

# Alina Kałużna-Wielobób

---

## Marzenia a cechy osobowości licealistek i studentek

---

Studia Psychologica nr 12 (1), 101-124

---

2012

Artykuł został opracowany do udostępnienia w internecie przez Muzeum Historii Polski w ramach prac podejmowanych na rzecz zapewnienia otwartego, powszechnego i trwałego dostępu do polskiego dorobku naukowego i kulturalnego. Artykuł jest umieszczony w kolekcji cyfrowej [bazhum.muzhp.pl](http://bazhum.muzhp.pl), gromadzącej zawartość polskich czasopism humanistycznych i społecznych.

Tekst jest udostępniony do wykorzystania w ramach dozwolonego użytku.

ALINA KAŁUŻNA-WIELOBÓB<sup>1</sup>  
Katedra Psychologii  
Uniwersytet Pedagogiczny im. KEN w Krakowie

## MARZENIA A CECHY OSOBOWOŚCI LICEALISTEK I STUDENTEK

### Female secondary school and university students dreams and personality factors

#### Abstract

The aim of the thesis is to research the connections between “Big Five” personality factors and dreams of female secondary school and university students. The following investigative methods were used: a questionnaire concerning the issue of dreams and NEO Five-Factor Inventory (NEO-FFI) by Costa and McCrae. The group consisted of 397 women.

The research resulted in confirmation of hypotheses about the connections between the content of dreams with four out of five personality factors: neuroticism, openness, agreeableness and conscientiousness.

Key words: day-dream, personality, Big Five, women, adolescence, young adulthood

#### 1. WSTĘP

Celem referowanych badań było stwierdzenie związków pomiędzy treścią marzeń uczennic liceów i studentek a cechami ich osobowości (ujmowanymi w kategoriach Wielkiej Piątki). Struktura osobowości ujmowana w kategoriach cech uważana jest za najbardziej stałą, obok temperamentu, element osobowości. Uważa się, że cechy osobowości również mają podłoże biologiczne (Oleś, 2012). Biologiczne podłoże cech wnioskowane jest na podstawie badań dotyczących dziedziczności (Loehlin, 1992; Jang i in., 1996 oraz Bouchard i McGue, 1990 za: McCrae i Costa, 2005), względnej stałości cech w życiu dorosłym oraz uniwersalności w różnych kulturach (McCrae i in., 2000, za Pervin i John, 2002). Prowadzono też badania nad podłożem biologicznym poszczególnych czynników wchodzących w skład wymiarów Wielkiej Piątki (DeYoung i in., 2007). Oleś (2012) zwraca uwagę na potrzebę badań pokazujących związek między różnymi poziomami osobowości, przyjmując trójpoziomowy model osobowości (poziom cech, poziom charakterystycznych przy-

---

<sup>1</sup> Adres do korespondencji: akaluzna@up.krakow.pl

stosowań, indywidualne autonarracje tożsamościowe) postulowany przez McCrae, Costa (1999) oraz McAdams'a i Pals'a (2006) (za Oleś, 2012), do którego można by jeszcze dodać poziom „najniższy” czyli biologiczny, co ilustruje metafora domu zaproponowana przez Little (2007), gdzie wyposażenie biologiczne stanowi fundamenty, na których wznoszą się trzy wyższe kondygnacje. Referowane badania pokazują związki między poziomem cech a poziomem marzeń (które w tym ujęciu należałoby zaliczyć do poziomu „charakterystycznych przystosowań”). Badano uczennice liceum i studentki.

Wiek młodzieńczy to okres największej aktywności marzeniowej. W okresie późnego dorastania możemy wyróżnić dwa typy marzeń: 1) marzenia mające charakter fantazjowania i wyobrażania sobie siebie np. w momentach wielkiej chwały i dokonywania niespotykanych czynów, które to marzenia nie wiążą się z zamiarem realizacji ich w życiu, a często są nawet niemożliwe do realizacji w świecie, a ich funkcją jest doświadczanie przyjemnych emocjonalnych stanów związanych z samą czynnością fantazjowania. O takiej aktywności marzeniowej pisał Singer (1976, 1980) oraz Freud (zob. Fhaner, 1996); 2) marzenia dotyczące własnej przyszłości, a więc upragnionej wizji siebie w życiu dorosłym, która również może mieć formę wyidealizowaną i czasami trudną do osiągnięcia w dosłownej formie, która jednak jest przymiarką do wyznaczenia celów życiowych (choć może nie zostać postawiona jako cel do realizacji). O takich marzeniach pisał Levinson (Levinson i in., 1978, 1996). W prezentowanych badaniach skupiamy się głównie na drugiej kategorii marzeń. Na znaczenie (tej kategorii) marzeń w życiu człowieka wskazuje Levinson i in. (1978, 1996), który zwraca uwagę na rolę marzeń w kształtowaniu się struktury życiowej we wczesnej dorosłości oraz w ocenie własnego życia w wieku średnim.

Znaczenie poczucia zrealizowania młodzieńczych marzeń dla bilansu życiowego w wieku 35-50 lat oraz nasilenia negatywnych objawów kryzysu połowy życia potwierdziły wyniki badań (Kałużna-Wielobób, 2009b, 2010), co z kolei wskazuje na znaczenie marzeń w życiu człowieka, a więc na to, że warto się nimi zajmować jako osobną kategorią. W literaturze oraz w opiniach badanych kobiet, pytanych o sens i funkcje marzeń (Kałużna-Wielobób, 2011), wymieniane są funkcje marzeń, wskazujące, że mogą one odgrywać istotną rolę w ludzkim życiu. Uświadamiając ludziom, na czym im zależy, mogą one odgrywać ważną rolę przy stawianiu celów życiowych (Levinson i in., 1978, 1996; Oleś, 2000; Obuchowski, 1993; Łukaszewski, 1984; Singer, 1976, 1980). Wspominało o tym 42% kobiet pytanych o sens i funkcje marzeń (Kałużna-Wielobób, 2011). Marzenia nie tylko mogą uświadamiać człowiekowi czego pragnie, ale również mogą być źródłem energii i witalności oraz motywacji do działania (Oleś, 2000; Łukaszewski, 1984; Singer, 1976, 1980; Levinson i in., 1978; 1996; Adler, 1986). O tej funkcji marzeń wspominało 28% badanych (Kałużna-Wielobób, 2011). Marzenia mogą również w niektórych przypadkach dawać poczucie sensu życia (Obuchowski, 1993; Łukaszewski, 1984; Levinson i in., 1978; 1996), a ich realizacja może być źródłem spełnienia i samorealizacji (Oleś, 2000; Obuchowski, 1993; Łukaszewski, 1984). Te funkcje marzeń wymieniane były również przez badane kobiety (Kałużna-Wielobób, 2011). Marzenia stanowią również kryterium oceny dokonań w wieku średnim (Levin-

son i in., 1978; 1996). Potwierdziły to badania, które pokazały, że kobiety w wieku średnim, które mają poczucie, że nie zrealizowały swoich młodzieńczych marzeń, mają większe nasilenie negatywnych objawów kryzysu połowy życia, a w szczególności – większą skłonność do dokonywania negatywnego bilansu życia (Kałużna-Wielobób, 2009, 2010). Stwierdzono również związki kryzysu połowy życia z treścią wspomnianych marzeń z młodości (Kałużna-Wielobób, 2009, 2010). Kobiety w wieku 35-50 lat, które wymieniały młodzieńcze marzenia osobiste (nie ograniczające się do pełnienia podstawowych ról społecznych: małżeńskich czy zawodowych, ale uwzględniające ich zainteresowania lub dotyczące ich hobby, twórczości, rozwoju osobistego, czy egzotycznych podróży) – doświadczają mniejszego niepokoju związanego z utratą młodości niż kobiety, które nie wymieniają młodzieńczych marzeń tej kategorii. Również forma marzeń okazała się mieć istotne znaczenie. Mniejszego nasilenia negatywnych objawów kryzysu połowy życia (a w szczególności świadomości negatywnych zmian związanych z wiekiem) doświadczają te kobiety, których młodzieńcze marzenia miały formę wzrostową (rozwojową), a więc były marzeniami niezakańczonymi, nie mającymi określonego punktu finalnego (np. podróżować, tworzyć, kochać...) niż kobiety, których marzenia miały formę finalną (pojechać na Kretę, wyjść za mąż, czy skończyć studia).

