu) a skłonnością do podejmowania zachowań prokrastynacyjnych. W badaniu wzięło udział 530 uczniów (młodzież siódmej i ósmej klasy szkoły podstawowej). Zakres wiekowy uczestników badania wynosił od 13 do 15 lat ($M = 13,8$; $SD = 0,48$; w tym 58,5% dziewcząt i 41,5% chłopców). W okresie dorastania cechy osobowości i cechy ze spectrum autyzmu mogą przyczyniać się do rozwoju prokrastynacji, która utrudnia adolescentom dokonywanie wyborów, podejmowanie decyzji czy terminowe wywiązywanie się ze zobowiązań. Metodami wykorzystanymi w badaniu były: Ten Item Personality Inventory (TIPI–polska wersja narzędzia: Laguna, Bąk, Purc, Mielniczuk, Oleś, 2014), Pure Procrastination Scale (PPS–Steel, 2010; w polskiej adaptacji Stępień i Ciecich, 2013, z poprawkami Stępień i Topolewska, 2014) oraz The Autism-Spectrum Quotient (AQ) Adolescent Version (Barron-Cohen i współpracownicy, 2006; w polskiej wersji Pisula, Rynkiewicz, Łucka, 2010). Wyniki wskazują, że sumienność, ugodowość i stabilność emocjonalna są istotnymi predyktorami prokrastynacji u młodzieży w okresie wczesnej adolescencji. W przypadku chłopców stwierdzono istotny związek między ugodowością a uogólnioną skłonnością do prokrastynacji w aspekcie decyzyjnym i nieadaptacyjnym. Uzyskane wyniki stanowią wkład w formułowaniu wskazówek dla rodziców i nauczycieli w planowaniu i organizowaniu pracy uczniów doświadczających problemów w wypełnianiu zobowiązań szkolnych.

Słowa kluczowe: adolescencja, edukacja, prokrastynacja, Wielka Piątka, cechy ze spektrum autyzmu

Abstract: Procrastination, or intentional delay, is a phenomenon that makes the functioning of young people harder. Recently, this issue has been given a lot of attention in psychology and education sciences. Students who delay various activities may experience negative emotions and problems related to psychological health and daily functioning. This research aims to examine the links between selected personality traits (in the Big Five model and underlying autism spectrum disorder) and the propensity for engaging in procrastination behaviours. The research involved 530 primary school students (seventh- and eight-graders), aged from 13 to 15 years ($M = 13,8$, $SD = 0,48$; 58,5% females and 41,5% boys). During adolescence, various non-adaptive personality traits may contribute to the development of procrastination, which makes it harder for adolescents to make choices, decisions or fulfill their duties in a timely manner. The research makes use of the following methods: the Ten-Item Personality Inventory (TIPI); Polish version by Laguna, Bąk, Purc, Mielniczuk, Oleś, 2014; the Pure Procrastination Scale (PPS) by Steel, 2010; Polish adaptation by Stępień, Ciecich, 2013; amended by Stępień, Topolewska, 2014, and the Autism-Spectrum Quotient (AQ) Adolescent Version by Barron-Cohen et al., 2006; Polish version by Pisula, Rynkiewicz, Łucka, 2010. The research results show that conscientiousness, agreeableness, and emotional stability are significant predictors of procrastination in early adolescence. It was found there is a significant association between agreeableness and generalised tendency to procrastinate in terms of decision-making and non-adaptation in boys. The results obtained can be useful in the formulation of guidelines for parents and teachers planning and organising the work of students who have problems meeting school demands.

Keywords: adolescence, education, procrastination, Big Five, autism disorder's spectrum traits

Wprowadzenie

Okres dojrzewania to czas w życiu człowieka charakteryzujący się zmianami o charakterze biologicznym, poznawczym i społecznym (Sawyer, Azzopardi, Wickremarathne, Patton, 2018; Silvers, 2022). Młodzi ludzie dążą do uzyskania niezależności od rodziców, a grupa rówieśnicza zaczyna spełniać coraz większą

rolę w zaspokajaniu potrzeb związanych z rozwijaniem przynależności grupowej, odkrywaniem tożsamości oraz kształtowaniem umiejętności interpersonalnych (Crone, Achterberg, 2022; de Moor, van der Graaff, van Dijk, Meeus, Branje, 2019; Silvers, 2022; Veenstra, Laninga-Wijnen, 2022).

Istotne zmiany dotyczą również cech osobowości, które wyznaczają charakterystyczny dla każdego człowieka sposób spotrzegania rzeczywistości, interpretowania przyczyn zdarzeń i odczuwanych względem nich emocji (Etkin, De Caluwé, Ibáñez, Ortet, Mezquita, 2022; Meeus, 2019). Osobowość młodych ludzi rozwija się intensywnie w kontaktach z innymi ludźmi, w kontekście nowych wyzwań i ról społecznych, które towarzyszą im w przechodzeniu z okresu dzieciństwa do adolescencji (Grummitt, Barrett, Kelly, Stapinski, Newton, 2022; Schwaba, Bleidorn, Hopwood, Manuck, Wright, 2022). Szkoła jest miejscem, w którym adolescenti spędzają dużo czasu i jej znaczenie w codziennej aktywności można porównać do miejsca pracy osób dorosłych. To właśnie w szkole, w kontaktach z rówieśnikami i nauczycielami młodzi ludzie odkrywają to, kim są i jak są oceniani przez innych ludzi (Israel i in., 2022). W sytuacjach szkolnych uczniowie mają szansę poznać swoje zasoby istotne na przykład podczas radzenia sobie z niepowodzeniami, przyjmowaniem krytyki, a także określeniem tego, co jest dla nich ważne. Młodzi ludzie uczą się tego, jak oceniać i zachowywać się w sytuacjach, których doświadczają, zarówno w przypadku odnoszonych sukcesów, jak i porażek (Bono, Dufy, Moreno, 2022). Oprócz relacji z rówieśnikami, istotną rolę w tym aspekcie odgrywa całokształt dotychczasowych i obecnych kontaktów, które panowały między dzieckiem a opiekunami (zwykle rodzinami), ale także innymi znaczącymi osobami z najbliższego otoczenia (Schubert, Wray-Lake, Syvertsen, Metzger, 2022; Whitaker, Dearth-Wesley, Herman, van Wingerden, Winn, 2022).

Kolejny ważny obszar przemian okresu adolescencji to zmiany jakie zachodzą w kompetencjach zadaniowych młodych osób (Zlotnik, Gal, Weiss, 2022). Uczą się oni planować swoje działania, wyciągać konsekwencje z powziętych decyzji i szacować możliwości osiągnięcia ważnych celów (Zielińska, Lebuda, Ivcevic, Karwowski, 2022). Należy zauważyć, że cele współczesnych nastolatków w istotnym stopniu dotyczą ich osiągnięć szkolnych (Holzer, Korlat, Bürger, Spiel, Schober, 2022; Karababa, 2022). Badania wskazują na to, że sukcesy szkolne stanowią istotny aspekt pozytywnej samooceny i ogólnego dobrostanu młodych ludzi, ponieważ wiążą się z szeregiem innych korzyści o charakterze nagród takich jak publiczne pochwały czy dodatkowe

przywileje wynikające z zadowalających osiągnięć szkolnych (Holzer i in., 2022; Orth, Robins, 2022; Karababa, 2022). Z tego powodu w okresie adolescencji młodzież wykształca wiele nawyków związanych z ich funkcjonowaniem zadaniowym, na przykład sumiennej pracy pomimo działania dystraktorów czy też planowania dnia związanego z organizacją czasu poświęconego zarówno na naukę i rozrywkę (Cardoso, Duarte, Pacheco, Janeiro, 2022). Przywyyczajenia te będą określać ich skuteczność zadaniową i wpływać na to, jak efektywnie młodzi ludzie będą wywiązywać się z różnych obowiązków życiowych czerpiąc jednocześnie satysfakcję z obranego stylu życia (Orth, Robins, 2022). Utrwalanie się niewłaściwych nawyków, na przykład unikanie konfrontacji z trudnościami czy celowe zwlekanie z wykonywaniem ważnych zadań mogą stanowić czynnik ryzyka skutecznego planowania swojej kariery zawodowej, przyszłego funkcjonowania na rynku pracy, a nawet wywiązywania się z obowiązków rodzicielskich (Holzer i in., 2022; Karababa, 2022). Analiza osobowościowych uwarunkowań prokrastynacji stała się przedmiotem analiz podjętych w niniejszych badaniach. Postanowiono sprawdzić jakie są wybrane osobowościowe korelaty tendencji do zwlekania (prokrastynacji) u młodzieży w okresie wczesnej adolescencji. Tendencja do zwlekania wykonywania różnych działań rozwija się powoli dopiero w swojej finalnej formie może przybierać nawykowy charakter. Może mieć ona swoje osobowościowe podłoże, o czym przekonuje wiele badań (Ljubin-Golub, Petričević, Rovnan, 2019; Ocansey, Addo, Onyeaka, Andoh-Arthur, Asante, 2020; Zandieh, Jafariharandi, 2020). Poznanie tych uwarunkowań pozwoli nauczycielom, opiekunom i psychologom szkolnym lepiej poznać motywacje, jaka kryje się za intencjonalnym odkładaniem spraw na później oraz przygotować dostosowane do realnych potrzeb uczniów działania profilaktyczne.

1. Osobowość w modelu Wielkiej Piątki

Osobowość jest odnoszona do względnie stałych tendencji behawioralnych kojarzonych ze zdrowiem, dobrobytem, relacjami społecznymi (Tetzner, Becker, Brandt, 2020). Nadaje ona zachowaniom człowieka wymiar stabilności w czasie oraz przewidywalności.

Powszechnie znaną i akceptowaną koncepcją osobowości jest pięcioczynnikowy model osobowości (Wielka Piątka), określający pięć czynników osobowości: ekstrawersję, sumiennność, neurotyczność, otwartość na doświadczenie i ugodowość (McCrae, Costa, 1997). Cechy te odpowiadają za charakterystyczne dla człowieka sposoby odczuwania i reagowania. Są także w istotny sposób powiązane ze skutecznością zadaniową i poziomem osiągnięć szkolnych. Ekstrawersja jest cechą powiązaną z towarzyskością oraz pozytywną emocjonalnością (Smillie, Kern, Uljarevic, 2019). Wykazuje pozytywne korelacje z ogólnym dobrostanem i poszukiwaniem wsparcia społecznego w sytuacjach trudnych (Sun, Kaufman, Smillie, 2018). Osoby o niskim nasileniu tej cechy są raczej zamknięte w sobie, wycofują się w sytuacjach ekspozycji społecznej, która jest dla nich zwykle obciążona wysokimi kosztami psychologicznymi. Ekstrawersja może sprzyjać również rozpraszaniu się (Tetzner, Becker, Brandt, 2020).

