

Marta Znajmiecka-Sikora

Poziom samooceny i rozwój wiedzy o sobie w okresie adolescencji – analiza przeprowadzonych badań

The level of self-esteem and development of self-knowledge in the period of adolescents – the results of research

Instytut Psychologii Stosowanej, Uniwersytet Jagielloński

Wprowadzenie

Obraz siebie jest zaangażowany w każde zachowanie człowieka i zajmuje centralne miejsce w osobowości, stanowiąc tym samym istotny predyktor funkcjonowania jednostki (3, 10, 18). Trudno zaprzeczyć więc, iż bez wyraźnie pozytywnego obrazu własnej osoby człowiekowi nie jest łatwo funkcjonować. Nie potrafiąc dostrzec swych mocnych stron, upatrując źródeł wszelkich sukcesów w czynnikach zewnętrznych, wyzbywa się on wewnętrznego optymizmu i pogody ducha. Rola wiedzy o sobie i związanej z nią samooceny w utrzymaniu psychicznego dobrostanu wybitnie wzrasta w dzisiejszych czasach, w dobie intensywnych przemian społeczno-gospodarczych, kiedy ludzki indywidualizm jest deprecjonowany przez twarde zależności ekonomiczne.

W pracy przyjęto, że *ja* jako przedmiot poznania – to wiedza jednostki na temat siebie. Ma ona charakter złożony i stanowi indywidualne doświadczenie podmiotu (9, 11). Wiedzę tę zdobywa jednostka w procesie permanentnego testowania koncepcji własnej osoby.

Informacje na swój temat mogą mieć postać sądów opisowych – mówimy wtedy o samowiedzy, lub sądów wartościujących – świadczących o samoocenie, która może mieć charakter uogólniony, kiedy dotyczy oceny siebie jako całości, lub jednostkowy, kiedy odnosi się do pojedynczych cech czy właściwości (6).

Adolescencja jest ostatnim etapem w ontogenezie obrazu siebie. Rozwój pojęcia *ja* w okresie dojrzewania niesie wiele istotnych zmian. Mogą one być ujmowane w kategoriach zmiany zarówno treści, jak i struktury.

Samoopis zmienia się od konkretnego i zniekształconego, odzwierciedlającego niezdolność jednostki do trafnego i logicznego rozumowania, do ściślej związanego z rzeczywistymi osiągnięciami podmiotu, a także obejmuje informacje od osób znaczących. Dorastający, poszukując wiedzy o sobie poprzez refleksję nad sobą, próbuje odpowiedzieć na pytanie, „jaki jestem sam w sobie”. Wzrasta realizm i krytycyzm w ocenie samego siebie (13).

Pojęcie *ja* podlega zmianom od globalnego, w kierunku bardziej złożonego i zróżnicowanego stanu. To wzrastające zróżnicowanie jest wynikiem większej złożoności poznawczej i stanowi podstawę bardziej adaptacyjnego funkcjonowania (5, 15).

Według Kozielskiego (9), obraz własnej osoby w okresie adolescencji może przybierać strukturę hierarchiczną, a samowiedza zaczyna pełnić ważne funkcje regulacyjne.

Kolejnym zjawiskiem występującym w okresie dojrzewania są zmiany w relacji *ja realnego* i *ja idealnego*. Dopiero w okresie dojrzewania jednostka potrafi jednocześnie uwzględnić *ja realne* i *ja idealne* (14). Konsekwencje takiej umiejętności nie zawsze jednak prowadzą do pozytywnych

rezultatów. Z perspektywy rozwojowej duża rozbieżność jest wskaźnikiem wysokiego stopnia dojrzałości, ponieważ wymaga myślenia abstrakcyjnego, wysokich oczekiwań co do własnej skuteczności oraz większego zróżnicowania posiadanego doświadczenia. Obniżenie samooceny i wysoki stopień rozbieżności pomiędzy realnym i idealnym wizerunkiem siebie uważane są za normatywny aspekt dojrzewania, związany głównie z wiekiem umysłowym (5).

Omawiane w pracy wyniki badań są inspirowane potrzebami praktyki psychologicznej i edukacyjnej. Głównym celem opracowania jest próba przyjrzenia się strukturze wiedzy o sobie badanego nastolatka z uwzględnieniem płci jako zmiennej różnicującej badaną grupę.

Celem podjętych badań była próba odpowiedzi na pytania:

Jakie są treści samoopisu badanej młodzieży?

Jaka jest struktura obrazu siebie i poziom samooceny badanej młodzieży?

Czy struktura obrazu siebie oraz treści samoopisu i poziom samooceny badanej młodzieży różnią się w zależności od płci?

Metoda badań

Badania zostały przeprowadzone w grupie 195 osób (126 kobiet i 69 mężczyzn) – uczniów I klasy Liceum Ogólnokształcącego we Włocławku w 1998 roku. Średnia wieku wynosiła 14,98 lat.

