

Katolicki Uniwersytet Lubelski Jana Pawła II. Wydział Nauk Społecznych

ALEKSANDRA WITKOWSKA, DOROTA MĄCIK

ORCID: 0000-0002-2831-9318; olawitkowska98@interia.pl

ORCID: 0000-0001-5015-1059; dorota.macik@kul.pl

*Wydarzenia indywidualne i społeczne a wymiary tożsamości
osobistej – badania empiryczne*

Individual and Social Events and the Dimensions of Personal Identity – Empirical Studies

PROPOZYCJA CYTOWANIA: Witkowska, A., Mącik, D. (2022). Wydarzenia indywidualne i społeczne a wymiary tożsamości osobistej – badania empiryczne. *Annales Universitatis Mariae Curie-Skłodowska. Sectio J, Paedagogia-Psychologia*, 35(3), 7–22. DOI: 10.17951/j.2022.35.3.7-22

ABSTRAKT

W artykule przedstawiono wyniki badań ukazujących zmiany w wymiarach tożsamości osobistej oraz w przekonaniach, emocjach i wartościach człowieka, które zachodzą w związku z wydarzeniami mającymi charakter indywidualny lub społeczny. W przeprowadzonym badaniu próbowano znaleźć odpowiedź na pytanie badawcze, jaki jest związek wymiaru tożsamości osobistej z doświadczanymi wydarzeniami o charakterze społecznym i indywidualnym. W badaniu uczestniczyły 142 osoby, w tym 82 kobiety i 60 mężczyzn. Do pomiaru wymiarów tożsamości posłużono się Skalą Wymiarów Rozwoju Tożsamości (*Dimensions of Identity Development Scale, DIDS*) autorstwa Luyckxa i in. w polskiej adaptacji Brzezińskiej i Piotrowskiego. Badanie przeprowadzone zostało w Polsce. Postawiona teza przewidywała, że wydarzenie indywidualne ma większy wpływ na zmiany tożsamości osobistej niż wydarzenie społeczne. Wykazano, że ilość zmian społecznych decyduje w większym stopniu o zmianach w obrębie wymiaru tożsamości osobistej. Eksploracja ruminacyjna, natomiast percepcja wydarzenia indywidualnego – biorąc pod uwagę jego charakter – ma większe oddziaływanie na tożsamość osobistą niż wydarzenie społeczne, zwłaszcza w wymiarze Identyfikacja ze zobowiązaniem. Uzyskane wyniki mogą mieć znaczenie dla praktyki klinicznej w kontekście rozumienia skutków oddziaływań różnego rodzaju wydarzeń życiowych na rozwój lub regres człowieka w zakresie podejmowanych przez niego decyzji i obieranych celów w dalszej perspektywie czasowej.

Słowa kluczowe: wymiary tożsamości; tożsamość osobista; wydarzenia życiowe; zmiany

WPROWADZENIE

W ciągu całego życia człowiek wielokrotnie ma możliwość zadawania sobie pytania: Kim jestem? Może się ono pojawić w różnych kontekstach oraz w wyniku mniej lub bardziej znaczących wydarzeń. Poszukiwanie odpowiedzi na to pytanie wiąże się z konstruowaniem opisu na swój temat, a więc z tworzeniem jak najbardziej trafnego ujęcia wymiaru tożsamości osobistej – pojęcia ujętego w literaturze na różne sposoby. Reber (2000, za: Brzezińska, 2006) zdefiniował tożsamość jako zestaw określeń, za pomocą których człowiek może opisać samego siebie oraz oddzielić swoje Ja od Nie-Ja, nie zważając na opinie innych osób. Melchior (2004, za: Brzezińska, 2006) natomiast dodał aspekt zewnętrzny, jakim jest odbiór jednostki przez ludzi. Luyckxi i in. (2008, za: Brzezińska, Piotrowski, Garbarek-Sawicka, Karowska, Muszyńska, 2010) wyodrębnili z kolei pięć wymiarów tożsamości osobistej, jakimi są: Eksploracja wszerek, Eksploracja w głąb, Eksploracja ruminacyjna, Podejmowanie zobowiązania oraz Identyfikacja ze zobowiązaniem. Eksploracja wszerek oznacza poszukiwanie i testowanie możliwych rozwiązań, które są związane z osobistymi dążeniami młodych ludzi, co pozwala na poznanie opcji oferowanych przez otoczenie, a jednocześnie zapobiega przedwczesnemu zobowiązaniu się. Eksploracja w głąb odnosi się do dokonywania wyborów w różnych obszarach i sprawdzania, czy odpowiadają one własnym potrzebom i oczekiwaniom. Może wiązać się z zasięganiami opinii od innych osób lub z poszukiwaniem źródeł informacji, które potwierdzają bądź zaprzeczają słuszności podjętych decyzji. Kolejny wymiar, czyli Eksploracja ruminacyjna, związany jest z odczuwaniem niepewności co do aktywności, które osoba zdecydowała się podjąć, a także z intruzywnymi myślami dotyczącymi kształtu swojej przyszłości lub obranych celów życiowych, co wywołuje obawy, napięcie i spadek jakości życia w momencie intensywnego rozmyślenia. Podejmowanie zobowiązania oznacza podjęcie decyzji zgodnych z rozwojem tożsamości. Istotne znaczenie ma zarówno sam fakt zobowiązania, jak i identyfikacja z wysiłkiem włożonym w wypełnianie powinności. Jeśli identyfikacji towarzyszy pewność siebie, to określane jest to jako Identyfikacja ze zobowiązaniem. Osoba, która dokonała wyborów, utożsamia się z nimi oraz wie, że pasują one do jej oczekiwań i do stylu życia (Brzezińska i in., 2010). Wydaje się jednak, że niektóre wydarzenia życiowe, określane przez osoby jako znaczące, mogą zachwiać wymiarami tożsamości, wymagają bowiem redefiniowania przyjętych założeń i zobowiązań, związanych np. z doświadczeniem choroby lub zmianą roli życiowej, a także ponownego przystosowania (Juczyński, 2019). Wydarzenia takie mogą mieć charakter społeczny lub indywidualny.

