ANALÝZA VZÁJOMNÝCH VZŤAHOV MEDZI NEROZHODNOSŤOU, AKADEMICKOU PROKRASŤINÁCIOU A ÚZKOSŤOU

Kinga Izsóf Jurášová, Pavlína Čavojcová

Abstrakt

Hlavným cieľom výskumnej štúdie bolo preskúmanie vzťahov medzi nerozhodnosťou, akademickou prokrastináciou a úzkosťou. Výskumu sa zúčastnilo 296 vysokoškolských študentov ($M=21,06$; $SD=1,52$). Údaje boli získané pomocou slovenskej verzie Škály nerozhodnosti, Layovej škály prokrastinácie pre študentov a Beckovho dotazníka úzkosti. Bol potvrdený stredne silný signifikantný vzťah medzi nerozhodnosťou a úzkosťou a silný signifikantný vzťah medzi nerozhodnosťou a akademickou prokrastináciou. Medzi akademickou prokrastináciou a úzkosťou bol zistený signifikantný, ale veľmi slabý vzťah. Na variáciu prokrastinácie pôsobí najmä nerozhodnosť, relatívny vplyv úzkosti je slabší. Nerozhodnosť je predikovaná v porovnateľnej miere prokrastináciou, ako i úzkosťou. Neboli preukázané štatisticky významné rodové rozdiely v miere nerozhodnosti a akademickej prokrastinácie.

Kľúčové slová: nerozhodnosť, úzkosť, akademická prokrastinácia

THE RELATIONSHIP BETWEEN INDECISIVENESS, ACADEMIC PROCRASTINATION AND ANXIETY

Abstract

The main aim of the research study was to explore the relationships between indecisiveness, academic procrastination and anxiety. The research sample consisted of 296 university students (mean age=21,06; $SD=1,52$), who completed the Slovak adaptations of the Indecisiveness Scale, the Lay's Procrastination Scale for Students and the Beck Anxiety Inventory. A significant moderate correlation was found between indecisiveness and anxiety, as well as a significant strong correlation between indecisiveness and academic procrastination. A significant but very weak relationship was found between academic procrastination and anxiety. Indecisiveness explained more variance in academic procrastination than anxiety. Indecisiveness was predicted by procrastination and anxiety to a similar degree. No gender differences were detected in the levels of indecisiveness or academic procrastination.

Keywords: *indecisiveness, anxiety, academic procrastination*

Došlo do redakcie: 25. 8. 2020

Schváleno k publikácii: 6. 9. 2021

Úvod

Vynorenie sa vedomia vlastnej identity je sprevádzané vykonávaním rozhodnutí menšej či väčšej závažnosti. Nie je možné nerozhodnúť sa, nakoľko i pasivita predstavuje voľbu z dichotickej množiny aktivita-pasivita. Nerozhodnutie sa by sme preto mohli definovať ako neuskutočnenie voľby medzi alternatívami okrem výberu alternatívy nerozhodnutia sa (Izsóf Jurásová, 2014). V prípade, ak neuskutočnenie rozhodnutí nadobudne chronický ráz a pretrváva v mnohých, svojimi charakteristikami odlišných situáciách, je možné hovoriť o nerozhodnosti ako osobnostnej črte (Frost, & Shows, 1993; Germeijs et al., 2006; Santos, 2001). Germeijs a de Boeck (2002), podobne ako Osipow (1999), poukázali na to, že ľudia, ktorí sú vo všeobecnosti nerozhodní, vykazujú nerozhodné správanie v mnohých špecifických situáciách, napríklad pri voľbe povolania (Gati et al., 1996). Nerozhodnosť v špecifických situáciách však nie je nutne dôkazom všeobecnej nerozhodnosti.

Existuje súvislosť medzi nerozhodnosťou a prokrastináciou? Síce sú oba konštrukty charakterizované odkladom istej úlohy na neskôr, ale ako uvádza Anderson (2003), vyhnutie sa rozhodnutiu samo o sebe nie je prokrastináciou. Akú úlohu zohráva prežívaná úzkosť pri uvedených premenných? Primárnym cieľom štúdie bolo preskúmanie vzájomných vzťahov medzi nerozhodnosťou, úzkosťou a akademickou prokrastináciou cez korelačnú, ako i regresnú analýzu. Naše výsledky sme mienili obohatiť i preskúmaním rodových rozdielov v miere nerozhodnosti a akademickkej prokrastinácie.

Základné súvislosti nerozhodnosti, úzkosti a akademickkej prokrastinácie

Nerozhodnosť sa vyznačuje predĺženým rozhodovacím procesom (Ferrari, & Dovidio, 2000; Frost, & Shows, 1993) a odkladom rozhodnutia na čo najdlhšiu dobu (Rassin, & Muris, 2005b). V porovnaní s rozhodnými osobami používajú osoby s vysokou mierou nerozhodnosti neúčelné stratégie vyhľadávania informácií (Ferrari, & Dovidio, 2001; Rassin et al., 2007). Vynaložia aj väčšie kognitívne úsilie pri rozhodovaní (Ferrari, & Dovidio, 2001), nakoľko podľa Rassina a Murisa (2005a) vnímajú málo štruktúrovanú problémovú situáciu ako ohrozujúcu a očakávajú negatívne následky po jej vyriešení. Bývajú nespokojní s výsledným rozhodnutím (Germeijs, Verschueren, 2011a) a ľutujú jeho uskutočnenie (Germeijs, & de Boeck, 2002). Nerozhodnosť pozitívne koreluje s neistou-ambivalentnou vzťahovou väzbou (Crone et al., 2019), perfekcionizmom (Frost, & Shows, 1993), nefunkčnou impulzívitou (Barkley-Levenson, & Fox, 2016), neuroticizmom (Bavoľár, 2018; Germeijs, & Verschueren, 2011b) a vonkajším miestom kontroly (Santos, 2001). Bola zistená aj negatívna korelácia medzi nerozhodnosťou a sebaúctou (Germeijs, & De Boeck, 2002; Jackson et al., 1999; Santos, 2001), kvalitou života (Taillefer et al., 2016) a vierou v slobodnú vôľu (Kokkoris et al., 2019). Nerozhodnosť sa tiež spája s obsedantno-kompulzívnou poruchou (Chiang, & Purdon, 2019), depresiou (Lewicka, 1997) a patologickým zhromažďovaním (Frost et al., 2011). Niekoľko autorov uvádza zvýšenú mieru nerozhodnosti u žien (Díaz-Morales et al., 2008; Lo Cascio et al., 2016; Rassin, & Muris, 2005b), iné štúdie však rodové rozdiely nepotvrdili (Bavoľár, 2018; Ferrari, & Pychyl, 2007; Patalano, & Wengrovitz, 2006; Rassin et al., 2008). Boli preskúmané početné koreláty nerozhodnosti, chýba však ucelený model jej príčin. Predpokladá sa súčinnosť kognitívnych, emocionálnych

a osobnostných faktorov, nie je však jasné, ako na seba uvedené faktory pôsobia a do akej miery sú moderované vonkajšími okolnosťami.