W badaniach zastosowano następujące techniki badawcze: *Skala Ogólnej Samooceny* Rosenberga (1965), która bada ogólną postawę osoby badanej wobec samej siebie (16). Składa się ona z dziesięciu stwierdzeń, z których połowa wyraża pozytywną ocenę siebie, a druga połowa negatywną ocenę siebie. Osoba badana ustosunkowuje się do danego stwierdzenia poprzez wyrażenie zgody lub braku zgody z poszczególnymi stwierdzeniami. Ogólny wynik skali stanowi sumę punktów uzyskanych przez osobę badaną w poszczególnych twierdzeniach i waha się od 10 punktów (krańcowa zaniżona samoocena) do 100 punktów (samoocena maksymalna).

Kwestionariusz Obraz Siebie D. Offera (1982), w polskiej adaptacji Badury-Madej i Ulasińskiej, składa się ze 130 pytań ważnych dla psychologicznego funkcjonowania i przeżyć adolescentów,

wobec których nastolatek ma się ustosunkować. Obejmuje on 5 wymiarów: ja psychologiczne (kontrola emocjonalna, emocjonalny ton, obraz własnego ciała), ja społeczne (relacje społeczne, morale, cele: wykształcenie i zawód), ja seksualne (postawy seksualne), ja rodzinne (relacje rodzinne), mechanizmy radzenia sobie (kontrola świata zewnętrznego, psychopatologia, przystosowanie) oraz pozwala określić globalny obraz siebie.

Technika Ja jestem P. G. Zimbardo i F. L. Ruch (18) – technika projekcyjna pozwalająca określić obraz siebie (*self-conception*). Badanemu została przedstawiona instrukcja: „Co masz na myśli, gdy mówisz „ja”.

Test Uzupelniania Zdań (wersja J. M. Sacks i L. Sidney 1961) – bada ogólne przystosowanie jednostki, czego wyrazem jest treść postaw w stosunku do świata i w stosunku do samego siebie, składa się z 60 zdań odnoszących się do 15 sfer życia, w których mogą się przejawiać konflikty najistotniejsze dla tzw. dobrego przystosowania (4).

Test do Badania Wiedzy o Własnej Osobie – metoda opracowana przez pracowników Zakładu Psychologii Klinicznej Instytutu Psychologii Uniwersytetu Jagiellońskiego w Krakowie, pod kierunkiem D. Kubackiej-Jasieckiej, nawiązująca do założeń W. Łukaszewskiego (1978). Składa się z trzech części. Część pierwsza służy do badania poziomu aktualizacji wiedzy o sobie i zakresu koncentracji na sobie osoby badanej. Część druga zawiera pytania dotyczące mocnych i słabych stron, samooceny osoby badanej w odniesieniu do otoczenia oraz pytania dotyczące indywidualności i oryginalności. Na podstawie danych uzyskanych w trzeciej części testu określa się: ja realne i ja idealne, wagę, moc regulacyjną w zakresie ja realnego i ja idealnego, gotowość do zmiany, zależność możliwości zmiany właściwości od samego siebie, innych ludzi, natury, Boga (atrybucje) w zakresie następujących właściwości: zdrowie, energia życiowa, uroda, atrakcyjność, inteligencja, zaradność życiowa, zrównoważenie, opanowanie, pozycja w rodzinie, pozycja w grupie, zyczliwość i sympatia, tolerancja i zrozumienie, pewność siebie, narzucanie woli, spokój i komfort psychiczny, brak napięć i lęków, oraz średnią ocenę ja realnego i ja idealnego; średnią wagę, moc regulacyjną ja realnego i ja idealnego, ogólną goto-

wość do zmiany, atrybucję ogólną, czyli ogólną zależność zmiany właściwości; rozbieżność ja. Ze względu na dużą obszerność zebranego materiału, w pracy referowane będą jedynie wybrane elementy z analizy *Testu do Badania Wiedzy o Własnej Osobie*.

Wyniki badań

Analizę wyników badań przeprowadzono za pomocą pakietu statystycznego SPSS. Pierwszy etap analiz uzyskanych wyników polegał na obliczeniu średnich wartości poszczególnych zmiennych w badanej populacji. Następnie za pomocą *współczynnika korelacji r-Pearsona* obliczono korelacje pomiędzy wybranymi zmiennymi. Kolejnym etapem było porównanie grupy kobiet i mężczyzn w zakresie analizowanych zmiennych za pomocą *testu T-studenta*.

Analiza wypowiedzi wolnej na temat ja wskazuje, iż osoby badane chętnie mówią o sobie – zwykle wypowiedzi są rozwinięte, a badani nie potrzebują zachęty. Opis własnej osoby jest opisem wyczerpującym, ale konkretnym. Wypowiedzi są zintegrowane. W zasadzie nie pojawiają się perseweraacje. Badana grupa jest znacznie zróżnicowana pod względem takich zmiennych

jak, długość wypowiedzi, zróżnicowanie oraz stopień ogólnej ilości informacji zawartej w wypowiedzi (tabela 1).