Otwartość na doświadczenie wiąże się z eksploatacją poznawczą, ciekawością oraz gotowością do angażowania się w nowe działania czy też poznawania nowych idei (Schwaba, 2019). Cecha ta jest ponadto powiązana z aktywnymi strategiami radzenia sobie ze stresem (Malkiewicz, 2014) i ogólną kreatywnością w rozwiązywaniu problemów (Kandler i in., 2016). Otwartość na doświadczenie jest pozytywnie skorelowana z sukcesami edukacyjnymi. Wiąże się z kreatywnością, inteligencją oraz autonomią w podejmowaniu decyzji (Tetzner, Becker, Brandt, 2020).

Ugodowość powiązana jest z cechami takimi jak współczucie, empatia, uprzejmość czy skromność (Soto, John, 2017; Tackett i in., 2019). Osoby ugodowe są taktowne i dążą do harmonijnych, opartych na współpracy z innymi ludźmi kontaktów. Badania Laursen i współpracowników (2010) oraz Neyer i Lehnart (2007) wykazały, że ta cecha osobowości wiąże się z pozytywnymi relacjami rówieśniczymi i większą bliskością w tego rodzaju kontaktach. Ugodowość związana jest z większą możliwością współpracy z nauczycielami. Sprzyja poczuciu przynależności do grupy rówieśniczej oraz instytucji szkoły (Juvonen, Knifsend, 2016).

Sumiennność ma związek z poczuciem samokontroli, odpowiedzialnością wobec innych osób, pracowitością i przestrzeganiem określonych zasad

(Jackson, Roberts, 2017). Cecha ta jest związana z wytrwałością oraz planowaniem (Jackson, Hill, 2019). Neurotyczność wiąże się z doświadczaniem emocji takich jak: lęk, irytacja, niepewność, smutek (Shiner, 2019). Sytuacje porażek dla osób o wysokim nasileniu tej cechy są szczególnie trudne, ponieważ nie umieją oni radzić sobie z sytuacjami stresowymi.

Neurotyzm wiąże się z niedostosowaniem społecznym, a nawet ze specyficznymi trudnościami z przetwarzaniem poznawczym (Shackman i in., 2016) związanymi z np. negatywnym spostrzeganiem siebie, w tym swoich kompetencji. Neurotyzm wykazuje negatywny związek z wynikami w nauce. Może przyczyniać się do mniejszej koncentracji uwagi, zmniejsza poczucie kontroli nad sytuacją.

2. Cechy ze spectrum autyzmu

Jak zostało wskazane wcześniej, adolescencja jest okresem intensywnego rozwoju cech osobowości, które wykształcają się w wyniku złożonych interakcji czynników biologicznych, środowiskowych i społecznych (Abbott, 2021; Costa, McCrae, Löckenhoff, 2019; Damian, Spengler, Sutu, Roberts, 2019). Interakcja ta dotyczy zarówno intensywnych przemian neurobiologicznych związanych ze skokiem pokwitaniowym oraz zmieniającej się architektury mózgu nastolatka (Van den Akker i in., 2021), ale także nowych oczekiwań i wymagań społecznych związanych np. z przechodzeniem do kolejnych etapów edukacji (Evans, Borriello, Field, 2018). Kolejny kontekst rozwoju osobowości młodzieży związany jest z postawami wychowawczymi opiekunów i klimatem wewnątrzrodzinnym, jakością dotychczasowych relacji dziecka z rówieśnikami, a nawet doświadczeniem w historii życia nienormalnych zdarzeń życiowych np. długotrwałej hospitalizacji czy traumy wczesnodziecięcej (Adamis, Petmeza, McCarthy, Tsibidaki, Tsamparli, 2019; Armerding, 2021; Das, Prakash, 2019; Tiwari, Ginzalez, 2018). Wskazuje się, że kumulowanie się w pierwszej dekadzie życia niekorzystnych efektów oddziaływania różnych czynników na rozwój osobowości powoduje, że adolescencja jest okresem zwiększonego ryzyka pojawienia się różnych form psychopatologii (McLaughlin i in.,

2015; Prati, Tomasetto, 2022; Yirmiya i in., 2022). Z tego powodu badacze, jak również psychologowie praktycy zwracają uwagę na przejawy manifestowania cech osobowości u młodych osób, które mogą wskazywać na nieprawidłowy rozwój ich osobowości, zaś wtórnie – zapowiadać potrzebę wczesnej interwencji psychologicznej. Przykładami cech, które mogą świadczyć o takiej potrzebie są cechy leżące u podłoża zaburzeń ze spektrum autyzmu, opisane w ICD-10 i związane z występującymi – z różnym stopniem nasilenia – trudnościami komunikacyjnymi, złożonymi problemami w nawiązywaniu prawidłowych relacji społecznych oraz schematyzmem i sztywnymi wzorcami zachowania (Gerc, Jurek, 2019). Cechy takie jak uboga komunikacja, wycofanie z relacji społecznych, przesadna dbałość o szczegóły czy trudności z przełączaniem uwagi mogą ujawnić się zarówno wcześniej, jak również dopiero w okresie adolescencji (Courchesne, Gazestani, Lewis, 2020). W dalszej perspektywie rozwojowej trudności w zakresie umiejętności komunikacyjnych, behawioralnych, społecznych mogą przyczyniać się do rozwoju prokrastynacji, ograniczając rozwój zainteresowań, autonomii czy powodując problemy z samoregulacją (Lei, Russell, 2021). Młodzież może również mieć trudności z podejmowaniem decyzji, wykonywaniem codziennych aktywności edukacyjnych (słabsze funkcjonowanie pamięci roboczej, mniejsza elastyczność poznawcza), organizacją i zarządzaniem własnym czasem (Dijkhuis, de Sonnevillie, Ziermans, Staal, Swaab, 2020). Problemy z komunikacją społeczną mogą ograniczać możliwości uczenia się, nabywania nowych umiejętności adaptacyjnych oraz ograniczać elastyczność działania (Bertollo i in., 2020).

3. Prokrastynacja

Prokrastynacja wiąże się z dobrowolnym opóźnieniem wykonania zamierzonego działania pomimo przewidywanych negatywnych konsekwencji i uzyskania potencjalnie gorszego wyniku (Ferrari, 2010). Związana jest z tendencją do odkładania rzeczy do zrobienia na ostatnią chwilę (Hooshyar, Pedaste, Yang, 2020) i bywa uznawana za deficit procesu samoregulacji (Grund, Fries, 2018). Prokrastynacja

określana jest jako “świadome opóźnianie zamierzonego kierunku działania związanego z nauką, pomimo oczekiwania, że można być w gorszej sytuacji z powodu takiego opóźnienia” (Steel, Klingsieck, 2016, s. 37). Celem zwlekania jest uniknięcie stresów i utrzymanie dobrego samopoczucia (Dardara, Al-Makhalid, 2022). Chwilowo prokrastynacja może przyczynić się do poprawy samopoczucia, ale chroniczne zwlekanie może prowadzić do depresji, lęku, obniżenia samopoczucia w trakcie wykonywania różnych zadań oraz obniżenia poziomu osiągnięć szkolnych (Dunn, 2014; Scheunemann, Schnettler, Bobe, Fries, Grunschel, 2021; Zacks, Hen, 2018). Wskazuje się, że prokrastynacja jest właściwością zachowania, która rozwija i wykształca pod wpływem długofalowego działania różnych czynników, w tym klimatu emocjonalnego w rodzinie i stylów rodzicielskich ze szczególnym uwzględnieniem autorytarnego rodzicielstwa (Chen, Yang, Jiao, 2022; Ma, Ling, Zhang, Xiong, Li, 2011; Zakeri, Esfahani, Razmjooe, 2013). Rodzice charakteryzujący się tym stylem wychowawczym nadmiernie przejmują się porażkami swoich dzieci i mają niski poziom tolerancji dla popełnianych przez nie błędów. Taki styl wychowawczy może sprzyjać rozwojowi perfekcjonizmu u dzieci oraz ich przesadną wrażliwością na oceny innych, które są kluczowe dla kształtowania się pozytywnej samooceny dzieci (Chen i in., 2022). Wątpliwości dotyczące słuszności podejmowanych działań i obawy przed możliwością popełnienia błędów mogą prowadzić do trudności z organizacją codziennych aktywności i doprowadzaniem ich do końca (Burnam, Komarraju, Hamel, Nadler, 2014). Prokrastynacja może być zatem reakcją dzieci na wygórowane wymagania zewnętrzne i niemożność sprostanania zewnętrznym oraz wewnętrznym standardom. Badania nad prokrastynacją młodzieży wskazywały również na istotną rolę cech samego zadania do wykonania (np. te nieciekawe czy oceniane jako mało ważne są częściej odkładane na później) (Cormack, Eagle, Davies, 2020; Steel, 2007). Wskazywano także na znaczenie cech demograficznych, takich jak wiek czy płeć (Mann, 2016; Martin-Puga, Pelegrina, Gómez-Pérez, Justicia-Galiano, 2022; Zhou, 2020), czynniki kulturowe czy różnice indywidualne w zakresie cech osobowości (Steel, Klingsieck, 2016).

W literaturze przedmiotu wyróżnianiach jest kilka rodzajów prokrastynacji m.in. decyzyjna, behawioralna oraz nieadaptacyjna. Prokrastynacja decyzyjna wiąże się z chronicznym opóźnieniem podejmowania decyzji i dokonywania wyborów w sytuacji konieczności jego dokonania (Ferrari, Roster, 2018; Hen, Goroshit, 2020). Jedną z przyczyn tego rodzaju prokrastynacji jest ochrona poczucia własnej wartości przed ujawnieniem ewentualnej niekompetencji przed sobą i przed innymi, lęk przed dokonaniem złych wyborów oraz podjęciem błędnych decyzji (Ferrari i in., 2007; Ferrari, Roster, 2018). Prokrastynacja decyzyjna jest silnie powiązana z zamartwianiem się, żalem i lękiem (Fernie i in., 2015). Osoby charakteryzujące się tym typem prokrastynacji mają problemy z dokonywaniem istotnych wyborów życiowych, doświadczają negatywnych konsekwencji zdrowotnych oraz niższej satysfakcji z życia (Patalano, LeClair, 2011). Odwlekanie behawioralne, związane jest z rutynowymi zachowaniami dnia codziennego i może dotyczyć zaniedbywania codziennych czynności i obowiązków (Tibbett, Ferrari, 2015). Prokrastynacja behawioralna może przejawiać się na dwa sposoby. Pierwszy związany jest z realizacją alternatywnych, odmiennych kierunków działań, co powoduje opóźnienie pierwotnego planu działania (Tice, Bratslavsky, Baumeister, 2001). Drugi wiąże się z odkładaniem planów, działań na jak najdłuższy czas, wówczas często okazuje się, że realizacja danego planu jest niemożliwa (Worthley i in., 2006). Ten rodzaj opóźnienia przyczynia się do zmniejszenia samokontroli (Tamannaifar, Gharaee, Bakhshizade, Sheybani, 2016). Prokrastynacja decyzyjna okazała się być silniej związana z neurotyzmem, zaś behawioralna z sumiennością (Morris, Fritz, 2015).