Di Fabio a Palazzeschi (2013) preskúmali kognitívne a osobnostné koreláty nerozhodnosti, a to konkrétne kognitívne zlyhanie, fluidnú inteligenciu a osobnostné faktory Big Five. Zistili, že kognitívne zlyhanie, tj. zhoršená kvalita získavania, spracovania informácií a ich podržania v pamäti, je silnejším prediktorom nerozhodnosti ako fluidná inteligencia a osobnostné faktory. Anderson (2003) tiež zdôrazňuje, že ak osoba považuje výber informácií za kognitívne náročný, je možné očakávať predĺžený rozhodovací proces, resp. odklad rozhodnutia. Z akého dôvodu je rozhodovanie pre nerozhodné osoby kognitívne náročné? Ako dôležité faktory sa javia strach zo zlyhania, obavy z nesprávneho rozhodnutia a perfekcionistické tendencie (Frost, & Shows, 1993; Gayton et al., 1994; Harriott et al., 1996; Piotrowski, 2019). Nerozhodná osoba sa obáva toho, že by sa svojou voľbou zaviazala k jednej – možno nedokonalejšej – alternatíve (Lewicka, 1997). Ferrari a Dovidio (2001) sa zamerali na mieru úzkosti, ktorá sprevádza rozhodovací proces, a zistili, že nerozhodní jednotlivci, v porovnaní s rozhodnými, vypovedajú o jej zvýšenej miere pri rozhodovaní. I v ďalších výskumoch bola preukázaná stredne silná až silná pozitívna korelácia medzi úzkostlivosťou a nerozhodnosťou (Germeijs, & Verschueren, 2011a; Rassin et al., 2007) a bola potvrdená prediktívna sila úzkostlivosti pri vzniku nerozhodnosti (Germeijs et al., 2006; Santos, 2001). Podotýkame, že v citovaných výskumoch, v ktorých sa preveroval vzťah medzi nerozhodnosťou a prežívanou úzkosťou, sa využili rozličné dotazníky. Porovnanie uvádzame v tabuľke č. 1.

Tabuľka č. 1.: Prehľad použitých výskumných metód (nerozhodnosť – prežívaná úzkosť)

VÝSKUMNÁ ŠTÚDIA	MERANÁ PREMENNÁ	MERACÍ NÁSTROJ
Germeijs, Verschueren, 2011a	nerozhodnosť	Škála nerozhodnosti (Germeijs, & De Boeck, 2002)
	úzkostlivosť	STAI-DY (van der Ploeg, 2000)
Germeijs et al., 2006	nerozhodnosť	Škála nerozhodnosti (Germeijs, & De Boeck, 2002)
	úzkosť	CFI - Škála úzkosti (Chartrand et al., 1990).
Rassin et al., 2007	nerozhodnosť	Škála nerozhodnosti – 11 položková verzia (Frost, & Shows, 1993)
	úzkostlivosť	STAI – TAS (Spielberger et al., 1983)
Santos, 2001	nerozhodnosť	Škála nerozhodnosti (Frost, & Shows, 1993)
	úzkostlivosť	STAI – TAS (Spielberger et al., 1983)

Prokrastinácia v rozhodovaní predstavuje odklad rozhodnutia v čase (Harriott et al., 1996). Ferrari a Dovidio (2000) chápu prokrastináciu v rozhodovaní ako synonymum nerozhodnosti, napriek tomu, že podľa koncepcie iných autorov (porovnaj napr. Frost, & Shows, 1993; Germeijs, & Boeck, 2002) odklad rozhodnutia predstavuje iba jednu zložku nerozhodnosti. Líši sa však prokrastinácia v rozhodovaní od všeobecnej prokrastinácie? Tibbett a Ferrari (2015), podobne ako i Milgram a Tenne (2000), zistili silnú koreláciu medzi prokrastináciou v rozhodovaní a všeobecnou prokrastináciou. Preukázali, že všeobecná prokrastinácia predikuje prokrastináciu v rozhodovaní vo väčšej miere ako je tomu v opačnom smere. Ďalej zistili prítomnosť rozdielnych osobnostných prediktorov skúmaných foriem prokrastinácie. Kým všeobecná prokrastinácia je predikovaná najmä nízkou mierou svedomitosti, najsilnejším prediktorom prokrastinácie v rozhodovaní je neuroticizmus. Nízka miera svedomitosti bola potvrdená ako silný prediktor všeobecnej prokrastinácie i v ďalších výskumoch (Steel, 2007; Schouwenburg, & Lay, 1995; Steel, & Klingsieck, 2016). Z uvedených informácií vyplýva, že nerozhodnosť – a to i jej čiastočný prejav v podobe prokrastinácie v rozhodovaní – je silne prepojená s úzkostlivosťou a neuroticizmom. Naproti tomu všeobecná prokrastinácia koreluje s úzkostlivosťou a neuroticizmom len slabo (Lay, & Silverman, 1996; Steel, 2007).

Akademická prokrastinácia predstavuje tendenciu vždy alebo takmer vždy odkladať školské povinnosti a vždy alebo takmer vždy prežívať úzkosť spojenú s týmto odložením (Rothblum et al., 1986). Z hľadiska výskytu môžeme považovať prokrastináciu v akademickom prostredí za mimoriadne rozšírenú. Hoci odhady jej miery nie sú jednotné, udáva sa, že 30-60 % študentov odkladá plnenie školských úloh (Rabin et al., 2011). V niekoľkých výskumoch sa preukázala vyššia miera akademickej prokrastinácie u mužov (Balkis, & Duru, 2017; Steel, 2007; Ozer, & Ferrari, 2011), avšak prítomnosť rodových rozdielov nebola v ďalších výskumoch jednoznačne potvrdená (Argiropoulou et al., 2016; Schweigerová, & Slavkovská, 2015). Slabá pozitívna korelácia bola zistená medzi akademickou prokrastináciou a prežívanou úzkosťou i depresívnym prežívaním (Eisenbeck et al., 2019; Senécal et al., 1995). Porovnanie štúdií vzhľadom na použité dotazníky akademickej prokrastinácie a prežívanej úzkosti uvádzame v tabuľke č. 2.