Badany piętnastolatek, zgodnie z klasyfikacją zaprezentowaną przez Kuhna i McParlanda (za: P. G. Zimbardo, 1997), opisuje siebie przede wszystkim poprzez stwierdzenia, które odnoszą się do *ja działającego lub odczuwającego w charakterystyczny sposób w interakcjach społecznych* – jestem szczęśliwy, lękliwy, wesoły, pogodny, opiekuńczy, bezinteresowny itd. Używa również stwierdzeń, które ujmują *ja w odwołaniu od interakcji z innymi, od specyficznego kontekstu czy struktury społecznej* – np. jestem człowiekiem, jestem zjednoczony z kosmosem, istotą. W mniejszym zakresie pojawiają się określenia, które odnoszą się do *ja jako istoty fizycznej* oraz stwierdzenia, które odnoszą się do *ja w rolach instytucjonalnych* (tabela 2).

Badany adolescent do opisu własnej osoby używa przede wszystkim kategorii pozytywnych (np. jestem altruistą, komunikatywna, kontaktowa, sprawiedliwy, subtelny) oraz określeń neutralnych (np. jestem nieopaloną, osobą bardzo indywidualną, piętnastolatkiem). Najrzadziej do opisu własnej osoby używane są określenia negatywne (np. jestem pijakiem, obłudna, odpadem atomowym) (tabela 1 i 2).

Tabela 1.
Analiza pierwszej części Testu do Badania Wiedzy o Własnej Osobie

Skala	Ogółem		Kobiety		Mężczyźni		Test T
	M	SD	M	SD	M	SD	
Długość wypowiedzi	112,78	55,98	127,74	56,33	85,44	43,94	0,000***
Bogactwo – ubóstwo treści	18,66	7,72	20,80	7,53	14,73	6,44	0,000***
Ogólna ilość informacji zawartych w wypowiedzi	19,59	8,31	21,79	8,08	15,57	7,15	0,000***
Skoncentrowanie na własnej osobie	0,93	1,44	0,99	1,46	0,83	1,41	0,291
Zróżnicowanie – globalność	4,06	1,63	4,26	1,61	3,68	1,60	0,019*
Ogólność – konkretność informacji	2,60	0,42	2,61	0,41	2,57	0,42	0,443
Integracja – dezintegracja wypowiedzi	2,74	0,45	2,74	0,44	2,73	0,47	0,892
Zgodność – rozbieżność treści	2,92	0,28	2,92	0,25	2,89	0,30	0,729
Ilość informacji niekomunikatywnych	0,02	0,17	0,00	0,09	0,04	0,26	0,807
Perseweryacyjność wypowiedzi	0,03	0,17	0,02	0,12	0,05	0,23	0,627

* p < 0,05; **p < 0,01; *** p < 0,001

Tabela 2.
Analiza Techniki Ja jestem

Rodzaj określenia	Ogółem		Kobiety		Mężczyźni		test T
	M	SD	M	SD	M	SD	
Ja jako istota fizyczna	2,22	1,60	1,94	1,47	2,51	1,77	0,016*
Ja w rolach instytucjonalnych	2,71	2,33	1,63	1,57	3,79	2,80	0,000***
Ja jako istota prezentująca się poprzez interakcje społeczne	11,82	3,76	13,26	3,41	10,37	3,65	0,000***
Ja w oderwaniu od interakcji z innymi	3,25	2,79	3,17	2,99	3,33	2,40	0,700
Określenia pozytywne	9,45	3,57	10,50	3,43	8,39	3,44	0,000***
Określenia negatywne	3,7	3,27	4,30	3,52	3,10	2,62	0,132
Określenia neutralne	6,85	3,42	5,22	2,76	8,48	3,52	0,000***

* p < 0,05; ** p < 0,01; *** p < 0,001

W zakresie struktury obrazu siebie analiza *ja realnego* wskazuje, iż osoby badane najwyżej oceniają stopień posiadania takich cech jak: *tolerancja i zrozumienie* (M = 8,30; SD = 0,37), *pozycja w rodzinie* (M = 8,15; SD = 1,76) oraz *życzliwość i sympatia* (M = 8,07; SD = 1,57), najniżej – *atrakcyjność* (M = 6,11; SD = 2,05), *uroda* (M = 6,28; SD = 2,04), *zrównoważenie* (M = 6,67; SD = 2,25), *brak napięć i lęków* (M = 6,76; SD = 2,26). Niskie wyniki w zakresie tych zmiennych można wytłumaczyć okresem rozwojowym badanych osób oraz zachodzącymi w tym czasie zmianami fizjologicznymi, jak również związanymi z nimi emocjami.