Nieadaptacyjna prokrastynacja odzwierciedla utrwaloną tendencję do zwlekania pomimo wyraźnych oznak szkodliwości takiego działania. Ten rodzaj prokrastynacji wiązany był ze skłonnością do spożywania alkoholu (Phillips, Ogeil, 2011), impulsywnością w działaniu (Steele, 2007) czy zaniedbywaniem obowiązków przez młodzież (Westgate, Wormington, Oleson, Lindgren, 2017). Świadomość braku aktywności własnej wraz z negatywnymi konsekwencjami, które towarzyszą zwlekaniu wiąże się z tendencją

do negatywnej samooceny (Flett, Stainton, Hewitt, Sherry, Lay, 2012) oraz deprecjonowania samego siebie (McCown, Blake, Keiser, 2012).

Do determinantów prokrastynacji zalicza się specyficzne cechy osobowości (np. niskie poczucie własnej wartości, perfekcjonizm, utrzymujący się niepokój) oraz rozbieżność między intencją (poziomem gotowości do wykonania określonej aktywności; niski vs. wysoki) a faktem podjęcia (lub nie) danego działania (Klein i in., 2019). Przewlekła prokrastynacja przyczynia się do obniżenia wyników edukacyjnych oraz utrzymywaniu się trudności w relacjach interpersonalnych (Bibi i in., 2022; Hen, Goroshit, 2018; Steel, Klingsieck, 2016).

4. Cechy osobowości w modelu Wielkiej Piątki oraz ze spektrum autyzmu a prokrastynacja

Cechy osobowości są jednym z ważniejszych, uwarunkowanych biologicznie czynników, które mogą predysponować do rozwoju tendencji do zwlekania (Ocanseyi in., 2020; Steel, 2007). W badaniach wielokrotnie wskazywano na związki między cechami osobowości w modelu Wielkiej Piątki a prokrastynacją, choć zwykle były to badania z udziałem osób wkraczających w dorosłość i starszych dorosłych, np. studentów czy osób pracujących (Alzangana, 2017; Ljubin-Golub i in., 2019; Zandieh, Jafariharandi, 2020). Jedną z cech którą wielokrotnie wiązano z prokrastynacją jest sumiennosc, przy czym związek sumiennosci z prokrastynacją jest ujemny (Lee, Kelly, Edwards, 2006; Steel, 2007; Watson, 2001; Zandieh, Jafariharandi, 2020). Ponadto, w innych badaniach prokrastynacja była odwrotnie powiązana z ugodowością i otwartością na doświadczenie (słowo Ponadto wskazuje, że będzie nawiązanie do omawianego wątku, czyli sumiennosci, a tu rozpoczyna się inny wątek (Zandieh, Jafariharandi, 2020). Analiza korelacji przeprowadzona przez Ocanseyi i współpracowników (2020) wykazała, że prokrastynacja była negatywnie związana z otwartością, sumiennością, ekstrawersją i ugodowością, ale pozytywnie z neurotycznością. Badanie przeprowadzone z udziałem 271 holenderskich dorosłych w okresie

wschodzącej dorosłości wykazało, że prokrastynacja była związana z brakiem: sumienności, ekstrawersji i aspektami neurotyczności (Schouwenburg, Lay, 1995). Mniej sumienne, bardziej introwertyczne i neurotyczne jednostki miały tendencję do demonstrowania większej ilości zachowań prokrastynacyjnych. Badanie modelowe z udziałem 251 chińskich studentów uniwersyteckich wykazało, że jednostki, które były mniej ugodowe i bardziej otwarte na doświadczenia były bardziej skłonne do prokrastynacji (Zhou, 2020). Dużo mniej jest badań, które analizują związek cech, które bywają związane z zaburzeniem ze spektrum autyzmu, z zachowaniami związanymi z prokrastynacją (Carls-Diamante, Laciny, dostęp: 17.08.2022; online). W dotychczasowych badaniach wskazywano na to, że tendencja do skupiania się na mało istotnych szczegółach, która często charakteryzuje osoby z ASD (zaburzeniami ze spektrum autyzmu, z ang. *autistic spectrum disorder*), może utrudniać interpretację i rozumienie ogólnego sensu sytuacji problemowej, z jaką mierzy się osoba. Trudności z przetwarzaniem różnych, często bardziej ogólnych kontekstów zadania opisana jest w ramach teorii słabej centralnej koherencji (WCC) u osób z ASD (Russell i in., 2019; Scher, Shyman, 2019). Wtórnie może to powodować poczucie przeciążenia i zmęczenia, a w niektórych okolicznościach sprzyjać niepodejmowaniu działań, wycofaniu z ich realizacji w trakcie lub nie kończeniu ich w porę (Sun i in., 2019).

Kolejną cechą utożsamianą ze spectrum zaburzeń autystycznych związaną z prokrastynacją, była trudność z przekierowywaniem uwagi z jednego aspektu rozwiązywanego zadania na inny lub trudność w przełączaniu się między wykonywaniem różnych zadań w tym samym czasie (Dawson, 2018; Murray, 2018). Opisane trudności nawiązują do deficytów w elastycznym reagowaniu adekwatnie do potrzeb sytuacji. W badaniach wskazywano na przykład na rolę przesadnej koncentracji na wskazówkach sensorycznych przy jednoczesnym pomijaniu wskazówek społecznych np. instrukcji werbalnych i podpowiedzi (Pellcano, Burr, 2012). Nadwrażliwość na bodźce sensoryczne może także prowadzić do zwlekania, ponieważ uwidacznia problemy z efektywną selekcją

cech istotnych od nieistotnych, co również będzie prowadzić do nieefektywności realizowanych działań (Constant, Bervoets, Hens, Van de Cruys, 2020; Pellcano, Burr, 2012).

5. Metoda

Prokrastynacja jest zachowaniem problemowym, w znacznym stopniu pogarszającym zdrowie, skuteczność i dobrostan jednostki (Gao, Zhang, Xu, Zhou, Feng, 2021). Chroniczne odwlekanie w czasie wykonywania różnych ważnych życiowo aktywności jest palącym problemem zarówno indywidualnym, jak i społecznym (Ferrari, 1994; Ferrari, Dovidio, 2000). Utrwalony nawyk odkładania wszystkiego na później utrudnia osiąganie ważnych celów edukacyjnych i obniża satysfakcję z nauki szkolnej młodzieży prowadząc do konsekwencji związanych z niewłaściwym wykonywaniem obowiązków i towarzyszącego temu poczucie winy i obniżonego poczucia własnej skuteczności. Dodatkowo należy zauważyć, że brakuje badań nad osobowościowymi uwarunkowaniami prokrastynacji u polskiej młodzieży w okresie wczesnej adolescencji. Celem niniejszej pracy było określenie związków między wybranymi cechami osobowości a tendencją do zachowań prokrastynacyjnych w grupie osób w okresie wczesnej adolescencji, uczęszczających do klas 7 i 8 trzech podstawowych szkół publicznych w jednym z największych miast we wschodniej Polsce.

Przegląd literatury skłonił do postawienia następujących pytań badawczych

1. Które z cech osobowości w modelu Wielkiej Piątki i odnoszące się do zaburzeń ze spektrum autyzmu są predyktorami prokrastynacji w czterech wymiarach (ogólnym, decyzyjnym, behawioralnym i nieadaptacyjnym) u dziewcząt i chłopców w wieku wczesnej adolescencji?
2. Jakie cechy związane z zaburzeniami ze spektrum autyzmu są predyktorami prokrastynacji w czterech wymiarach (ogólnym, decyzyjnym, behawioralnym i nieadaptacyjnym) u dziewcząt i chłopców w okresie wczesnej adolescencji?

Zgodnie z problemami badawczymi sformułowano następujące hipotezy badawcze:

H1: Sumienność i neurotyczność są istotnymi predyktorami zachowań prokrastynacyjnych u chłopców i dziewcząt mimo, że w obu grupach oczekuje się odmiennych wzorców związków między tymi cechami a prokrastynacją. Niemniej jednak, z uwagi na fakt, że w świetle niektórych badań dziewczęta w okresie wczesnej adolescencji wykazują wyższy poziom neurotyczności i sumienności w porównaniu z chłopcami (De Bolle i in., 2015; Schmitt i in., 2008), można oczekiwać, że obie zmienne będą silniejszymi predyktorami zachowań prokrastynacyjnych w grupie dziewcząt niż chłopców. Proponuję, by różnice międzypłciowe były treścią następnej hipotezy badawczej

H2: Niektóre cechy ze spektrum autyzmu m.in. deficyty w zakresie komunikacji, umiejętności społecznych oraz przelączania uwagi mogą przyczynić się do nasilenia prokrastynacji u dziewcząt i chłopców (Russell i in., 2019; Scher, Shyman, 2019). Z uwagi na brak badań nad różnicami w zakresie związków między cechami autystycznymi a prokrastynacją u dziewcząt i chłopców, założono że niniejsze badanie wypełni tę lukę i pozwoli poszerzyć dotychczasowy stan wiedzy w tym aspekcie. Z pewnością uzupełni, ale ta informacja powinna być napisana nie w tym miejscu, ale we wstępie badań, celach przeprowadzonych badań lub ewentualnie w miejscu opisywanych dotychczasowych badań

5.1. Procedura i uczestnicy

Badania zostały przeprowadzone w jednym z największych miast Polski wschodniej w trzech wybranych losowo publicznych szkołach podstawowych. Badania zostały przeprowadzone podczas jednego spotkania z każdą klasą w roku szkolnym 2018/2019, w czasie od lutego do czerwca 2019 roku. W badaniach wzięło udział łącznie 600 uczniów lecz w wyniku analizy kompletności otrzymanych kwestionariuszy, do dalszych etapów analiz zakwalifikowano 530 ankiet. Wiek uczniów zawierał się w przedziale od 13 do 15 lat ($M = 13,5$; $SD = 0,48$, w tym 302 dziewcząt i 228 chłopców). Wszyscy uczniowie byli narodowości polskiej. Projekt badawczy został zaakceptowany przez

Komisję Etyki Badań Naukowych przy Instytucie Psychologii Uniwersytetu Katolickiego Jana Pawła II. Autorzy poinformowali badanych o celu naukowym badania, dobrowolności udziału w ankiecie i anonimowości odpowiedzi. Badanie przeprowadzono za zgodą odpowiednich dyrektorów szkół i rodziców dzieci. Badania ankietowe przeprowadzono metodą papier-ołówek.

5.2. Narzędzia badawcze

Ten Item Personality Inventory (TIPI) to 10-itemowe narzędzie mierzy cechy osobowości zgodnie z modelem pięcioczynnikowym Wielkiej Piątki obejmującym ekstrawersję, ugodowość, sumienność, stabilność emocjonalną i otwartość na doświadczenia. Osoba badana odnosi się do każdego dwuprzymiotnikowego stwierdzenia na skali od 1 – nie zgadzam się zdecydowanie do 7 – zgadzam się zdecydowanie (Łaguna, Bąk, Purc, Mielniczuk, Oleś, 2014, s. 421-437). Wynik dla każdej skali jest średnią z dwóch pozycji. Rzetelność skali wynosi: od $\alpha = 0,22$ (dla ugodowości) do $\alpha = 0,65$ (dla stabilności emocjonalnej).