Nie spotkaliśmy w literaturze innych badań odnoszących się do związków między cechami osobowości a marzeniami. Badano natomiast związki wymiarów Wielkiej Piątki z takimi czynnikami (które mogą być powiązane z marzeniami) jak cele (Zweig i Webster, 2004; Bleidorn i in., 2010), czy nastawienie na osiągnięcia (Chen i Zhang, 2011). W naszym ujęciu marzenia są powiązane, ale nie są tożsame z celami. Na podstawie przeglądu i analizy różnych ujęć terminu „marzenie” w literaturze ujmujemy je jako wizję, wyobrażenie (lub inną reprezentację), na którą mogą składać się myśli (zwerbalizowane myśli), obrazy i przeżycia (również przeżycia nieświadome). Wyobrażenie to jest obrazem (lub inną reprezentacją) nie istniejącego w danym momencie rzeczywistości stanu, w którym – według osoby snującej marzenie – spełnione są jej najistotniejsze pragnienia. Marzenie jest formą przejściową między fantazją a celem. Marzenie lub jego elementy mogą, ale nie muszą zostać przez daną osobę postawione jako cel, który zamierza ona realizować. Nie wszystkie cele – nawet dotyczące ważnych dla jednostki spraw – mają związek z marzeniami (Kałużna-Wielobób, 2010). Referowane badania są kontynuacją projektu, w ramach, którego przeprowadzono również badania (Kałużna-Wielobób, 2009a, 2010) pokazujące związki między cechami osobowości a marzeniami kobiet w wieku średnim (35-50 roku życia) oraz wspomnieniami marzeń młodzieńczych postrzeganych z perspektywy średniej dorosłości (dane uzyskane w formie odpowiedzi na pytania otwarte w wywiadzie strukturyzowanym, zob. Kałużna-Wielobób, 2010). Punktem wyjścia dla wyboru sposobu kategoryzowania odpowiedzi na pytania dotyczące posiadanych marzeń był przegląd kategorii marzeń w literaturze. Uwzględniono kategorie dotyczące treści marzeń najczęściej analizowane w badaniach empirycznych (Drebing i Gooden, 1991, 1995; Roberts i Newton, 1987), gdzie kryterium jest sfera życia, której dotyczy marzenie: związek, rodzina, wykształcenie, kariera, osobiste (samorozwój, pragnienia, życzenia, podróże, zainteresowania), materialne, społeczne i duchowe. W analizowanych badaniach empi-

rycznych (Lankin, 1983; Roberts i Newton, 1987) wyodrębniono również marzenia pojedyncze (dotyczące jednej sfery życia) oraz rozgałęzione (*split-dream*) – dotyczące dwóch lub więcej sfer życia. Znaczną część kategorii wyodrębniono na podstawie kategorii „stanów idealnych” wymienionych przez Łukaszelewskiego (1984), które według Obuchowskiego (1993), można by również określić jako marzenia.

Łukaszelewski (1984) wyodrębnia następujące podziały wizji: 1. Z uwagi na poziom konkretności: wizje ogólne, konkretne oraz ogólnikowe (pozbawione konkretyzacji), gdzie wizje konkretne zapewniają najlepszą kontrolę nad zachowaniem, a najmniejszą kontrolę zapewniają wizje ogólnikowe (Łukaszelewski, 1984). 2. Z uwagi na stopień określoności wyniku: rozwojowe – wizje „niezkańczalne”, nie mające punktu finalnego (np. kochać, podróżować) oraz wizje konsumpcyjne określone są przez efekt finalny (np. wyjść za mąż, pojechać do Maroka) (Łukaszelewski, 1984; Kałużna-Wielobób, 2009a). 3. Kryterium: długofalowość: cel życiowy czasowo odległy lub krótkodystansowy – np. wyjechać na wakacje, odpocząć, kupić jakiś przedmiot ubranie. 4. Z uwagi na adresata wizji: wizje osobiste (wizje własnej osoby, „ja idealne”, maksymalizacja interesu osobistego), pozaosobiste (dotyczące stanów świata, maksymalizacja interesu pozaosobistego, dotyczące innych ludzi lub środowiska) oraz ponadosobiste (obejmujące związki między jednostką a światem). 5. Z uwagi na źródło marzenia: wizja indoktrynowana – przyswojone w czasie socjalizacji przekonanie, że jakiś stan rzeczy jest stanem pożądanym (kategoria ta nie pojawiała się w analizowanym materiale badawczym, gdzie kobiety same określały, jak postrzegają źródło swoich marzeń, zob. Kałużna-Wielobób, 2010), wizja asymilowana – przyswojona wraz z argumentami, uzasadnieniem jej doniosłości i wartościowości, przystająca do podmiotowych kryteriów oceny istotności i wartościowości stanów rzeczy oraz wizja autonomiczna – wizja stanu pożądanego wytworzona przez jednostkę i uzasadniona jej własnymi kryteriami oceny doniosłości i wartościowości.

W badaniach (Kałużna-Wielobób, 2009, 2010) wyodrębniono również kategorie empiryczne z uwagi na śmiałość, rozmach aktualnego marzenia (maksymalizm vs minimalizm marzenia): marzenia maksymalistyczne (śmiałe, z rozmachem, „wielkie marzenia”), umiarkowane (mniej śmiałe, ale wykraczające poza pragnienie minimalnego zaspokojenia podstawowych potrzeb) oraz minimalistyczne (ograniczające się do zaspokojenia podstawowych potrzeb, jak zdrowie, niezbędne opłaty, wyżywienie itp.). Ta ostatnia kategoria (która wskazuje raczej na brak marzeń, ale określona została jako „marzenia minimalistyczne”, gdyż kobiety, które je wymieniały, na pytanie „czy mają aktualnie marzenia” odpowiadały twierdząco i opisywały je jako swoje marzenia) występowała jedynie w marzeniach wieku średniego, a nie występowała w opisach marzeń młodzieńczych (Kałużna-Wielobób, 2009, 2010). Badania te pokazały, że kobiety, które mają poczucie, że nie zrealizowały młodzieńczych marzeń charakteryzowały się wyższą neurotycznością od tych, które miały poczucie, że je zrealizowały. A wśród tych, które mają poczucie, że ich nie zrealizowały, te, które wymieniają wewnętrzne przyczyny niezrealizowania marzenia charakteryzują się wyższą neurotycznością i otwartością, a niższą ekstrawersją. U kobiet, które wspominały młodzieńcze marzenia „osobiste” (a więc dotyczące innej sfery niż relacyjno-rodzinnej i zawodowej) stwierdzono niższą neurotyczność

i wyższą otwartość na doświadczenie, u wspominających marzenia o rodzinie – niższą otwartość, a panie, których marzenia młodzieńcze miały formę rozwojową okazały się bardziej otwarte od posiadających marzenia finalne. Kobiety, które uważają, że źródło ich młodzieńczych marzeń było autonomiczne okazały się bardziej otwarte od kobiet, które uważają, że ich marzenia zostały zasymilowane od otoczenia.

W odniesieniu do marzeń aktualnych w wieku średnim – kobiety, których marzenia dotyczą przyszłości ich dzieci okazały się mniej otwarte od pozostałych, natomiast najbardziej neurotyczne i najmniej ekstrawertywne okazały się kobiety, których marzenia w wieku średnim ograniczają się do minimalnego zaspokojenia potrzeb, a kobiety posiadające najśmielsze marzenia z całej grupy okazały się najbardziej otwarte (Kałużna-Wielobób, 2009a, 2010). Charakterystyka marzeń sformułowanych w wieku średnim wydaje się być inna niż charakterystyka marzeń w okresie późnej adolescencji i wczesnej dorosłości.

Według Levinsona (Levinson i in., 1978, 1996) między 16 a 24 rokiem życia człowiek formułuje marzenie będące wizją siebie w okresie dorosłości jako człowieka prowadzącego określony styl życia, realizującego pewne cele. Marzenia tego okresu mają związek z krystalizowaniem się tożsamości. W wieku 35-50 lat marzenia sformułowane są z perspektywy przełomu połowy życia, kiedy człowiek ocenia swoje życie w okresie wczesnej dorosłości między innymi w zależności od tego, czy udało mu się zrealizować młodzieńcze marzenia, a marzenia aktualne związane są ze świadomością skończoności życia (poczucie ostatniego dzwonka, aby spełnić niezrealizowane marzenia, gdy jest na to jeszcze wystarczająco dużo czasu) oraz krótszą perspektywą temporalną.

Marzenia młodzieńcze sformułowane były w kontekście perspektywy całego życia oraz świadomości, że po raz pierwszy będzie można samemu kierować swoim życiem (wcześniej życie było w większym stopniu uwarunkowane przez możliwości stwarzane przez dorosłych). Marzenia wieku średniego sformułowane są w kontekście już podjętych zobowiązań (zawodowych i rodzinnych) i powiązanej z nimi sytuacji życiowej. Osoby w okresie średniej dorosłości dysponują większym doświadczeniem w zakresie realizacji celów w kontekście istniejących warunków: wewnętrznych (cechy, ale też osobiste ograniczenia i zdolności) oraz zewnętrznych (społecznych). A więc jest możliwe, że związki między marzeniami wieku młodzieńczego a marzeniami wieku średniego z cechami osobowości różnią się. Dodatkowo referowane badania dotyczą nie tylko innej grupy wiekowej, ale również innej generacji. Badając kobiety w wieku średnim badano również związki między cechami osobowości a ich marzeniami z okresu młodzieńczego, ale wspomnianymi z perspektywy wieku średniego. Istnieje więc możliwość, że to, jakie marzenia sobie przypominają (z perspektywy przełomu wieku średniego), może również być związane z cechami osobowości (np. kobiety o wysokim poziomie neurotyczności mogą wspominać te marzenia, których nie udało im się zrealizować). Jest to oczywiście jedynie hipoteza, stwierdzono jedynie, że istnieje pozytywny związek między neurotycznością a poczuciem niezrealizowania marzeń młodzieńczych (Kałużna-Wielobób, 2010), wynik ten jednak nie pokazuje, czy neurotyczność utrudniała im realizację marzeń, czy sprawia, że wspominają to, co im się nie udało, czy też



może marzenia kobiet o wysokiej neurotyczności od początku (pod wpływem tej cechy) formułowane były tak, że istniało duże prawdopodobieństwo ich niezrealizowania. W związku z tym zasadne wydaje się zbadanie związków między cechami osobowości a marzeniami młodzieńczymi. Badania obejmowały jedynie kobiety, gdyż jak pokazały wcześniejsze badania (Drebing i Gooden, 1991, 1995), inny jest charakter marzeń kobiet i mężczyzn.