Analizując *ja idealne*, można wyciągnąć wniosek, iż osoby badane chciałyby posiadać w wysokim stopniu następujące cechy: *spokój i komfort psychiczny* (M = 8,45; SD = 1,66), *inteligencja* (M = 8,45; SD = 1,22), *pozycja w rodzinie* (M = 8,44;

SD = 1,51) oraz *zdrowie* (M = 8,43; SD = 0,37), w najmniejszym – *atrakcyjność* (M = 7,07; SD = 1,82). Warto zwrócić uwagę na wielkość odchylenia standardowego, które sugeruje dużą różnorodność badanej populacji w zakresie poszczególnych właściwości zarówno *ja realnego*, jak i *ja idealnego*.

Średnie *ja realne* badanej młodzieży jest niższe niż średnie *ja idealne* (tabela 3) oraz istnieje istotna statystycznie korelacja pomiędzy *ja realnym* i *ja idealnym* (r = 0,92; p = 0,05), co oznacza, że im wyższy jest stopień, w jakim jednostka posiada (albo spostrzega, że posiada) dany zbiór cech, czyli *ja realne*, tym wyższy jest stopień, w jakim pragnie ten zbiór posiadać, czyli tym wyższe jest *ja idealne*. Występująca charakterystyczna dla osób zdrowych korelacja pomiędzy *ja realnym* i *ja idealnym*, wskazuje na dobrze ustrukturuwany już obraz siebie.

Tabela 3.
Średnie wartości w zakresie zmiennych ja realne, ja idealne, rozbieżność ja i samoocena

Skala	Ogółem		Kobiety		Mężczyźni		test T
	M	SD	M	SD	M	SD	
średnie ja realne	7,29	1,48	7,08	1,48	7,50	1,48	0,006**
średnie ja idealne	8,00	1,37	7,93	1,30	7,80	1,55	0,384
rozbieżność ja	0,72	0,60	0,85	0,77	0,34	0,49	0,000
samoocena	79,92	17,42	77,89	18,35	81,84	16,49	0,002**

* p < 0,05; ** p < 0,01; *** p < 0,001

Analiza korelacji w zakresie zmiennej *rozbieżność ja* wskazuje na istotną statystycznie korelację ujemną ze zmienną – *ja realne* ($r = -0,25$; $p = 0,05$). Uzyskany wynik oznacza, że im wyższe jest *ja realne*, tym niższa jest *rozbieżność ja*.

Analiza *Skali* Rosenberga wskazuje, iż badany piętnastolatek postrzega siebie w kategoriach pozytywnych, jako osobę wartościową, posiadającą dobre cechy i umiejętności; ma powody, aby czuć się z siebie dumny, cechuje go pozytywny stosunek do samego siebie (tabela 3). Jednakże odchylenie standardowe pokazuje, iż w badanej populacji znajdują się zarówno osoby o bardzo wysokiej, jak i bardzo niskiej samoocenie. Uzyskany wynik świadczy o dużym zróżnicowaniu grupy pod względem takiej zmiennej, jak samoocena ogólna.

Wysoka *samoocena* jest związana z częstotliwością używania w opisie własnej osoby określeń pozytywnych w wypowiedzi wolnej (tabela 1) – im wyższa samoocena ogólna, tym częściej badany używa określeń pozytywnych, charakteryzując własną osobę ($r = 0,21$; $p = 0,05$). Zaobserwowano również pozytywną korelację w zakresie *samooceny*, a *ogólnego przystosowania* jednostki, mierzzonego *Testem Uzupelniania Zdań* ($r = 0,22$; $p = 0,05$), oraz *globalnego obrazu*

siebie mierzonego testem D. *Offera Obraz siebie* ($r = 0,65$; $p = 0,05$), co oznacza, że im wyższa *samoocena*, tym lepsze *przystosowanie ogólne* jednostki oraz bardziej pozytywny *globalny obraz siebie*.

Interesujące jest, że wysokie *ja realne* nie wskazuje na wysoką *samoocenę*. Nie zaobserwowano korelacji między wysokością *ja realnego* a *samooceną* mierzoną skalą samooceny Rosenberga ($r = -0,10$; $p = 0,05$). Możliwe, że wynika to z niestabilizowania *ja realnego*. Samoocena mierzona za pomocą *Skali* Rosenberga, jest samooceną ogólną, natomiast *ja realne* jest wypadkową poszczególnych ocen stopni posiadania konkretnych właściwości.

Analiza testu D. *Offera Obraz Siebie* wskazuje, iż badane osoby rozwinęły satysfakcjonujące relacje z rodzicami, odpowiedzialnie podjęły zadania związane z własną edukacją i planowaniem swojej zawodowej przyszłości, uczą się efektywnie i czynią rozsądne plany na przyszłość, potrafią radzić sobie w satysfakcjonujący sposób z naciskami, jakie płyną z zewnętrznego otoczenia, oraz z impulsami ze świata wewnętrznego, są osobami stabilnymi emocjonalnie, z dużymi możliwościami doświadczania wielu satysfakcjonujących pozytywnych uczuć, akceptują zmiany