Tabuľka č. 2.: Prehľad použitých výskumných metód (akademická prokrastinácia – prežívaná úzkosť)

VÝSKUMNÁ ŠTÚDIA	MERANÁ PREMENNÁ	MERACÍ NÁSTROJ
Eisenbeck, Carreno, Uclés-Juárez, 2019	akademická prokrastinácia	PASS (Natividad, 2014)
	úzkosť	DASS-21 (Bados et al. 2005)
Senécal, Koestner, Vallerand, 1995	akademická prokrastinácia	APS (Solomon, & Rothblum, 1984)
	úzkostlivosť	CAS (Weisthuis, & Thyer, 1989)

Cieľ výskumu a výskumné hypotézy

Primárnym cieľom výskumu bolo preskúmať vzťahy medzi nerozhodnosťou, úzkosťou a akademickou prokrastináciou. V súlade so závermi zahraničných výskumov sme očakávali signifikantný pozitívny vzťah medzi nerozhodnosťou a prežívanou úzkosťou (Germeijs, & Verschueren, 2011a; Germeijs et al., 2006; Rassin et al., 2007; Santos, 2001) a medzi akademickou prokrastináciou a prežívanou úzkosťou (Eisenbeck et al., 2019; Senécal et al., 1995). Podotýkame, že sme očakávali súhlasné výsledky i napriek tomu, že v našom výskume bola miera úzkosti zaznamenaná vzhľadom na 7 dňový interval. V citovaných výskumoch sa vymedzila úzkosť ako osobnostná črta, resp. ako situačná úzkosť (viď tabuľky č. 1, 2). V našom výskume sme overili, či koreluje i predĺžený stav úzkosti s nerozhodnosťou a akademickou prokrastináciou v porovnateľnej miere, ako tomu bolo v citovaných výskumoch.

O existencii signifikantného pozitívneho vzťahu nerozhodnosti a akademickej prokrastinácie sme usudzovali len sprostredkovane. Vychádzali sme z výskumov, v ktorých sa potvrdil štatisticky významný pozitívny vzťah medzi prokrastináciou v rozhodovaní a všeobecnou prokrastináciou (Milgram, & Tenne, 2000; Tibbett, & Ferrari, 2015). Ako sme uviedli vyššie, prokrastinácia v rozhodovaní odráža iba jednu zložku nerozhodnosti. V našom výskume sme chceli preveriť vzťah medzi bohatšou koncepciou nerozhodnosti a akademickou prokrastináciou. Taktiež sme mienili preskúmať prediktívnu silu prežívanej úzkosti a nerozhodnosti v súvislosti s akademickou prokrastináciou. Podobne aj prediktívnu silu prokrastinácie a úzkosti v súvislosti s nerozhodnosťou.

Parciálnym cieľom bolo preskúmanie možných rodových rozdielov v miere nerozhodnosti a akademickej prokrastinácie. Výskumníci nedospeli v citovaných štúdiách k jednotným výsledkom. Dôkazy sa našli v prospech i neprospech rodových rozdielov, preto sme považovali za dôležité preskúmať prítomnosť prípadných rodových rozdielov i v našej výskumnej vzorke. Očakávali sme signifikantne vyššiu mieru nerozhodnosti u žien v porovnaní s mužmi (Díaz-Morales et al., 2008; Lo Cascio et al., 2016; Rassin, & Muris, 2005b). V prípade akademickej prokrastinácie sme očakávali jej signifikantne vyššiu mieru u mužov v porovnaní so ženami (Balkis, & Duru, 2017; Steel, 2007; Ozer, & Ferrari, 2011).

Výskumný súbor

Výskumu sa zúčastnilo 296 vysokoškolských študentov s priemerným vekom 21,06 rokov ($SD=1,52$), s vekovým rozpätím od 19 do 26 rokov. Z celkového počtu respondentov bolo 160 žien (54,1 %) a 136 mužov (45,9 %). Bol vykonaný príležitostný a lavínový nenáhodný výber respondentov. Účasť vo výskume bola dobrovoľná, bez pridelenia odmien. Zabezpečila sa úplná anonymita respondentov, ktorí boli oboznámení so zameraním výskumu pri poskytovaní informovaného súhlasu. Dotazníky boli distribuované online, pomocou aplikácie Google Docs Form.

Výskumné metódy

Uvedieme základné charakteristiky dotazníkov použitých vo výskume.

Škála nerozhodnosti (Indecisiveness Scale (IS); Frost, Shows, 1993; slovenský preklad Bavoľár, 2018)

Na meranie nerozhodnosti bola použitá Škála nerozhodnosti, ktorej psychometrické charakteristiky overoval Bavoľár (2018). Obsahuje 15 výrokov, ktoré sa týkajú ťažkostí v rozhodovaní v akademickej, sociálnej a rodinnej oblasti, a hodnotia sa na 5-bodovej Likertovej škále (1 = silne nesúhlasím, 5 = silne súhlasím). Vnútna konzistencia škály sa v literatúre pohybuje od 0,80 do 0,96 (Bavoľár, 2018; Frost & Shows, 1993; Patalano, & Wengrovitz, 2006).

Škála prokrastinácie pre študentov (Procrastination Scale for Students (PSS); Lay, 1986; slovenský preklad Gabrhelík et al., 2006)

Úroveň akademickej prokrastinácie bola meraná Layovou škálou prokrastinácie pre študentov (Gabrhelík, et al., 2006). Obsahuje 20 položiek, ktoré sa hodnotia na 5-bodovej Likertovej škále (1 = veľmi netypické, 5 = veľmi typické). Prezentované výroky vypovedajú o odkladaní školských, ako i mimoškolských úloh. Pri overovaní psychometrických charakteristík dotazníka bola hodnota Cronbachovej alfy 0,85 (Gabrhelík et al., 2006).

Beckov dotazník úzkosti (Beck Anxiety Inventory (BAI); Beck, 1988; slovenský preklad Kamarádová et al., 2016)

Subjektívne pociťované somatické i psychické príznaky úzkosti boli zachytené Beckovým dotazníkom úzkosti (Kamarádová et al., 2016). Dotazník má 21 položiek. Úlohou respondenta je označiť na škále 0 až 3, do akej miery ho uvedený príznak v uplynulých siedmich dňoch obťažoval. Uvedená inštrukcia prispieva k tomu, že Beckov dotazník úzkosti nie je vhodným nástrojom na meranie úzkostlivosti ako trvalej osobnostnej črty, ani aktuálnej miery. Zachytáva predĺžený stav úzkosti (Kohn et al., 2008). Hoci dotazník sa primárne využíva v klinickej diagnostike, niekoľko štúdií potvrdilo jeho využiteľnosť i v neklinickej populácii (Borden et al., 1991; Creamer et al., 1995; Kohn et al., 2008; Oh et al., 2018). Hodnota Cronbachovej alfy bola pri overovaní psychometrických charakteristík dotazníka na českom neklinickom súbore 0,89 (Kamarádová et al., 2016).

Výsledky výskumu

V tabuľke č. 3 uvádzame priemernú hodnotu, štandardnú odchýlku, hodnoty šikmosti a špicatosti, minimálnu a maximálnu hodnotu dát zo Škály nerozhodnosti (IS), zo Škály prokrastinácie pre študentov (PSS) a Beckovho dotazníka úzkosti (BAI) u mužov a žien. V tabuľke č.4 sú uvedené hodnoty Cronbachovej alfy pre jednotlivé dotazníky.