Jednym z ważniejszych ostatnio doświadczanych wydarzeń społecznych była epidemia koronawirusa SARS-CoV-2. Wybuch pandemii w 2020 r. oraz pojawienie się choroby zwanej COVID-19 miały niebagatelne znaczenie zarówno

dla zdrowia fizycznego, jak i dla zdrowia psychicznego, ponieważ zaobserwowano zwiększone zapotrzebowanie na pomoc szpitalną, psychologiczną oraz psychiatryczną u wielu ludzi na świecie (Kontoangelos, Economou, Papageorgiou, 2020). Okres trwania pandemii był czasem kryzysowym – wymagał od człowieka ponownego określenia priorytetów i hierarchii wartości oraz zdecydowania o najważniejszych kwestiach w życiu (Jakovljevic, Bjedov, Jaksic, Jakovljevic, 2020). Restrykcje nakładane przez rządy państw powodowały dysharmonię funkcjonowania psychicznego, a także zaburzenie wewnętrznej równowagi, niezależnie od tego, w jakim miejscu na świecie osoby wówczas przebywały. Wywołane było to m.in. koniecznością przebywania w izolacji domowej, gdzie ludzie zmuszeni byli do przebywania ze swoją rodziną przez całą dobę, co wywierało różnorakie konsekwencje – zarówno pozytywne, jak i negatywne (Janssen i in., 2020). Wydarzenie, jakim jest pandemia COVID-19, z pewnością zapisało się w pamięci zbiorowej, która jest ważnym elementem grupowej refleksji na temat znaczących wydarzeń społecznych, pozwalających utożsamić się z ludźmi żyjącymi w danym kontekście czasowym (Zenderowski, 2011).

Podobnie zapamiętywane są wydarzenia indywidualne, które angażują emocjonalnie człowieka oraz skłaniają go do refleksji. Ich przywołanie powoduje wrażenie ponownego, realnego przeżywania, a także pojawienie się emocji przyjemnych lub przykrych, a niekiedy nawet zagrażających dla Ja (Marchlewska i in., 2019). Przyjmują one miano znaczących, ponieważ wywołują istotną rozbieżność między posiadanymi zasobami a wymaganiami otoczenia, w związku z czym osoba staje przed koniecznością przewartościowania niektórych elementów swojego życia w celu ponownego przystosowania. Do takich znaczących wydarzeń indywidualnych można zaliczyć np. zachorowanie na raka (Liu i in., 2021), napaść seksualną (Boals, 2010), porzucenie przez przyjaciół (Baumeister i in., 2001, za: Mangelsdorf, Eid, Luhmann, 2019), zawarcie związku małżeńskiego (Juczyński, 2019) czy diametralną zmianę linii życiowej, zwaną syndromem Paula Gauguina (Oleś, 2019). W związku z pandemią istotnym zdarzeniem indywidualnym mógł być również poważny przebieg choroby COVID-19 u osoby lub u jej bliskich, a także śmierć bliskich w wyniku tej choroby. Tego rodzaju wydarzenia mają istotny potencjał związany z rozwojem i kształtowaniem się tożsamości (Juczyński, 2019).

W ciągu całego życia człowiek jest narażony na wiele sytuacji, które mogą niespodziewanie zachwiać równowagą emocjonalną i doprowadzić do załamania stanu psychicznego. Mogą one wywołać mnóstwo trudnych do zniesienia emocji oraz skłaniać do impulsywnych działań, mających przynieść ulgę w cierpieniu. Takimi sytuacjami są wydarzenia kryzysowe, zwane wydarzeniami przełomu życiowego, ponieważ w znaczący sposób zagrażają poczuciu sensu życia oraz tożsamości. Mogą one mieć charakter nieprzewidywalny lub normatywny. Przykładami takich wydarzeń są np. narodziny dziecka, śmierć bliskiej osoby, rozwód, utrata

pracy czy poważny wypadek. W wyniku tego typu wydarzeń jednostka rewiduje własne postawy i wartości, co może ją prowadzić do odnalezienia celu w swoim życiu (Kubacka-Jasiecka, 2008; Senejko, 2010). Szczególną rolę w kształtowaniu się tożsamości odgrywają osobiste wydarzenia z życia człowieka, które zostały dobrze zapamiętane. Na podstawie wniosków wyciągniętych z doświadczeń mających miejsce w przeszłości osoba uczy się, jakie wysiłki warto podejmować, a także ma większą świadomość co do słuszności podejmowanych przez siebie decyzji. Wspomnienie takich wydarzeń może powodować określone reakcje emocjonalne, a nawet zagrożenie dla własnej struktury Ja, co potwierdza ich szczególne znaczenie w kształtowaniu się tożsamości (Marchlewska i in., 2019). Ponadto w literaturze wymieniany jest przypadek Paula Gauguina, który ukazuje diametralną zmianę linii własnego życia podczas wystąpienia kryzysu wieku średniego (Oleś, 2019). Zmiana ta pociągnęła za sobą zmianę dotychczasowych aktywności, a także spowodowała odkrycie nowej tożsamości, co stanowiło wynik negatywnego bilansu życiowego. Skutkowało on niezadowoleniem z sytuacji życiowej, mimo że obierane przez Gauguina kierunki działań i cele zapewniały mu dobrobyt. Zmiana nastąpiła w wyniku refleksji dotyczącej braku poczucia autonomii i wolności, spowodowanego dotychczas podejmowanymi aktywnościami. Historia Gauguina pozwala stwierdzić, że zmiany w wymiarach tożsamości danej osoby mogą zachodzić w wyniku pojawiających się wydarzeń w życiu osobistym, które skłaniają do redefinicji Ja (Chmielińska, Modrzejewska-Śmigulska, 2020; Oleś, 2019).

Biorąc pod uwagę znaczenie pandemii COVID-19 w wymiarze społecznym i indywidualnym, a także innych wydarzeń o charakterze osobistym doświadczanych przez ludzi, w badaniu własnym postawiono pytanie: Jakie wydarzenia indywidualne i społeczne najbardziej mają znaczenie dla kształtowania poszczególnych wymiarów tożsamości? W oparciu o dotychczasowy stan badań założono, że wydarzenie indywidualne ma większe znaczenie dla kształtowania wymiarów tożsamości osobistej ku większej dojrzałości niż wydarzenie społeczne.