Tabela 4.
Analiza kwestionariusza D. Offera Obraz Siebie

Skala	Ogółem		Kobiety		Mężczyźni		test T
	M	SD	M	SD	M	SD	
kontrola emocjonalna	51,61	16,18	51,15	16,67	52,45	15,33	0,600
emocjonalny ton	54,07	17,46	50,44	17,58	60,70	15,24	0,000***
obraz własnego ciała	56,54	17,33	55,56	18,36	58,33	15,25	0,285
relacje społeczne	55,15	14,78	53,74	15,18	57,71	13,77	0,073
morale	54,36	14,12	53,29	13,06	56,32	15,77	0,151
cele: wykształcenie i zawód	58,10	13,64	57,04	14,17	60,04	12,48	0,142
postawy seksualne	53,99	16,03	51,37	14,50	58,78	17,62	0,001**
relacje rodzinne	58,46	16,05	55,66	16,78	63,59	13,28	0,000***
kontrola świata zewnętrznego	55,22	16,64	54,34	16,86	56,81	16,22	0,322
psychopatologia	55,83	18,11	53,29	18,60	60,46	16,31	0,007**
przystosowanie	49,75	15,78	49,18	16,18	50,79	15,08	0,495
Wynik globalny	48,13	18,68	44,37	19,65	54,35	15,02	0,000***

* $p < 0,05$; ** $p < 0,01$; *** $p < 0,001$

Tabela 5.
Analiza Testu Uzupełniana Zdań (wersja J. M. Sacks i L. Sidney)

Skala	Ogółem		Kobiety		Mężczyźni		test T
	M	SD	M	SD	M	SD	
Stosunek do matki	0,18	0,27	0,18	0,24	0,17	0,32	0,331
Stosunek do ojca	0,27	0,34	0,28	0,33	0,25	0,32	0,451
Stosunek do rodziny	0,11	0,22	0,11	0,24	0,10	0,22	0,651
Stosunek do kobiet/mężczyzn	0,34	0,32	0,39	0,30	0,22	0,33	0,000***
Stosunek do życia płciowego	0,09	0,17	0,08	0,15	0,11	0,21	0,786
Stosunek do przyjaciół i znajomych	0,08	0,18	0,06	0,12	0,13	0,25	0,024
Stosunek do kolegów	0,06	0,15	0,07	0,17	0,04	0,10	0,471
Lęki i obawy	0,59	0,32	0,62	0,34	0,51	0,28	0,041
Poczucie winy	0,49	0,35	0,52	0,36	0,44	0,34	0,156
Stosunek do własnych uzdolnień	0,22	0,25	0,25	0,26	0,16	0,23	0,008**
Stosunek do przeszłości	0,09	0,19	0,09	0,25	0,16	0,20	0,646
Stosunek do przyszłości	0,12	0,22	0,12	0,23	0,10	0,22	0,643
Cele	0,15	0,22	0,15	0,22	0,14	0,24	0,483
Wynik ogólny			0,22	0,13	0,19	0,16	0,034

* $p < 0,05$; ** $p < 0,01$; *** $p < 0,001$

zachodzące w ich ciele. Ponadto badane obobz rozwinięły satysfakcjonujący system relacji społecznych; mają satysfakcjonujące kontakty emocjonalne z rówieśnikami, cechuje je dobrze rozwinięte poczucie obowiązku, odpowiedzialności i zainteresowania innymi oraz relatywnie otwarta postawa wobec seksualności. Posiadają również umiejętność adaptowania się do zmian płynących z otoczenia zewnętrznego (tabela 4).

W zakresie zdolności radzenia sobie badana populacja osiągnęła nieznacznie obniżone wyniki (przystosowanie = 49,75), co wskazuje, iż nastolatek nie radzi sobie adekwatnie ze swoim otoczeniem, przyjmuje postawę bierną lub wycofującą się wobec pojawiających się problemów (tabela 4). Uzyskany wynik potwierdza analiza *Testu Uzupełniana Zdań* (wersja J. M. Sacks i L. Sidney), wskazując na podwyższony poziom lęku oraz towarzyszące mu poczucie winy (tabela 5).

Analiza jakościowa skali *lęki i obawy Testu Uzupełniana Zdań* wskazuje, iż na plan pierwszy, jako główne źródło lęku wysuwa się szkoła

jako instytucja oraz osoby w niej pracujące. Ponadto źródłem lęku są inne osoby, w tym rodzice, a także rówieśnicy. Badani obawiają się braku akceptacji i odrzucenia ze strony innych. • ródłem lęku jest także przyszłość.

Lękowi towarzyszy często poczucie winy. Z analizy jakościowej wynika, iż najczęstszym środowiskiem, wobec którego rodzi się poczucie winy, jest rodzina i pojawiające się w niej zachowania. Badany czuje się winny, gdy nie stosuje się do poleceń rodziców, robi coś wbrew rodzicom lub też obciąża siebie winą za kłopoty rodziców.

Równie często przyczyną poczucia winy jest szkoła – często badani mają poczucie winy spowodowane błędnym wyborem szkoły czy kierunku kształcenia.

