

ACTUALISING THE REQUIREMENTS AND ABILITIES OF THE STUDENTS OF PHYSICAL EDUCATION

Physical education students' self-actualisation

ANNA BOCHENEK

*The Josef Pilsudski University of Physical Education in Warsaw,
Faculty of Physical Education and Sport in Białá Podlaska, Department of Pedagogy*

Mailing address: Anna Bochenek, Faculty of Physical Education and Sport, 2 Akademicka Street,
21-500 Białá Podlaska, tel.: +48 83 3428782, fax: +48 83 3428800, e-mail: ankayo@wp.pl

Abstract

Introduction. One of the elements of a teacher's professional qualifications is the ability of actualisation of one's own requirements and opportunities. The objective of the present research was to study the tendencies behind self-actualisation of the physical education students and the attempt to determine the conditions accompanying the process. **Material and methods.** 1036 Physical Education students graduating from BA and MA studies, participated in the research. Diagnostic poll method utilising Witkowski AS-3 Self-actualisation Scale survey was conducted for the purpose of the research. **Results.** The highest results were achieved by the examined in the following scales: realistic approach, ability to experience ecstatic experiences, openness in emotional relationships, exclusion of social stigmas. The lowest self-actualisation was identified in task orientation, the need for seclusion, and inner-containment. Sex, the year of studies and hobbies, in terms of statistics, significantly differentiate the majority of self-actualisation dimensions. **Conclusions.** The graduating students undertake the effort of self-actualisation. However, many of them are at the beginning of the process. Women demonstrate a higher level of disposition towards self-actualisation than men. The tendency increases as the student progresses in his/ her education but also grows in people with various hobbies.

Key words: teacher, self-actualisation, the tendency towards self-actualisation

Introduction

According to contemporary representatives of modern life, the face of Polish education is changing. The image of a student searching for and creating knowledge, and not one merely embracing the curriculum is emerging. The situation is a challenge, especially for teachers, who are expected to change their attitude towards tasks but also towards themselves. According to Mirski [1], the future of education lies in the search for the synthetic approach defined as the perception of the student, the object of education (an independent and free entity) as regards values shared by him/her and the society. This requires particular interest on the part of the present teachers and teachers-to-be, who ought to undergo a permanent process of internal formation directed at self-awareness. This particular reinterpretation of the concept of the teacher requires the vision of man to be based on humanistic psychology.

Regardless of the differences in humanistic psychologists' theories, the holistic approach adopted by them allows to perceive man as an entity whose elementary aim of existence is self-actualisation. Apart from the term "self-actualisation", literature offers other terms to describe the tendency of constant development such as self-realisation, self-fulfilment, actualisation of self. The majority of authors use these as synonyms. Witkowski [2] is an opponent of such an approach. He emphasises the fact that the term "actualisation of self" defines the essence of the process of directing one's own development much better, highlighting the aware and active approach of a man towards himself/herself. "Self-actualisation" loses this vital aspect suggesting spontaneous, biological character of the process.

The common element joining authors supporting this concept is the belief that man was created to realise what is potentially given to him, the search for the characteristics of a mature, fully functioning (actualising oneself) person and

the emphasis of individual experiences [3].

As early as 1970s, while discussing the concept of actualisation of self, Witkowski [2] indicated that a higher level of actualisation of self is a value which is reflected in various types of social configurations and mainly refers to professionals active in the process of upbringing. It is them who bear responsibility for the development of individuals under their influence and care. Consequently, the first version of Actualisation of Self Scale, whose modification was utilised in the present study, was created with parents, educators and teachers in mind. The basis of the scale consists of Maslow's concept [4]. The majority of characteristic features of a person undergoing actualisation of self were drawn from the concept. The scale was supplemented with "seeing oneself in time" appearing in Shostrom's theory [2].

Maslow based his theory of self-actualisation on human abilities, values, experience and comprehension. Such theory is highly optimistic and full of trust in man and his good, constructive nature. The term "self-actualisation" is defined by the author as a constant actualisation of one's own abilities, opportunities, talents, pursuit of integration and internal harmony [4]. The theory is also regarded as hierarchically highest need of becoming what man is and can be [5]. This stems from the differentiation between the basic requirements and meta-requirements. The former bring about the deficiency motivation which is connected with the reduction of stress. The satisfaction of basic requirements enables the motivation of growth connected with self-fulfilment of own abilities and talents. The person who fulfilled the needs arising as first in the hierarchy has got a chance for self-actualisation.

Many claims made by Maslow are purely hypothetical in nature. The peculiarity of these does not allow them to be operationalised thus empirically tested. Despite that, they constitute an important guidepost for researchers.

The research discussed below constitutes a fragment of wider considerations regarding the pedagogic competences of students of various Physical Education institutions in Poland. The objective of the research was to establish the tendencies towards the actualisation of self of PE students and also the attempt at defining conditions accompanying the process.

Material and methods

The research was conducted among the students of the final year of PE studies coming from 7 different universities in Poland in the academic year 2007/2008 and 2008/2009. The students came from full-time undergraduate, graduate and unified Master's studies. The research data was ob-

tained from 1036 people. The data was gathered by means of a diagnostic poll utilising Witkowski AS-3 Self-actualisation Scale survey [2]. This tool is implemented in order to define the degree to which the examined meets the criteria for his/her own development. The scale does not determine the level of actualisation particular to the individual, but emphasises the criteria driving the process without impediments. The scale consists of 15 features describing two extreme situations at the same time. The task of the examined is to indicate his/her own place within the A-G segment by marking the particular place in the segment. All the features are based on metric 1-7 scale. In the statistical analysis of the data the following were calculated: weighted mean, chi-square value (χ^2), the correlation and dependence value (C_{KOR}).