Cechy osobowości zostaną ujęte zgodnie z koncepcją Wielkiej Piątki z uwagi na możliwość porównania z wcześniejszymi wynikami oraz z uwagi na to, że czynniki te charakteryzują się dużą stabilnością na przestrzeni życia człowieka dorosłego, ogólnością i uniwersalnością oraz niezmienniczością i realnością (Zawadzki i in., 1998), posługując się tym modelem nie popełnia się błędów nadreprezentowania i niedoreprezentowania (Zawadzki i in., 1998).

## 2. METODY BADANIA

### 2.1. MARZENIA A CECHY OSOBOWOŚCI – PYTANIE I HIPOTEZY BADAWCZE

Postawiono pytanie o charakterze eksploracyjnym: Czy i jakie są związki między cechami osobowości (ujmowanymi zgodnie z koncepcją Wielkiej Piątki) a rodzajem formułowanych marzeń wśród uczennic liceów i studentek?

Hipotezy postawiono odnosząc się do podstawowych charakterystyk wymiarów Wielkiej Piątki przedstawionych w pracach McCrae i Costy (2005), Zawadzkiego i in. (1998) oraz Olesia (2003).

Spodziewano się uzyskać wyniki podobne do otrzymanych w badaniach kobiet w wieku średnim pytanych o marzenia młodzieńcze (Kałużna-Wielobób, 2009a, 2010), które zreferowano we wstępie, a w szczególności związek między otwartością na doświadczenia a marzeniami „osobistymi” (dotyczącymi innych sfer niż relacyjna i zawodowa), gdyż otwartość wiąże się z różnorodnymi zainteresowaniami i poszukiwaniem doświadczeń, niezależnością w sądach (a więc prawdopodobnie również niezależnością od społecznych oczekiwań dotyczących roli kobiety) oraz ciekawością poznawczą.

Spodziewano się stwierdzić związki między marzeniami, będącymi wyrazem nieakceptacji siebie (a w szczególności swojego wyglądu) a neurotycznością, która wiąże się między innymi z podatnością na negatywne emocje oraz nadmiernym samokrytycyzmem.

Marzenia o podróżach mogą wiązać się z wysoką ekstrawersją (z uwagi na duże zapotrzebowanie na stymulację) oraz z otwartością na doświadczenie (z uwagi na tendencję do poszukiwania i pozytywnego wartościowania doświadczeń oraz ciekawość poznawczą).

Spodziewano się również pozytywnego związku między marzeniami związanymi z twórczością a otwartością na doświadczenie, która obejmuje między innymi zdolność do myślenia dywergencyjnego i kreatywności oraz wyobraźnię i poczucie estetyki.

Ugodowość może wiązać się pozytywnie z marzeniami o założeniu rodziny, co jest zgodne ze społecznymi oczekiwaniami dotyczącymi roli kobiety, a osoby ugodowe to osoby nastawione kooperacyjnie i skłonne do życzliwej ustępliwości. Ma-

wienie o rodzinie to marzenie dotyczące bliskich relacji z ludźmi, a ugodowość obejmuje między innymi pozytywne nastawienie do innych, zaufanie i pozytywne postrzeganie intencji innych oraz skłonność do okazywania uczuciowości i sympatii, co wydaje się wiązać z pozytywnym wartościowaniem relacji z innymi.

Przewidywano również, że osoby sumienne częściej będą formułowały marzenia długofalowe, gdyż sumienność to między innymi: stopień zorganizowania, wytrwałość w realizacji celów, wysoka motywacja do działania, dążenie do osiągnięć (silna motywacja osiągnięć i zaangażowanie w pracę), samodyscyplina oraz rozważa. W badaniach dotyczących 5 perspektyw postrzegania czasu (przeszłościowej – negatywnej i pozytywnej, teraźniejszej – fatalistycznej i hedonistycznej oraz przyszłościowej), wysoka sumienność okazała się wiązać z orientacją przyszłościową (Zimbardo i Boyd, 2009).

## 2.2. OSOBY BADANE

W badaniach uczestniczyło 397 kobiet:

- 1) uczennice klas I i II trzech liceów krakowskich; łącznie 158 osób; wiek badanych 16–18 lat (urodzone w latach 1991–1994).
- 2) studentki różnych kierunków trzech krakowskich uczelni wyższych; łącznie 239 osób; wiek badanych 19–24 lata (urodzone w latach 1980–1986).

Badania przeprowadzono w latach 2009–2010.

## 2.3. METODY BADANIA

1. Inwentarz Osobowości NEO-FFI Costy i McCrae (adaptacja polska Zawadzki i in., 1998), oparty na pięcioczynnikowym modelu osobowości. Składa się z 60 stwierdzeń z 5 możliwościami odpowiedzi: od „zdecydowanie nie zgadzam się” (1) do „zdecydowanie zgadzam się” (5). Inwentarz służy do badania 5 wymiarów (czynników) osobowości: neurotyczności, ekstrawersji, otwartości, ugodowości, sumienności. Każda ze skal składa się z 12-tu pozycji diagnostycznych.
2. Ankieta dotycząca marzeń (badanie uczennic liceów i studentek). Ankieta zawierała pytania dotyczące następujących zagadnień: posiadania marzeń, treści marzeń (prośba o ich dokładne opisanie), źródła marzeń, zamiarów i planów realizacji, sensu i funkcji marzeń oraz rozumienia terminu „marzenie”. Badanym nie narzucono rozumienia terminu marzenia (nie podano definicji marzenia), przyjmując założenie, że przedmiotem badań jest to, co kobiety same uważają za swoje marzenia. Nie uwzględniono ankiet, w których badane napisały, że marzenia są ich prywatną sprawą i nie chcą ich zdradzać.

Do analizy wyników przyjęto eklektyczną kategoryzację marzeń, analogiczną do tej, jaką posłużono się w badaniach kobiet w wieku średnim (Kałużna-Wielobób, 2009, 2010) – zob. poniżej, tabela 1: „kategorie ogólne”. Nie analizowano kategorii dotyczących źródła marzeń (autonomiczne, asymilowane), gdyż badane kobiety (licealistki i studentki) nie potrafiły w większości wskazać źródeł swoich marzeń. We wcześniejszych badaniach (Kałużna-Wielobób, 2009, 2010), kobiety w wieku średnim potrafiły określić, jakie ich zdaniem są źródła ich marzeń. Dodano również podział na kategorie szczegółowe, gdyż analiza jakościowa treści opisywanych ma-



rzeń pokazała, że niektóre kategorie, np. kategoria „marzenia osobiste”, czy też „dotyczące kariery” są kategoriami dość szerokimi, w obrębie których mieszczą się dość zróżnicowane marzenia. Jakkolwiek niewiele tych kategorii szczegółowych okazało się mieć istotny związek z cechami osobowości (co może się wiązać z tym, że tak szczegółowe kategorie występowały w zbyt małej grupie badanych), to jednak np. podkategoria „marzeń osobistych”: „Marzenia związane z nieakceptacją siebie” okazała się (zgodnie z hipotezą) wiązać z osobowością. Również podział na marzenia pojedyncze i rozgałęzione okazał się niewystarczający, gdyż nie uwzględnił dużego zróżnicowania w stopniu doprecyzowania marzeń (stąd również dodano kategorie bardziej szczegółowe). Analizowane kategorie zamieszczono w tabeli 1. Odpowiedzi badanych były kategoryzowane przez sędziów kompetentnych.

Tabela 1. Analizowane kategorie marzeń.

zakres	kategorie ogólne		kategorie szczegółowe	
ilu sfer życia dotyczy marzenie stopień rozwoju/dopracowania m.	brak marzeń			
	marzenia pojedyncze dotyczące tylko jednej sfery życia.		pojedyncze ogólne/ ogólnikowe	
			pojedyncze szczegółowe, konkretne lub w formie wizji	
	marzenia rozgałęzione dotyczące więcej niż jednej sfery życia.		rozgałęzione w formie ogólnej/ogólnikowej (np. założyć rodzinę, skończyć studia, zdobyć dobrą pracę)	
			rozgałęzione – w 1 sferze szczegółowe, konkretne, a w pozostałych sferach ogólne lub ogólnikowe	
			całościowa wizja ze szczegółami	
treść marzenia	relacyjne	związek – dotyczy intymnych związków z innymi takimi jak: miłość, przyjaźń oraz małżeństwo.	ogólnik (mieć związek, męża)	
			konkretne, szczegółowe lub wizja (np. wyobrażenie o jakości związku, partnera, siebie w związku)	
			przyjaźń	
	rodzina		ogólnik (założyć rodzinę, mieć dzieci)	
			szczegółowe (wizja rodziny)	
	zawodowe	wykształcenie (edukacja)		
		kariera – dotyczy pracy zawodowej.	ogólnie: (np. dobra praca, praca z dobrymi zarobkami)	
			konkretny zawód	
			czerpanie satysfakcji z pracy, robienie czegoś sensownego, praca w której będę realizować siebie	
			konkretne osiągnięcia zawodowe (konkretne sukcesy, pozycja; wykonywanie konkretnych funkcji i zadań, które ktoś uważa za ważne)	

treść marzenia	osobiste – dotyczy rozwoju osobistego oraz realizacji osobistych pragnień, życzeń, indywidualnych celów, które nie są celami małżeńsko-rodzinnymi ani zawodowymi	podróże
		twórczość
		hobby
		uczenie się nowych umiejętności
		marzenia związane z nieakceptacją siebie i chęcią „poprawy siebie” np. poprzez udoskonalenie własnej urody
		inne (nie mieszczące się w innych kategoriach tu wymienionych)
	materialne – dotyczy posiadania dóbr materialnych, pieniędzy, bogactwa, dostatniego życia, bezpieczeństwa finansowego oraz posiadania konkretnych dóbr materialnych takich jak np.: mieszkanie, dom, samochód, pralka, noszenie drogich ubrań i używanie ekskluzywnych kosmetyków.	
	społeczne (służba społeczna, działanie na rzecz grupy) i duchowe	
stopień określoności wyniku	finalne – efekt finalny. Opisy stanów konkretnych lub zbiorów stanów konkretnych. Osiągnięcie określonych cech pożądanego stanu rzeczy przerywa aktywność skierowaną na realizację wizji.	
	rozwojowe – tendencja, kierunek działania a nie efekt finalny. Brak im ścisłej charakterystyki cech stanu pożądanego. Są to wizje, o których można powiedzieć, że są „niezakończalne”. <sup>1</sup>	
długofalowość marzenia	długofalowe – przynajmniej w 1 sferze życia marzenie, którego realizacja nadałaby kierunek działania na minimum 10 lat.	
	krótkofalowe – marzenie nie pokazuje kierunku życia (w żadnej sferze) na 10 lub więcej lat. Dotyczy krótszego okresu czasu.	
kogo/czego dotyczy marzenie	osobiste – marzenie dotyczy tylko własnej osoby	
	ponadosobiste – marzenie dotyczy również innej osoby <sup>2</sup>	