Porównanie grupy kobiet i mężczyzn wskazuje na szereg istotnych statystycznie różnic międzypłciowych. I tak, w zakresie treści samoopisu występują różnice w zakresie: częstości opisu siebie w kategoriach *ja jako istota fizyczna*,

ja jako istota prezentująca się poprzez interakcje społeczne oraz częstotliwości używania w opisie siebie określeń *pozytywnych, negatywnych i neutralnych* – kobiety częściej postrzegają siebie przez pryzmat interakcji społecznych, używając do opisu własnej osoby określeń wartościujących, z przewagą pozytywnych, mężczyźni zaś częściej do opisu własnej osoby używają określeń opisujących siebie w kategoriach fizycznych oraz określeń prezentujących własną osobę przez pryzmat pełnionych ról instytucjonalnych. W opisie przeważają określenia neutralne, pozbawione wartości oceniającej (tabela 2).

Warto zwrócić również uwagę na fakt, iż w zakresie takich wskaźników, jak *długość wypowiedzi, bogactwo – ubóstwo treści, zróżnicowanie – globalność* oraz *ogólna ilość informacji* zawartych w wypowiedzi, kobiety uzyskują statystycznie istotnie wyższe wyniki, co oznacza, że ich wypowiedź na temat własnej osoby jest dłuższa, bogatsza w różnego rodzaju treści zarówno dotyczące podmiotu, jak i informacji ogólnych. Ponadto w wypowiedziach kobiet pojawia się więcej odrębnych kategorii opisu własnej osoby (tabela 1).

Również w zakresie struktury obrazu siebie stwierdzono istotne statystycznie różnice w następujących wymiarach: *średnie ja realne, rozbieżność ja i samoocena* oraz w zakresie zmiennych *emocjonalny ton, postawy seksualne, relacje rodzinne, psychopatologia, wynik globalny obrazu siebie*, jak również w zakresie: *stosunek do kobiet mężczyzn, stosunek do własnych uzdolnień*.

Mężczyzn charakteryzuje wyższe *ja realne* oraz mniejsza *rozbieżność ja*. Towarzyszy temu wyższa *samoocena ogólna* (tabela 3). Mężczyźni uzyskują większe wsparcie ze strony rodziców i mają z nimi lepsze relacje, cechuje ich bardziej otwarta postawa wobec własnej seksualności oraz bardziej pozytywny obraz siebie (tabela 4). Kobiety zaś cechuje niższe *ja realne* oraz większa *rozbieżność ja*, jak również niższa *samoocena* (por tabela 3), ponadto – większa labilność emocjonalna (kobiety częściej doświadczają różnego rodzaju lęków, wstydu i poczucia winy). Kobiety mają bardziej negatywny stosunek do płci przeciwnej, ich postawa wobec własnej seksualności jest bardziej konserwatywna, ponadto posiadają więcej zastrzeżeń, co do własnych uzdolnień (tabela 5).

Dyskusja wyników

Z przeprowadzonej analizy wynika, iż badana populacja nastolatków przeżywa i opisuje siebie jako osoby na ogół szczęśliwe, zdolne do samokontroli i normalnie się rozwijające. Cechuje ich wysoka samoocena ogólna, a występująca istotna statystycznie korelacja między realnym i idealnym obrazem siebie wskazuje na dobrze ustrukturuwany już obraz siebie. Uzyskane wyniki wskazują, iż badany piętnastolatek jest osobą stabilną emocjonalnie, akceptuje zmiany zachodzące w ciele, rozwinął satysfakcjonujące relacje społeczne i rodzinne. W opisie siebie używa przede wszystkim określeń charakterystycznych dla ja działającego lub odczuwającego w charakterystyczny sposób w interakcjach społecznych.

Uzyskane wyniki potwierdzają obserwacje poczynione przez Zurchera (19), iż w przypadku dzisiejszej młodzieży bardziej prawdopodobne jest, że najwięcej stwierdzeń będzie należało do kategorii *ja jako istota prezentująca się poprzez interakcje społeczne*, w opozycji do osób starszych, które do opisu własnej osoby używały przede wszystkim określeń *ja w rolach instytucjonalnych*. Określenia typu *ja jako istota prezentująca się poprzez interakcje społeczne* są charakterystyczne nie dla ustalonej tożsamości, lecz dla procesów *ja* opartych na bieżących doznaniach, co wg Zurchera jest jaźnią zmienną, jaźnią, która przystosowuje się do szybkich zmian społecznych poprzez gotowość do pozostawiania plastyczną i aktywnie zmieniającą się, a nie zakotwiczoną w ugruntowanej sytuacyjnie tożsamości, gdy struktura społeczna nie jest stabilna.