Results

The analysis of the relationship between sex and scores in particular actualisation-of-self scales indicated that, in the majority of scales, women obtain higher results. Men tend to demonstrate distinctly higher tendency of self-actualisation in terms of realistic approach. Men also obtained somewhat higher results than women regarding "inner-containment", "creativity", "the need for seclusion" and "sense of humour". Although these categories in both groups ranked the same, their average values were significantly different. Women exhibit a higher tendency to actualisation of self in almost all remaining categories. This claim is supported by higher than in men average ranks of importance. The most significant differences occurred in relation to "the ability to accept oneself and others", "freshness of evaluation" and "ability to experience ecstatic experiences". A deeper statistical analysis, aimed at defining the relationship between the tendency to actualise oneself in terms of particular categories and respondents' sex, proved that the statistically important relationship was established in 10 categories. Sex is the differential variable for the "location of self in time", "self-acceptance and acceptance of others", "following one's own internal motivation", the ability to experience emotions regarding the situations occurring around us, the ability to be open in emotional contacts, universal values and matters. The statistically vital difference was also indicated in the relationship between respondents' sex and the following categories: "sense of humour", "creativity" and "the ability to overcome dichotomies". The fact that the statistically vital relationships were established between sex and some self-actualisation criteria allows for the determination of the strength of such relationship (C_{KOR}). The analysis proves

Table 1. Average ranks of importance obtained in individual self-actualisation scales in relation to sex

Self-actualisation criteria	Men (n=680)		Women (n=356)		Chi-square value (χ^2)	C _{KOR}
	Average	Ranking	Average	Ranking		
Placement of oneself in time	4.68	VI	4.69	VII	17.77	0.22
Acceptance of oneself and others	4.73	IV	5.13	V	16.87	0.22
Realistic approach	5.09	I	5.17	IV	6.97	-
Orientation on tasks	4.00	XIII	4.37	XI	7.68	-
Inner-containment	3.69	XV	3.26	XV	14.04	0.20
The need for seclusion	4.44	XII	4.26	XII	9.45	-
Freshness of evaluation	4.45	XI	4.74	VI	7.84	-
Ability to experience ecstatic experiences	4.96	II	5.42	II	29.83	0.28
Participation in general thinking and assessment	3.95	XIV	3.71	XIV	23.36	0.26
Openness towards emotional contact	4.69	V	5.24	III	20.28	0.23
Exclusion of social stigmas	4.85	III	5.51	I	29.9	0.28
Setting objectives for one's own life	4.61	VIII	4.57	VIII	8.5	-
Spontaneous sense of humour	4.59	X	4.17	XIII	17.15	0.22
Creativity	4.64	VII	4.51	X	18.09	0.22
Ability to overcome dichotomies	4.60	IX	4.52	IX	14.69	0.21

Numbers in bold denote statistically vital differences for $p < 0.05$; $df=6$

Table 2. Average ranks of importance obtained in individual self-actualisation scales in relation to the year of studies

Self-actualisation criteria	3 rd year (n=580)		Final year (n=456)		Chi-square value (χ^2)	C _{KOR}
	Average	Ranking	Average	Ranking		
Placement of oneself in time	4.55	VIII	4.82	VIII	10.94	-
Acceptance of oneself and others	4.86	IV	4.88	VI	17.56	0.22
Realistic approach	5.01	II	5.26	I	20.09	0.23
Orientation on tasks	4.23	XIII	4.51	XII	13.0	-
Inner-containment	3.45	XV	3.66	XV	12.12	-
The need for seclusion	4.52	IX	4.20	XIII	19.23	0.23
Freshness of evaluation	4.46	XI	4.66	X	15.34	0.21
Ability to experience ecstatic experiences	5.09	I	5.15	IV	6.6	-
Participation in general thinking and assessment	3.86	XIV	3.88	XIV	4.49	-
Openness towards emotional contact	4.75	V	5.04	V	19.79	0.23
Exclusion of social stigmas	4.97	III	5.20	II	5.17	-
Setting objectives for one's own life	4.46	XI	4.77	IX	17.80	0.22
Spontaneous sense of humour	4.75	V	5.16	III	11.57	-
Creativity	4.56	VII	4.63	XI	11.41	-
Ability to overcome dichotomies	4.49	X	4.86	VII	13.12	0.05

Numbers in bold denote statistically vital differences for $p < 0.05$; $df=6$

that in all of the evaluated categories, the relationship between the variables was weak (Tab. 1).

Students graduating from PE studies constituted the participants of the research. These were students completing not only undergraduate studies but also those completing Master's studies. The analysis indicated that the 5th year students achieved higher averages in almost all scales. Respondents completing undergraduate studies demonstrate

slightly higher tendency towards self-actualisation in terms of the need for seclusion. Respondents completing graduate studies were able to define their goals and life aspirations in a slightly more confident way. They were more open towards making contact with other people and avoided stereotyping in interpersonal relations more frequently. Their attitude towards tasks and the ability to overcome various dichotomies in their functioning were slightly

stronger than in case of their younger colleagues. The statistical analysis undertaken with the purpose of defining the relationship between the year of studies and the tendency towards self-actualisation substantiated the existence of the relationship in case of 7 criteria. The year of studies was pinpointed as the differential variable for "the ability to accept oneself and others", "overcoming dichotomies" and "realistic approach". Statistically vital differences also occurred in relation to "openness towards others", "freshness of evaluation", "setting objectives regarding one's life and the ability to choose means of their realisation" and "the ability to overcome dichotomies". However, correlation and dependence values indicate that the relationship was weak and, as regards, "the ability to overcome dichotomies" the correlation can be considered as weak (Tab. 2).