Do oceny prokrastynacji wykorzystano Pure Procrastination Scale (PPS–Steel, 2010; w polskiej adaptacji Stępień i Ciecuch, 2013, z poprawkami Stępień i Topolewskiej, 2014). Skala PPS składa się z 12 pozycji. Maksymalny wyniku uzyskany przez uczestnika to 60 punktów. Im wyższy wynik uzyskany przez uczestników, tym większa jest ich skłonność do prokrastynacji. Rzetelność narzędzia oceniono za pomocą statystyki alfa Cronbacha, a wartość α dla wskaźników ogólnej prokrastynacji wyniosła 0,89 (Stępień, Topolewska, 2014, s. 145-160). Test składa się z trzech podskal: prokrastynacji decyzyjnej, behawioralnej oraz nieadaptacyjnej. Kwestionariusz zawiera stwierdzenia, na które należy udzielić odpowiedzi od 1 (całkowicie nie trafnie mnie opisuje) do 5 (całkowicie trafnie mnie opisuje).

Do pomiaru cech ze spektrum autyzmu zastosowano The Autism-Spectrum Quotient (AQ) Adolescent Version (Baron-Cohen, Hoekstra, Knickmeyer, Wheelwright, 2006), w polskiej adaptacji. Kwestionariusz diagnostyczny został zaprojektowany w celu pomiaru ekspresji cech spektrum autyzmu u danej

osoby, przez subiektywną jej samoocenę. Przeznaczony jest dla młodzieży od 12 do 15 roku życia. Należy podkreślić, iż kwestionariusz nie służy do diagnozy nozologicznej ASD, choć im wyższy wynik, tym większa skłonność do zachowań typowych dla tego zaburzenia. Sam wynik jednak nie daje podstawy do tego, by stwierdzić zaburzenie lub też jednoznacznie je odrzucić. Kwestionariusz może być stosowany w celu diagnozy przesiewowej osób ze skłonnościami do zachowań związanych z zaburzeniami ze spektrum autyzmu. Składa się on z 50 pytań, które przydzielone zostały do pięciu podskal: komunikacja, umiejętności społeczne, wyobraźnia, dbałość o szczegóły, przełączanie uwagi. Każda podskala składa się z 10 itemów. AQ jest kwestionariuszem zawierającym podskale dla społecznych i niespołecznych aspektów zachowania i poznania. Osoby badane udzielają odpowiedzi na czterostopniowej skali Likerta: zdecydowanie się zgadzam, zgadzam się, nie zgadzam się, zdecydowanie się nie zgadzam. Ogólny wynik wynosi od 0 do 50. Wyniki dla poszczególnych podskal mieszczą się w przedziale od 0 do 10. Współczynniki rzetelności alfa Cronbacha dla całości AQ wynosił 0,79. Dla poszczególnych podskal wartości współczynnika również były wysokie i wynosiły (komunikacja = 0,82; umiejętności społeczne = 0,88; wyobraźnia = 0,81; dbałość o szczegóły = 0,66; przełączanie uwagi przełączanie = 0,76).

Wersja polska została adoptowana przez Pisulę, Rynkiewicz, Łucką (2010). Posiada ten sam system punktacji jak oryginał. Osoba odpowiada na 50 pytań, podzielonych na pięć podskal, z odpowiedziami na czterostopniowej skali Likerta (1 „zdecydowanie się zgadzam”, 2 „raczej się zgadzam”, 3 „raczej się nie zgadzam”, 4 „zdecydowanie się nie zgadzam”) (Pisula i in., 2013).

6. Wyniki

Interpretację uzyskanych wyników oparto na wynikach surowych uzyskanych z zastosowaniem trzech narzędzi badawczych. Obliczenia statystyczne przeprowadzono z wykorzystaniem programu IBM SPSS Statistics 24.0. W analizach poziom istotności przyjęto na poziomie $p < 0,05$. Na początku analiz

sprawdzono normalność rozkładu za pomocą testu Kołmogorowa-Smirnowa. Rozkład zmiennych nie odbiegał znacząco od rozkładu normalnego ($p > 0,05$). W celu weryfikacji hipotez badawczych przeprowadzono analizę regresji liniowej. W tej analizie cechy osobowości były predyktorami (zmiennymi objaśniającymi), natomiast prokrastynacja była zmienną objaśnianą.

W celu ustalenia czy wymiary osobowości (ekstrawersja, sumienność, neurotyczność, otwartość na doświadczenie i ugodowość) oraz cechy ze spektrum autyzmu (trudności komunikacyjne, problemy w nawiązywaniu prawidłowych relacji społecznych, schematyzm i sztywne wzorce zachowania) były istotnymi predyktorami prokrastynacji ogólnej, decyzyjnej, behawioralnej oraz nieadaptacyjnej przeprowadzono analizę regresji, z uwzględnieniem modelu efektów mieszanych. Model ten stanowi rozszerzenie klasycznych modeli regresyjnych (West, Kathleen, Gałecki, 2014). Dodatkowo w modelu uwzględniono płeć, wiek, a także interakcje między płcią a wymiarami osobowości (ze względu na istotne różnice międzyplciowe).

Przeprowadzona analiza wykazała, że analizowany model był dobrze dopasowany do danych $F(17,604) = 10,83$; $p < 0,001$ i wyjaśniał 21,2% wariacji prokrastynacji ogólnej (adj. $R^2 = 0,212$). Analiza wykazała, że istotnym predyktorem prokrastynacji ogólnej była płeć, ugodowość, sumienność i stabilność. Istotna okazała się także interakcja płci i ugodowości. Związek między ugodowością a ogólną prokrastynacją wśród kobiet był nieistotny ($B = 0,26$; $SE = 0,30$; $p = 0,386$), natomiast wśród mężczyzn był ujemny ($B = -1,09$; $SE = 0,32$; $p = 0,001$) – im wyższy był poziom ugodowości, tym niższy poziom prokrastynacji u mężczyzn.

Następnie, podobne obliczenia zostały przeprowadzone dla prokrastynacji i jej aspektu decyzyjnego (por. tab 2). Może lepiej określać płeć (13 – 15 lat) jako dziewczęta i chłopcy niż jako kobiety i mężczyźni

Przeprowadzona analiza wykazała, że analizowany model był dobrze dopasowany do danych $F(17,604) = 6,74$; $p < 0,001$ i wyjaśniał 13,6% wariacji prokrastynacji decyzyjnej (adj. $R^2 = 0,136$). Analiza wykazała, że istotnym predyktorem prokrastynacji decyzyjnej była ugodowość, sumienność

Tabela 1. Współczynniki efektów mieszanych dla modelu wyjaśniającego prokrastynację ogólną

Parametr	B	SE	95% CI		P
			LL	UL	
Płeć	-8,87	3,50	-15,74	-2,01	0,011
Wiek	0,03	0,24	-0,44	0,49	0,913
AQ	-0,04	0,04	-0,12	0,05	0,415
Ekstrawersja	-0,30	0,30	-0,90	0,30	0,325
Ugodowość	-1,01	0,33	-1,66	-0,37	0,002
Sumiennosc	-2,09	0,33	-2,74	-1,44	<0,001
Stabilnosc	-0,75	0,31	-1,35	-0,14	0,015
Otwartosc	0,29	0,37	-0,45	1,02	0,443
Płeć* Ekstrawersja	0,57	0,42	-0,26	1,40	0,180
Płeć* Ugodowość	1,23	0,46	0,32	2,13	0,008
Płeć* Sumiennosc	-0,25	0,45	-1,14	0,64	0,577
Płeć* Stabilnosc	-0,14	0,42	-0,95	0,68	0,743
Płeć* Otwartosc	0,33	0,54	-0,74	1,39	0,550

Tabela 2. Współczynniki efektów mieszanych dla modelu wyjaśniającego prokrastynację decyzyjną

Parametr	B	SE	95% CI		P
			LL	UL	
Płeć	-8,87	3,50	-15,74	-2,01	0,011
Wiek	0,03	0,24	-0,44	0,49	0,913
AQ	-0,04	0,04	-0,12	0,05	0,415
Ekstrawersja	-0,30	0,30	-0,90	0,30	0,325
Ugodowość	-1,01	0,3	-1,66	-0,37	0,002
Sumiennosc	-2,09	0,33	-2,74	-1,44	<0,001
Stabilnosc	-0,75	0,31	-1,35	-0,14	0,015
Otwartosc	0,29	0,37	-0,45	1,02	0,443
Płeć* Ekstrawersja	0,57	0,42	-0,26	1,40	0,180
Płeć* Ugodowość	1,23	0,46	0,32	2,13	0,008
Płeć* Sumiennosc	-0,25	0,45	-1,14	0,64	0,577
Płeć* Stabilnosc	-0,14	0,42	-0,95	0,68	0,743
Płeć* Otwartosc	0,33	0,54	-0,74	1,39	0,550

i stabilność. Im wyższy był poziom ugodowości, sumienności oraz stabilności, tym niższy był poziom prokrastynacji decyzyjnej. Istotna okazała się także interakcja płci i ugodowości. Związek między ugodowością a prokrastynacją decyzyjną wśród kobiet był nieistotny ($B = 0,05$; $SE = 0,10$; $p = 0,601$), natomiast wśród mężczyzn był ujemny ($B = -0,33$; $SE = 0,10$; $p = 0,001$) – im wyższy był poziom ugodowości, tym niższy poziom pro-

krastynacji decyzyjnej. W przedostatnim kroku postanowiono sprawdzić czy cechy osobowości w Modelu Wielkiej Piątki oraz ze spektrum autyzmu są predyktorem prokrastynacji w wymiarze behawioralnym. Do modelu, analogicznie jak poprzednio, włączono płeć, wiek, a także interakcje między płcią a wymiarami osobowości, ze względu na istniejące różnice międzypłciowe. Wyniki przeprowadzonych analiz przedstawia tabela 3.