Ciekawe, iż zaczyna się zarysowywać dość wyraźnie kategoria typu *ja w oderwaniu od interakcji z innymi*, która według P.G. Zimbardo (19) może zdominować w przyszłości sposób opisywania i pojmowania siebie, jeśli tempo zmian społecznych nadal będzie wykazywać tak oszałamiające przyspieszenie. Jaźń typu *ja w oderwaniu od interakcji z innymi* jest jaźnią oderwaną od istoty fizycznej, od struktury społecznej i interakcji ze środowiskiem – jest to jaźń niezależna – jaźń unosząca się swobodnie (*free-floating self*), zakotwiczona jedynie w abstrakcjach.

Badany nastolatek nie radzi sobie ze swoim otoczeniem, przyjmując często postawę bierną lub wycofującą się. Towarzyszy temu lęk i poczucie winy. Uzyskany wynik stoi w opozycji

w stosunku do badań przeprowadzonych przez Badurę-Madej i Ulaścińską (2), potwierdza zaś tendencję zaobserwowaną przez Znajmicką-Sikora i Godzwon (20) o obniżaniu się zdolności do radzenia sobie adekwatnie ze swoim otoczeniem. Być może niestabilna sytuacja w kraju, brak reguł funkcjonowania społecznego, zanik autorytetów powodują osłabienie mechanizmów adaptacyjnych (*coping self*). Tezę tę potwierdzałoby użycie do opisu własnej osoby określeń prezentujących siebie poprzez interakcje społeczne, charakterystycznych dla jaźni zmiennej, plastycznej, niezakotwiczonej, o niestabilnej tożsamości (19).

Interakcja płci jest czynnikiem różnicującym. Uzyskane wyniki potwierdzają poprzednie badania, w których również zaobserwowano wiele istotnych różnic w zakresie treści i struktury obrazu siebie oraz samooceny (1, 8, 20).

Niejasne jak dotąd są jednak doniesienia z badań w zakresie samooceny. W badaniach prowadzonych przez S. Tuchalską (17) różnica w zakresie samooceny, między dziewczętami a chłopcami nie osiągnęła statystycznej istotności, ale wskazuje na tendencję do bardziej pozytywnej globalnej samooceny u chłopców niż u dziewcząt – dziewczęta mają zaniżony obraz siebie, niższą samoocenę i samoakceptację. Natomiast z badań przeprowadzonych przez J. Jarczyka (7) wynika, iż w zakresie samooceny aktualnej nie ma statystycznie istotnych różnic w grupie dziewcząt i chłopców.

Na podstawie przeprowadzonych badań można ustosunkować się do pojęcia kryzysu adolescencji jako „okresu burzy i naporu”. Z przedstawionych danych wynika, że normatywny kryzys tożsamości, jako ogólna prawidłowość samookreślenia się w okresie dojrzewania, w badanej populacji nie ma bardzo burzliwego charakteru. Nieuchronny jest kryzys tożsamości jako konieczność tworzenia obrazu siebie, nie ma natomiast jednoznacznych reguł co do formy, intensywności, natężenia negatywnych emocji z tym związanych (2). Wydaje się, że istotnym czynnikiem różnicującym jest płeć – przeprowadzona analiza wskazuje, iż mężczyźni lepiej radzą sobie w tak trudnym okresie, jakim jest adolescencja, przeżywają mniej lęków i niepokojów, ponadto uzyskują większe wsparcie ze strony rodziców niż kobiety. Nie należy zapominać również o dużej różnorodności badanej grupy pod względem

takiej zmiennej, jak obraz siebie. Mimo, iż generalna tendencja w zakresie rozwoju wydaje się być pozytywna, to w badanej grupie znajdują się również osoby o bardzo niskim ja realnym, wysokiej rozbieżności ja oraz znacznie zaniżonej samoocenie – i właśnie takie osoby powinny otrzymać wsparcie ze strony osób dorosłych, rodziców i pedagogów.

Wnioski

- Badane osoby postrzegają siebie przede wszystkim poprzez pryzmat innych osób, w kontekście interakcji społecznych, wartościując pozytywnie swoją osobę.
- Występująca korelacja między realnym a idealnym obrazem siebie wskazuje na dobrze ustrukturuwany już obraz siebie.
- Badanych cechuje wysoki poziom samooceny ogólnej, co ma wpływ na globalny obraz siebie oraz warunkuje dobre ogólne przystosowania jednostki.
- Brak korelacji między wysokością ja realnego, a samooceną może wskazywać na niestabilizowane jeszcze ja realne.
- We wskaźniku ogólnym (globalnym), średnie wyniki badanych, z analizowanych badań, mieszczą się w zasadzie w obszarze wartości przeciętnych, co wskazuje na pozytywny obraz siebie badanej młodzieży. Jednak w stosunku do badań wcześniejszych pojawia się tendencja do obniżania tego wskaźnika (1, 17, 20).
- W badanej populacji, w opozycji do badań wcześniejszych, występuje słaby system mechanizmów radzenia sobie.
- Interakcja płci jest czynnikiem różnicującym badaną grupę, zarówno w zakresie samooceny, jak i globalnego obrazu siebie oraz poszczególnych jego wymiarów.