The Self-actualisation Scale used in the research allows for gathering of information pertaining to respondents' interests. This presents an opportunity to examine the actualisation of developmental potential from the perspective of the respondents' hobbies. The surveyed students named various forms of interests, which even though categorised, made the statistical analysis difficult. Therefore, the comparison of self-actualisation tendencies in groups of students with particular hobbies, regardless of their type, and those declaring lack of particular interests, was decided upon. The analysis indicates that those students who declared having various type of interests exhibited strong realistic approach, were cheerful and spontaneous in their behaviour. These categories showed the greatest differences in the average values of importance ranks. The analysis also showed that people who declared having various life passions demonstrated a higher tendency towards creating deep emotional relationships, democratic character structure and acceptance of oneself and human nature. In turn, the examined who declared lack of particular interests, in relation to the respondents from the previous group, were able to place themselves in time better, were more autonomous and searched for seclusion more frequently. Statistical analysis showed that a significant relationship between the self-actualisation tendency and the possession of interests occurred in 9 categories. Hobbies are seen as the differential variable for the following aspects of self-actualisation: "the acceptance of oneself and others", "orientation on reality and task", "readiness towards re-evaluation of certain issues", "experiencing emotions and making contact with other people". The correlation and dependence value indicates, however, that as regards "the acceptance of oneself and others", "orientation on tasks", "realistic approach", and "spontaneous sense of humour" the correlation between the variables was low and when considering the

remaining variables, the relationship ought to be defined as weak (Tab. 3).

Discussion

The theory of self-actualisation constitutes a theory of personality development which underlies the belief that every human being is driven by development and fulfilment of individual dispositions. The tendency, although positive, may not reveal itself. In addition, research indicates that only a part of population reach the optimum level of development. The reason behind it may be a personality development defect, which Maslow identifies as neurosis or the cause of neurosis [4]. The obstacle for the development may consist of both external factors and internal mechanism limiting or hindering the individual's activity or directing the individual towards goals which conflict his/her needs and the hierarchy of values. Development constitutes the essence of self-development of every human being. However, as regards teachers, development is doubly important. A teacher actualising his/her own developmental potential, perfects not only him/herself, but also is able to catalyse the process in people under his/her care. In addition, only this type of facilitator is able to create the optimum conditions for personality development. An individual who self-actualises is prepared for life within culture, but does not yield to fashionable cultural trends without thought. Moreover, such an individual, without shame or fear, accepts people as they are and not as he/she would like to perceive them. Consequently, self-actualisation studies regarding this group of professionals supply vital information as regards the readiness to work with children and the youth.

The surveyed students of PE, in the majority of scales, obtained slightly-above-average results which indicates that they are on the self-actualisation path. However, the process seems to have only begun or respondents seem to encounter difficulties as regards work on their own development. It seems that actualisation of self is a process bringing gradual results. The claim may be supported by the fact that 3rd year students obtained lower results in individual scales than the students of the final year. Moreover, Self-actualisation Scale research conducted by Głodzik [6] among professionally active teachers demonstrate that their results in the majority of scales surpassed the 5.0 average. Only in inner-containment, both PE students and the teachers obtained low result. A similar presentation of the tendency is demonstrated by Janowska's research [7] conducted among students of studies training prospective teachers. The examined obtained similar arithmetic means in individual scales. However, the highest tendency of de-

Table 3. Average ranks of importance obtained in individual self-actualisation scales in relation to declared by the examined interests

Self-actualisation criteria	Lack of interests		Various interests		Chi-square value (χ^2)	C_{KOR}
	Average	Ranking	Average	Ranking		
Placement of oneself in time	5.00	II	4.62	IX	7.5	-
Acceptance of oneself and others	4.22	XII	4.97	V	33.11	0.25
Realistic approach	4.53	VII	5.22	I	28.69	0.23
Orientation on tasks	3.97	XIII	4.44	XII	32.47	0.24
Inner-containment	3.81	XIV	3.50	XV	7.48	-
The need for seclusion	4.67	V	4.33	XIII	11.6	-
Freshness of evaluation	4.89	III	4.49	XI	14.84	0.17
Ability to experience ecstatic experiences	5.06	I	5.13	II	14.43	0.16
Participation in general thinking and assessment	3.61	XV	3.91	XIV	17.87	0.18
Openness towards emotional contact	4.44	IX	4.95	VI	18.9	0.19
Exclusion of social stigmas	4.72	IV	5.13	II	7.44	-
Setting objectives for one's own life	4.58	VI	4.60	X	3.85	-
Spontaneous sense of humour	4.28	XI	5.04	IV	27.96	0.23
Creativity	4.36	X	4.63	VIII	10.15	-
Ability to overcome dichotomies	4.47	VIII	4.68	VII	17.06	0.18

Numbers in bold denote statistically vital differences for $p < 0.05$; $df=6$

velopment was indicated in placement in time, exclusion of social stigmas and the ability to experience ecstatic experiences.

Research conducted among the prospective PE teachers proved that, in accordance with Maslow's views [4], there exist differences between men and women as regards some self-actualisation indicators. However, such relationship is confirmed by neither Źylicz's [3] nor Jankowska's [7] research. In the latter's case, the relationship was virtually impossible to grasp due to the very low percentage of men in the sample group. This is the consequence of feminisation of studies training prospective teachers.

Self-actualisation of prospective teachers may be considered as a crucial aspect underlying educational competences. According to Czykwin [8], a teacher developing his/her own awareness feels in control of the situation, is responsible for his/her own choices and their consequences. Owing to these skills his expectations develop students' role in a much better way. Therefore, these skills contribute to developing people oriented towards development who are more self-aware and aware of their own needs. Self-awareness of the teacher allows him to develop personally and professionally. It leads to integrated personality which, in the contemporary world, constitutes an antidote for various disorders ensuing from ambiguities and social disintegration.