METODA

W celu uzyskania odpowiedzi na każde z pytań oraz zweryfikowania postawionej hipotezy zastosowano Skalę Wymiarów Rozwoju Tożsamości (*Dimensions of Identity Development Scale*, DIDS) Luyckxa i in. (2008) w polskiej adaptacji Brzezińskiej i in. (2010). Opiera się ona o metodę samoopisu i składa się z 25 pozycji testowych. Skala DIDS służy do zdiagnozowania pięciu wymiarów rozwoju tożsamości: Eksploracji wszerz (*Exploration in Breadth*), Eksploracji w głąb (*Exploration in Depth*), Eksploracji ruminacyjnej (*Ruminative Exploration*), Podejmowania zobowiązania (*Commitment*) oraz Identyfikacji ze zobowiązaniem (*Identification with Commitment*). Im więcej punktów w zakresie zobowiązania uzyskuje osoba badana, tym bardziej dojrzałą formę osiąga jej

wymiar tożsamości. W badanej grupie wiekowej (powyżej 18. roku życia) rzetelność w przypadku wszystkich pięciu skal mieści się w granicach α Cronbacha 0,70–0,88. Potwierdza to wysoką rzetelność narzędzia (Brzezińska i in., 2010).

Do skali DIDS załączono pytania otwarte, których celem było określenie, jakiego rodzaju zmiany w przekonaniach, uczuciach i wartościach zaszły u osób badanych w wyniku wystąpienia wydarzeń indywidualnych i społecznych. Pytania brzmiały następująco:

1. Jak opisał(a)byś swój świat podczas pandemii koronawirusa? – odpowiedzi na to pytanie były podstawą do wyodrębnienia zmian, jakie zaszły pod wpływem wydarzenia społecznego.
2. Czy istniało w Twoim życiu jakieś ważne wydarzenie, które sprawiło, że poczułeś/aś się kimś innym niż przedtem? Jeśli tak, to jak opisał(a)byś swój świat w tamtym czasie? – w odpowiedziach na to pytanie obserwowano zmiany w kontekście wydarzenia indywidualnego.

Respondenci zostali zrekrutowani do badania w sposób nielosowy, za pomocą metody kuli śnieżnej, a także grup na portalu społecznościowym Facebook. Zostali poinformowani o anonimowości i dobrowolności badania. Czas wypełniania zestawu składającego się ze skali DIDS oraz pytań otwartych wynosił około 20 minut. Nie wprowadzono przerwy między dokonywaniem pomiaru za pomocą skali i pytań.

W badaniu łącznie wzięły udział 142 dorosłe osoby (w tym 82 kobiety i 60 mężczyzn) w wieku od 18 do 60 lat ($N = 142$; $M = 26,59$; $SD = 8,95$). Największy odsetek (48,6%) stanowiły osoby uczące się, a następnie 26,8% – osoby pracujące, 21,1% – osoby pracujące i studiujące równocześnie, 3,5% – osoby nieuczące się i osoby niepracujące. Ponad połowa badanych to osoby posiadające średnie wykształcenie (62%). Studia wyższe ukończyło 33,1% badanych, wykształcenie podstawowe miało 3,5%, a wykształcenie zawodowe 1,4%. Tereny miejskie powyżej 100 tys. mieszkańców zamieszkiwało 43% badanych, duże miasta (od 50 tys. do 100 tys. mieszkańców) – 18,3%, tereny wiejskie – 26,1%, a małe miasta (do 50 tys. mieszkańców) – 12,7%.

Badanie zostało przeprowadzone na przełomie marca i kwietnia 2021 r. Sytuacja pandemiczna w Polsce wówczas się pogarszała – odnotowano około 38% więcej zakażeń koronawirusem, a także 24% więcej zgonów z powodu COVID-19. Liczba zajętych łóżek wynosiła 72%, respiratorów 74%, natomiast liczba wykonanych szczepień wynosiła 4,6 mln. W okresie od 20 marca do 9 kwietnia wprowadzono nowe restrykcje, takie jak ograniczenie działalności hoteli, galerii handlowych, teatrów, basenów czy obiektów sportowych. Zalecono zdalne wykonywanie pracy, prowadzenie lekcji w klasach I–III, a także zajęć na uczelniach wyższych. Ogłoszono również konieczność ograniczenia kontaktów z ludźmi do osób najbliższych w trakcie trwania Świąt Wielkanocnych (Serwis Rzeczypospolitej Polskiej, 2021).

WYNIKI

Na początku porównano średnie wyniki kobiet i mężczyzn w zakresie każdego z pięciu wymiarów tożsamości zbadanych za pomocą skali DIDS. Różnice między średnimi uzyskane w teście t dla grup niezależnych okazały się nieistotne statystycznie (Podejmowanie zobowiązań $p = 0,16$; Identyfikacja ze zobowiązaniem $p = 0,14$; Eksploracja wszerz $p = 0,89$; Eksploracja w głąb $p = 0,56$; Eksploracja ruminacyjna $p = 0,60$) W związku z tym kolejne analizy przeprowadzono łącznie dla obu płci.

W celu wyodrębnienia grup badanych osób – z uwagi na percepcję doświadczeń w czasie pandemii COVID-19 oraz w trakcie wystąpienia społecznych i indywidualnych wydarzeń – skategoryzowano odpowiedzi na postawione pytania otwarte pod kątem podobieństw znaczeniowych, w wyniku czego otrzymano siedem kategorii: 1) relacje interpersonalne (sens życia, związek, kontakty, pomoc); 2) Ja (pewność siebie, sprawczość, rozwój); 3) kontakt z bliskimi (rodzina, zwierzę, dom); 4) zadania i plany życiowe (praca, plany, nauka, zainteresowania); 5) kształtowanie cnót (odpowiedzialność, mądrość, dojrzałość); 6) odniesienie do wartości (śmierć, religia, czas, życie, bezpieczeństwo); 7) negatywne emocje i uczucia (samotność, lęk, strach, stres, nuda, niepokój). O wydarzeniu społecznym wnioskowano na podstawie odpowiedzi na pierwsze pytanie otwarte, dotyczące pandemii koronawirusa, natomiast o wydarzeniach indywidualnych – na podstawie odpowiedzi na drugie pytanie otwarte, w którym pytano bezpośrednio o zdarzenie, które zmieniło życie danej osoby. U niektórych badanych odpowiedzi dotyczące wydarzenia indywidualnego były powiązane z pandemią COVID-19, natomiast pozostałe dotyczyły m.in. śmierci bliskiej osoby, utraty przyjaciela, przeprowadzki do innego domu, zmiany pracy czy orientacji seksualnej.

W oparciu o wyróżnione kategorie przeprowadzono analizę skupień metodą Warda w oparciu o odległości euklidesowe, oddzielnie dla wydarzeń społecznych i indywidualnych. W efekcie otrzymano po cztery grupy badanych, różniące się doświadczeniami zmian, których charakterystykę przedstawiono w tabeli 1.