Tabela 3. Współczynniki efektów mieszanych dla modelu wyjaśniającego prokrastynację behawioralną

Parametr	B	SE	95% CI		p
			LL	UL	
Płeć	-4,55	2,27	-9,00	-0,10	0,045
Wiek	-0,01	0,15	-0,31	0,30	0,964
AQ	-0,03	0,03	-0,08	0,03	0,357
Ekstrawersja	-0,27	0,20	-0,66	0,11	0,166
Ugodowość	-0,42	0,21	-0,84	0,00	0,049
Sumiennosc	-1,14	0,22	-1,56	-0,71	<0,001
Stabilnosc	-0,38	0,20	-0,77	0,02	0,059
Otwartosc	0,09	0,24	-0,38	0,57	0,704
Płeć* Ekstrawersja	0,53	0,27	-0,01	1,06	0,056
Płeć* Ugodowość	0,46	0,30	-0,13	1,04	0,127
Płeć* Sumiennosc	-0,15	0,29	-0,73	0,42	0,600
Płeć* Stabilnosc	-0,06	0,27	-0,59	0,47	0,819
Płeć* Otwartosc	0,28	0,35	-0,41	0,97	0,426

Tabela 4. Współczynniki efektów mieszanych dla modelu wyjaśniającego prokrastynację nieadaptacyjną

Parametr	B	SE	95% CI		p
			LL	UL	
Płeć	-2,58	1,22	-4,98	-0,18	0,035
Wiek	-0,05	0,08	-0,21	0,11	0,549
AQ	-0,01	0,02	-0,04	0,02	0,490
Ekstrawersja	0,05	0,11	-0,16	0,26	0,658
Ugodowość	-0,26	0,12	-0,48	-0,03	0,026
Sumiennosc	-0,49	0,12	-0,71	-0,26	<0,001
Stabilnosc	-0,16	0,11	-0,37	0,05	0,133
Otwartosc	0,10	0,13	-0,15	0,36	0,435
Płeć* Ekstrawersja	-0,05	0,15	-0,35	0,24	0,714
Płeć* Ugodowość	0,37	0,16	0,05	0,68	0,023
Płeć* Sumiennosc	-0,06	0,16	-0,37	0,26	0,727
Płeć* Stabilnosc	0,06	0,15	-0,23	0,34	0,704
Płeć* Otwartosc	0,10	0,19	-0,27	0,48	0,583

Przeprowadzona analiza wykazała, że analizowany model był dobrze dopasowany do danych $F(17,604) = 7,98$; $p < 0,001$ i wyjaśniał 16% wariacji prokrastynacji behawioralnej (adj. $R^2 = 0,160$). Analiza wykazała, że istotnym predyktorem prokrastynacji behawioralnej była płeć, a spośród wymiarów osobowości ugodowość i sumiennosc. Im wyższy był poziom ugodowości oraz sumiennosci, tym niższy był poziom prokrastynacji behawioralnej. Finalnie,

podobne obliczenia wykonano dla prokrastynacji w wymiarze nieadaptacyjnym. Do modelu włączono wiek i płeć oraz interakcję między płcią a wymiarami osobowości (ze względu na istniejące różnice międzypłciowe).

Przeprowadzona analiza wykazała, że analizowany model był dobrze dopasowany do danych $F(17,604) = 5,07$; $p < 0,001$ i wyjaśniał 10,0% wariacji prokrastynacji nieadaptacyjnej (adj. $R^2 = 0,100$).

Analiza wykazała, że istotnym predyktorem prokrastynacji nieadaptacyjnej była płeć, a także spośród wymiarów osobowości ugodowość i sumienność. Wraz ze wzrostem poziomu ugodowości i sumienności, poziom prokrastynacji nieadaptacyjnej malał. Istotna okazała się również interakcja płci i ugodowości. Związek między ugodowością a prokrastynacją nieadaptacyjnej wśród kobiet był nieistotny ($B = 0,11$; $SE = 0,10$; $p = 0,303$), natomiast wśród mężczyzn był ujemny ($B = -0,25$; $SE = 0,11$; $p = 0,023$) – im wyższy był poziom ugodowości, tym niższy poziom prokrastynacji nieadaptacyjnej, analogicznie jak w przypadku pozostałych wymiarów prokrastynacji.

7. Dyskusja i wnioski

Celem badań było określenie, czy cechy osobowości Wielkiej Piątki i cechy ze spectrum autyzmu są predyktorami prokrastynacji u uczniów w okresie wczesnej adolescencji. Założono także, że powiązania te mogą być różne u chłopców i dziewcząt, ponieważ badania wskazują na to, że chłopcy i dziewczęta już u progu adolescencji różnią się od siebie pod względem cech osobowości oraz skłonnością do prokrastynacji (Branje, Lieshout, Gerris, 2007; Steel, 2007; Steel, Ferrari, 2013). Oczekiwano również, że odpowiedź na to pytanie przyczyni się do poszerzenia dotychczasowej wiedzy na temat związków między osobowościowymi uwarunkowaniami prokrastynacji u młodzieży.

Istotnym predyktorem prokrastynacji ogólnej u osób badanych była płeć, a spośród wszystkich analizowanych cech osobowości ugodowość, sumienność i stabilność. Im wyższy był poziom ugodowości, sumienności oraz stabilności, tym niższy był poziom prokrastynacji ogólnej wśród osób badanych. Przeprowadzone badania potwierdzają wcześniejsze spostrzeżenia z badań, wskazujące na to, że cechy takie jak ugodowość, sumienność i stabilność emocjonalna nie sprzyjają prokrastynacji. Na przykład, badania prowadzone przez Hussain, Griffiths, Sheffield (2017) na próbie 640 osób w wieku od 13 do 69 lat, wykazały wystąpienie istotnych związków między problematycznym używaniem smartfonów, opóźnieniem realizacji różnych zadań a sumiennością

i stabilnością emocjonalną. Podobnie, Lay, Kovacs, Danto (1998) w badaniach przeprowadzonych na 280 młodszych adolescentach wykazali negatywny związek między sumiennością a prokrastynacją. Osoby ugodowe, jak wynika z prowadzonych badań Horwood, Anglim, 2018; Hsiao, Shu, Huang (2017), przejawiają mniejszą skłonność do prokrastynacji, poświęcają więcej czasu na radzenie sobie z występującymi problemami oraz przejawiają wyższy poziom samokontroli. Także Watson (2001) zauważa, że osoby młode o wysokiej stabilności emocjonalnej mogą mieć większe szanse na odniesienie sukcesów edukacyjnych, co w pewien sposób przyczynia się do ochrony ich przed prokrastynacją. Uwzględnienie w modelu płci wskazało, że związek między ugodowością a ogólną prokrastynacją wśród mężczyzn był istotny i ujemny. Im wyższy był poziom ugodowości, tym niższy był poziom prokrastynacji ogólnej u mężczyzn. Wynik ten można próbować tłumaczyć tym, że ugodowość jest cechą powiązaną z gotowością do współpracy i nastawieniem prospołecznym (Costa, McCrae, 1992). Ugodowość nie sprzyja rywalizacji, która może wiązać się z nadmiernie wygórowanymi oczekiwaniami względem podjętych działań, porównywaniem swoich kompetencji oraz osiągnięć z innymi ludźmi. Takie nastawienie (o jakie nastawienie chodzi o ugodowość, czy o wygórowane oczekiwania względem podjętych działań) może sprzyjać zwlekaniu, ponieważ odraczając realizację działań osoba chroni swoją samoocenę i pozytywny obraz siebie, a prokrastynacja jest sposobem na uniknięcie strachu przed porażką lub osądem ze strony innych (Korkmaz, Ilhan, Bardakci, 2018; Steel, 2007). W odniesieniu do osób badanych można zatem stwierdzić, że ugodowość, w przypadku chłopców i związana z tym ich gotowość do budowania satysfakcjonujących i harmonijnych relacji z ludźmi, jest czynnikiem chroniącym przed wystąpieniem tendencji do zwlekania. Warto zauważyć, że większość badań wskazuje na to, że prokrastynacja dotyczy głównie mężczyzn (Steel, 2007; Ferrari, Doroszko, Joseph, 2005; Steel, Ferrari, 2013). Uzyskany w niniejszych badaniach wynik jest zgodny z wynikami uzyskanymi przez Martín-Puga, Galiano, Gómez-Pérez, Pelegrina (2020) wskazującymi na wyższą skłonność do prokrastynacji w grupie chłopców niż dziewcząt w wieku od 7 do 19 lat.

Analizy dotyczące prokrastynacji decyzyjnej wskazały na to, że jej istotnym predyktorem była również płeć, a spośród wszystkich analizowanych cech osobowości ugodowość, sumienność i stabilność. Im wyższy był poziom ugodowości, sumienności oraz stabilności, tym niższy był poziom prokrastynacji decyzyjnej. Wysoki poziom tych cech stanowi zatem czynnik chroniący przed prokrastynacją decyzyjną. Badania Milgram i Tenne (2000) wykazały związek między prokrastynacją decyzyjną a cechami osobowości (neurotyczność, niska sumienność). Związek między ugodowością a prokrastynacją decyzyjną był istotny tylko u mężczyzn – im wyższy był poziom ich ugodowości, tym niższy był ich poziom prokrastynacji decyzyjnej. Układ wyników okazał się być zatem bardzo zbliżony do wyników dotyczących prokrastynacji ogólnej. Prokrastynacja decyzyjna jak wskazują badania wiąże się z przewlekłym opóźnieniem podejmowania decyzji (Hen, Goroshit, 2020) oraz jest silnie związana z ochroną poczucia własnej wartości przed ujawnianiem własnych niekompetencji (Ferrari i in., 2007). Osoby wybierające ten typ prokrastynacji mają problemy z dokonywaniem wyborów (Patalano, LeClair, 2011). Badania prowadzone przez Sandhya, Gopinath (2019), wykazały istnienie związku między ugodowością a irracjonalną decyzją w aktywnej prokrastynacji. Osoby o wysokim poziomie prokrastynacji decyzyjnej doświadczają konfliktów w obszarze wyboru istotnych informacji oraz sposobów wykonania zadania. W celu uniknięcia konfliktów starają się koncentrować na czynnościach mniej stresujących.

W przypadku prokrastynacji behawioralnej istotnymi predyktorami okazała się płeć oraz ugodowość i sumienność. Ten rodzaj prokrastynacji wiąże się z opóźnieniem wykonania działania w codziennych sytuacjach (Tice i in., 2001). Podobnie jak w przeprowadzonych badaniach, również Danaei i Hashemi (2018) wykazali ujemną zależność między opóźnieniem behawioralnym a sumiennością. Podobnie jak w przypadku prokrastynacji ogólnej, decyzyjnej i nieadaptacyjnej istotnymi predyktorami opóźnienia behawioralnego okazały się cechy osobowości (ugodowość, sumienność).

W dalszym kroku postanowiono sprawdzić jakie są predyktory prokrastynacji nieadaptacyjnej. Analizy wykazały, że jej istotnym predyktorem była płeć,

a także spośród wymiarów osobowości – ugodowość i sumienność. Wraz ze wzrostem poziomu ugodowości i sumienności, poziom prokrastynacji nieadaptacyjnej malał. Związek między ugodowością a prokrastynacją nieadaptacyjną był istotny tylko wśród mężczyzn. Im wyższy był poziom ugodowości, tym niższy był ich poziom prokrastynacji nieadaptacyjnej, analogicznie jak w przypadku pozostałych wymiarów prokrastynacji. Nieadaptacyjna prokrastynacja wiąże się z ochroną swojego poczucia własnej wartości (Flett i in., 2012) poprzez opóźnianie realizacji zaplanowanych działań. Podobnie jak w przypadku pozostałych rodzajów prokrastynacji, jej istotnymi predyktorami okazały się sumienność i ugodowość.