Conclusions

1. Students graduating from PE studies as prospective teachers demonstrate a high level of actualisation regarding openness to emotional contact, exclusion of social stigmas and acceptance of oneself and others. Still, respondents exhibit certain tendencies towards defensive attitude as regards oneself, withdrawal into the surrounding environment, demonstrating conformist behaviour.
2. Female respondents exhibit a stronger tendency towards self-actualisation than men. Women demonstrate significantly higher ability to be open to emotional contact with other people and they avoid social stigmatisation of others.
3. Students of the final year demonstrate a higher tendency to self-actualisation than 3rd year students, which may give evidence to the fact that the tendency to self-actualise grows with the progression of a student in his/her studies.
4. Students who become engaged in their hobbies exhibit a higher tendency to self-actualise than people declaring lack of particular interests. This fact constitutes a fundamental piece of advice regarding activities undertaken by universities which, apart from the educational function, ought to create and foster students' interests as this is one of the methods leading to the development of a competent PE teacher.

Acknowledgements

The research was accomplished within the framework of research project of Faculty of Physical Education and Sport in Białą Podlaska, Josef Pilsudski University of Physical Education in Warsaw – DS.91 – financed by the Ministry of Science and Higher Education.

Literature

1. Mirski, A. (2006). Psychological competences at school. In B. Muchacka (Ed.), *Education of teachers for future schools* (pp. 63-79). Kraków: Oficyna Wydawnicza Impuls. [in Polish]
2. Witkowski, T. (1978). *Introduction to AS-3 Scale* (part I). Lublin: Wyd. KUL. [in Polish]
3. Żylicz, P.O. (1996). *Self-actualisation vs. Moral Integration*. Warszawa: Fundacja ATK. [in Polish]
4. Maslow, A.H. (2004). *Towards the Psychology of Existence* (2nd edition). Warszawa: Wyd. REBIS. [in Polish]
5. Maslow, A.H. (1990). *Motivation vs. Personality* (2nd edition). Warszawa: PWN. [in Polish]
6. Głodzik, B. (2008). The teacher and his health in the post-modern period. In A. Grabowiec, J. Bogucki & A. Bochniarz (Eds.), *Healthy school - healthy student. Education in the face of contemporary health hazards* (pp. 167-173). Lublin: Wyd. NeuroCentrum. [in Polish]
7. Janowska, J. (2003). *Self-actualisation – Theory and Practice in Teachers' Education* (2nd edition). Lublin: Wyd. UMCS. [in Polish]
8. Czykwin, E. (1995). *Teacher's Self-awareness* (1st edition). Białystok: Wyd. Trans Humana. [in Polish]

Submitted: July 16, 2010

Accepted: September 19, 2010

AKTUALIZACJA POTRZEB I MOŻLIWOŚCI STUDENTÓW WYCHOWANIA FIZYCZNEGO

Samoaktualizacja studentów wychowania fizycznego

ANNA BOCHENEK

*Akademia Wychowania Fizycznego J. Piłsudskiego w Warszawie,
Wydział Wychowania Fizycznego i Sportu w Białej Podlaskiej, Zakład Pedagogiki*

Adres do korespondencji: Anna Bochenek, Wydział Wychowania Fizycznego i Sportu, ul. Akademicka 2,
21-500 Biała Podlaska, tel.: 83 3428782, fax: 83 3428800, e-mail: ankayo@wp.pl

Streszczenie

Wprowadzenie. Jednym z elementów kwalifikacji zawodowych nauczyciela jest zdolność aktualizacji własnych potrzeb i możliwości. Celem niniejszych badań było poznanie tendencji do aktualizacji siebie studentów wychowania fizycznego oraz próba określenia uwarunkowań towarzyszących temu procesowi. **Materiał i metody.** W badaniach wzięło udział 1036 studentów wychowania fizycznego, kończących studia licencjackie i magisterskie. Posłużono się metodą sondażu diagnostycznego, w ramach którego przeprowadzono badania ankietowe przy użyciu Skali Aktualizacji Siebie AS-3 Witkowskiego. **Wyniki.** Najlepsze wyniki uzyskiwali badani w skalach: stawianie na rzeczywistość, zdolność do przeżyć ekstatycznych, otwartość w kontaktach emocjonalnych, wykluczenie etykietowania. Najniższy poziom aktualizacji siebie stwierdzono w skalach: nastawienia na zadania, potrzeba odosobnienia i wewnątrzsterowność. Płeć badanych, rok studiów i posiadane zainteresowania różnicują w sposób istotny statystycznie większość wymiarów aktualizacji siebie. **Wnioski.** Studenci kończący studia wychowania fizycznego podejmują trud aktualizacji siebie, ale wielu z nich jest dopiero na początku tej drogi. Kobiety wykazują wyższą skłonność do aktualizacji siebie niż mężczyźni. Tendencja ta wzrasta wraz z rokiem studiów, a także u osób posiadających różnego typu zainteresowania.

Słowa kluczowe: nauczyciel, aktualizacja siebie, tendencja do samoaktualizacji

Wstęp

Z rozważań prowadzonych w ciągu ostatnich lat przez przedstawicieli różnych dziedzin współczesnego życia wynika, że zmienia się oblicze polskiej edukacji. Wyłania się z niej obraz ucznia poszukującego i tworzącego wiedzę, a nie opanowującego przygotowany dla niego program. Sytuacja ta jest wyzwaniem zwłaszcza dla nauczycieli, od których oczekuje się zarówno zmiany stosunku do podejmowanych zadań, jak i do własnej osoby. Mirski [1] uważa, że przyszłością edukacji jest poszukiwanie syntetycznego ujęcia łączącego postrzeganie ucznia jako podmiotu edukacji – jednostki niezależnej i wolnej z jej odniesieniem do wartości wspólnych jej i społeczeństwu. Wymaga to szczególnego zaangażowania ze strony obecnych i przyszłych nauczycieli, którzy powinni podlegać permanentnemu procesowi wewnętrznej formacji ukierunkowanej na samoświadomość. Ta szczególna reinterpretacja kon-

cepcji nauczyciela domaga się oparcia wizji człowieka na psychologii humanistycznej.