Tabuľka č. 3.: Deskriptívna analýza dát z dotazníkov IS, PSS a BAI

	priemer		SD		šikmosť		špicatosť		minimum		maximum	
	muži	ženy	muži	ženy	muži	ženy	muži	ženy	muži	ženy	muži	ženy
IS	44,4	46,2	10,8	10,4	0,1	-0,05	-0,78	-0,53	23	23	71	70
PSS	63,7	62,8	15,7	16,1	-0,24	-0,22	-0,84	-0,77	18	27	96	94
BAI	18,5	21,3	11,0	11,3	0,58	0,43	0,30	-0,44	0	2	56	53

Tabuľka č. 4.: Hodnoty Cronbachovej alfy dotazníkov IS, PSS a BAI

	Cronbachova alfa
IS	0,87
PSS	0,90
BAI	0,92

Očakávali sme pozitívny, štatisticky signifikantný vzťah medzi nerozhodnosťou a úzkosťou. Pomocou Pearsonovej korelačnej analýzy hrubých skóre Škály nerozhodnosti (IS) a Beckovej škály úzkosti (BAI) sme zistili stredne silný, štatisticky významný, pozitívny vzťah ($r = 0,49$; $p < 0,001$). Taktiež sme očakávali pozitívny, štatisticky signifikantný vzťah medzi akademickou prokrastináciou a úzkosťou. Pearsonova korelačná analýza hrubých skóre Škály prokrastinácie pre študentov (PSS) a Beckovej škály úzkosti (BAI) odhalila signifikantný, pozitívny, ale veľmi slabý vzťah ($r = 0,13$; $p = 0,010$). Korelácia medzi úzkosťou a nerozhodnosťou bola štatisticky významne silnejšia než korelácia medzi úzkosťou a akademickou prokrastináciou ($z = 7,03$; $p < 0,001$). Medzi nerozhodnosťou a akademickou prokrastináciou sme očakávali prítomnosť signifikantnej pozitívnej korelácie. Pomocou Pearsonovej korelačnej analýzy hrubých skóre Škály nerozhodnosti (IS) a Škály prokrastinácie pre študentov (PSS) sme zistili pozitívny, signifikantný a silný vzťah ($r = 0,55$; $p < 0,001$). Vykonali sme aj viacnásobnú regresnú analýzu, použitím štandardnej metódy. Zistili sme, že prežívaná úzkosť ($\beta = -0,18$), ale aj nerozhodnosť ($\beta = 0,64$) sa ukázali byť signifikantnými prediktormi akademickú prokrastináciu. Model vysvetľoval 32,7 % jej celkovej variancie (viď tabuľku č. 5).

Tabuľka č. 5.: Výsledky regresnej analýzy pre premennú akademická prokrastinácia

Akademická prokrastinácia				
	B	β	t	p
Prežívaná úzkosť	0,07	-0,18	-3,31	0,001
Nerozhodnosť	0,08	0,64	11,73	< 0,001

Adj. $R^2 = 0,32$; $F = 72,8$; $p < 0,001$

Po vykonaní viacnásobnej regresnej analýzy, použitím štandardnej metódy, sme ďalej zistili, že prežívaná úzkosť ($\beta = 0,42$) a akademická prokrastinácia ($\beta = 0,49$) sa ukázali byť signifikantnými prediktormi nerozhodnosti. Model vysvetľoval 48,1 % jej celkovej variancie (viď tabuľku č. 6).

Tabuľka č. 6.: Výsledky regresnej analýzy pre premennú nerozhodnosť

Nerozhodnosť				
	B	β	t	p
Prežívaná úzkosť	0,04	0,42	10,03	< 0,001
Akademická prokrastinácia	0,02	0,49	11,73	< 0,001

Adj. $R^2 = 0,48$; $F = 137$; $p < 0,001$

Z hľadiska rodových rozdielov sme v porovnaní s mužmi očakávali signifikantne vyššiu mieru nerozhodnosti u žien. Uvedená hypotéza sa však nepotvrdila. V prvom kroku bola overená normalita rozloženia nerozhodnosti v príslušných súboroch. Shapiro-Wilksov test neodhalil významnú odchýlku od normality u žien ($p = 0,347$) ani u mužov ($p = 0,061$). Levenov test taktiež neodhalil významný rozdiel medzi rozptylmi u týchto dvoch skupín ($p = 0,336$). Po využití T-testu sme nezistili signifikantné rozdiely v miere nerozhodnosti medzi mužmi a ženami ($t(294) = 1,416$; $p = 0,079$; $d = 0,16$). Podobne sa nám nepotvrdila očakávaná vyššia miera akademickej prokrastinácie u mužov. V sledovaných súboroch nebolo potvrdené normálne rozloženie skúmanej premennej (signifikancia u žien $p = 0,015$; signifikancia u mužov $p = 0,034$). Z daného dôvodu bol použitý neparametrický U-test. Štatistická analýza dát nepotvrdila signifikantné rodové rozdiely v miere akademickej prokrastinácie ($U = 10512$; $Z = -0,502$; $p = 0,308$; $r = 0,03$).

Diskusia

Výskum bol zameraný na preskúmanie vzájomných vzťahov medzi nerozhodnosťou, akademickou prokrastináciou a prežívanou úzkosťou. V súlade so zahraničnými štúdiami (Germeijs, & Verschueren, 2011a; Germeijs et al., 2006; Santos, 2001) sme našli silnú, signifikantnú koreláciu medzi nerozhodnosťou a úzkosťou. Poznnamenávame, že Beckov dotazník úzkosti nie je často využívaný na meranie prežívanej úzkosti v súvislosti s nerozhodnosťou. Zachytáva totiž predĺžený stav úzkosti, nie úzkostlivosť ani akútnu úzkosť. Frekventovanejšie sa využíva dotazník STAI (viď tabuľku č. 1), merajúci úzkostlivosť. Hoci je známe, že Beckov dotazník úzkosti a dotazník STAI spolu tesne korelujú (Creamer, Foran, & Bell, 1995), v budúcom výskume by bolo vhodné preveriť, ktorý z nich je nezávislým a silnejším prediktorom nerozhodnosti či prokrastinácie.

Prepojenie medzi úzkosťou a nerozhodnosťou je možné vysvetliť z hľadiska dvoch perspektív. Úzkostlivosť predstavuje náchylnosť zažívať úzkosť pri rôznych situáciách a vo vzťahu s rôznymi stimulmi. Predstavuje trvalú osobnostnú charakteristiku, ktorá sa prejavuje pohotovosťou k úzkostnému prežívaniu, mysleniu a správaniu. Uvedené reakcie sú relatívne

nezávislé od objektívnych okolností (Endler, & Kocovski, 2001). Osoby s vysokou mierou úzkostlivosti prežívajú úzkosť i pri rozhodovaní, a to bez ohľadu na konkrétnu povahu voľby. Nakoľko prežívanie úzkosti je subjektívne nepríjemné, snažia sa vyhnúť situácii, ktorá ju vyvoláva. V uvedenom prípade rozhodovaní. Vedie to k odkladu rozhodovania v čase na čo najdlhšiu dobu (Milgram, & Tenne, 2000).