Podsumowując uzyskane wyniki należy stwierdzić że w znacznej mierze niniejsze badania potwierdziły wcześniejsze ustalenia związane z rolą poszczególnych cech osobowości w modelu Wielkiej Piątki w wyjaśnianiu prokrastynacji (Burnam i in., 2014; Hen, Goroshit, 2020; Mann, 2016; Steel, Klingsieck, 2016; Zhou, 2020). Z drugiej jednak strony zastanawiającym jest wynik mówiący o tym, że żadna z cech leżąca u podłoża zaburzeń ze spektrum autyzmu nie miała związku z żadnym aspektem prokrastynacji. Problemy w zakresie komunikacji, relacjach społecznych, pewien schematyzm i sztywność wzorców funkcjonowania nie miały zatem znaczenia w wyjaśnianiu tendencji do odwlekania zadań przez młodzież (Gerc, Jurek, 2019). Ponadto, niniejsze badania wykazały na rolę płci jako istotnego czynnika wyjaśniającego prokrastynację. W badaniach wielokrotnie wskazywano na to, iż to mężczyźni zwykle prokrastynują bardziej niż kobiety (Ferrari, Tice, 2000; Steel, 2007). Należy zauważyć, że w niniejszych badaniach tendencja ta została uchwycona u chłopców w okresie wczesnej adolescencji, co by oznaczało, że różnice międzypłciowe w prokrastynacji pojawiają się stosunkowo wcześnie. Z tego powodu wyniki uzyskane w niniejszym badaniu mogą przyczynić się do opracowania praktycznych wskazówek do pracy z młodzieżą. Praca ta powinna uwzględniać osobowościowe uwarunkowania funkcjonowania młodzieży, ponieważ osobowość determinuje wybór sposobów zachowań, radzenie sobie z frustracją i niepowodzeniami, a także wyznacza formułowanie celów i sposobów ich osiągnięcia. Trafne rozpoznanie rzeczywistych

potrzeb, mocnych i słabszych stron funkcjonowania adolescentów pozwoli opracować takie metody pracy, które będą odpowiadały rzeczywistym potrzebom uczniów. W szczególności praca wychowawcza powinna być zorientowana na wzmacnianie takich cech jak sumienność, cierpliwość i umiejętność odraczania gratyfikacji. Uczniowie powinni wiedzieć gdzie mogą zgłosić się po pomoc w przypadku doświadczanych trudności tak, aby nie pozostawali bierni wobec napotykanym problemom. Bierność może sprzyjać zachowaniom prokrastynacyjnym, gdyż jest formą ucieczki od bezpośredniej próby radzenia sobie z trudnością. Działaniami informacyjnymi powinni zostać także objęci rodzice uczniów. Należałoby ich uwrażliwić na kwestię postaw wychowawczych i niekorzystnego wpływu nadmiernych wymagań na bazie których powstaje perfekcjonizm ich dzieci i lęk przed niepowodzeniem

Badanie to ma kilka ograniczeń. Prokrastynacja prawdopodobnie jest zjawiskiem uwarunkowanym wieloma czynnikami. Istotne zatem wydaje się uwzględnienie w przyszłych badaniach nie tylko

cech osobowości jako istotnych uwarunkowań prokrastynacji, ale także innych aspektów funkcjonowania młodzieży (przeżywanych emocji czy procesów motywacyjnych). Jak potwierdzają badania Hendon-Milewskiej przeprowadzone w 2014 roku, chłopcy w okresie wczesnej adolescencji mają tendencję do obniżonego poczucia autonomii i odpowiedzialności. Może to prowadzić do obniżenia jakości uczenia się i zaangażowania w działania szkolne (Connell, Wellborn, 1991; Reeve, Bolt, Cai, 1999). Z tego powodu w przyszłych badaniach należałoby uwzględnić analizę takich cech jak poczucie kontroli oraz odpowiedzialności. Autorzy nie wzięli również pod uwagę poczucia własnej skuteczności młodzieży (Bandura, 1977). Coraz więcej autorów zauważa związki między własną skutecznością a prokrastynacją (Steel, 2007). Kolejnym ograniczeniem prezentowanego badania był brak kontroli tak istotnych zmiennych, jak status społeczno-ekonomiczny rodzin uczniów. Uwzględnienie tych zmiennych pozwoliłoby na dokładniejszy opis zależności między cechami osobowości a prokrastynacją u badanych uczniów.

Bibliografia

- Alzangana, K. (2017). Academic procrastination among international graduate students: The role of personality traits, the big-five personality trait taxonomy. *Journal of Arts, Science & Commerce*, 8(3), 1-9.
- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (5th ed.). Arlington: American Psychiatric Association Publishing.
- Baron-Cohen, S., Hoekstra, R.A., Knickmeyer, R., Wheelwright, S. (2006). The Autism-Spectrum Quotient (AQ)-Adolescent Version. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 36(3), 343-350.
- Bono, G., Dufy, T., Moreno, S. (2022). Gratitude in School: Benefits to Students and Schools. (In:) K.-A. Allen, M.J. Furlong, D. Vella-Brodrick, S.M. Suldo (eds.), *Benefits to students and schools. Handbook of positive psychology in schools: Supporting process and practice*, 118-134. New York: Routledge.
- Branje, S.J., Van Lieshout, C.F., Gerris, J.R. (2007). Big Five personality development in adolescence and adulthood. *European Journal of Personality*, 21(1), 45-62. <https://doi.org/10.1002/per.596>
- Burnam, A., Komarraju, M., Hamel, R., Nadler, D.R. (2014). Do adaptive perfectionism and self-determined motivation reduce academic procrastination? *Learning and Individual Differences*, 36, 165-172. <https://doi.org/10.1016/j.lindif.2014.10.009>
- Cardoso, P., Duarte, M.E., Pacheco, L., Janeiro, I.N. (2022). Life design group-based intervention fostering vocational identity, career adaptability, and career decision-making self-efficacy. *Cypriot Journal of Educational Sciences*, 17(1), 1453-1467. <https://doi.org/10.18844/cjes.v17i1.1.6674>
- Carls-Diamante, S., Laciny, A. A predictive processing/active inference account of procrastination in the context of autism spectrum disorder (ASD). (from:) https://www.cbs.mpg.de/1921517/a03_carls-diamante.pdf (access: 17.08.2022).
- Chen, W.W., Yang, X., Jiao, Z. (2022). Authoritarian parenting, perfectionism, and academic procrastination. *Educational Psychology*, 42(9), 1145-1159. <https://doi.org/10.1080/01443410.2021.2024513>
- Constant, A., Bervoets, J., Hens, K., Van de Cruys, S. (2020). Precise worlds for certain minds: An ecological perspective on the relational self in autism. *Topoi*, 39(1), 611-622. <https://doi.org/10.1007/s11245-018-9546-4>
- Connell, J.P., Wellborn, J.G. (1991). Competence, autonomy, and relatedness: A motivational analysis of self-system processes. (In:) M.R. Gunnar, L.A. Sroufe (eds.), *Self processes and development*, 43-77. New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates, Inc.
- Cormack, S.H., Eagle, L.A., Davies, M.S. (2020). A large-scale test of the relationship between procrastination and performance using learning analytics. *Assessment & Evaluation in Higher Education*, 45(7), 1046-1059. <https://doi.org/10.1080/02602938.2019.1705244>
- Costa, P.T., McCrae, R.R. (1992). The five-factor model of personality and its relevance to personality disorders. *Journal of Personality Disorders*, 6(4), 343-359. <https://doi.org/10.1521/pedi.1992.6.4.343>
- Courchesne, E., Gazestani, V.H., Lewis, N.E. (2020). Prenatal origins of ASD: the when, what, and how of ASD development. *Trends in Neurosciences*, 43(5), 326-342. <https://doi.org/10.1016/j.tins.2020.03.005>