### 3. WYNIKI

W tej części uzyskane dane zostały uporządkowane według poszczególnych analizowanych kategorii marzeń. Natomiast w dyskusji wyników zaprezentowane zostaną z punktu widzenia cech osobowości, z którymi związki stwierdzono. W odniesieniu do wszystkich kategorii marzeń analizowano związek danej kategorii marzeń z wynikami w skalach NEO-FFI: a) w grupie licealistek, b) w grupie studentek, c) w całej grupie (licealistki + studentki).

<sup>1</sup> Kategoria na podstawie Łukaszewskiego (1984).

<sup>2</sup> Jw.

Poniżej przedstawiono wyniki analizy serii danych korelacyjnych. Do analizy użyto środowiska programistycznego R (R Development Core Team, 2011). Charakter zmiennych skłania do zastosowania narzędzi opartych na rozkładzie dwumianowym, jednak własności rozkładu odpowiedzi dotyczących marzeń pozwalają przybliżyć go za pomocą rozkładu normalnego (Box, Hunter i Hunter, 1978), więc do danych dopasowano ogólny model liniowy. Poniżej przedstawiono wyniki analiz związków między wynikami w skalach NEO-FFI a kategoriami marzeń (opisanymi w tabeli 1). W odniesieniu do każdej kolejnej kategorii stworzono osobny model regresji liniowej (który jest szczególnym przypadkiem ogólnego modelu liniowego) w ten sposób, że skale NEO-FFI (neurotyczność, ekstrawersja, otwartość na doświadczenie, ugodowość, sumiennosc) zostały potraktowane jako predyktory występowania danej kategorii marzeń (na przykład marzeń relacyjnych). Wszystkie poniższe tabele prezentują wyniki przeprowadzonych analiz regresji, przy czym dla każdego modelu zawierają one jedynie te predyktory, dla których wartości standaryzowanych współczynników regresji (beta) okazały się istotne statystycznie.

Ilu sfer życia dotyczy marzenie i stopień rozwoju marzenia a NEO-FFI

Wśród uczennic liceum 8% twierdziło, że nie ma marzeń, ale wśród studentek już jedynie 2%. Wśród badanych kobiet w wieku średnim wszystkie przedstawiły swoje młodzieńcze oraz aktualne marzenia. W celu zbadania stopnia rozwoju/dopracowania marzenia (jego konkretności i dopracowania w szczegółach) podzieleno marzenia na 5 kategorii, traktując każdą kolejną kategorię jako wyższy poziom rozwoju/dopracowania marzenia (zob. tabela 1). Nie stwierdzono związków z wynikami w kwestionariuszu NEO-FFI.

Marzenia relacyjne a NEO-FFI

Marzenia relacyjne (marzenia o związku i/lub o założeniu rodziny) wymienia 47% licealistek i aż 71% studentek. Tabela 2 przedstawia wyniki dopasowania modeli osobno dla licealistek, studentek oraz całej przebadanej grupy. Dla licealistek jedynym istotnym predyktorem występowania marzeń relacyjnych okazała się neurotyczność, natomiast dla studentek (tak samo jak w grupie łączonej) okazała się nim jedynie ugodowość.

Tabela 2. Wyniki modeli regresji zależności występowania marzeń relacyjnych od cech osobowości.

Grupa wiekowa	Dopasowanie modelu	Wymiar NEO-FFI	Standaryzowany współczynnik regresji	Błąd std.	p
Liceum	błąd std.: 0.49, R2: 0.03, F[5,147] = 1.95	neurotyczność	0.01	0.01	0.02*
Studia	błąd std.: 0.46, R2: 0.02, F[5,231] = 1.73	ugodowość	0.01	0.00	0.02*
Razem	błąd std.: 0.47, R2: 0.08, F[6,383] = 6.89	ugodowość	0.01	0.00	0.005 **

Jak pokazały dodatkowe analizy związek ugodowości z marzeniami relacyjnymi, jest istotnie wyższy wśród studentek niż u licealistek (beta: 0.12;  $p=0.000$ ).

#### Marzenia o związku a NEO-FFI

Liczba marzeń dotyczących związku partnerskiego wzrasta od liceum (15% badanych) do okresu studiów (28%). Ani w grupie licealistek, ani studentek, ani też w grupie łączonej zmienna „związek” nie wykazuje istotnego statystycznie związku z żadnym z czynników kwestionariusza NEO-FFI.

#### Marzenia o rodzinie a NEO-FFI

Liczba marzeń dotyczących założenia rodziny zwiększa się u studentek (59%) w stosunku do licealistek (40%). Tabela 3. przedstawia wynik dopasowania modelu związku zmiennej „rodzina” z wynikami testu osobowości.

Tabela 3. Marzenia o rodzinie a cechy osobowości.

Grupa wiekowa	Dopasowanie modelu	Wymiar NEO-FFI	Standaryzowany współczynnik regresji	Błąd std.	p
Liceum	błąd std.: 0.47, $R^2$ : 0.05, $F[5,147] = 2.55$	neurotyczność	0.01	0.01	0.03 *
Studia	błąd std.: 0.49, $R^2$ : 0.02, $F[5,231] = 2.18.19$	otwartość	-0.01	0.01	0.02 *
		ugodowość	0.01	0.00	0.03 *
Razem	błąd std.: 0.48, $R^2$ : 0.08, $F[6,383] = 6.49$	neurotyczność	0.01	0.00	0.07
		otwartość	-0.01	0.000	0.05 *
		ugodowość	0.01	0.00	0.003 **

U uczennic liceów stwierdzono pozytywny związek między posiadaniem marzeń o rodzinie a neurotycznością, u studentek stwierdzono negatywny związek z otwartością oraz pozytywny z ugodowością, a w grupie łączonej: pozytywny z neurotycznością i ugodowością oraz negatywny z otwartością. Związek ten jest silniejszy na studiach (oszac. 0.20,  $p=0.000$ ).

#### Marzenia zawodowe a NEO-FFI

Wśród uczennic LO 67% wymienia marzenia zawodowe (obejmujące dwie mniejsze kategorie: wykształcenie i/lub karierę), a wśród studentek aż 80%.

Tabela 4. Marzenia zawodowe a cechy osobowości.

Grupa wiekowa	Dopasowanie modelu	Wymiar NEO-FFI	Standaryzowany współczynnik regresji	Błąd std.	p
Liceum	błąd std.: 0.45, R2: 0.16, $F[5,147] = 6.78$	sumienność	0.02	0.01	0.0000 ***
Razem	błąd std.: 0.43, R2: 0.11, $F[11,378] = 5.31$	sumienność	0.02	0.01	0.0000 ***

Stwierdzono pozytywny związek między sumiennością a posiadaniem w liceum marzeń zawodowych (dotyczących wykształcenia i/lub kariery zawodowej), związek ten stwierdzono również dla grupy łączonej. Wpływ zmiennej „sumienność” silniejszy w przypadku licealistek (oszac. dla kategorii studia: -0.02;  $p=0.0008$  \*\*\*). U studentek zmienna „zawodowe” nie wykazuje istotnego statystycznie związku z żadnym z czynników kwestionariusza NEO-FFI.

#### Marzenia dotyczące wykształcenia a NEO-FFI

Liczba marzeń dotyczących wykształcenia spada od liceum (46%) do okresu studiów (40%), jednak różnice między tymi grupami nie okazały się istotne. Wśród marzeń licealistek są zarówno marzenia ogólne (np.: *zdać maturę i pójść na studia*), jak i związane ze studiowaniem na konkretnych kierunkach. Wśród studentek marzenia z reguły dotyczyły ukończenia aktualnych studiów, chociaż zdarzały się również marzenia dotyczące ukończenia innych kierunków niż aktualnie studiowane.

Tabela 5. Marzenia dotyczące wykształcenia a cechy osobowości.