Typowe zmiany obserwowane przez osoby z grupy można scharakteryzować za pomocą przykładów wypowiedzi, które pojawiły się w odpowiedzi na pytania otwarte. W przypadku grup, u których zaszły zmiany w zakresie relacji interpersonalnych, najczęstsze były następujące wypowiedzi: *Relacje w rodzinie się polepszyły, bardziej się do siebie zbliżyliśmy; Wzmocniłam swoje relacje z bliskimi; Nie mam już takich relacji z osobami jak przed pandemią; Rzadziej się z kimś spotygam; Odczuwam tęsknotę za przyjaciółmi.* W grupach, gdzie zaszły zmiany dotyczące emocji i uczuć, pojawiły się następujące wypowiedzi: *Moje emocje są związane raczej z ograniczeniami niż z samym covidem; Jestem*

Tabela 1. Charakterystyka grup pod względem zmian związanych z danym wydarzeniem

Rodzaj wydarzeń	Wyróżnione grupy	N	Typowe zmiany obserwowane przez osoby z grupy
Wydarzenie społeczne	Relacyjni	31	relacje interpersonalne
	Uczuciowi	50	negatywne emocje i uczucia
	Wartościujący	23	odniesienie do wartości
	Niezmienny się	38	brak zmian
Wydarzenie indywidualne	Redefiniujący	7	zmiany w większości wyodrębnionych kategorii, np. kontakty z bliskimi, cele i zadania życiowe czy kształtowanie cnót
	Ceniący relacje	40	relacje interpersonalne
	Skupieni na sobie	13	Ja
	Obojętni	82	brak zmian

Źródło: opracowanie własne.

sfrustrowana, czuje się ograniczona, poirytowana tym, że nie mogę wyjść na spacer bez maseczki; Był to dość smutny okres, którego nikt się raczej nie spodziewał. W przypadku grup, gdzie najwięcej zmian zostało wprowadzonych w hierarchii wartości, najczęstsze wypowiedzi to: Przewartościowałem niektóre kwestie życiowe, dbam o czyste sumienie; Wydarzenie to mocno zatrzęsało moim życiem oraz wartościami, w zgodzie z którymi żyłem. W przypadku zmian w obszarze Ja były to wypowiedzi: Zaczęłam bardziej doceniać swoje życie i się samodzielnie rozwijać; Przed tym wydarzeniem byłam osobą, która uchylała się od odpowiedzialności i sterowności w swoim życiu, teraz mam poczucie większej sprawczości i wpływu na własne życie. W grupie, gdzie zaszły zmiany w większości wyodrębnionych kategorii, można było zauważyć podobne wypowiedzi jak w przypadkach wymienionych powyżej, dołączając do tego obszaru kształtowania cnót oraz celów i zadań życiowych, które ilustrują następujące przykłady: Dzięki temu wydarzeniu stałem się bardziej dorosły i mądrzejszy; Po narodzinach córki zobaczyłem, co oznacza odpowiedzialność za drugiego człowieka; Po jego pogrzebie dotarło do mnie, jak ważne jest życie tu i teraz, nie rzeczy materialne; Utwierdziłam się w przekonaniu, że mogę zrealizować moje długoterminowe cele nawet szybciej, niż początkowo zakładałam. Do pozostałych grup należeli badani, którzy nie zaobserwowali u siebie zmian w żadnym z obszarów.

Następnie za pomocą wielowymiarowej analizy wariancji MANOVA sprawdzono różnice między grupami w każdym z wymiarów tożsamości osobistej. Wyniki podziału pod względem charakteru zmian zamieszczono w tabeli 2 dla wydarzenia społecznego, natomiast w tabeli 3 znajdują się wyniki dla wydarzenia indywidualnego.

Tabela 2. Wyniki wielowymiarowej analizy wariancji MANOVA: podział pod względem liczby i charakteru zmian – wydarzenie społeczne

Wymiary tożsamości	Grupy	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>F</i>	<i>p</i>
Podejmowanie zobowiązań	Relacyjni	3,87	1,03	2,319	0,130
	Uczuciowi	4,02	0,98	0,648	0,422
	Wartościujący	4,00	0,92	2,748	0,100
	Niezmieniający się	4,09	1,00	3,639	0,059
Identyfikacja ze zobowiązaniem	Relacyjni	4,10	0,85	4,295	0,040
	Uczuciowi	4,36	0,73	0,360	0,549
	Wartościujący	4,13	0,81	4,925	0,028
	Niezmieniający się	4,34	0,84	2,727	0,101
Eksploracja wszereż	Relacyjni	4,31	0,81	0,173	0,678
	Uczuciowi	4,16	0,91	0,022	0,882
	Wartościujący	3,79	0,75	0,034	0,854
	Niezmieniający się	4,16	0,79	0,002	0,961
Eksploracja w głąb	Relacyjni	4,13	0,76	0,326	0,569
	Uczuciowi	3,86	0,79	0,359	0,550
	Wartościujący	3,66	0,59	0,014	0,907
	Niezmieniający się	3,92	0,74	0,484	0,488
Eksploracja ruminacyjna	Relacyjni	3,67	1,07	4,354	0,039
	Uczuciowi	3,54	1,12	0,635	0,427
	Wartościujący	3,25	0,84	2,260	0,135
	Niezmieniający się	3,25	0,99	2,837	0,094

Źródło: opracowanie własne.

Uzyskano nieistotne wyniki, biorąc pod uwagę wystąpienie wydarzenia społecznego. Oznacza to, że charakter zmian nie różnicował grup pomiędzy sobą w zakresie żadnego z wymiarów tożsamości.