Niezależnie od różnic w teoriach psychologów humanistycznych, przyjęty przez nich holistyczny punkt widzenia pozwala postrzegać człowieka jako jednostkę, której zasadniczym celem istnienia jest samoaktualizacja. Obok tego terminu spotykane są w literaturze także inne pojęcia, którymi określa się tendencję do ciągłego rozwoju: „samourzeczywistnienie”, „samorealizacja” czy „aktualizacja siebie”. Większość autorów traktuje je jako synonimy używając ich zamiennie. Przeciwnikiem takiego stanowiska jest Witkowski [2], który podkreśla, że termin „aktualizacja siebie” lepiej oddaje istotę procesu kierowania własnym rozwojem, akcentując świadomy i aktywny stosunek człowieka do siebie. „Samoaktualizacja” gubi tę istotną treść, sugerując niejako, że coś dokonuje się samorzutnie, na poziomie biologicznym.

Elementem łączącym autorów bliskim tej koncepcji jest przekonanie o powołaniu człowieka do realizacji tego, co w nim potencjalnie dane, poszukiwanie cech osoby dojrzałej, w pełni funkcjonującej (aktualizującej siebie) oraz akcentowanie znaczenia indywidualnych doświadczeń [3].

Witkowski [2] podejmujący zagadnienie aktualizacji siebie już w latach siedemdziesiątych minionego stulecia zauważał, że wyższy poziom aktualizacji siebie jest wartością, która znajduje odzwierciedlenie w różnego typu układach społecznych i odnosi się przede wszystkim do osób zawodowo zajmujących się procesem wychowania. Na nich spoczywa odpowiedzialność za rozwój jednostek powierzonych ich oddziaływaniom i właśnie z myślą o rodzicach, wychowawcach i nauczycielach powstała pierwsza wersja Skali Aktualizacji Siebie, której modyfikacją posłużono się w omawianych w dalszej części opracowania badaniach. Jej fundamentem jest koncepcja Masłowa [4], z której zaczerpnięto większość cech charakterystycznych dla osoby aktualizującej siebie i uzupełniono ją o „widzenie siebie w czasie”, pojawiające się w teorii Shostroma [cyt. za 2].

Masłow oparł swoją koncepcję samoaktualizacji na ludzkich możliwościach, wartościach, doświadczeniu i rozumieniu. Koncepcja ta jest wysoce optymistyczna i pełna zaufania do człowieka i jego dobrej, konstruktywnej natury. Sam termin „samoaktualizacja” definiowany jest przez autora jako ciągła aktualizacja swoich możliwości, zdolności, talentów, dążenie ku integracji, wewnętrznej harmonii [4]. Traktowana jest ona również jako o najwyższa hierarchicznie potrzeba stawania się tym, czym człowiek jest i stać się potrafi [5]. Wynika to z rozróżnienia między potrzebami podstawowymi i metapotrzebami. Potrzeby podstawowe rodzą motywację braku, która jest związana z redukcją napięcia. Ich zaspokojenie otwiera przed jednostką motywację wzrostu związaną z urzeczywistnianiem własnych możliwości i talentów. Na samoaktualizację ma bowiem szansę osoba, która zaspokoiła potrzeby pojawiające się w hierarchii jako wcześniejsze.

Wiele z twierdzeń postawionych przez Masłowa ma charakter wyłącznie hipotetyczny. Specyfika tych tez nie pozwala na poddanie ich operacjonalizacji i co za tym idzie empirycznemu sprawdzeniu, ale mimo to stanowią one ważne drogowskazy dla poszukiwań badawczych.

Omawiane poniżej badania stanowią fragment szerszych poszukiwań dotyczących kompetencji pedagogicznych studentów wychowania fizycznego różnych uczelni w Polsce. Celem ich było poznanie tendencji do aktualizacji siebie studentów wychowania fizycznego, a także próba określenia uwarunkowań towarzyszących temu procesowi.

Materiał i metody

Badania przeprowadzono w roku akademickim 2007/2008 i 2008/2009 wśród studentów ostatniego roku studiów wychowania fizycznego siedmiu uczelni w Polsce. Byli to studenci studiów stacjonarnych I i II stopnia, a także studenci jednolitych studiów magisterskich. Poddany analizie materiał badawczy pochodził od 1036 osób, w jego opracowaniu posłużono się metodą sondażu diagnostycznego przy wykorzystaniu Skali Aktualizacji Siebie AS-3 Witkowskiego [2]. Narzędzie to służy do rozpoznania stopnia, w jakim badany spełnia kryteria służące jego rozwojowi. Nie określa poziomu aktualizacji charakterystycznego dla jednostki, ale kładzie nacisk na kryteria, dzięki którym proces ten przebiega bez utrudnień. Skala składa się z 15 charakterystyk opisujących za każdym razem dwie skrajne sytuacje. Zdaniem badanego jest określenie własnego miejsca na odcinku A-G poprzez zakreszenie odpowiedniego punktu na skali. Wszystkie charakterystyki oparte są na skali metrycznej od 1 do 7. W analizie statystycznej materiału badawczego obliczono: średnią ważoną, wartość testu chi-kwadrat (χ^2) i wartość współczynnika korelacji (C_{KOR}).