Grupa wiekowa	Dopasowanie modelu	Wymiar NEO-FFI	Standaryzowany współczynnik regresji	Błąd std.	p
Liceum	błąd std.: 0.47, R2: 0.1, $F[5,147] = 4.41$	sumienność	0.03	0.01	0.0000 ***
Studia	błąd std.: 0.48, R2: 0.05, $F[5,231] = 3.48.20$	otwartość	-0.02	0.00	0.0005 ***
Razem	błąd std.: 0.47, R2: 0.07, $F[11,378] = 3.64$	sumienność	0.03	0.01	0.0000 ***

Stwierdzono pozytywny związek między sumiennością a posiadaniem w liceum marzeń dotyczących wykształcenia. Związek ten stwierdzono również w grupie łączonej. Związek silniejszy dla kategorii licealistek (oszac. dla kategorii studentki: -0.02,  $p=0.009$  \*\*).

Stwierdzono negatywny związek między otwartością a posiadaniem w trakcie studiów marzeń dotyczących wykształcenia.

### Marzenia o karierze a NEO-FFI

Zauważono znaczny wzrost marzeń dotyczących kariery zawodowej u studentek (71%) w stosunku do licealistek (47%), które częściej wspominały o wykształceniu.

Tabela 6. Marzenia dotyczące kariery a cechy osobowości.

Grupa wiekowa	Dopasowanie modelu	Wymiar NEO-FFI	Standaryzowany współczynnik regresji	Błąd std.	p
Liceum	błąd std.: 0.48, $R^2$ : 0.05, $F[1,151] = 9.46$	ugodowość	0.02	0.01	0.002 **
Studia	błąd std.: 0.45, $R^2$ : 0.02, $F[1,235] = 5.24$	neurotyczność	-0.01	0.00	0.02 *
Razem	błąd std.: 0.47, $R^2$ : 0.1, $F[6,383] = 8.28$	ugodowość	0.01	0.00	0.04 *
		sumienność	0.01	0.00	0.02 *

Stwierdzono pozytywny związek między ugodowością a formułowaniem w liceum marzeń dotyczących kariery zawodowej, natomiast w czasie studiów stwierdzono negatywny związek między neurotycznością a tą kategorią marzeń. W grupie łączonej stwierdzono pozytywny związek między ugodowością oraz sumiennością a marzeniami o karierze (związek ten jest silniejszy dla kategorii studia: oszac.: 0.24,  $p=0.0000$  \*\*\*)

### Marzenia osobiste a NEO-FFI

Marzenia „osobiste” (a więc dotyczące: podróży, hobby, zainteresowań, pragnień, życzeń lub samorozwoju) wymienia 67% aktualnych studentek i 51% licealistek, a najrzadziej wymieniane są wśród marzeń młodzieńczych starszego pokolenia (25%).

Tabela 7. Marzenia „osobiste” a cechy osobowości.

Grupa wiekowa	Dopasowanie modelu	Wymiar NEO-FFI	Standaryzowany współczynnik regresji	Błąd std.	p
Liceum	błąd std.: 0.49, $R^2$ : 0.06, $F[5,147] = 2.94$	otwartość	0.02	0.01	0.02 *
		ugodowość	-0.01	0.01	0.06
Studia	błąd std.: 0.47, $R^2$ : 0.05, $F[5,231] = 3.39$	otwartość	0.02	0.00	0.002 **
		sumienność	-0.01	0.00	0.03 *
Razem	błąd std.: 0.47, $R^2$ : 0.08, $F[6,383] = 6.27$	otwartość	0.02	0.00	0.0000 ***

Stwierdzono pozytywny związek między otwartością oraz tendencją do negatywnego z ugodowością a posiadaniem w okresie liceum marzeń „osobistych”. U studentek – pozytywny związek między otwartością oraz negatywny z sumiennością,



natomiast w grupie łączonej stwierdzono pozytywny związek między otwartością a posiadaniem marzeń osobistych.

#### Marzenia związane z nieakceptacją siebie a NEO-FFI

W obu grupach (licealistki i studentki) pojawiły się również marzenia związane z nieakceptacją siebie i swojej urody oraz chęcią zmiany siebie np.: *Marzę o zgrabnej sylwetce. Chciałabym być ładna, tzn. zoperować sobie nos. To mnie męczy, że nie jestem ładna.*

Tabela 8. Marzenia związane z nieakceptacją siebie a cechy osobowości.

Grupa wiekowa	Dopasowanie modelu	Wymiar NEO-FFI	Standaryzowany współczynnik regresji	Błąd std.	p
Liceum	<sup>4</sup>	neurotyczność	0.12	0.06	0.06
Studia		neurotyczność	0.14	0.06	0.01 *
		ugodowość	-0.11	0.04	0.01 *
Razem	błąd std.: 0.19, R2: 0.05, F[6,383] = 4.33	neurotyczność	0.00	0.00	0.001 **
		ugodowość	-0.00	0.00	0.002 **
		sumienność	0.00	0.00	0.06

U licealitek stwierdzono tendencję do pozytywnego związku, a u studentek — związek między neurotycznością a marzeniami związanymi z nieakceptacją siebie, u studentek również związek ujemny z ugodowością. W grupie łączonej stwierdzono pozytywny związek posiadania marzeń związanych z nieakceptacją siebie z neurotycznością oraz negatywny z ugodowością. Zauważono również tendencję do pozytywnego związku z sumiennością.

#### Marzenia materialne a NEO-FFI

Marzenia dotyczące sfery materialnej deklaruje 23 % studentek i 17% licealitek.

Tabela 9. Marzenia materialne a cechy osobowości.

Grupa wiekowa	Dopasowanie modelu	Wymiar NEO-FFI	Standaryzowany współczynnik regresji	Błąd std.	p
Liceum	błąd std.: 0.35, R2: 0.01, F[5,147] = 1.37	sumienność	-0.01	0.00	0.03 *
Studia	błąd std.:	otwartość	0.01	0.00	0.06

<sup>4</sup> Ponieważ zmienna „nieakceptacja siebie” zawiera tylko 0.0327 (liceum) i 0.0422 (studia) pozytywnych odpowiedzi, zastosowanie przybliżenia za pomocą rozkładu normalnego nie było możliwe, wykorzystano uogólniony model liniowy z rozkładem dwumianowym.

Istnieje negatywny związek między sumiennością a marzeniami dotyczącymi sfery materialnej w okresie dorastania (LO). Nie wykazano związków, ale stwierdzono tendencję do związku pozytywnego między marzeniami dotyczącymi sfery materialnej a otwartością (w trakcie studiów). W grupie łączonej zmienna „materialne” nie wykazuje istotnego statystycznie związku z żadnym z czynników kwestionariusza NEO-FFI.

#### Marzenia duchowe i społeczne

Z uwagi na bardzo małą liczbę kobiet prezentującą te kategorie marzeń, zrezygnowano z ich analizy.

#### Forma marzenia – stopień określoności wyniku a NEO-FFI

Wśród marzeń uczennic liceum znacznie przeważały wizje nastawione na efekt finalny (65% z wszystkich, 71% z mających marzenia), a wizje rozwojowe wymieniały 26% (29% z mających marzenia). Wśród studentek połowa – marzenia rozwojowe (51%) a połowa – finalne (49%). Nie stwierdzono związków z cechami osobowości.

#### Długofalowość marzenia a NEO-FFI

Marzenia długofalowe, których realizacja nadałaby kierunek działania na minimum 10 lat życia (przynajmniej w jednej sferze życia), wymienia 56% licealistek, ale aż 91% studentek, ale nie wykazano ich związku z wynikami w kwestionariuszu NEO-FFI.

#### Kogo/czego dotyczy marzenie a NEO-FFI

Licealistki marzyły głównie o własnej przyszłości – wizje osobiste, ale 14% uwzględniało w marzeniach życzenia wobec innych. Studentki podobnie: większość – marzenia osobiste, 14% marzenia uwzględniające również innych ludzi.

Tabela 12. Kogo dotyczą marzenia a cechy osobowości marzycielek.

Grupa wiekowa	Dopasowanie modelu	Wymiar NEO-FFI	Standaryzowany współczynnik regresji	Błąd std.	p
Liceum	błąd std.: 0.33, R2: 0.04, F[5,147] = 2.33	neurotyczność	0.01	0.00	0.04 *
Razem	błąd std.: 0.36, R2: 0.02, F[6,318] = 1.91	ugodowość	0.01	0.00	0.02 *

Stwierdzono pozytywny związek między posiadaniem marzeń pozaosobistych (dotyczących innych osób) a neurotycznością. W grupie studentek zmienna „pozaosobiste” nie wykazuje istotnego statystycznie związku z żadnym z czynników kwestionariusza NEO-FFI. W grupie łączonej stwierdzono pozytywny związek między posiadaniem marzeń pozaosobistych (dotyczących innych) a ugodowością.

### Marzenia dotyczące stanu wewnętrznego a NEO-FFI

Marzenia uwzględniające nie tylko zewnętrzne okoliczności, ale również dotyczące stanu wewnętrznego pojawiają się u 13% licealistek i 26% studentek.

Tabela 13. Marzenia dotyczące wewnętrznego stanu a cechy osobowości.

Grupa wiekowa	Dopasowanie modelu	Wymiar NEO-FFI	Standaryzowany współczynnik regresji	Błąd std.	p
Studia	błąd std.: 0.41, R2: 0.03, F[5,231] = 2.43	ugodowość	0.01	0.00	0.03 *
		sumienność	-0.01	0.00	0.04 *
Razem	błąd std.: 0.38, R2: 0.03, F[6,383] = 3.31	otwartość	0.01	0.00	0.047 *

W grupie licealistek zmienna „stan wewnętrzny” nie wykazuje istotnego statystycznie związku z żadnym z czynników kwestionariusza NEO-FFI. Wśród studentek stwierdzono pozytywny związek między posiadaniem marzeń uwzględniających stan wewnętrzny a ugodowością oraz negatywny z sumiennością. W grupie łączonej stwierdzono pozytywny związek między posiadaniem marzeń uwzględniających stan wewnętrzny a otwartością.