Tabela 3. Wyniki wielowymiarowej analizy wariancji MANOVA: podział pod względem liczby i charakteru zmian – wydarzenie indywidualne

Wymiary tożsamości	Grupy	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>F</i>	<i>p</i>
Podejmowanie zobowiązań	Redefiniujący	3,46	0,88	2,319	0,130
	Ceniący relacje	4,11	0,87	0,648	0,422
	Skupieni na sobie	4,43	1,09	2,748	0,100
	Obojętni	3,93	1,00	1,065	0,304

Identyfikacja ze zobowiązaniem	Redefiniujący	3,66	0,97	4,295	0,040
	Ceniący relacje	4,33	0,72	0,360	0,549
	Skupieni na sobie	4,72	0,99	4,925	0,028
	Obojętni	4,21	0,76	0,860	0,355
Eksploracja wszcz	Redefiniujący	4,26	1,17	0,173	0,678
	Ceniący relacje	4,15	0,95	0,022	0,882
	Skupieni na sobie	4,17	0,83	0,034	0,854
	Obojętni	4,10	0,77	0,181	0,671
Eksploracja w głąb	Redefiniujący	4,06	0,85	0,326	0,569
	Ceniący relacje	3,84	0,89	0,359	0,550
	Skupieni na sobie	3,88	0,79	0,014	0,907
	Obojętni	3,92	0,75	0,132	0,717
Eksploracja ruminacyjna	Redefiniujący	4,23	0,71	4,354	0,039
	Ceniący relacje	3,33	1,04	0,635	0,427
	Skupieni na sobie	3,03	0,99	2,260	0,135
	Obojętni	3,49	1,04	0,484	0,488

Źródło: opracowanie własne.

Uzyskano nieistotne wyniki także pod względem wydarzenia indywidualnego. Oznacza to, że niezależnie od liczby i charakteru zmian wyniki w zakresie wymiarów tożsamości nie różniły się istotnie między grupami.

Ponadto porównano wyniki wszystkich wyodrębnionych grup dla każdego z wymiarów tożsamości. Wyniki dla wydarzenia społecznego i dla wydarzenia indywidualnego przedstawiono w tabeli 4.

Tabela 4. Porównanie wyników wyodrębnionych grup dla każdego z wymiarów tożsamości – wydarzenie społeczne i wydarzenie indywidualne

Wymiar tożsamości	Wydarzenie społeczne		Wydarzenie indywidualne	
	<i>F</i>	<i>p</i>	<i>F</i>	<i>p</i>
Podejmowanie zobowiązań	0,275	0,844	1,891	0,134
Identyfikacja ze zobowiązaniem	0,975	0,406	3,124	0,028
Eksploracja wszcz	1,806	0,149	0,095	0,963
Eksploracja w głąb	1,846	0,142	0,209	0,890
Identyfikacja ze zobowiązaniem	1,379	0,252	2,309	0,079

Źródło: opracowanie własne.

Uzyskano wyniki nieistotne statystycznie dla każdego z wymiarów tożsamości pod względem wydarzenia społecznego, co oznacza, że żadna z wyodrębnionych grup nie różniła się istotnie od siebie w zakresie branych pod uwagę pięciu

wymiarów tożsamości. Natomiast w przypadku wydarzeń indywidualnych uzyskano wynik istotny statystycznie dla wymiaru tożsamości Identyfikacja ze zobowiązaniem, a dla wymiaru Eksploracja ruminacyjna zaobserwowano tendencję statystyczną. W związku z tym wykonano analizy post-hoc za pomocą testu NIR dla wymiaru, który okazał się istotny statystycznie, a także dla tego, w którym zaobserwowano tendencję. Wyniki przedstawiono w tabeli 5.

Tabela 5. Wyniki analizy post-hoc testem NIR dla wymiarów: Identyfikacja ze zobowiązaniem i Eksploracja ruminacyjna

Wymiar tożsamości	Wyodrębnione grupy								Porównywane grupy	NIR (<i>p</i>)
	1 Redefiniujący		2 Ceniący relacje		3 Skupieni na sobie		4 Obojętni			
	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>		
Identyfikacja ze zobowiązaniem	3,66	0,97	4,33	0,72	4,72	0,99	4,21	0,76	1–2	0,039
									1–3	0,004
									1–4	0,076
									2–3	0,113
									2–4	0,436
									3–4	0,029
Eksploracja ruminacyjna	4,23	0,71	3,33	1,04	3,03	0,99	3,49	1,04	1–2	0,034
									1–3	0,014
									1–4	0,070
									2–3	0,361
									2–4	0,411
									3–4	0,132

Źródło: opracowanie własne.

W wyniku analizy testem post-hoc uzyskano istotne wyniki między grupami „Redefiniujący” i „Ceniący relacje”, „Redefiniujący” i „Skupieni na sobie” oraz „Skupieni na sobie” i „Obojętni” dla wymiaru tożsamości Identyfikacja ze zobowiązaniem. Oznacza to, że wyniki tych grup istotnie różniły się między sobą. Analizy wykazały, że w grupie „Redefiniujący” zaobserwowano najmniej znaczące oddziaływanie zachodzących zmian na analizowany wymiar tożsamości. Oznacza to, że osoby, u których zaszły zmiany jednocześnie w wielu obszarach życia, musiały zredefiniować swoje cele i plany życiowe, w związku z czym nie identyfikowały się już tak bardzo jak dotychczas z wcześniej podjętymi decyzjami. Zdecydowanie największe oddziaływanie na wymiar Identyfikacja ze zobowiązaniem zaobserwowano w grupie „Skupieni na sobie”, a więc u osób, które spostrzegły zmiany w zakresie swojego Ja, jak np. odnalezienie sensu życia,

okrycie poczucia własnej skuteczności czy zwiększenie poczucia bezpieczeństwa.

Istotne wyniki uzyskano również między grupami „Redefiniujący” i „Ceniący relacje” oraz „Redefiniujący” i „Skupieni na sobie” w zakresie wymiaru Eksploracja ruminacyjna. Oznacza to, że wyniki tych grup istotnie różniły się między sobą. Analizy wykazały, że w grupie „Skupieni na sobie”, gdzie zaszły zmiany w obrębie Ja, zaobserwowano najmniejsze ich oddziaływanie na wymiar Eksploracja ruminacyjna. Największe oddziaływanie na ten wymiar tożsamości zaobserwowano w grupie „Redefiniujący”, gdzie osoby spostrzegły zmiany w wielu obszarach swojego życia.

