

Voluntary restrictions and self-commitment

Abstrakt česky

V naší práci shrnujeme téma duálního já a navrhuje různé druhy omezení, která může dlouhodobé já uvalit vůči myopickému já týkající se prokrastinace, zdraví a emocí.

Dále vytváříme dotazník zaměřený na zkoumání toho, do jaké míry se takto chovají skuteční lidé, a jaké jsou předpoklady takového jednání. Docházíme k závěru, že fenomén dobrovolného omezování se je přítomen v naší soudobé společnosti do značné míry.

Ženy mají tendenci se omezovat výrazně více než muži, zatímco vyšší skóre v Testu Kognitivní Reakce (CRT), vyšší vzdělání a nižší svědomitost vedou k nižšímu zájmu o auto-regulační opatření.