### Brak planów realizacji marzeń a NEO-FFI

Tabela 14. Brak planów realizacji marzeń a cechy osobowości.

Grupa wiekowa	Dopasowanie modelu	Wymiar NEO-FFI	Standaryzowany współczynnik regresji	Błąd std.	p
Liceum	błąd std.: 0.48, R2: 0.02, F[1,151] = 4.59	sumienność	-0.01	0.01	0.03 *
Studia	błąd std.: 0.38, R2: 0.02, F[1,235] = 4.79	otwartość	-0.01	0.00	0.03 *

U licealistek stwierdzono negatywny związek między brakiem planów realizacji marzeń a sumiennością. Wśród studentek stwierdzono negatywny związek między brakiem planów realizacji marzeń a otwartością.

## 4. Dyskusja i interpretacja wyników

Uzyskane wyniki pozwalają na stwierdzenie istnienia związków między cechami osobowości a niektórymi kategoriami marzeń, jednak nie uprawniają do wnioskowania o charakterze tego związku. Duża stabilność cech osobowości oraz przyjmowane w literaturze ich biologiczne podłoże (Oleś, 2012) może sugerować, że to raczej cechy osobowości wpływają na marzenia.

### Neurotyczność a marzenia

Stwierdzono negatywny związek między neurotycznością a posiadaniem w trakcie studiów marzeń dotyczących kariery zawodowej. Brak marzeń dotyczących

kariery zawodowej w trakcie studiów u kobiet o wysokim poziomie neurotyzmu, może wiązać się z tym, że nie mają odwagi sformułować marzeń dotyczących kariery z obawy przed porażką w ich realizacji. Wskazana byłaby praca ze studentkami o wysokim poziomie neurotyczności w celu pomocy w dookreśleniu marzeń dotyczących kariery. W niektórych przypadkach może to być wsparcie w formułowaniu celów, a w niektórych (kiedy formułują cele, ale traktują je np. jako „przymus”), w dotarciu do autentycznych marzeń związanych z karierą, co pomoże im wydobyć więcej energii i cieszyć się z realizacji celów. Marzenie może dawać motywację, siłę i energię do realizacji celów oraz być źródłem spełnienia i samorealizacji (zob. Kałużna-Wielobób, 2011). Natomiast neurotyczne licealistki marzyły o posiadaniu rodziny.

Potwierdzona została hipoteza, że kobiety o wyższym poziomie neurotyczności częściej formułują marzenia związane z nieakceptacją siebie. Wysoki neurotyzm wiąże się z niższą samooceną i nadmiernym samokrytycyzmem, który może prowadzić do trudności z akceptacją siebie oraz skłonnością do doświadczania negatywnych emocji. Pomocna dla osób o wysokiej neurotyczności byłaby praca z podniesieniem akceptacji siebie i sformułowaniem pozytywnej i adekwatnej samooceny, a w zakresie pracy z marzeniami poszukiwanie takich marzeń, które nie są związane z przeżyciem aktualnych własnych „niedostatków”, ale z pragnieniem pozytywnego, wymarzonego stanu, który nie jest negacją, tego, z czego jest się aktualnie niezadowolonym.

Stwierdzono pozytywny związek między posiadaniem marzeń pozasobistych a neurotycznością. Wyniki te nie wydają się być zrozumiałe, chyba, że przyjąć założenie, że posiadanie marzeń dotyczących innych osób w okresie dorastania jest raczej formą „ucieczki” od konfrontacji z marzeniami dotyczącymi tego, co chce się osiągnąć w najbliższej przyszłości.

Nie stwierdzono jednak ujemnego związku neurotyczności z posiadaniem marzeń „osobistych”, jaki wystąpił w odniesieniu do młodzieńczych marzeń wspomnianych przez kobiety w wieku 35-50 lat (Kałużna-Wielobób, 2009a, 2010). Może to wiązać się z różnicą pokoleniową, ale może również wiązać się z tym, że cechy osobowości i aktualny stan emocjonalny kobiet w wieku średnim (możliwość przechodzenia kryzysu połowy życia) wpływa na dobór wspomnień (w tym również dotyczących młodzieńczych marzeń). Należy również przypomnieć, że kobiety o wyższej neurotyczności częściej doświadczają w okresie średniej dorosłości (35-50 lat) poczucia, że nie zrealizowały młodzieńczych marzeń i że powodem były ich wewnętrzne ograniczenia (Kałużna-Wielobób, 2009a, 2010).

#### Ekstrawersja a marzenia

Jest to jedyna cecha osobowości, w odniesieniu do której nie stwierdzono związków z rodzajem posiadanych marzeń. Nie potwierdzono tym samym hipotezy o związku między ekstrawersją a posiadaniem marzeń o podróżach. Jednakże nie można na tej podstawie wnioskować, że nie ma związków między ekstrawersją a rodzajem marzeń, ale, że nie ma związków z takimi kategoriami marzeń, jakie były analizowane. Nie analizowano marzeń pod kątem tego, czy wiążą się z wyso-

ko stymulującą aktywnością lub dużą liczbą kontaktów z innymi ludźmi (co mogłoby się wiązać z poziomem ekstrawersji).

#### Otwartość a marzenia

U studentek stwierdzono negatywny związek między otwartością a posiadaniem marzeń o rodzinie, związek ten stwierdzono również na całej grupie (LO+studia), jednak związek jest silniejszy u studentek. Uzyskane wyniki były zgodne z oczekiwaniami, gdyż we wcześniejszych badaniach kobiet w wieku średnim również stwierdzono negatywny związek między otwartością na doświadczenie a młodzieńczymi marzeniami o rodzinie (Kałużna-Wielobób, 2009, 2010). Osoby o małej otwartości to osoby konwencjonalne w zachowaniu i konserwatywne w poglądach, co może mieć związek z tym, że również ich marzenia dotyczące własnej przyszłości są zgodne z tradycyjnym wizerunkiem roli kobiety.

Zgodnie z oczekiwaniami stwierdzono pozytywny związek między otwartością a posiadaniem marzeń „osobistych”. Dane te wskazują na to, że wysoka otwartość na doświadczenie sprzyja posiadaniu w okresie dorastania i u progu wczesnej dorosłości marzeń, które nie ograniczają się do realizacji zadań młodych dorosłych, co do których istnieją społeczne oczekiwania (założenie rodziny, zdobycie wykształcenia i podjęcie pracy zawodowej), ale mają również marzenia związane z ich bardziej zindywidualizowanymi pragnieniami, co może się wiązać z typową dla otwartości ciekawością świata, poszukiwaniem nowych doświadczeń i szerokimi zainteresowaniami. Analiza jakościowa szczegółowej treści marzeń „osobistych” wskazuje na takie spójne z aspektami otwartości marzenia jak: 1) wskazujące na ciekawość zjawisk świata (wśród marzeń osobistych we wszystkich grupach najpowszechniejsze są marzenia o podróżach: 58% studentek i 32% licealistek., np. *wyjazd do Afryki i spędzenie kilku dni wśród zwierząt, poznanie plemion, tamtejszej kultury, tradycji, ale też poznanie języków azjatyckich i czytanie w nich*), 2) aktywne poszukiwanie bodźców (marzyły o *skokach na spadochronie i poczuciu związanej z tym wolności, ale również o zrobieniu kolejnych tatuaży, skokach na bungee, czy pływaniu z delfinami, wspinaczce, motorze czy wyjeździe na olimpiadę jeździecką do Las Vegas*), 3) kreatywność, wyobraźnię oraz wrażliwość na sztukę (*dużo osiągnąć w tańcu, który uprawiam, spełnianie się w fotografii; gra na instrumencie muzycznym; napisać książkę, która odmieni życie ludzi; napisać scenariusz, reżyserię – stworzyć*), 4) zainteresowanie wartościami (*życie zgodne z wartościami, nakarmienie wszystkich ludzi świata*), czy inne takie jak np. *założenie księgarniokawiarni w Paryżu*. Nie potwierdzono bardziej szczegółowych hipotez o związkach między otwartością a marzeniami o podróżach oraz twórczości. Jednak wyniki zmierzwały w kierunku zgodnym z hipotezą, a brak istotności statystycznej może wiązać się ze zbyt małą grupą osób posiadających tak wąsko określone kategorie marzeń.

Stwierdzono pozytywny związek między posiadaniem marzeń dotyczących stanu wewnętrznego a otwartością, co może być zrozumiałe w kontekście (typowego dla otwartości) zainteresowania nie tylko światem zewnętrznym, ale również wewnętrznym. Jednak marzenia te wymienia nieliczna grupa badanych.

Studentki, które nie mają w planach realizacji swoich marzeń są mniej otwarte na doświadczenie od swoich rówieśniczek, które takie plany deklarują, co może być związane z tym, że otwartość wiąże się z działaniem i aktywną eksploracją świata.

Nie stwierdzono (występującego w wypowiedziach kobiet w wieku średnim w odniesieniu do wspomnień marzeń młodzieńczych) związku między rozwojową (vs finalną) formą marzenia a otwartością na doświadczenie. Nie potwierdzono również (otrzymanego w badaniach nad kobietami 35-50-letnimi) związku między postrzeganiem z perspektywy wieku średniego źródłem młodzieńczych marzeń a otwartością, gdyż licealistki i studentki miały trudności w określeniu źródeł własnych marzeń. Wskazuje to, że w wielu przypadkach dopiero perspektywa wieku średniego umożliwia odniesienie się do własnych marzeń z dystansem umożliwiającym określenie ich źródła (inna sprawa, że nie znaczy to, iż określenie źródła jest trafne, ale subiektywne postrzeganie źródła również wydaje się ważne). Wiek średni to okres uwalniania się od uwarunkowań i „mówienia własnym głosem”, a żeby uwolnić się od wpływu (np. przekazu międzypokoleniowego) trzeba go sobie najpierw uświadomić.