DYSKUSJA

Wyniki przeprowadzonych badań dały możliwość weryfikacji postawionej hipotezy oraz uzyskania odpowiedzi na pytanie badawcze. Hipoteza została częściowo potwierdzona. Percepcja zarówno wydarzenia indywidualnego, jak i wydarzenia społecznego nie powoduje istotnych zmian w profilu tożsamości osobistej ujmowanym jako całość oraz nie ma znaczenia dla tożsamości to, jakiego rodzaju zmiany pojawiły się w przekonaniach, uczuciach i wartościach danej osoby. Natomiast odnośnie do poszczególnych wymiarów profilu tożsamości należy stwierdzić, że określone wydarzenia indywidualne mogą wiązać się ze zmianami zachodzącymi w zakresie wymiaru Identyfikacja ze zobowiązaniem, własnego Ja, relacji społecznych, a także większości obszarów życia. Więcej osób badanych doświadczyło zarazem zmian w zakresie relacji społecznych lub własnego Ja oraz w wymiarze Identyfikacja ze zobowiązaniem, niż tych, którzy jednocześnie doświadczyli zmian w większości obszarów swojego życia i w tym wymiarze tożsamości. W związku z powyższym można założyć, że percepcja wydarzenia indywidualnego ma większe oddziaływanie na tożsamość osobistą niż wydarzenie społeczne, w przypadku którego nie odnotowano znaczących zmian dla poszczególnych wymiarów. Może się to wiązać z tym, że wydarzenie, które silnie frustruje lub zaspokaja istotne potrzeby, wiąże się z konkretnymi wartościami lub pozwala zrealizować cele, wywołuje silne pobudzenie fizjologiczne i emocjonalne. Percepcja zmian zachodzących w ciele jest traktowana przez człowieka jako przyczyna pojawiających się emocji, które informują o specyficznych zmianach w otoczeniu. Z powstawaniem pobudzenia wiążą się m.in. takie zmiany fizjologiczne jak: potliwość, przyspieszona akcja serca, przyspieszone tętno, drżenie, zmiany w tempie oddychania, rozszerzenie źrenic czy ścisk w żołądku. Powodują one, że osoba wybiera jeden z możliwych sposobów reagowania w danej sytuacji, jakimi są: walka, zbliżenie się lub ucieczka. W wyniku pobudzenia organizm nastawiony jest na działanie, ponieważ chce jak najszybciej uwolnić zgromadzoną energię, natomiast emocje pomagają dokonać trafnych wyborów w jak najkrótszym czasie. Ponadto w generowaniu, regulowaniu i zapamiętywaniu emocji,

które dotyczą konkretnych wydarzeń, ogromną rolę odgrywa mózg, a w szczególności kora mózgowa, hipokamp, podwzgórze i wzgórze. Uczestniczą one w przetwarzaniu i przekazywaniu informacji dotyczących pobudzenia fizjologicznego oraz pozwalają na rejestrowanie komponentu emocjonalnego, związanego z danym wydarzeniem (Dąbrowski, 2020; LeDoux, 1996, za: Dębiec, LeDoux, 2013). Dodatkowo pobudzenie fizjologiczne im towarzyszące sprawia, że człowiek faktycznie może poczuć, iż aktywnie bierze udział w określonym zdarzeniu. Dzięki temu lepiej je zapamiętuje i wpisuje linię swojego życia, zapewniając sobie poczucie ciągłości w czasie. Warto dodać, że proces ten nasila aktywne analizowanie danej sytuacji, a także sprzyja pojawieniu się poczucia tego, kim jest się w rzeczywistości (Kwapis, Brygoła, 2013). Co więcej, osoba może mieć chęć pozostania wierną swoim wyborom życiowym w obliczu kryzysu oraz pojawiających się trudności, a zatem identyfikuje się z tym, do czego wcześniej się zobowiązała. Zapewnia jej to pewnego rodzaju przewidywalność, co stwarza poczucie bezpieczeństwa oraz pozwala wypełniać adekwatne do danego wymiaru tożsamości role społeczne. Podczas wystąpienia znaczącego wydarzenia indywidualnego osoba ma szansę na dokonanie ponownej oceny swoich umiejętności, przekonań czy odczuć w stosunku do samej siebie (Dębińska, Przytomska, Piechowiak, 2013). Osiągnięcie wymiaru tożsamości, jakim jest Identyfikacja ze zobowiązaniem, zapewnia jednostce poczucie bezpieczeństwa, co pozwala na swobodną adaptację do zmieniającej się rzeczywistości w obliczu stresu. Stanowi on najbardziej dojrzałą formę w procesie kształtowania się tożsamości i oznacza, że osoba podjęła ostateczną decyzję co do wyboru wartości, zainteresowań lub relacji, które pragnie utrzymywać (Oleszkowicz, Gwiżdż, 2019).

Identyfikacja ze zobowiązaniem najsilniejsza jest u osób, które najwięcej zmian kojarzą z Ja, a najsłabsza jest u tych osób, które dostrzegają zmiany niemal we wszystkich wymienionych obszarach funkcjonowania. Może to oznaczać, że koncentracja na sobie, swoich właściwościach i zasobach pozwala pozostać wiernym zobowiązaniu. Brak dostrzeganych zmian w innych sferach życia relacjonowany przez osoby z tej grupy być może wskazuje na fakt, że dysponują one względnie stałym systemem wartości czy relacji, który nie wymaga redefiniowania, aby kontynuować przyjętą koncepcję siebie, w związku z czym pozwala to na zachowanie spójności w zakresie identyfikacji. Z kolei osoby z grupy „Redefiniujący”, które relacjonowały zmiany w niemal wszystkich wymienionych sferach funkcjonowania w związku z określonym wydarzeniem indywidualnym, cechują się relatywnie najniższym poziomem tego wymiaru. Może to sugerować mniej stabilny system wartości i siebie, a więc słabsze zasoby do poradzenia sobie ze zmianą. W przypadku sytuacji stresowych (zarówno pozytywnych, jak i negatywnych) pojawia się zwiększony niepokój, zaburzenia funkcjonowania, zwiększone zapotrzebowanie na wsparcie (Dudek, Koniarek, 2003; Kaczmarska, Curyło-Sikora, 2016). Adaptacja do nowej roli lub poradzenie sobie ze stratą często wiąże

się z doświadczeniami „dezintegracji pozytywnej” (Dąbrowski, 1975, za: Tylikowska, 2000); również w procesie terapii obserwuje się chwilowe pogorszenie, zanim pojawi się funkcjonowanie na wyższym poziomie (Mikulska, Styła, 2011). W takim okresie identyfikacja ze zobowiązaniem z konieczności będzie słabsza, ponieważ wymaga przeglądu, redefiniowania bądź zmiany niektórych aspektów funkcjonowania Ja.