Wyniki

Analiza wyników uzyskanych w poszczególnych skalach aktualizacji siebie w zależności od płci dowodzi, że wyższe wyniki w większości skal uzyskują kobiety. Mężczyźni wykazują jedynie wyraźnie wyższą tendencję samoaktualizacji w zakresie „stawiania na rzeczywistość”. Nieco wyższe wyniki w porównaniu z kobietami uzyskali także w skalach: „wewnątrzstrerowność”, „twórczość”, „potrzeba odosobnienia” i „poczucie humoru”, jakkolwiek kategorie te w obu porównywanych grupach znalazły się na tych samych miejscach, ale różniły je wyraźnie wartości średnich. Kobiety wykazują natomiast wyższą tendencję do aktualizacji siebie niemal we wszystkich pozostałych kategoriach o czym świadczą wyższe niż w przypadku grupy mężczyzn średnie rangi ważności. Najsilniej różnice te zaznaczyły się w zakresie „umiejętności akceptacji siebie i innych ludzi”, „świeżości ocen” oraz „zdolności do przeżyć ekstatycznych”. Pogłębiona analiza statystyczna zmierzająca do ustalenia zależności między tendencją do aktualizacji siebie w zakresie poszczególnych kategorii a płcią respondentów dowiodła, iż związek istotny statystycznie stwierdzono w przypadku dziesięciu kategorii. Płeć jest zmienną różnicującą „lokalizację siebie w czasie”, „samoakceptację i akceptację innych”, „kierowanie się wewnętrzną motywacją”, zdolność wiązania emocji z tym co dokonuje się do-

okoła nas, umiejętność otwierania się na kontakt emocjonalny oraz wartości i sprawy ogólnoludzkie. Różnicę istotną statystycznie stwierdzono także między płcią respondentów a kategoriami: „poczucie humoru”, „twórczość” i „zdolność przewyższania dychotomii”. Fakt, iż stwierdzono zależność istotną statystycznie między płcią a niektórymi kryteriami aktualizacji siebie upoważnia do ustalenia siły związku między tymi zmiennymi (C_{KOR}). Przeprowadzona analiza dowodzi jednak, iż we wszystkich podanych sprawdzaniu kategoriach siła związku między zmiennymi była niska (Tab. 1).

W badaniu wzięli udział studenci kończący studia wychowania fizycznego. Były to zarówno osoby kończące studia I stopnia (licencjackie), jak i ci, którzy w najbliższym czasie mieli ubiegać się o uzyskanie tytułu magistra wychowania fizycznego. Z przeprowadzonej analizy wynika, że studenci V roku studiów uzyskiwali wyższe średnie niemal we wszystkich skalach. Respondenci kończący studia licencjackie wykazują jedynie nieco wyraźniej dążenie do samoaktualizacji w zakresie potrzeby odosobnienia. Badani kończący studia II stopnia nieco pewniej potrafili określać swoje cele i dążenia życiowe, byli bardziej otwarci

Tabela 1. Średnie rangi ważności uzyskane w poszczególnych skalach aktualizacji siebie w zależności od płci

Kryteria aktualizacji siebie	Mężczyźni (n=680)		Kobiety (n=356)		Wartość testu χ^2	C_{KOR}
	Średnia	Miejsce	Średnia	Miejsce		
Lokalizacja siebie w czasie	4,68	VI	4,69	VII	17,77	0,22
Akceptacja siebie i innych	4,73	IV	5,13	V	16,87	0,22
Stawianie na rzeczywistość	5,09	I	5,17	IV	6,97	-
Nastawienie na zadania	4,00	XIII	4,37	XI	7,68	-
Wewnętrzsterowność	3,69	XV	3,26	XV	14,04	0,20
Potrzeba odosobnienia	4,44	XII	4,26	XII	9,45	-
Świeżość ocen	4,45	XI	4,74	VI	7,84	-
Zdolność do przeżyć ekstatycznych	4,96	II	5,42	II	29,83	0,28
Udział w ogólnoludzkim myśleniu i wartościowaniu	3,95	XIV	3,71	XIV	23,36	0,26
Otwartość na kontakt emocjonalny	4,69	V	5,24	III	20,28	0,23
Wykluczenie etykietowania	4,85	III	5,51	I	29,9	0,28
Stawianie swemu życiu celów	4,61	VIII	4,57	VIII	8,5	-
Poczucie spontanicznego humoru	4,59	X	4,17	XIII	17,15	0,22
Twórczość	4,64	VII	4,51	X	18,09	0,22
Zdolność przewyższania dychotomii	4,60	IX	4,52	IX	14,69	0,21

Cyfry wytłuszczone oznaczają różnice istotne statystycznie przy $p < 0,05$; $df=6$

Tabela 2. Średnie rangi ważności uzyskane w poszczególnych skalach aktualizacji siebie w zależności od roku studiów

Kryteria aktualizacji siebie	III rok (n=580)		V rok (n=456)		Wartość testu χ^2	C_{KOR}
	Średnia	Miejsce	Średnia	Miejsce		
Lokalizacja siebie w czasie	4,55	VIII	4,82	VIII	10,94	-
Akceptacja siebie i innych	4,86	IV	4,88	VI	17,56	0,22
Stawianie na rzeczywistość	5,01	II	5,26	I	20,09	0,23
Nastawienie na zadania	4,23	XIII	4,51	XII	13,0	-
Wewnętrzsterowność	3,45	XV	3,66	XV	12,12	-
Potrzeba odosobnienia	4,52	IX	4,20	XIII	19,23	0,23
Świeżość ocen	4,46	XI	4,66	X	15,34	0,21
Zdolność do przeżyć ekstatycznych	5,09	I	5,15	IV	6,6	-
Udział w ogólnoludzkim myśleniu i wartościowaniu	3,86	XIV	3,88	XIV	4,49	-
Otwartość na kontakt emocjonalny	4,75	V	5,04	V	19,79	0,23
Wykluczenie etykietowania	4,97	III	5,20	II	5,17	-
Stawianie swemu życiu celów	4,46	XI	4,77	IX	17,80	0,22
Poczucie spontanicznego humoru	4,75	V	5,16	III	11,57	-
Twórczość	4,56	VII	4,63	XI	11,41	-
Zdolność przewyższania dychotomii	4,49	X	4,86	VII	13,12	0,05