#### Ugodowość a marzenia

W grupie łączonej (studentki i licealistki) stwierdzono pozytywny związek między ugodowością a posiadaniem marzeń relacyjnych oraz ich podkategorią: o rodzinie, potwierdzając przyjętą hipotezę. Związek ten jest istotnie wyższy u studentek niż u licealistek. Być może kobiety o wysokiej ugodowości przystosowują się do oczekiwań społecznych dotyczących roli kobiety, ale przede wszystkim ugodowość może się również wiązać z tym, że dla osoby ważne są relacje i pozytywne związki z innymi.

Stwierdzono pozytywny związek między ugodowością a formułowaniem w liceum marzeń dotyczących kariery zawodowej, co wydaje się zgodne z oczekiwaniami wobec dorastających.

Stwierdzono tendencję do negatywnego związku ugodowości z posiadaniem w okresie liceum marzeń „osobistych”. Być może nastolatki mniej ugodowe, częściej formułują marzenia odnoszące się do tego, że chcą (również) czegoś innego niż to, czego oczekuje od nich społeczeństwo (podjęcie ról rodzinnych i zawodowych).

Stwierdzono negatywny związek posiadania marzeń związanych z nieakceptacją siebie z ugodowością. Osoby mało ugodowe miewają skłonności egocentryczne i rywalizacyjne, a więc ich uwaga może być nadmiernie skierowana na potrzebę własnej „doskonałości” (w porównaniu z innymi), a negatywne nastawienie do innych, może wiązać się z negatywnym nastawieniem do siebie. Niska ugodowość może wiązać się z „buntem” wobec rzeczywistości i niskim poziomem akceptacji tego, co jest.

W grupie łączonej stwierdzono pozytywny związek między posiadaniem marzeń uwzględniających stan wewnętrzny oraz marzeń pozaosobistych (dotyczących innych) a ugodowością (na grupie łączonej: studentki+ licealistki), co wydaje się zrozumiałe w kontekście pozytywnego nastawienia do innych i altruizmu typowych dla wysokiej ugodowości.



### Sumiennosc a marzenia

Stwierdzono pozytywny związek między sumiennoscia a posiadaniem marzeń zawodowych (dotyczących wykształcenia i/lub kariery zawodowej). U licealistek dotyczy to w szczególności wykształcenia, a u studentek – kariery. Osoby o wyższej sumiennosci w okresie liceum przywiązują większą wagę do wyboru drogi zawodowej, ale kiedy już studiują, formułują marzenia dotyczące kariery zawodowej. Jest to zrozumiałe w kontekście typowej dla sumiennosci wysokiej motywacji osiągnięć i pozytywnego stosunku do pracy oraz wysokiej samodyscypliny, przejawiającej się wytrwaloscia, obowiazkowością i systematycznoscia w pracy. Na pozytywny związek sumiennosci z karierą wskazują między innymi badania Spurk i Abele (2010).

Wśród studentek stwierdzono negatywny związek między posiadaniem marzeń uwzględniających stan wewnętrzny a sumiennoscia, co hipotetycznie mogłoby być związane z tym, że sumiennosc wydaje się być związana z nastawieniem na zewnętrzne osiągnięcia, osiągnięcie konkretnych celów (a nie wewnętrzne stany).

Licealistki nie mające planów realizacji marzeń są mniej sumienne od tych, które te plany mają, co może się wiązać z charakterystyczną dla sumiennosci wysoką motywacją do osiągnięcia celów, wolą dążenia do osiągnięć, wytrwaloscia w realizacji celów oraz samodyscypliną.

Nie potwierdzono hipotezy o związku sumiennosci z posiadaniem marzeń długofalowych. Brak istotnego związku pozwala sformułować hipotezę, że sumiennosc może przejawiać się na poziomie zamiany marzeń w cele oraz planowaniu i realizacji tych celów, a samo snucie marzeń na temat odległej przyszłości może nie mieć związku z sumiennoscia.

## 5. PODSUMOWANIE

Referowane badania pokazują związki między poziomem cech (ujmowanych w koncepcji Wielkiej Piątki) a poziomem marzeń. Otrzymane wyniki wskazują na to, że cechy osobowości nie tylko mogą wpływać na sposób realizacji lub brak realizacji marzeń, na radzenie sobie z trudnościami pojawiającymi się przy ich realizacji (Kałużna-Wielobób, 2009, 2010), ale mają również związek z treścią samych marzeń. Nasuwa się jednak pytanie o inne czynniki, które mogą wpływać na kształt marzeń, oprócz cech osobowości i wpływów zewnętrznych, nie uwzględnione w teorii pięcioczynnikowej Costy i McCrae (2005), które obejmowałyby to, co stanowi o niepowtarzalnej „istocie” czy danej osoby. McAdams i Pals (2006) wymieniają „tożsamość narracyjną”, którą odróżnia się od poziomu „osobistych zaangażowań”.

W związku z tym pojawia się kolejne pytanie o związki między tożsamością a marzeniami. Czy faktycznie można marzenia zaklasyfikować do grupy „charakterystycznych przystosowań”, czy (przynajmniej częściowo) nie odnoszą się one do poziomu tożsamości (czy autonarracji tożsamościowych), a jeśli nie, to czy ten poziom nie wpływa również na ich kształt (lub nie jest z nimi inaczej powiązany)? Kolejne pytanie, to czy poziom tożsamości narracyjnej jest faktycznie najbardziej indywidualnym i jednocześnie najgłębszym poziomem człowieka? Czy tożsamość (a może raczej dotyczy to poczucia tożsamości?), niezależnie, czy ujmowana

w kontekście „historii życia” (narracyjnie), czy bardziej tradycyjnie (w nurcie rozwijającym ujęcie E. Eriksona) również nie jest kształtowana pod wpływem czynnika bardziej „istotowego” dla danej jednostki oraz jej obiektywnej biografii i cech (które mogą determinować dobór wspomnień i nadawanych im znaczeń)? Oczywiście są to już rozważania wykraczające poza przedmiot referowanych badań i kierujące uwagę na (mieszczące się raczej w nurcie antropologii filozoficznej) rozważania na temat natury człowieka/koncepcji człowieka.

Ten nurt rozważań bywał podejmowany również na gruncie psychologii, np. u Frankla (1971), który pisze o „osobie głębokiej”, która jest czystym podmiotem aktów oraz filozofii: przykładowo Jaspers (1995) przeciwstawiał „bytowi empirycznemu” – „egzystencję” – jako najbardziej intymne jądro istoty człowieka (Mazur, 1969). Oczywiście pytaniem pozostaje, czy ten (hipotetyczny) najgłębszy aspekt człowieka powinien być przedmiotem psychologii. Jednak wspomina my o nim z uwagi na marzenia. Pochopnym bowiem wydaje się wniosek, jakoby to cechy osobowości (neurotyczność, ekstrawersja, otwartość na doświadczenie, ugodowość czy sumienność) były czynnikiem głównym i dominującym, czy wręcz determinującym marzenia.

Prawdopodobne wydaje się, że istnieją marzenia, na których kształt istotnie wpływają cechy osobowości. Są też marzenia, które zostały asymilowane ze źródeł zewnętrznych (47% kobiet w wieku 35-50 lat uważa, że ich młodzieńcze marzenia były asymilowane) (Kałużna-Wielobób, 2009, 2010). Prawdopodobne wydaje się również, że część marzeń nie jest powiązanych bezpośrednio z cechami osobowości, ale jest wyrazem głębszych pragnień człowieka związanych raczej z „głębszym” poziomem człowieka, pozostawiając nie rozstrzygniętym pytanie czy jest to „poziom autonarracji tożsamościowych” czy może jeszcze głębszy poziom (który być może również wpływa na kształtowanie się „autonarracji tożsamościowych”). W każdym razie prawdopodobne wydaje się, że można wyodrębnić czynnik mocno powiązany z indywidualnością człowieka na „głębszym poziomie”.

Warto byłoby przeprowadzić analizy, aby sprawdzić, czy nie jest tak, że realizacja marzeń związanych z „głębszym poziomem egzystencji” (jakkolwiek go zoperacjonalizujemy) przynosi większe spełnienie i w większym stopniu jest związana z poczuciem sensu życia niż realizacja marzeń wynikających z cech osobowości (funkcje marzeń wymieniane przez kobiety – zob. Kałużna-Wielobób, 2011). Warto byłoby dokonać podziału marzeń z uwagi na ich źródło: 1) zasymilowane od otoczenia, 2) powiązane z cechami osobowości, 3) związane z „poziomem egzystencjalnym”. Oczywiście zastosowane metodologia nie pozwala na jednoznaczne określenie charakteru związku między cechami osobowości a treścią marzeń, ale z uwagi na relatywną stabilność cech osobowości i ich związek z uwarunkowaniami genetycznymi możemy domniemywać o kierunku wpływu.