- Crone, E.A., Achterberg, M. (2022). Prosocial development in adolescence. *Current Opinion in Psychology*, 44, 220-225. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2021.09.020>
- Danaei, R., Hashemi, T. (2018). Role of consciousness and perceived stress on behavioral procrastination: Mediating role of self-regulation. *International Journal of Philosophy and Social-Psychological Sciences*, 4(4), 14-23.
- Dawson, M. (2018). Splinter skills and cognitive strengths in autism. (In:) E. Bratten (ed.), *The SAGE Encyclopedia of Intellectual and Developmental Disorders*, 1563-1564. Thousand Oaks, CA: SAGE Publications.
- Demily, C., Poisson, A., Peyroux, E., Gatellier, V., Nicolas, A., Rigard, C., Schluth-Bolard, C., Sanlaville, D., Rossi, M. (2017). Autism spectrum disorder associated with 49, XYYYY: case report and review of the literature. *BMC Medical Genetics*, 18(9). <https://doi.org/10.1186/s12881-017-0371-1>
- De Bolle, M., De Fruyt, F., McCrae, R.R., Löckenhoff, C.E., Costa, P.T., Jr., Aguilar-Vafaie, M.E., Ahn, C.-k., Ahn, H.-n., Alcalay, L., Allik, J., Avdeyeva, T.V., Bratko, D., Brunner-Sciara, M., Cain, T.R., Chan, W., Chittcharat, N., Crawford, J.T., Fehr, R., Ficková, E., Terracciano, A. (2015). The emergence of sex differences in personality traits in early adolescence: A cross-sectional, cross-cultural study. *Journal of Personality and Social Psychology*, 108(1), 171-185. <https://doi.org/10.1037/a0038497>
- de Moor, E.L., van der Graaff, J., van Dijk, M.P.A., Meeus, W., Branje, S. (2019). Stressful life events and identity development in early and mid-adolescence. *Journal of Adolescence*, 76(1), 75-87. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2019.08.006>
- Dijkhuis, R., de Sonnevill, L., Ziermans, T., Staal, W., Swaab, H. (2020). Autism symptoms, executive functioning and academic progress in higher education students. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 50(4), 1353-1363. <https://doi.org/10.1007/s10803-019-04267-8>
- Dworzynski, K., Ronald, A., Bolton, P., Happe, F. (2012). How different are girls and boys above and below the diagnostics threshold for autism spectrum disorders? *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 51(8), 788-797. <https://doi.org/10.1016/j.jaac.2012.05.018>
- English, M.C., Gignac, G.E., Visser, T.A., Whitehouse, A. J., Enns, J.T., Maybery, M.T. (2021). The Comprehensive Autistic Trait Inventory (CATI): Development and validation of a new measure of autistic traits in the general population. *Molecular Autism*, 12(37). <https://doi.org/10.1186/s13229-021-00445-7>
- Etkin, P., De Caluwé, E., Ibáñez, M.I., Ortet, G., Mezquita, L. (2022). Personality development and its associations with the bifactor model of psychopathology in adolescence. *Journal of Research in Personality*, 97, 104205. <https://doi.org/10.1016/j.jrp.2022.104205>
- Fernie, B., McKenzie, A.M., Nikčević, A.V., Caselli, G., Spada, M.M. (2016). The contribution of metacognitions and attentional control to decisional procrastination. *Journal of Rational-Emotive and Cognitive-Behavior Therapy*, 34(1), 1-13.
- Ferrari, J.R. (2010). *Still procrastinating: The no regrets guide to getting it done*. New Jersey: John Wiley & Sons.
- Ferrari, J.R. (1994). Dysfunctional procrastination and its relationship with self-esteem, interpersonal dependency, and self-defeating behaviors. *Personality and Individual Differences*, 17(5), 673-679. [https://doi.org/10.1016/0191-8869\(94\)90140-6](https://doi.org/10.1016/0191-8869(94)90140-6)
- Ferrari, J.R., Roster, C.A. (2018). Delaying disposing: Examining the relationship between procrastination and clutter across generations. *Current Psychology*, 37(2), 426-431. <https://doi.org/10.1007/s12144-017-9679-4>
- Ferrari, J.R., Diaz-Morales, J.F., O'Callaghan, J., Diaz, K., Argumedo, D. (2007). Frequent behavioral delay tendencies by adults. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 38(4), 458-464. <https://doi.org/10.1177/0022022107302314>
- Ferrari, J.R., Doroszko, E., Joseph, N. (2005). Exploring procrastination in corporate settings: Sex, status, and settings for arousal and avoidance types. *Individual Differences Research*, 3(2), 140-149.
- Ferrari, J.R., Dovidio, J.F. (2000). Examining behavioral processes in indecision: Decisional procrastination and decision-making style. *Journal of Research in Personality*, 34(1), 127-137. <https://doi.org/10.1006/jrpe.1999.2247>
- Ferrari, J.R., Tice, D.M. (2000). Procrastination as a self-handicap for men and women: A task-avoidance strategy in a laboratory setting. *Journal of Research in Personality*, 34(1), 73-83. <https://doi.org/10.1006/jrpe.1999.2261>
- Flett, G.L., Stainton, M., Hewitt, P., Sherry, S., Lay, C. (2012). Procrastination automatic thoughts as a personality construct: An analysis of the procrastinatory cognitions inventory. *Journal of Rational-Emotive & Cognitive-Behavior Therapy*, 30, 223-236.
- Gao, K., Zhang, R., Xu, T., Zhou, F., Feng, T. (2021). The effect of conscientiousness on procrastination: The interaction between the self-control and motivation neural pathways. *Human Brain Mapping*, 42(6), 1829-1844. <https://doi.org/10.1002/hbm.25333>
- Gerc, K., Jurek, M. (2019). Zaburzenia ze spectrum autyzmu w perspektywie diagnozy różnicowej. *Eruditio et Ars*, 1(2), 30-38.
- Gharaee, B., Tamannaefar, S., Bakhshizade, A., Sheybani, F. (2016). The investigation of relationship between behavioral and decisional procrastination with personality characteristic among students of Tehran Universities. *International Journal of Applied Behavioral Sciences (IJABS)*, 3(2), 15-20.
- Grummitt, L., Barrett, E., Kelly, E.V., Stapinski, L., Newton, N. (2022). Personality as a possible intervention target to prevent traumatic events in adolescence. *Behavioral Sciences*, 12(4), 90. <https://doi.org/10.3390/bs12040090>
- Grund, A., Fries, S. (2018). Understanding procrastination: A motivational approach. *Personality and Individual Differences*, 121, 120-130. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2017.09.035>
- Hen, M., Goroshit, M. (2020). The effects of decisional and academic procrastination on students' feelings toward academic procrastination. *Current Psychology: A Journal for Diverse Perspectives on Diverse Psychological Issues*, 39(2), 556-563. <https://doi.org/10.1007/s12144-017-9777-3>
- Hodges, H., Fealko, C., Soares, N. (2020). Autism spectrum disorder: definition, epidemiology, causes, and clinical evaluation. *Translational Pediatrics*, 9(Suppl 1), 55-65. <https://doi.org/10.21037/tp.2019.09.09>
- Holzer, J., Korlat, S., Bürger, S., Spiel, C., Schober, B. (2022). Profiles of school-related well-being and their links to self-esteem and academic achievement. *Zeitschrift für Psychologie*, 230(3), 189-200.
- Hooshyar, D., Pedaste, M., Yang, Y. (2020). Mining Educational Data to Predict Students' Performance through Procrastination Behavior. *Entropy*, 22(1), 12. <https://doi.org/10.3390/e22010012>
- Horwood, S., Anglim, J. (2018). Personality and problematic smartphone use: A facet-level analysis using the Five Factor Model and HEXACO frameworks. *Computers in Human Behavior*, 85, 349-359. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2018.04.013>
- Iłendo-Milewska, A., Wojtach, A. (2014). Jakość funkcjonowania uczniów w środowisku szkolnym – poczucie bezpieczeństwa w percepcji uczniów. *Przegląd Badań Edukacyjnych*, 2(17): 153.
- Israel, A., Brandt, N.D., Spengler, M., Göllner, R., Lütke, O., Trautwein, U., Wagner, J. (2022). The longitudinal interplay of personality and school experiences in adolescence. *European Journal of Personality*. <https://doi.org/10.1177/08902070211062326>

- Jackson, J.J., Hill, P.L. (2019). Lifespan development of conscientiousness. (In:) D.P. McAdams, R.L. Shiner, J.L. Tackett (eds.), *Handbook of Personality Development*, 153-170. New York: The Guilford Press.
- Jackson, J.J., Roberts, B.W. (2017). Conscientiousness. (In:) T.A. Widiger (ed.), *The Oxford Handbook of the Five Factor Model of Personality*, 133-147. New York, NY: Oxford University Press.
- Kandler, C., Riemann, R., Angleitner, A., Spinath, F.M., Borkenau, P., Penke, L. (2016). The nature of creativity: the roles of genetic factors, personality traits, cognitive abilities, and environmental sources. *Journal of Personality and Social Psychology*, 111(2), 230-249. <https://doi.org/10.1037/pspp0000087>
- Karababa, A. (2022). School engagement and self-esteem among Turkish secondary school students: A moderated-mediation model for academic achievement and gender. *Psychology in the Schools*, 59(6), 1088-1104. <https://doi.org/10.1002/pits.22663>
- Klein, E.M., Beutel, M.E., Müller, K.W., Wöfling, K., Brähler, E., Zenger, M. (2019). Assessing procrastination: Dimensionality and measurement in variance of the General Procrastination Scale – Screening (GPS-S) in a representative sample. *European Journal of Psychological Assessment*, 35(5), 633-640. <https://doi.org/10.1027/1015-5759/a000441>
- Larsen, B., Hafen, C.A., Rubin, K.H., Booth-LaForce, C., Rose-Krasnor, L. (2010). The distinctive difficulties of disagreeable youth. *Merrill-Palmer Quarterly*, 56(1), 80-103. <https://doi.org/10.1353/mpq.0.0040>
- Lay, C., Kovacs, A., Danto, D. (1998). The relation of trait procrastination to the big-five factor conscientiousness: An assessment with primary-junior school children based on self-report scales. *Personality and Individual Differences*, 25(2), 187-193. [https://doi.org/10.1016/S0191-8869\(98\)00005-1](https://doi.org/10.1016/S0191-8869(98)00005-1)
- Lee, D.-G., Kelly, K.R., Edwards, J.K. (2006). A closer look at the relationships among trait procrastination, neuroticism, and conscientiousness. *Personality and Individual Differences*, 40(1), 27-37. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2005.05.010>
- Lei, J., Russell, A. (2021). Understanding the role of self-determination in shaping University experiences for autistic and typically developing students in the United Kingdom. *Autism: The International Journal of Research and Practice*, 25(5), 1262-1278. <https://doi.org/10.1177/1362361320984897>
- Ljubin-Golub, T., Petričević, E., Rovani, D. (2019). The role of personality in motivational regulation and academic procrastination. *Educational Psychology*, 39(4), 550-568. <https://doi.org/10.1080/01443410.2018.1537479>
- Loomes, R., Hull, L., Mandy, W.P.L. (2017). What Is the Male-to-Female Ratio in Autism Spectrum Disorder? A Systematic Review and Meta-Analysis. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 56(6), 466-474. <https://doi.org/10.1016/j.jaac.2017.03.013>
- 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.
- Malkiewicz, M.M. (2014). Selected personality characteristics and coping with stress strategies. *The Polish Journal of Aviation Medicine and Psychology*, 20(2), 25-36.
- Martin-Puga, M.E., Pelegrina, S., Gómez-Pérez, M.M., Justicia-Galiano, M.J. (2022). Psychometric Properties and Measurement Invariance of the Academic Procrastination Scale-Short Form in Spanish Children and Adolescents. *Journal of Psychoeducational Assessment*, 40(7), 880-894. <https://doi.org/10.1177/07342829221106538>
- McCrae, R.R., Costa, P.T. (1997). Personality trait structure as a human universal. *The American Psychologist*, 52(5), 509-516. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.52.5.509>
- McCown, W.G., Blake, I., Keiser, R. (2012). Content analyses of the beliefs of academic procrastinators. *Journal of Rational-Emotive & Cognitive-Behavior Therapy*, 30, 213-222. <https://doi.org/10.1007/s10942-012-0148-6>
- McLaughlin, K.A., Garrad, M.C., Somerville, L.H. (2015). What develops during emotional development? A component process approach to identifying sources of psychopathology risk in adolescence. *Dialogues in Clinical Neuroscience*, 17(4), 403-410. <https://doi.org/10.31887/DCNS.2015.17.4/kmclaughlin>
- Meeus, W. (2019). *Adolescent development: Longitudinal research into the self, personal relationships, and psychopathology*. Abingdon, Oxon & New York: Routledge.
- Milgram, N.N., Tenne, R. (2000). Personality correlates of decisional and task avoidant procrastination. *European Journal of Personality*, 14(2), 141-156. [https://doi.org/10.1002/\(SICI\)1099-0984\(200003/04\)14:2%3C141::AID-PER369%3E3.0.CO;2-V](https://doi.org/10.1002/(SICI)1099-0984(200003/04)14:2%3C141::AID-PER369%3E3.0.CO;2-V)
- Morris, P.E., Fritz, C.O. (2015). Conscientiousness and procrastination predict academic coursework marks rather than examination performance. *Learning and Individual Differences* 39, 193-198. <https://doi.org/10.1016/j.lindif.2015.03.007>
- Murray, J. (2018). Observing and Assessing Children. (In:) D. Fitzgerald, H. Maconochie (eds.), *Early Childhood Studies: A student's guide*, 337-356. London: Sage.
- Neyer, F.J., Lehnart, J. (2007). Relationships matter in personality development: Evidence from an 8-year longitudinal study across young adulthood. *Journal of Personality*, 75(3), 535-568. <https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.2007.00448.x>
- Ocansey, G., Addo, C., Onyeaka, H.K., Andoh-Arthur, J., Asante, K.O. (2020). The influence of personality types on academic procrastination among undergraduate students. *International Journal of School & Educational Psychology*, 10(3), 360-367. <https://doi.org/10.1080/21683603.2020.1841051>
- Orth, U., Robins, R.W. (2022). Is high self-esteem beneficial? Revisiting a classic question. *American Psychologist*, 77(1), 5-17. <https://doi.org/10.1037/amp0000922>
- Patalano, A.L., LeClair, Z. (2011). The influence of group decision making on in decisiveness-related decisional confidence. *Judgment and Decision Making*, 6(1), 163-175.
- Pellicano, E., Burr, D. (2012). When the world becomes 'too real': A Bayesian explanation of autistic perception. *Trends in Cognitive Sciences*, 16(10), 504-510. <https://doi.org/10.1016/j.tics.2012.08.009>
- Phillips, J.G., Ogeil, R.P. (2011). Decisional styles and risk of problem drinking or gambling. *Personality and Individual Differences*, 51, 521-526. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2011.05.012>
- Pisula, E., Kawa, R., Szostakiewicz, Ł., Łucka, I., Kawa, M., Rynkiewicz, A. (2013). Autistic traits in male and female students and individuals with high functioning autism spectrum disorders measured by the Polish version of the Autism-Spectrum Quotient. *PLoS One*, 8(9), e75236. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0075236>
- Pisula, E., Rynkiewicz, A., Łucka, I. (2010). *Kwestionariusz AQ wersja dla młodzieży 12-15 lat*. https://niegrzecznedzieci.org.pl/wp-content/uploads/2012/05/q2_adolescent_pl.pdf
- Prati, G., Tomasello, C. (2022). Early pubertal development and deviant behavior: A three-year longitudinal study among early adolescents. *Personality and Individual Differences*, 193, 111621. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2022.111621>
- Reeve, J., Bolt, E., Cai, Y. (1999). Autonomy-supportive teachers: How they teach and motivate students. *Journal of Educational Psychology*, 91(3), 537-548. <https://doi.org/10.1037/0022-0663.91.3.537>