Druhý prístup prepája racionálny a emocionálny pohľad a zameriava sa na proces ohodnotenia úžitku tej ktorej alternatívy. Každá alternatíva, ktorá je ohodnotená počas rozhodovacieho procesu, je sprevádzaná priaznivými i nepriaznivými dôsledkami. Práve ohodnotenie pravdepodobnosti uvedených dôsledkov je poznačené úzkostlivosťou. Úzkostlivá osoba totiž očakáva, že pravdepodobnosť výskytu nepriaznivých dôsledkov je väčšia ako priaznivých. Obáva sa ich, chce sa im vyhnúť a volí odklad rozhodnutia na neistú dobu (Maner, & Schmidt, 2006).

Rozdiel medzi prvým a druhým pohľadom tkvie v tom, že kým v prvom prípade vedie úzkosť k odkladu rozhodnutia priamo (osoba sa chce vyhnúť nepriaznivej emócii počas rozhodovacieho procesu), v druhom prípade pôsobí sprostredkované (osoba sa chce vyhnúť očakávaným nepriaznivým dôsledkom voľby). V oboch prípadoch však predstavuje zdĺhavý rozhodovací proces – odklad rozhodnutia na neskoršiu dobu či úplné vyhnutie sa mu – obranný mechanizmus (Barkley-Levenson, & Fox, 2016; Ferrari, & Dovidio, 2001; Frost, & Shows, 1993; McNeill et al., 2014).

Podľa očakávaní sme síce našli pozitívny, signifikantný vzťah medzi akademickou prokrastináciou s úzkosťou, avšak miera uvedenej korelácie bola slabá. Získané dáta sú však v súlade s výsledkami iných štúdií. Eisenbeck a kol. (2019) podobne zaznamenali signifikantný, ale slabý vzťah ($r = 0,199$) medzi akademickou prokrastináciou a úzkosťou, podobne ako i Senécal a kol. (1995) ($r = 0,22$). Lay a Silverman (1996) dokonca nepreukázali vzťah medzi uvedenými premennými. Je však možné úplne vylúčiť rolu prežívanej úzkosti v prokrastinačnom správaní? Vychádzajúc z výsledkov regresných analýz, môžeme vidieť, že prežívaná úzkosť síce predikuje tak akademickú prokrastináciu, ako i nerozhodnosť, avšak zdá sa byť výraznejším prediktorom najmä v prípade nerozhodnosti. Jej relatívny negatívny vplyv je v prípade akademickej prokrastinácie slabší.

Pri analýze vzájomných vzťahov medzi úzkosťou, nerozhodnosťou a akademickou prokrastináciou bol zaznamenaný efekt supresie. Slabý pozitívny vzťah medzi úzkosťou a akademickou prokrastináciou sa zmenil na negatívny po pridaní nerozhodnosti ako výrazne silnejšieho prediktora akademickej prokrastinácie, ktorý zároveň silno koreluje s úzkosťou. Daná skutočnosť potvrdzuje, že úzkosť sa k nerozhodnosti vzťahuje výrazne tesnejšie než k akademickej prokrastinácii, hoci nerozhodnosť a akademická prokrastinácia spolu samé o sebe silno súvisia. Úzkostnejšie osoby budú s vyššou pravdepodobnosťou nerozhodnejšie a zároveň budú odkladať samotnú realizáciu zámeru. Odkladanie realizácie však nemusí s úzkosťou súvisieť vôbec.

Podľa koncepcie Siroisovej a Pychyla (2013), autorov modelu regulácie nálady („mood regulation model“), úzkosť ako negatívna emócia zohráva čiastkovú úlohu pri prokrastinácii, kým hlavnou príčinou je zlyhanie seba-regulácie. Domnievajú sa, že osoba s obmedzenou sebadisciplínou sa nevie dostatočne prinútiť k realizácii takých úloh, ktoré evokujú nepríjemné emócie, napr. úzkosť. Odkladá sa riešenie úlohy z dôvodu krátkodobej regulácie

nálady. Uvedený postup je však zradný, nakoľko krátkodobá regulácia emócií môže paradoxne vyústiť k prežívaniu ešte neprijemnejších emócií (napr. po uvedení si dôsledkov prokrastinácie). Ferrari a Emmons (1995) preukázali, že nie len všeobecná, ale i akademická prokrastinácia je predikovaná zníženou mierou sebakontroly. Ferrari (2011) však interpretoval mechanizmus jej pôsobenia inak ako Siroisová a Pychyl (2013). Bol toho názoru, že pri zníženej miere sebakontroly sa osoba venuje rôznym aktivitám, avšak nie takým, ktoré by viedli k riešeniu požadovanej úlohy. Uvedené aktivity, ako i časovú tieseň, môže osoba považovať za zľahčujúce okolnosti pri ospravedlňovaní neúspešného zvládnutia požadovanej úlohy. Externou atribúciou zahaľuje svoju nekompetentnosť, čím chráni sebaobraz i sebaúctu (Ferrari, & Tice, 2000). V našom výskume sme premennú sebakontroly neskúmali, avšak vychádzajúc z uvedených teórií odporúčame jej zahrnutie do budúcich výskumov. Domnievame sa, že by to mohlo prispieť k hlbšiemu objasneniu vzťahov medzi nerozhodnosťou, akademickou prokrastináciou a úzkosťou.

Naše výsledky podporujú hypotézu, že medzi nerozhodnosťou a akademickou prokrastináciou existuje pozitívny vzťah. Stanovená hypotéza bola potvrdená i napriek tomu, že sa opierala o preukázaný vzťah medzi prokrastináciou v rozhodovaní a všeobecnou prokrastináciou (Milgram, & Tenne, 2000; Tibbett, & Ferrari, 2015). Z uvedeného zistenia teda vyplýva, že i širšie koncipovaná nerozhodnosť (nezameraná iba na odklad rozhodnutia) koreluje s akademickou prokrastináciou. Pri interpretácii zistení zohľadňujeme výskumné závery Steela a kol. (2001). Udávajú, že v úvodnej fáze riešenia istej úlohy chcú prokrastinátori rovnako usilovne pracovať ako neprokrastinátori. Nepodniknú však potrebné praktické kroky. Zvýšená aktivita je pozorovateľná až ku koncu časového limitu. Steel a kol. (2001) zdôrazňujú, že je potrebné rozlišovať medzi zámerom a konaním. Z uvedených zistení vyplýva, že prokrastinácia sa týka skôr odkladu konania než odkladu zámeru. V čom teda tkvie korelácia medzi prokrastináciou a nerozhodnosťou? Potworowski (2010) rozlišuje medzi nerozhodnosťou v odhodlaní a nerozhodnosťou v konaní. Domnievame sa, že prokrastinácia súvisí najmä s nerozhodnosťou v konaní. Môže sa to týkať úvah o praktických krokoch, ktoré by mali byť podniknuté, ale i dilemy, kedy a za akých okolností ich uskutočniť. Priepasť medzi zámerom a konaním - tak v prípade nerozhodnosti, ako i v prípade prokrastinácie - môže byť vysvetlená napríklad už spomínanou obmedzenou sebakontrolou, ako aj strachom zo zlyhania, obavou o uskutočnenie chybného rozhodnutia.