Marzenia młodzieńcze (formułowane w wieku 16-24 lat) wydają się w większym stopniu związane z cechami osobowości niż marzenia formułowane w średniej dorosłości (35-50 lat). W okresie licealnym i studenckim więcej kategorii marzeń wiąże się z cechami osobowości, a w wieku średnim jest to głównie posiadanie lub brak śmiałych marzeń (a więc cechy osobowości wpływają na to, czy formułuje się śmiałe marzenia, czy ogranicza się swoje pragnienia do podstawowego zaspo-

kojenia potrzeb) oraz czy formułuje się marzenia dotyczące innych (własnych dzieci) (Kałużna-Wielobób, 2009a, 2010).

Zgodnie z ujęciem Junga i następców w okresie kryzysu wieku średniego (około 40-tych) człowiek zwraca się ku własnemu wnętrzu i ma kontakt ze swoimi głębszymi pragnieniami. Można postawić hipotezę, że marzenia wieku dorastania i początków wczesnej dorosłości w większym stopniu związane są ze społecznymi oczekiwaniami oraz determinowane przez poziom własnych cech osobowościowych, co nie znaczy, że nie występują marzenia związane z kontaktem z „głębszą tożsamością”, natomiast w wieku średnim, marzenia częściej są wyrazem kontaktu z „głębszą istotą” człowieka, gdyż w obliczu świadomości skończoności życia, człowiek często stawia sobie pytanie, czego naprawdę chce dokonać, czy jak wykorzystać swoje życie.

Oprócz związku cech osobowości z treścią marzeń, wcześniej stwierdzono związek między poczuciem realizacji młodzieńczych marzeń, a cechami osobowości (Kałużna-Wielobób, 2010). Jednak cechy osobowości nie muszą wpływać na możliwość lub brak możliwości realizacji marzeń. Znajomość swoich cech temperamentalnych i osobowościowych może potencjalnie umożliwić strategię realizacji marzeń przy swoich cechach. Czyli osoba o wysokiej neurotyczności będzie być może musiała je realizować inaczej (dostosowując się do swoich uwarunkowań) niż osoba o niskiej neurotyczności, ale uwzględniając to, również może odnosić sukcesy (to tak, jakby była do przejechania długa trasa i musimy uwzględnić parametry samochodu, którym się przemieszczamy). W związku z tym wiedza o cechach osobowości może być użyteczną wskazówką dla osób o danych cechach osobowości, jak posługiwać się „pojazdem” swoich cech, aby dojechać do celu.

#### BIBLIOGRAFIA

- Adler, A. (1986). *Sens życia*. Warszawa: PWN.
- Benjamini, Y. i Yekutieli, D. (2001). The control of the false discovery rate in multiple testing under dependency. *The Annals of Statistics*, 29(4), 1165-1188.
- Bleidorn, W., Kandler, Ch., Hulsheger, U.R., Riemann, R., Angleitern, A., Spinath, F.M. (2010). Nature and Nurture of the Interplay Between Personality Traits and Major Life Goals. *Journal of Personality and Social*, 99(2), 366-379.
- Bouchard, T.J., Jr., McGue, M. (1990). Genetic and rearing environmental influences on adult personality: An analysis of adopted twins reared apart. *Journal of Personality*, 58, 263-292.
- Box, G.E.P., Hunter, J.S. i Hunter, W.G. (1978). *Statistics for experimenters: Design, innovation, and discovery*. Wiley-Interscience.
- Chen, Ch. i Zhang, L.F. (2011). Temperament, personality and achievement goals among Chinese adolescent students. *Educational Psychology*, 31(3), 339-359.
- DeYoung, C.G., Quilty, L.C. i Peterson, J.B. (2007). Between Facets and Domains: 10 Aspects of the Big Five. *Journal of Personality and Social Psychology*, 93(5), 880-896.
- Drebing, C.E. i Gooden, W.E. (1991). The impact of the dream on mental health functioning in the male midlife transition. *International Journal of Aging and Human Development*, 32, 227-287.

- Drebing, C.E., Gooden, W.E., Drebing, S.M., van de Kemp, H. i Malony, H.N. (1995). The dream in midlife women. Its impact on mental health. *International Journal of Aging and Human Development*, 40, 73-87.
- Fhaner, S. (1996), *Słownik psychoanalizy*. Gdańsk: Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne.
- Frankl, V.E. (1971). *Homo patiens*, Instytut Wydawniczy PAX, Warszawa.
- Galas, B., Lewowicki, T. (1991). *Osobowość a aspiracje*. Warszawa: Wydawnictwo Uniwersytetu Warszawskiego.
- Jang, K.L., Livesley, W.J., Veronn, P.A. (1996). Heritability of the Big Five personality dimensions and their facets: A twin study. *Journal of Personality*, 64, 575-591.
- Jaspers, K. (1995). *Szyfry transcendencji*, Toruń: Wydawnictwo Comer.
- Kałużna-Wielobób, A. (2009a). Cechy osobowości a marzenia u kobiet w wieku średnim. *Psychologia jakości życia*, 8(1), 59-81.
- Kałużna-Wielobób, A. (2009b). Obraz marzeń a kryzys połowy życia u kobiet, *Polskie Forum Psychologiczne*, 14(2), 233-248.
- Kałużna-Wielobób, A. (2010). *Marzenia kobiet w wieku średnim*. Kraków: Wydawnictwo Naukowe Uniwersytetu Pedagogicznego.
- Kałużna-Wielobób, A. (2011). Funkcje marzeń według uczennic liceum, studentek i kobiet w wieku średnim. *Rocznik Komisji Nauk Pedagogicznych*, t. LXIV, 159-174.
- Lankin, L. (1983), A Description of Adult Development in Women Following a Career to Tradition Life Pattern. *Dissertation Abstracts International*, 44.4, 1222.
- Levinson, D.J., Dararow, C., Klein E., Levinson, M. i McKee, B. (1978). *The Seasons of a Man's Life*. New York: Knopf.
- Levinson, D.J. i Levinson, J. (1996). *The seasons of woman's life*, New York: Knopf.
- Little, B.R. (2007). Prompt and circumstance: The generative context of personal projects analysis. W: B.R. Little, K.Samela-Aro, S.D. Philips (red.), *Personal Project Pursuit: Goals, Actions, and Humen Flourishing* (s. 3-50). Mahwah, NJ, London: Lawrence Erlbaum Associates, Publishers.
- Loehlin, J.C. (1992). *Genes and environment in personality development*. Newbury Park, CA: Sage.
- Łukaszewski, (1984). *Szansę rozwoju osobowości*. Warszawa: Książka i Wiedza.
- Mazur, M. (1969). Karl Jaspers – filozof prawdziwości, *Znak*, 10.
- McAdams, D.P., Pals, J.A. (2006). A New Big Five. Fundamental principles for an integrative science of personality. *American Psychologist*, 61, 204-217.
- McCrae, R.R., Costa, P.T. Jr. (1996). Toward a new generation of personality theories: Theoretical context for the Five-Factor Model. W: J.S. Wiggins (red.), *The Five-Factor Model of personality: Theoretical perspectives* (s. 51-87). New York: Guilford Press.
- McCrae, R.R., Costa, P.T. Jr. (1999), A five-factor theory of personality. W: L.A. Pervin, O.P. John (red.), *Handbook of Personality*. (wyd. 2, s. 139-153). New York: Guilford Press.
- McCrae, R.R. i Costa, P.T. (2005). *Osobowość człowieka dorosłego. Perspektywa teorii pięcioczynnikowej*. Kraków: Wydawnictwo WAM.

- McCrae, R.R., Costa, P.T., Ostendorf, F., Angleitner, A., Hrebickova, M., Avia, M.D., Sanz, J., Sanchez-Bernardos, M.L., Kusdil, M.E., Woodfield, R., Saunders, P.R., Smith, P.B. (2000). Nature of nurture: Temperament, personality, and lifespan development. *Journal of Personality and Social Psychology*, 78, 173-186.
- Mundfrom, D.J., Perrett, J.J. i Schaffer, J. (2006). Bonferroni adjustments in tests for regression coefficients. *Multiple Linear Regression Viewpoints*, 32(1), 1-6.
- Obuchowski, K. (1993). *Człowiek intencjonalny*. Warszawa: PWN.
- Oleś, P. (2000). *Psychologia przełomu połowy życia*. Lublin: Towarzystwo Naukowe KUL.
- Oleś, P. (2003). *Wprowadzenie do psychologii osobowości*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe SCHOLAR.
- Oleś, P. (2012). *Psychologia człowieka dorosłego*. Warszawa: Wydawnictwo PWN.
- Pervin, L.A., John, P.P. (2002). *Osobowość – teoria i badania*. Kraków: Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego.
- R Development Core Team (2011). R: *A language and environment for statistical computing* [Podręcznik do oprogramowania komputerowego]. Vienna, Austria. Źródło: <http://www.R-project.org>
- Roberts, P., Newton, P.M. (1987). Levinsonian studies of women's adult Development. *Psychology and Aging*, 2, 154-163.
- Singer, J.L. (1980). *Marzenia dzienne*. Warszawa: PWN.
- Singer, J.L. (1976). *Daydreaming and fantasy*. London: George Allen & Unwin LTD.
- Zawadzki, B., Strelau, J., Szczepaniak, P. i Śliwińska, M. (1998). *Inwentarz osobowości NEO-FFI Costy i McCrae*. Warszawa: Pracownia Testów Psychologicznych.
- Zimbardo, Ph., Boyd, J. (2009). *Paradoks czasu*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Zweig, D., Webster, J. (2004). What are we measuring? An examination of the relationships between the big-five personality traits, goal orientation, and performance intentions. *Personality and Individual Differences*, 36(7), 1693-1708.