- Russell, G., Kapp, S.K., Elliott, D., Elphick, C., Gwernan-Jones, R., Owens, C. (2019). Mapping the autistic advantage from the accounts of adults diagnosed with autism: A qualitative study. *Autism in Adulthood*, 1(2), 124-133. <https://doi.org/10.1089/aut.2018.0035>
- Sandhya, Ms., Gopinath, T. (2019). The relationship study of Big Five Model of personality and procrastination among young adults. *IOSR Journal Of Humanities And Social Science*, 24(8), 44-55.
- Sawyer, S.M., Azzopardi, P.S., Wickremarathne, D., Patton, G.C. (2018). The age of adolescence. *The Lancet. Child & Adolescent Health*, 2(3), 223-228. [https://doi.org/10.1016/S2352-4642\(18\)30022-1](https://doi.org/10.1016/S2352-4642(18)30022-1)
- Scher, L.J., Shyman, E. (2019). Challenging weak Central Coherence: A brief exploration of neurological evidence from visual processing and linguistic studies in autism spectrum disorder. *Annals of Behavioral Neuroscience*, 2(1), 136-143. <https://doi.org/10.18314/abne.v2i1.1606>
- Scheunemann, A., Schnettler, T., Bobe, J., Fries, S., Grunschel, C. (2022). A longitudinal analysis of the reciprocal relationship between academic procrastination, study satisfaction, and drop out intentions in high education. *European Journal of Psychology of Education*, 37, 1141-1164. <https://doi.org/10.1007/s10212-021-00571-z>
- Schouwenburg, H.C., Lay, C.H. (1995). Trait procrastination and the Big-five factors of personality. *Personality and Individual Differences*, 18(4), 481-490. [https://doi.org/10.1016/0191-8869\(94\)00176-S](https://doi.org/10.1016/0191-8869(94)00176-S)
- Schwaba, T., Bleidorn, W., Hopwood, C.J., Manuck, S.B., Wright, A.G. (2022). Refining the maturity principle of personality development by examining facets, close others, and maturation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 122(5), 942-958. <https://doi.org/10.1037/pspp0000400>
- Schwaba, T. (2019). The structure, measurement, and development of openness to experience cross adulthood. (In:) D.P. McAdams, R.L. Shiner, J.L. Tackett (eds.), *Handbook of Personality Development*, 185-200. New York: The Guilford Press.
- Sedgewick, F., Hill, V., Yates, R., Pickering, L., Pellicano, E. (2015). Gender differences in the social motivation and friendship experiences of autistic and non-autistic adolescents. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 46(4), 1297-1306. <https://doi.org/10.1007/s10803-015-2669-1>
- Shackman, A.J., Stockbridge, M.D., Tillman, R.M., Kaplan, C.M., Tromp, D.P., Fox, A.S., Gamer, M. (2016). The neurobiology of dispositional negativity and attentional biases to threat: Implications for under standing anxiety disorders in adults and youth. *Journal of Experimental Psychopathology*, 7(3), 311-342. <https://doi.org/10.5127/jep.054015>
- Shiner, R.L. (2019). Negative emotionality and emotional in stability from childhood through adulthood: A lifespan perspective. (In:) D.P. McAdams, R.L. Shiner, J.L. Tackett (eds.), *Handbook of Personality Development*, 137-152. New York, NY: Guilford Press.
- Smillie, L.D., Kern, M.L., Uljarevic, M. (2019). Extraversion: Description, development, and mechanisms. (In:) D.P. McAdams, R.L. Shiner, J.L. Tackett (eds.), *Handbook of personality development*, 118-136. New York: The Guilford Press.
- Soto, C.J., John, O.P. (2017). The next Big Five Inventory (BFI-2): developing and assessing a hierarchical model with 15 facets to enhance bandwidth, fidelity, and predictive power. *Journal of Personality and Social Psychology*, 113(1), 117-143. <https://doi.org/10.1037/pspp0000096>
- Steel, P. (2010). Arousal, avoidant and decisional procrastinators: Do they exist?. *Personality and Individual Differences*, 48(8), 926-934. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2010.02.025>
- Steel, P. (2007). The nature of procrastination: A meta-analytic and theoretical review of quintessential self-regulatory failure. *Psychological Bulletin*, 133(1), 65-94. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.133.1.65>
- Steel, P., Klingsieck, K.B. (2016). Academic procrastination: Psychological antecedents revisited. *Australian Psychologist*, 51(1), 36-46. <https://doi.org/10.1111/ap.12173>
- Steel, P., Ferrari, J. (2013). Sex, education and procrastination: An epidemiological study of procrastinators' characteristics from a global sample. *European Journal of Personality*, 27(1), 51-58. <https://doi.org/10.1002/per.1851>
- Stępień, M., Topolewska, E. (2014). Style tożsamości w ujęciu Berzonsky'ego a prokrastynacja. (W:) E. Topolewska, E. Skimina, S. Skrzek (red.), *Młoda Psychologia*, 2, 145-160. Warszawa: Wydawnictwo Stowarzyszenia Filomatów.
- Stępień, M., Ciecuch, J. (2013). *Polska adaptacja Pure Procrastination Scale* [Unpublished MA dissertation]. (from:) <https://personalitas.pl/methods/metody-pomiaru#b> (access: 7.11.2017).
- Sun, F., Dai, M., Lin, L., Sun, X., Murray, A.L., Auyeung, B., Jing, J. (2019). Psychometric properties of the Chinese version of autism spectrum quotient-children's version: A sex-specific analysis. *Autism research: Official Journal of the International Society for Autism Research*, 12(2), 303-315. <https://doi.org/10.1002/aur.2053>
- Sun, J., Kaufman, S.B., Smillie, L.D. (2018). Unique associations between Big Five personality aspects and multiple dimensions of well-being. *Journal of Personality*, 86(2), 158-172. <https://doi.org/10.1111/jopy.12301>
- Tackett, J.L., Hernández, M.M., Eisenberg, N. (2019). Agreeableness. (In:) D.P. McAdams, R.L. Shiner, J.L. Tackett (eds.), *Handbook of Personality Development*, 171-184. New York, NY: The Guilford Press.
- Tartaglia, N.R., Wilson, R., Miller, J.S., Rafalko, J., Cordeiro, L., Davis, S., Hessel, D., Ross, J. (2017). Autism Spectrum Disorder in Males with Sex Chromosome Aneuploidy: XXY/Klinefelter Syndrome, XYY, and XXYY. *Journal of Developmental and Behavioral Pediatrics: JDBP*, 38(3), 197-207. <https://doi.org/10.1097/DBP.0000000000000429>
- Tetzner, J., Becker, M., Brandt, N.D. (2020). Personality-achievement associations in adolescence – examining associations across grade levels and learning environments. *Journal of Personality*, 88(2), 356-372. <https://doi.org/10.1111/jopy.12495>
- Tibbett, T.P., Ferrari, J.R. (2015). The portrait of the procrastinator: Risk factors and results of an indecisive personality. *Personality and Individual Differences*, 82, 175-184. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2015.03.014>
- Tice, D.M., Bratslavsky, E., Baumeister, R.F. (2001). Emotional distress regulation takes precedence over impulse control: if you feel bad, do it! *Journal of Personality and Social Psychology*, 80(1), 53-67.
- Veenstra, R., Laninga-Wijnen, L. (2022). Peer network studies and interventions in adolescence. *Current Opinion in Psychology*, 44, 157-163. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2021.09.015>
- Volkmar, F., Siegel, M., Woodbury-Smith, M., King, B., McCracken, J., State, M., American Academy of Child and Adolescent Psychiatry (AACAP) Committee on Quality Issues (CQI) (2014). Practice parameter for the assessment and treatment of children and adolescents with autism spectrum disorder. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 53(2), 237-257. <https://doi.org/10.1016/j.jaac.2013.10.013>
- Watson, D.C. (2001). Procrastination and the five-factor model: A facet level analysis. *Personality and Individual Differences*, 30(1), 149-158.

- West B.T., Kathleen B.W., Galecki A.T. (2014). *Linear Mixed Models: A Practical Guide Using Statistical Software*. London: Chapman and Hall/CRC.
- Westgate, E.C., Wormington, S.V., Oleson, K.C., Lindgren, K.P. (2017). Productive procrastination: academic procrastination style predicts academic and alcohol outcomes. *Journal of Applied Social Psychology, 47*(3), 124–135. <https://doi.org/10.1111/jasp.12417>
- Whitaker, R.C., Dearth-Wesley, T., Herman, A.N., van Wingerden, A.S.N., Winn, D.W. (2022). Family connection and flourishing among adolescents in 26 countries. *Pediatrics, 149*(6), e2021055263. <https://doi.org/10.1542/peds.2021-055263>
- World Health Organization. (2018). *International statistical classification of diseases and related health problems* (11th Revision). <https://icd.who.int/browse11/l-m/en> (access: 12.11.2019).
- Worthley, D.L., Cole, S.R., Esterman, A., Mehaffey, S., Roosa, N.M., Smith, A., Turnbull, D., Young, G.P. (2006). Screening for colorectal cancer by faecal occult blood test: Why people choose to refuse. *Internal Medicine Journal, 36*(9), 607–610. <https://doi.org/10.1111/j.1445-5994.2006.01155.x>
- Zacks, S., Hen, M. (2018). Academic interventions for academic procrastination: A review of the literature. *Journal of Prevention & Intervention in the Community, 46*(2), 117–130. <https://doi.org/10.1080/10852352.2016.1198154>
- Zandieh, M., Jafariharandi, R. (2020). Predication of academic procrastination upon the Big Five personality traits & self-handicapping. *Cultural Psychology, 4*(1), 116–138. <https://doi.org/10.30487/jcp.2020.240800.1139>
- Zhou, M. (2020). Gender differences in procrastination: The role of personality traits. *Current Psychology, 39*, 1445–1453. <https://doi.org/10.1007/s12144-018-9851-5>
- Zlotnik, S., Gal, E., Weiss, P.L. (2022). Video modelling as a tool to evaluate self-perception of strategies used by adolescents during daily tasks. *Disability and Rehabilitation. Assistive Technology, 17*(2), 177–183. <https://doi.org/10.1080/17483107.2020.1774809>