Po vykonaní štatistickej analýzy dát sme nenašli signifikantné rodové rozdiely v miere nerozhodnosti a akademickej prokrastinácie. Hoci výsledky nepodporujú stanovenú hypotézu sú v súlade so zisteniami Bavoľára (2018) i Schweigerovej a Slavkovskej (2015). V súvislosti s akademickou prokrastináciou je možné polemizovať o kultúrnej podmienenosti rodových rozdielov, na ktorú upozorňujú i Cikrikci a Erzen (2016). V meta-analýze 25 výskumných štúdií poukázali na to, že pohlavie má malý efekt na akademickú prokrastináciu, kým krajina výskumu sa preukázala byť moderačnou premennou. Miera efektu sa totiž signifikantne líši medzi výskumami uskutočnenými v Turecku a v iných krajinách.

Medzi limitácie výskumu nepochybne patrí sebavýpoved'ový charakter dotazníkov. Vnímaná miera nerozhodnosti i akademickej prokrastinácie sa môže odchyľovať od ich reálne prejavenej miery. Limitáciou je aj charakteristika výskumného súboru, pretože do výskumu sme zapojili len študentov vysokých škôl. Vývinové obdobie mladej dospelosti býva často považované za obdobie rozvoja prokrastinácie (Ferrari, Johnson, McCown, 1995; Gabrhelík,

2008). Môže to byť spôsobené tým, že práca študentov je obmedzovaná termínmi odovzdania úloh a danými osnovami štúdia (Mesárošová, Bavoľár, Slavkovská, 2018). Okrem toho však študentom, ktorí prokrastinujú, chýba sebadisciplína a sebamotivácia. Nemajú ani plne rozvinutú sebareguláciu, ako napríklad ich rodičia či pracujúci rovesníci (Steel, 2007; Beutel, et al., 2016). Sebaregulácia sa, podobne ako prokrastinácia, začína rozvíjať v detstve, s rastúcim vekom sa zlepšuje a ustaluje sa práve v období mladej dospelosti. To by mohlo vysvetľovať aj to, že i prokrastinácia so stúpajúcim vekom klesá (Gröpel, Steel, 2008; Mesárošová, Bavoľár, Slavkovská, 2018). Z daného dôvodu odporúčame overiť nami získané výsledky i v starších vekových skupinách.

Za prínos výskumu považujeme rozšírenie poznatkov o nerozhodnosti, akademickej prokrastinácii a úzkosti u študentov vysokých škôl. Výsledky výskumnej štúdie môžu poslúžiť ako podnet pre ďalší výskum, kde navrhujeme overiť tieto vzťahy aj u starších či mladších vekových skupín.

Záver

Vo výskumnej štúdii boli preskúmané vzájomné vzťahy medzi nerozhodnosťou, akademicou prokrastináciou a prežívanou úzkosťou. Medzi skúmanými premennými sme našli významné vzťahy, hoci korelácia medzi akademicou prokrastináciou a úzkosťou bola veľmi slabá. Z výsledkov regresnej analýzy je možné vidieť, že k variancii nerozhodnosti prispievajú prežívaná úzkosť a akademická prokrastinácia v porovnateľnej miere. Akademická prokrastinácia je predikovaná najmä nerozhodnosťou, rola prežívanej úzkosti je slabšia.

Literatúra

- Anderson, C. J. (2003). The psychology of doing nothing: Forms of decision avoidance from reason and emotion. *Psychological Bulletin*, 129, 139–167. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.129.1.139>
- Argiropoulou, M., Kalantzi-Azizi, A., & Ferrari, J.R. (2016). Frequency and reasons for academic procrastination among Greek university students: Shedding light on a darkened yet critical issue. *Psychology*, 21(2), 150-160.
- Balkis, M., & Duru, E. (2017). Gender differences in the relationship between academic procrastination, satisfaction with academic life and academic performance. *Electronic Journal of Research in Educational Psychology*, 15(1), 105-125. <http://dx.doi.org/10.14204/ejrep.41.16042>
- Barkley-Levenson, E., & Fox, C.R. (2016). The surprising relationship between indecisiveness and impulsivity. *Personality and Individual Differences*, 90, 1-6. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2015.10.030>
- Bavoľár, J. (2018). Psychometric characteristics of two forms of the Slovak version of the Indecisiveness Scale. *Judgment and Decision Making*, 13(3), 287-296.
- Beutel, M. E., Klein, E. M., Aufenanger, S., Brähler, E., Dreier, M., Müller, K. W., Quiring, O., Reinecke, L., Schmutzer, G. Stark, B. & Wölfling, K. (2016). Procrastination, distress and life satisfaction across the age range – A German representative community study. *PlosOne*, 11 (2), 1-12. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0148054>
- Borden, J. W., Peterson, D. R., & Jackson, E. A. (1991). The Beck Anxiety Inventory in nonclinical samples: Initial psychometric properties. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 13, 345–356. <https://doi.org/10.1007/BF00960446>