Eksploracja ruminacyjna najsilniejsza jest u osób, które dostrzegły zmiany niemal we wszystkich wymienionych obszarach swojego życia. Może to oznaczać, że wystąpienie kryzysowego wydarzenia indywidualnego może spowodować nasilenie rozmyślań na temat celowości i sensowności podjętych działań, gdyż wszystkie sfery funkcjonowania zostały zachwiane. Osoba może uważać, że posiadane przez nią zasoby nie są wystarczające do poradzenia sobie z daną sytuacją, a zatem konieczne jest sprostanie wymaganiom otoczenia poprzez zmianę decyzji lub dokonanie nowych wyborów. Być może w wyniku danego wydarzenia niektóre z zasobów zostały utracone, co poskutkowało pogorszeniem funkcjonowania, wzrostem wątpliwości co do słuszności realizowanych celów, a także pojawieniem się stresu zgodnie z teorią zachowania zasobów Hobfolla (2006, za: Bernat, Krzyszkowska, 2017). Z kolei u osób z grupy, w której zaszły zmiany w obszarze Ja, zaobserwowano najsłabsze oddziaływanie tych zmian na wymiar Eksploracja ruminacyjna. Skupienie się na sobie i na sensie prowadzonego życia, a także dostrzeganie możliwości wpływu na kształtowanie swojej przyszłości może korzystnie wpływać na poczucie pewności co do podjętych decyzji, a także ułatwiać osiąganie celów przez człowieka. Poczucie własnej skuteczności znacząco ułatwia zdobywanie kolejnych osiągnięć oraz zwiększa motywację do podejmowania aktywności i działań prozdrowotnych, prowadząc do satysfakcjonującego funkcjonowania. Ponadto osoba ma poczucie, że panuje nad sobą i swoim losem, a zatem jest wyposażona w umiejętność kontroli swojego życia (Bandura, 1977, za: Juczyński, 2000). W związku z tym staje się bardziej pewna siebie i swoich wyborów, a obawy i ruminacje słabną, co znajduje odzwierciedlenie w niskich wynikach wymiaru Eksploracja ruminacyjna.

ZAKOŃCZENIE

Przeprowadzone badanie miało pewne ograniczenia, których zniwelowanie być może spowodowałoby wystąpienie różnic w uzyskanych wynikach. Przede wszystkim forma internetowa badania sprawiła, że nie było możliwości skontrolowania rzetelności i dokładności wypełniania kwestionariusza oraz udzielania odpowiedzi na pytania przez osoby badane. Pytania otwarte mogły wzbudzać w badanych opór przed dzieleniem się swoimi przemyśleniami oraz wywoływać niechęć, ponieważ sformułowanie dłuższej odpowiedzi wiązało się z koniecznością poświęcenia większej ilości czasu. Ponadto nie było możliwości sprawdzenia, czy osoba

biorąca udział w badaniu faktycznie była tą osobą, za którą podała się w metryczce załączonej do badania. Dodatkowym utrudnieniem był brak możliwości kontroli rodzaju wydarzenia indywidualnego i jego autentyczności, a także sprawdzenia, jak bardzo bliskie i znaczące było dane wydarzenie dla osoby badanej.

Podsumowując, wyniki przeprowadzonego badania wskazują na istotne oddziaływanie wydarzeń zarówno z życia osobistego, jak i z życia społecznego na poczucie tożsamości. W zależności od tego, jakiego rodzaju zmiany wywoła pojawienie się określonego zdarzenia, można zaobserwować różnice w wymiarach tożsamości. Największe oddziaływanie na człowieka mają wydarzenia kryzysowe, ponieważ w dużym stopniu angażują emocje i funkcje pamięciowe, co pozwala na wyciąganie trafnych wniosków dotyczących postępowania w przyszłości. Różne wydarzenia mogą wpływać na rozwój lub regres danej osoby w zakresie podejmowanych przez nią wyborów i ustalanie celów życiowych. W związku z tym spojrzenie na sytuację życiową danego człowieka i wyciąganie wniosków na jego temat powinno być poprzedzone refleksją dotyczącą możliwości wystąpienia trudnych wydarzeń życiowych, niosących określone skutki dla jego aktualnego funkcjonowania.

PODZIĘKOWANIA

Wydarzenie, jakim była pandemia koronawirusa w 2020 r., stanowiło inspirację do przeprowadzenia badania, które zostało zaprezentowane w niniejszym artykule. Składamy ogromne podziękowania Panu Profesorowi Piotrowi Olesiowi za pomoc i cenne wskazówki służące jego przeprowadzeniu.

BIBLIOGRAFIA

LITERATURA

- Bernat, A., Krzyżkowska, M. (2017). Znaczenie i sposoby wykorzystania psychospołecznych zasobów poradczych w ujęciu S.E. Hobfolla. *Studia Paradyskie*, (27), 255–278.
- Boals, A. (2010). Events That Have Become Central to Identity: Gender Differences in the Centrality of Events Scale for Positive and Negative Events. *Applied Cognitive Psychology: The Official Journal of the Society for Applied Research in Memory and Cognition*, 24(1), 107–121. DOI: <https://doi.org/10.1002/acp.1548>
- Brzezińska, A. (2006). Dzieciństwo i dorastanie: korzenie tożsamości osobistej i społecznej. W: A.W. Brzezińska, A. Hulewska, J. Słomska (red.), *Edukacja regionalna* (s. 47–77). Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Brzezińska, A.I., Piotrowski, K., Garbarek-Sawicka, E., Karowska, K., Muszyńska, K. (2010). Wymiary tożsamości a ich podmiotowe i kontekstowe korelaty. *Studia Psychologiczne*, 49(1), 81–93.
- Chmielińska, A., Modrzejewska-Świgulska, M. (2020). Women's Life (Re)Decisions: Report from Biographical Narratives. *Przegląd Badań Edukacyjnych*, 1(30), 87–105. DOI: <https://doi.org/10.12775/PBE.2020.005>
- Dąbrowski, A. (2020). Emocje. W poszukiwaniu antyesencjalistycznego ujęcia. *Etyka*, 59(1), 81–100. DOI: <https://doi.org/10.14394/etyka.1284>