Cyfry wytłuszczone oznaczają różnice istotne statystycznie przy $p < 0,05$; $df=6$

na nawiązywanie kontaktów z innymi ludźmi i częściej unikali w kontaktach międzyludzkich stereotypizacji. Ich nastawienie na zadania i zdolność przewycięzania różnego rodzaju dychotomii, pojawiających się w ich funkcjonowaniu było nieco silniejsze niż w przypadku młodszych kolegów. Analiza statystyczna, którą podjęto w celu ustalenia zależności między rokiem studiów a tendencją do aktualizacji siebie wskazała na istnienie zależności w przypadku siedmiu kryteriów. Rok studiów okazał się zmienną różnicującą „zdolność akceptacji siebie i innych ludzi”, „przewycięzanie dychotomii”, „stawianie na rzeczywistość taką, jaką ona jest”. Różnice istotne statystycznie pojawiły się także między grupami w odniesieniu do „otwartości na innych ludzi”, „świeżości ocen”, „stawianiu celów swojemu życiu i umiejętności dobierania środków ich realizacji” oraz „zdolności przewycięzania dychotomii”. Wartości współczynnika korelacji wskazuje jednak, że siła związku między zmiennymi była niska, a w przypadku „zdolności do przewycięzania dychotomii” korelację tę można określić jako słabą (Tab. 2).

Skala Aktualizacji Siebie, którą posłużono się w badaniach pozwala na zgromadzenie informacji dotyczących zainteresowań badanych. Stwarza to okazję do spojrzenia na aktualizację potencjału rozwojowego badanych w kontekście ich zainteresowań. Ankietowani studenci wymieniali różne formy zainteresowań, które nawet po poddaniu kategoryzacji utrudniały dokonanie analizy statystycznej, dlatego też zdecydowano o porównaniu tendencji do samoaktualizacji w grupach studentów posiadających sprecyzowane zainteresowania, niezależnie od ich rodzaju, a

także wśród respondentów deklarujących brak konkretnych zainteresowań. Z przeprowadzonej analizy wynika, że studenci, którzy deklarowali posiadanie różnego typu zainteresowań zdecydowanie bardziej stawiają na rzeczywistość, byli pogodni i spontaniczni w swoich zachowaniach. W ocenie tych kategorii zaobserwowano największe różnice w wartościach średnich rang ważności. Analiza dowiodła także, iż osoby deklarujące posiadanie różnego rodzaju pasji wykazywały też silniejszą tendencję do nawiązywania głębokich kontaktów emocjonalnych, demokratycznej struktury charakteru oraz akceptacji siebie i ludzkiej natury. Badani, deklarujący brak sprecyzowanych zainteresowań z kolei lepiej niż respondenci z porównywanej grupy lokalizowali siebie w czasie, byli bardziej autonomiczni i częściej poszukiwali samotności. Analiza statystyczna wykazała, że istotna zależność między tendencją do aktualizacji siebie a posiadaniem przez respondentów zainteresowań występowała w odniesieniu do dziewięciu kategorii. Zainteresowania są zmienną różnicującą między innymi takie wymiary samoaktualizacji jak: „akceptacja siebie i innych”, „nastawienie na rzeczywistość i zadania”, „gotowość nowego oceniania pewnych spraw”, „przeżywania emocji i nawiązywania kontaktu z innymi ludźmi”. Wartość współczynnika korelacji wskazuje jednak, iż w przypadku kategorii: „akceptacja siebie i innych”, „stawianie na rzeczywistość”, „nastawienie na zadania” i „poczucie spontanicznego humoru” korelacja między zmiennymi była niska, a w przypadku pozostałych kategorii należy związek ten określić jako słaby (Tab. 3).

Tabela 3. Średnie rangi ważności uzyskane w poszczególnych skalach aktualizacji siebie w zależności od posiadanych przez badanych zainteresowań

Kryteria aktualizacji siebie	Brak zainteresowań		Zainteresowania różnego typu		Wartość testu χ^2	C _{KOR}
	Średnia	Miejsce	Średnia	Miejsce		
Lokalizacja siebie w czasie	5,00	II	4,62	IX	7,5	-
Akceptacja siebie i innych	4,22	XII	4,97	V	33,11	0,25
Stawianie na rzeczywistość	4,53	VII	5,22	I	28,69	0,23
Nastawienie na zadania	3,97	XIII	4,44	XII	32,47	0,24
Wewnętrzsterowność	3,81	XIV	3,50	XV	7,48	-
Potrzeba odosobnienia	4,67	V	4,33	XIII	11,6	-
Świeżość ocen	4,89	III	4,49	XI	14,84	0,17
Zdolność do przeżyć ekstatycznych	5,06	I	5,13	II	14,43	0,16
Udział w ogólnoludzkim myśleniu i wartościowaniu	3,61	XV	3,91	XIV	17,87	0,18
Otwartość na kontakt emocjonalny	4,44	IX	4,95	VI	18,9	0,19
Wykluczenie etykietowania	4,72	IV	5,13	II	7,44	-
Stawianie swemu życiu celów	4,58	VI	4,60	X	3,85	-
Poczucie spontanicznego humoru	4,28	XI	5,04	IV	27,96	0,23
Twórczość	4,36	X	4,63	VIII	10,15	-
Zdolność przewycięzania dychotomii	4,47	VIII	4,68	VII	17,06	0,18

Cyfry wytłuszczone oznaczają różnice istotne statystycznie przy $p < 0,05$; $df = 6$