- Cikrikci, O., & Erzen, E. (2016). Gender differences on academic procrastination: Meta-analysis. *Eğitim Fakültesi Dergisi*, 31, 4, 750-761.
- Creamer, M., Foran, J., & Bell, R. (1995). The Beck Anxiety Inventory in a non-clinical sample. *Behaviour Research and Therapy*, 33(4), 477-485. [https://doi.org/10.1016/0005-7967\(94\)00082-U](https://doi.org/10.1016/0005-7967(94)00082-U)
- Di Fabio, A., Palazzeschi, L. (2013). Incremental variance in indecisiveness due to cognitive failure compared to fluid intelligence and personality traits. *Personality and Individual Differences*, 54, 261-265. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2012.09.005>
- Díaz-Morales, J. F., Ferrari, J. R., & Cohen, J. R. (2008). Indecision and avoidant procrastination: The role of morningness—eveningness and time perspective in chronic delay lifestyles. *The Journal of General Psychology*, 135(3), 228-240. <https://doi.org/10.3200/GENP.135.3.228-240>
- Eisenbeck, N., Carreno, D.F., & Uclés-Juárez, R. (2019). From psychological distress to academic procrastination: Exploring the role of psychological inflexibility. *Journal of Contextual Behavioral Science*, 12, 103-108. <https://doi.org/10.1016/j.jcbs.2019.07.007>
- Elaydi, R. (2006). Construct development and measurement of indecisiveness. *Management Decision*, 44(10), 1363-1376. <https://doi.org/10.1108/00251740610715696>
- Endler, N. S., & Kocovski, N. L. (2001). State and trait anxiety revisited. *Journal of Anxiety Disorders*, 15(3), 231-245. [https://doi.org/10.1016/S0887-6185\(01\)00060-3](https://doi.org/10.1016/S0887-6185(01)00060-3)
- Ferrari, J. R. (2011). Chronic procrastination: Life beyond ineffective time management. In A. Varga (Ed.), *Time management* (pp. 83–91). Nova Science Publishers.
- Ferrari, J. R., & Dovidio, J. F. (2000). Examining behavioral processes in indecision: Decisional procrastination and decision-making style. *Journal of Research in Personality*, 34(1), 127-137. <https://doi.org/10.1006/jrpe.1999.2247>
- Ferrari, J. R., & Dovidio, J. F. (2001). Behavioral information search by indecisives. *Personality and Individual Differences*, 30(7), 1113-1123. [https://doi.org/10.1016/S0191-8869\(00\)00094-5](https://doi.org/10.1016/S0191-8869(00)00094-5)
- Ferrari, J. R., & Emmons, R. A. (1995). Methods of procrastination and their relation to self-control and self-reinforcement: An exploratory study. *Journal of Social Behavior & Personality*, 10(1), 135–142.
- Ferrari, J. R., & Pychyl, T. A. (2007). Regulating speed, accuracy and judgments by indecisives: Effects of frequent choices on self-regulation depletion. *Personality and Individual Differences*, 42(4), 777-787. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2006.09.001>
- Ferrari, J. R., & Tice, D. M. (2000). Procrastination as a self-handicap for men and women: A task-avoidance strategy in a laboratory setting. *Journal of Research in Personality*, 34(1), 73–83.
- Ferrari, J. R., Johnson, J. L. & McCown, W. G. (1995). *Procrastination and task avoidance: Theory, research, and treatment*. Plenum Press. <https://doi.org/10.1006/jrpe.1999.2261>
- Frost, R. O., & Shows, D. L. (1993). The nature and measurement of compulsive indecisiveness. *Behaviour Research and Therapy*, 31(7), 683-692. [https://doi.org/10.1016/0005-7967\(93\)90121-A](https://doi.org/10.1016/0005-7967(93)90121-A)
- Frost, R. O., Tolin, D. F., Steketee, G., & Oh, M. (2011). Indecisiveness and hoarding. *International Journal of Cognitive Therapy*, 4(3), 253-262. <https://doi.org/10.1521/ijct.2011.4.3.253>
- Gabrhelík, R., Vacek, R., & Mioviský, M. (2006). Prokrastinace: Validizace sebesposuzovací škály na populaci studentů vysokých škol. *Československá psychologie*, 50(4), 361-371.
- Gabrhelík, R. (2008). *Akademická prokrastinace: Ověření sebesposuzovací škály, prevalence a příčiny prokrastinace*. Dizertační práce. Masarykova univerzita v Brně.
- Gayton, W. F., Clavin, R. H., Clavin, S. L., & Broida, J. (1994). Further validation of the Indecisiveness Scale. *Psychological Reports*, 75, 1631–1634. <https://doi.org/10.2466/pr0.1994.75.3f.1631>
- Gati, I., Krausz, M., & Osipow, S. H. (1996). A taxonomy of difficulties in career decision-making. *Journal of Counseling Psychology*, 43, 510–526. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.43.4.510>
- Germeijs, V., & De Boeck, P. (2002). A measurement scale for indecisiveness and its relationship to career indecision and other types of indecision. *European Journal of Psychological Assessment*, 8(2), 113-122. <https://doi.org/10.1027/1015-5759.18.2.113>

- Germeijs, V., & Verschueren, K. (2011a). Indecisiveness: Specificity and Predictive Validity. *European Journal of Personality*, 25(5), 295 – 305. <https://doi.org/10.1002/per.786>
- Germeijs, V., & Verschueren, K. (2011b). Indecisiveness and Big Five personality factors: Relationship and specificity. *Personality and Individual Differences*, 50(7), 1023-1028. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2011.01.017>
- Germeijs, V., Verschueren, K., & Soenens, B. (2006). Indecisiveness and high school students' career decision-making process: Longitudinal associations and the mediational role of anxiety. *Journal of Counseling Psychology*, 53(4), 397–410. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.53.4.397>
- Gröpel, P., & Steel, P. (2008). A mega-trial investigation of goal setting, interest enhancement, and energy on procrastination. *Personality and Individual Differences*, 45(5), 406–411. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2008.05.015>
- Chiang, B., & Purdon, Ch. (2019). Have I done enough to avoid blame? Fear of guilt evokes OCD-like indecisiveness. *Journal of Obsessive-Compulsive and Related Disorders*, 20, 13-20. <https://doi.org/10.1016/j.jocrd.2018.02.001>
- Harriott, J. S., Ferrari, J. R., & Dovidio, J. F. (1996). Distractibility, daydreaming and self-critical cognitions as determinants of indecision. *Journal of Social Behavior & Personality*, 11(2), 337–344.
- Izsóf Jurášová, K. (2014). Je možné nerozhodnúť sa? In M. Špajdel (Ed), *Acta Psychologica Tyrnaviensia* 17-18, 116-127.
- Kamarádová, D., Praško, J., Látalová, K., Panáčková, L., Švancara, J., Ocisková, M., Grambal, A., Sigmundová, Z., Jelenová, D., Kováčsová, A., Čakirpaloglu, S., Kasalová, P., Bareš, V., & Vrbová, K. (2016). Validizace české verze Beckova inventáře úzkosti. *Česká a Slovenská psychiatrie*, 112(4), 153-158.
- Kohn, P. M., Kantor, L., DeCicco, T. L., & Beck, A. T. (2008). The Beck Anxiety Inventory–Trait (BAIT): A Measure of dispositional anxiety not contaminated by dispositional depression. *Journal of Personality Assessment*, 90(5), 499-506. <https://doi.org/10.1080/00223890802248844>
- Kokkoris, M. D., Baumeister, R. F., & Kühnen, U. (2019). Freeing or freezing decisions? Belief in free will and indecisiveness. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, 154, 49-61. <https://doi.org/10.1016/j.obhdp.2019.08.002>
- Lay, C., & Silverman, S. (1996). Trait procrastination, anxiety, and dilatory behavior. *Personality and Individual Differences*, 21(1), 61-67. [https://doi.org/10.1016/0191-8869\(96\)00038-4](https://doi.org/10.1016/0191-8869(96)00038-4)
- Lewicka, M. (1997). Rational or uncommitted? Depression and indecisiveness in interpersonal decision making. *Scandinavian Journal of Psychology*, 38, 227–236. <https://doi.org/10.1111/1467-9450.00031>
- Lo Cascio, V., Guzzo, G., Pace, F., Pace, U., & Madonia, C. (2016). The relationship among paternal and maternal psychological control, self-esteem, and indecisiveness across adolescent genders. *Current Psychology: A Journal for Diverse Perspectives on Diverse Psychological Issues*, 35(3), 467–477. <https://doi.org/10.1007/s12144-015-9315-0>
- Mesárošová, M., Bavořár, J. & Slavkovská M. (2018). *Kognitívne, metakognitívne kompetencie a sebaregulácia v kontexte motivácie*. Univerzita Pavla Jozefa Šafárika.
- Maner, J. K., & Schmidt, N. B. (2006). The role of risk avoidance in anxiety. *Behavior Therapy*, 37, 181–189. <https://doi.org/10.1016/j.beth.2005.11.003>
- McNeill, M., Dunlop, P. D., Skinner, T. C., & Morrison, D. L. (2014). Predicting risk-mitigating behaviors from indecisiveness and trait anxiety: Two cognitive pathways to task avoidance. *Journal of Personality*, 84(1), 36-45. <https://doi.org/10.1111/jopy.12135>
- Milgram, N., & Tenne, R. (2000). Personality correlates of decisional task avoidant procrastination. *European Journal of Personality*, 14, 141–156. [https://doi.org/10.1002/\(SICI\)1099-0984\(200003/04\)14:2<141::AID-PER369>3.0.CO;2-V](https://doi.org/10.1002/(SICI)1099-0984(200003/04)14:2<141::AID-PER369>3.0.CO;2-V)