Streszczenie

Celem podjętych badań była próba odpowiedzi na pytanie, jaki jest poziom samooceny i obraz siebie badanej młodzieży. Badaniami objęto 195 osób, uczniów liceum ogólnokształcącego we Włocławku, średnia wieku badanej grupy wy-

nosiła 14,98 lat. W badaniach zastosowano: *Kwestionariusz Obraz Siebie* D. Offera, *Test Uzupełniania Zdań* (wersja J. M. Sacks i L. Sidney) *Skalę Ogólnej Samooceny* Rosenberga oraz *Test do Badania Wiedzy o Własnej Osobie*.

Uzyskane wyniki badań wskazują na dobry obraz siebie badanej młodzieży i wysoki poziom samooceny. Płeć okazała się istotnym czynnikiem różnicującym badaną grupę.

Słowa kluczowe: **obraz siebie w okresie adolescencji, płeć i obraz siebie**

Summary

The aim of this research is to answer the question about self-esteem and self-image of adolescents. There have been 195 people involved, who are of students High School in Włocławek. The average age of people – 14,98 years old. In the research we have used: The Offer self-image questionnaire for adolescents, Unfinished Sentences Test, Self-image test and Range of Rosenberg's self-opinion. Results of research show good self-image and high level of self-opinion. The groups are different according to the sex. Well-functioning family is the essential base in correct self-image.

Key words: **adolescents' self-image, sex and self-image, features of development, the Offer self-image, questionnaire for adolescents**

Piśmiennictwo

1. Badura-Madej W., Ulasińska R.: *Kwestionariusz Daniela Offera – Obraz siebie – wstępne polskie opracowanie*. Praca niepublikowana, Kraków 1989.
2. Badura-Madej W., Ulasińska R.: *Badania własne Ambulatorium Terapii Rodzin – Obraz siebie*. Praca niepublikowana, Kraków 1989b.
3. Davies J., Brember I.: *Gender, Attainment and Self-esteem in Year 2 – a nine year cross-sectional study*. Paper presented at the Third Warwick International Early Years Conference, 12th-16th April 1999.
4. Dunaj-Kozłowska A.: *Zastosowanie Testów Niedokończonych Zdań w badaniach osobowości*. [W:] Stanik J. M. (red.): *Wybrane techniki diagnostyczne w psychologii klinicznej*. Uniwersytet Śląski, Katowice 1980.
5. Evans D.W.: *Rozwój pojęcia Ja u dzieci z upośledzeniem umysłowym*. *Nowiny Psychologiczne* 2001, 4.
6. Harter S., Pike R.: *The pictorial perceived competence scale for young children*. *Child Development* 1984, 55, 1969–982.
7. Jarczyk K.: *Struktura obrazu siebie młodzieży z inwalidztwem wzroku*. *Szkoła Specjalna* 1996, 2, 73–87.
8. Kędzierska B.: *Psychologiczne wyznaczniki zdrowia z życia młodzieży niedowidzącej*. Dane niepublikowane, 2002.
9. Kozielecki J.: *Psychologiczna teoria samowiedzy*. PWN, Warszawa 1986.
10. Lawrence D.: *Building self-esteem with adult learners*. Paul Chapman Publishing Ltd., London 2000.
11. Łukaszewski W.: *Struktura ja a działanie w sytuacjach zadaniowych*. Wydawnictwo Uniwersytetu Wrocławskiego. Wrocław 1978.
12. Łukaszewski W.: *Osobowość – struktura i funkcje regulacyjne*. PWN, Warszawa 1974.
13. Obuchowska I.: *Adolescencja* [W:] Harwas-Napierała B. i Trempała J. (red.): *Psychologia rozwoju człowieka*. PWN, Warszawa 2000.
14. Rogers C. R.: *Client – centered therapy*. Houghton Mifflin, Boston 1951.
15. Siek S.: *Rozwój potrzeb psychicznych mechanizmów obronnych i obrazu siebie*. Krajowa Agencja Wydawnicza, Warszawa 1984.
16. Stach R.: *Uzależnienie od alkoholu a depresja*. Uniwersytet Jagielloński, Kraków 1991.
17. Tuchalska S.: *Obraz siebie u uczniów z trudnościami w nauce szkolnej w zależności od płci*. *Psychologia Wychowawcza*, 1, 1998.
18. Zaborowski Z.: *Przystosowanie i podmiotowość*. *Nowa Szkoła*, 2, 1998.
19. Zimbardo, P. G., Ruch F. L.: *Psychologia i życie*. Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 1997.
20. Znajmiecka-Sikora M., Godzwon L.: *Obraz siebie młodzieży na podstawie przeprowadzonych badań*. *Zeszyty Naukowe WSHE* 2001, 9.

Adres do korespondencji

Mgr Marta Znajmiecka-Sikora
ul. Niemojewskiego 10/6
91–849 Łódź
e-mail: msikora@centrumego.com