

SUPPLEMENTARY MATERIAL

IDEA-PL (WERSJA SKRÓCONA)

polska adaptacja: Zagórska, W., Skoczeń, I., Lipska, A., Arnett, J. J. (2023)

Przed przystąpieniem do wypełniania inwentarza pomyśl o **obecnym okresie Twojego życia**. „Obecny okres” rozumiany jest tutaj jako czas, który jest **teraz oraz kilka minionych i kilka następnych lat**, tak jak je widzisz. Czyli powinieneś/powinnaś pomyśleć o okresie około pięciu lat, w którym „teraz” jest w jego środku. Następnie odpowiedz na poniższe pytania, zaznaczając jedną z kolumn, wskazując tym samym, na ile dany zwrot opisuje obecny okres Twojego życia.

Czy obecny okres Twojego życia to...	zdecydowanie nie	raczej nie	raczej tak	zdecydowanie tak
1. czas poszukiwania sensu/istoty życia, pracy itp.?				
2. czas wielu możliwości?				
3. czas, kiedy czujesz się zestresowany(-a)?				
4. czas ustatkowania się?				
5. czas niezależności?				
6. czas decydowania o własnych przekonaniach i wartościach?				
7. czas poszukiwań, eksploracji?				
8. czas poczucia silnej presji?				
9. czas brania odpowiedzialności za innych?				
10. czas bycia samowystarczalnym(-ą)?				
11. czas uczenia się samodzielnego myślenia?				
12. czas eksperymentowania?				
13. czas wielu zmartwień/trosk?				
14. czas podejmowania zobowiązań względem innych?				
15. czas uniezależniania się od rodziców?				