- Oh, H., Park, K., Yoon, S., Kim, Y., Lee, S. H., Choi, Y. Y., & Choi, K. H. (2018). Clinical utility of Beck Anxiety Inventory in clinical and nonclinical Korean samples. *Front. Psychiatry*, 9. <https://doi.org/10.3389/fpsyt.2018.00666>
- Osipow, S. H. (1999). Assessing career indecision. *Journal of Vocational Behavior*, 55(1), 147–154. <https://doi.org/10.1006/jvbe.1999.1704>
- Ozer, B., Ferrari, J. R. (2011). Gender orientation and academic procrastination: Exploring among Turkish high school students. *Individual Differences Research*, 9(1), 33–49.
- Patalano, A. L., & Wengrovitz, S. M. (2006). Cross-cultural exploration of the Indecisiveness Scale: A comparison of Chinese and American men and women. *Personality and Individual Differences*, 41(5), 813–824. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2006.03.023>
- Piotrowski, K. (2019). Perfectionism and identity processes in two domains: Mediational roles of worry, rumination, indecisiveness, shame, and guilt. *Frontiers in Psychology*, 10. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.01864>
- Potworowski, G. A. (2010). *Varieties of indecisive experience: Explaining the tendency to not make timely and stable decisions*. Doctoral dissertation. The University of Michigan.
- Rabin, L. A., Fogel, J., & Nutter-Upham, K. E. (2011). Academic procrastinations in college students: The role of self-reported executive functions. *Journal of Clinical and Experimental Neuropsychology*, 33(3), 344–357. <https://doi.org/10.1080/13803395.2010.518597>
- Rassin, E., & Muris, P. (2005a). Indecisiveness and the interpretation of ambiguous situations. *Personality and Individual Differences*, 39(7), 1285–1291. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2005.06.006>
- Rassin, E., & Muris, P. (2005b). To be or not to be...indecisive: Gender differences, correlations with obsessive-compulsive complaints, and behavioural manifestation. *Personality and Individual Differences*, 38(5), 1175–1181. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2004.07.014>
- Rassin, E., Muris, P., Booster, E., & Kolsloot, I. (2008). Indecisiveness and informational tunnel vision. *Personality and Individual Differences*, 45(1), 96–102. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2008.03.006>
- Rassin, E., Muris, P., Franken, I., Smit, M., & Wong, M. (2007). Measuring general indecisiveness. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 29, 61–68. <https://doi.org/10.1007/s10862-006-9023-z>
- Rothblum, E. D., Solomon, L. J., & Murakami, J. (1986). Affective, cognitive, and behavioral differences between high and low procrastinators. *Journal of Counseling Psychology*, 33(4), 387–394. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.33.4.387>
- Santos, P. J. (2001). Predictors of generalized indecision among Portuguese secondary school students. *Journal of Career Assessment*, 9(4), 381–396. <https://doi.org/10.1177/106907270100900405>
- Senécal, C., Koestner, R., & Vallerand, R. J. (1995). Self-regulation and academic procrastination. *The Journal of Social Psychology*, 135(5), 607–619. <https://doi.org/10.1080/00224545.1995.9712234>
- Sirois, R., & Pychyl, T. (2013). Procrastination and the priority of short-term mood regulation: Consequences for future self. *Social and Personality Psychology Compass*, 7(2), 115–127. <https://doi.org/10.1111/spc3.12011>
- Schouwenburg, H. C., & Lay, C. H. (1995). Trait procrastination and the Big-five factors of personality. *Personality and Individual Differences*, 18(4), 481–490. [https://doi.org/10.1016/0191-8869\(94\)00176-S](https://doi.org/10.1016/0191-8869(94)00176-S)
- Schweigerová, K., & Slavkovská, M. (2015). Akademická prokrastinácia v kontexte exekutívnych funkcií. *E-psychologie*, 9(2), 26–35. <https://e-psycholog.eu/clanek/229>
- Steel, P. (2007). The nature of procrastination: A meta-analytic and theoretical review of quintessential self-regulatory failure. *Psychological Bulletin*, 133(1), 65–94. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.133.1.65>

- Steel, P., Brothen, T., & Wambach, C. (2001). Procrastination and personality, performance, and mood. *Personality and Individual Differences*, 30(1), 95-106.
[https://doi.org/10.1016/S0191-8869\(00\)00013-1](https://doi.org/10.1016/S0191-8869(00)00013-1)
- Steel, P., & Klingsieck, K. B. (2016). Academic Procrastination: Psychological Antecedents Revisited. *Australian Psychologist*, 51(1), 36-46. <https://doi.org/10.1111/ap.12173>
- Taillefer, S. E., Liu, J. J. W., Ornstein, T. J., & Vickers, K. (2016). Indecisiveness as a predictor of quality of life in individuals with obsessive and compulsive traits. *Journal of Obsessive-Compulsive and Related Disorders*, 10, 91-98. <https://doi.org/10.1016/j.jocrd.2016.07.002>
- Tibbett, T. P., & Ferrari, J. R. (2015). The portrait of the procrastinator: Risk factors and results of an indecisive personality. *Personality and Individual Differences*, 82, 175-184.
<https://doi.org/10.1016/j.paid.2015.03.014>

Údaje o autorkách

PhDr. Kinga Izsóf Jurášová, PhD. je odbornou asistentkou Katedry psychológie FF TU v Trnave.

Kontaktné údaje

Adresa: Katedra psychológie, Filozofická fakulta, Trnavská univerzita v Trnave,
Hornopotočná 23, 918 43 Trnava
Email: kinga.izsof.jurasova@gmail.com

Bc. Pavlína Čavojcová je študentkou magisterského štúdia jednodoborovej psychológie na Katedre psychológie Trnavskej univerzity v Trnave.

Kontaktné údaje

Adresa: Katedra psychológie, Filozofická fakulta, Trnavská univerzita v Trnave,
Hornopotočná 23, 918 43 Trnava
Email: cavojcova.pavlina1@gmail.com

Izsóf Jurášová, K., & Čavojcová, P. (2021). Analýza vzájomných vzťahov medzi nerozhodnosťou, akademickou prokrastináciou a úzkosťou. *E-psychologie*, 15(3), 1-15.
<https://doi.org/10.29364/epsy.410>