- Dębiec, J., LeDoux, J.E. (2013). Emotion. W: A.L.C. Runehov, L.Oviedo (Eds.), *Encyclopedia of Sciences and Religions* (s. 721–723). Dordrecht: Springer. DOI: https://doi.org/10.1007/978-1-4020-8265-8_371
- Dębińska, K., Przytomska, E., Piechowiak, T. (2013). Profilaktyka wykluczenia społecznego młodych dorosłych – założenia i praktyka centrum integracji społecznej „SOS” w Szczecinie. *Po- lityka Społeczna*, 40(2), 53–58.
- Dudek, B., Koniarek, J. (2003). Wsparcie społeczne jako modyfikator procesu stresu – wybrane pro- blematyki teoretyczne i narzędzie pomiaru. *Medycyna Pracy*, 54(5), 427–435.
- Jakovljevic, M., Bjedov, S., Jaksic, N., Jakovljevic, I. (2020). COVID-19 Pandemia and Public and Global Mental Health from the Perspective of Global Health Security. *Psychiatria Danubina*, 32(1), 6–14. DOI: <https://doi.org/10.24869/psyd.2020.6>
- Janssen, L.H.C., Kullberg, M.-L.J., Verkuil, B., Zwieten, N. van, Wever, M.C.M., ... Elzinga, B.M. (2020). Does the COVID-19 Pandemic Impact Parents’ and Adolescents’ Well-Being? An EMA-Study on Daily Affect and Parenting. *PLoS One*, 15(10), e0240962. DOI: <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0240962>
- Juczyński, Z. (2000). Poczucie własnej skuteczności – teoria i pomiar. *Acta Universitatis Lodzian- sis. Folia Psychologica*, 4, 11–23.
- Juczyński, Z. (2019). Wydarzenia zmiany życiowej z perspektywy zdrowia człowieka. *Sztuka Le- czenia*, (2), 49–56.
- Kaczmarek, A., Curyło-Sikora, P. (2016). Problematyka stresu – przegląd koncepcji. *Hygeia Public Health*, 51(4), 317–321.
- Kontoangelos, K., Economou, M., Papageorgiou, C. (2020). Mental Health Effects of COVID-19 Pandemia: A Review of Clinical and Psychological Traits. *Psychiatry Investigation*, 17(6), 491–505. DOI: <https://doi.org/10.30773/pi.2020.0161>
- Kubacka-Jasiecka, D. (2008). Autodestruktywna tożsamość a kryzys emocjonalny. W: D. Kubacka- -Jasiecka, M. Kuleta (red.), *W kręgu psychologicznej problematyki tożsamości* (s. 253–275). Kraków: Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego.
- Kwapis, K., Brygoła, E. (2013). Tożsamość osobista w ujęciu emotywno-refleksyjnym: zawartość, funkcje i procesy kształtowania tożsamości. *Opuscula Sociologica*, 4(6), 33–49.
- Liu, Z., Thong, M.S.Y., Doege, D., Koch-Gallenkamp, L., Bertram, H., ... Arndt, V. (2021). Preva- lence of Benefit Finding and Posttraumatic Growth in Long-Term Cancer Survivors: Results from a Multi-Regional 59 Population-Based Survey in Germany. *British Journal of Cancer*, 125(6), 877–883. DOI: <https://doi.org/10.1038/s41416-021-01473-z>
- Mangelsdorf, J., Eid, M., Luhmann, M. (2019). Does Growth Require Suffering? A Systematic Re- view and Meta-Analysis on Genuine Posttraumatic and Postecstatic Growth. *Psychological Bulletin*, 145(3), 302–338. DOI: <https://doi.org/10.1037/bul0000173>
- Marchlewska, M., Czarnecka, M., Molenda, Z., Lewczuk, K., Krysztofiak, M., ... Kobylińska, D. (2019). Trzecioosobowe wizualizacje własnej przeszłości: o uwydatnianiu pozytywnych wspomnień z pamięci autobiograficznej. *Czasopismo Psychologiczne*, 25(1), 159–164.
- Mikulska, U., Styła, R. (2011). Zmiany nasilenia objawów zaburzeń psychicznych w toku oddziały- wań psychoterapeutycznych a efektywność psychoterapii. *Psychoterapia*, 157(2), 71–82.
- Oleszkowicz, A., Gwizdź, K. (2019). Formowanie się tożsamości osobistej w okresie stającej się dorosłości w kontekście poczucia bezpieczeństwa i gotowości do zmian. *Polskie Forum Psy- chologiczne*, 24(2), 184–204.
- Oleś, P.K. (2019). The Paul Gauguin Syndrome: A Great Life Change. W: I. Lebeda, V. Petre Glăveanu (Eds.), *The Palgrave Handbook of Social Creativity Research* (s. 317–334). Cham: Palgrave Macmillan. DOI: https://doi.org/10.1007/978-3-319-95498-1_20
- Senejko, A. (2010). Inwentarz Stylów Tożsamości (ISI) Michaela D. Berzonsky’ego – dane psycho- metryczne polskiej adaptacji kwestionariusza. *Psychologia Rozwojowa*, 15(4), 31–48.

- Tylikowska, A. (2000). Teoria dezintegracji pozytywnej Kazimierza Dąbrowskiego: trud rozwoju ku tożsamości i osobowości. W: A. Gałdowa (red.), *Tożsamość człowieka. Psychologia osobowości* (T. 4; s. 231–258). Kraków: Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego.
- Zenderowski, R. (2011). Pamięć i tożsamość narodowa. *Athenaeum. Polskie Studia Politologiczne*, 28, 149–166.

NETOGRAFIA

- Serwis Rzeczypospolitej Polskiej. (2021). *Od 20 marca w całej Polsce obowiązują rozszerzone zasady bezpieczeństwa*. Pobrane z: <https://www.gov.pl/web/koronawirus/od-20-marca-w-calej-polsce-obowiazuja-rozszerzone-zasady-bezpieczenstwa> (dostęp: 3.07.2022).

ABSTRACT

The article presents research findings that show how the dimensions of personal identity and human beliefs, emotions and values change in the context of individual or social events. The study tried to find an answer to the research question: What is the relationship between the dimension of personal identity and the social and individual experiences? The study involved 142 people, including 82 women and 60 men. The Dimensions of Identity Development Scale (DIDS) by Luyckx et al., in the Polish adaptation of Brzezinski and Piotrowski, was used to measure identity dimensions. The study was conducted in Poland. The thesis was that a single event has a greater impact on personal identity change than a social event. It has been shown that the quantity of social change influences the changes within the dimension of personal identity Ruminant Exploration more strongly, while the perception of an individual event by its nature has more influence on personal identity than the social event, especially in the dimension Identification with Obligation. The results may be relevant to clinical practice to understand the impact of different life events on a person's development or regression with respect to his or her long-term decisions and goals.

Keywords: dimensions of identity; personal identity; life events; changes