Dyskusja

Teoria aktualizacji siebie stanowi swoistą teorię rozwoju osobowości, u podstaw której leży przekonanie, że każdą jednostkę ludzką cechuje dążenie w kierunku rozwoju i realizacji indywidualnych dyspozycji. Tendencja ta, jakkolwiek z natury pozytywna, może się jednak nie ujawnić, a badania wskazują, że tylko część ludzi osiąga optymalny poziom rozwoju. Przyczyną tego stanu może być defekt w rozwoju osobowości, który Maslow utożsamia z nerwicą czy też raczej z przyczyną powstawania nerwicy [4]. Przeszkodę stanowią zarówno czynniki zewnętrzne jak i wewnętrzne mechanizmy ograniczające lub hamujące aktywność jednostki, bądź ukierunkowujące ją na cele sprzeczne z jej potrzebami i przyjętą przez nią hierarchię wartości. Nastawienie na rozwój stanowi istotę samowzrastania każdego człowieka, ale w przypadku nauczycieli nabiera ono podwójnego znaczenia. Wychowawca aktualizujący swój potencjał rozwojowy nie tylko doskonali siebie, ale jest w stanie wspierać taki proces u swoich podopiecznych i co więcej – tylko taki facylitator jest w stanie stworzyć im optymalne warunki kształtowania osobowości. Jednostka aktualizująca siebie jest przystosowana do życia w kulturze, ale nie ulega bezrefleksyjnie wszystkim modnym trendom kulturowym, bez poczucia wstydu czy lęku akceptuje innych takimi, jakimi oni są, a nie takimi, jakimi chciałaby ich widzieć. Stąd też badania nad aktualizacją siebie podejmowane wśród tej grupy zawodowej stanowią ważną informację dotyczącą ich przygotowania do pracy z dziećmi i młodzieżą.

Badani studenci wychowania fizycznego uzyskiwali w większości skal wyniki nieco ponad przeciętne co wskazuje na to, iż znaleźli się na drodze do aktualizacji siebie, ale wyraźnie proces ten został dopiero zapoczątkowany bądź też respondenci napotykają pewne kłopoty w związku z podejmowaniem pracy nad sobą. O tym, iż aktualizacja siebie jest procesem, który przynosi stopniowe efekty świadczyć może to, iż studenci III roku uzyskiwali niższe wyniki w poszczególnych skalach niż studenci V roku. Zwłaszcza, że badania Skalą Aktualizacji Siebie przeprowadzone przez Głodzik [6] wśród czynnych zawodowo nauczycieli wykazują, że wyniki, jakie uzyskiwali oni w większości skal przekraczały średnią 5,0. Jedynie w skali wewnątrzsterowność nauczyciele, tak, jak i badani studenci wychowania fizycznego, uzyskiwali niski wynik. Podobny obraz tendencji do aktualizacji siebie wyłaniał się z badań Janowskiej [7] przeprowadzonych wśród studentów studiów nauczycielskich. Badani uzyskiwali zbliżone średnie arytmetyczne w poszczególnych skalach, jakkolwiek najwyższą tendencję do rozwoju stwierdzono w obrębie loka-

lizacji w czasie, wykluczenia etykietowania i zdolności do przeżyć ekstatycznych.

Badania przeprowadzone wśród przyszłych nauczycieli wychowania fizycznego pozwoliły stwierdzić, iż zgodnie z poglądami Maslowa [4] istnieją różnice między kobietami i mężczyznami w odniesieniu do niektórych wskaźników aktualizacji siebie. Zależności takiej nie potwierdzają natomiast badania Żylicza [3] ani Janowskiej [7], jakkolwiek w przypadku tych ostatnich uchwycenie tego typu zależności było niemal niemożliwe ze względu na bardzo mały odsetek mężczyzn w badanej próbie. Wynika to z wyraźnej feminizacji większości studiów nauczycielskich.

Na zagadnienie aktualizacji siebie przyszłych nauczycieli można spojrzeć jak na ważny aspekt, leżący u podstaw kompetencji wychowawczych. Zdaniem Czykwin [8] nauczyciel pracujący nad własną świadomością posiada poczucie panowania nad sytuacją, jest odpowiedzialny za swoje wybory i płynące z nich konsekwencje, dzięki tym umiejętnościom jego oczekiwania lepiej kreują rolę ucznia, przyczyniają się zatem do wychowania bardziej świadomych siebie i swoich potrzeb, nastawionych na własny rozwój ludzi. Samoświadomość nauczyciela pozwala mu na jego rozwój indywidualny i zawodowy, prowadzi do zintegrowanej osobowości, która jest we współczesnym świecie antidotum na różnego rodzaju zaburzenia wynikające z wieloznaczności i dezintegracji społecznej.

Wnioski

1. Studenci kończący studia wychowania fizycznego jako potencjalni nauczyciele wykazują wysoki poziom aktualizacji otwartości na kontakt emocjonalny, wykluczenia etykietowania i akceptacji siebie i innych. Zaznaczają się jednak u badanych wciąż pewne skłonności do obronnego nastawienia na siebie, zamykania się w obrębie swojego najbliższego otoczenia i uzewnętrzniania zachowań konformistycznych.
2. Badane kobiety przejawiają silniejszą tendencję do aktualizacji siebie niż mężczyźni. Wykazują one znacznie wyższą umiejętność otwierania się na kontakt emocjonalny z drugim człowiekiem, a także unikają etykietowania innych.
3. Studenci V roku wykazują wyższą tendencję do aktualizacji siebie w porównaniu ze studentami III roku, co świadczyć może o tym, iż w toku studiów wzrasta tendencja do samoaktualizacji.
4. Studenci realizujący swoje pasje wykazują wyższą tendencję do aktualizacji siebie niż osoby, deklarujące brak jakichkolwiek zainteresowań. Stanowi to istotną wska-

zówkę dla działań podejmowanych przez uczelnie, które powinny obok swoich funkcji kształcących budzić i rozwijać zainteresowania studentów, ponieważ jest to jedna z dróg wiodących do przygotowania kompetentnego nauczyciela wychowania fizycznego.

Podziękowania

Pracę wykonano w ramach projektu badawczego Wydziału Wychowania Fizycznego i Sportu w Białej Podlaskiej Akademii Wychowania Fizycznego Józefa Piłsudskiego w Warszawie – DS.91 – finansowanego przez Ministerstwo Nauki i Szkolnictwa Wyższego.

Piśmiennictwo

1. Mirski, A. (2006). Psychologiczne kompetencje w szkole. W B. Muchacka (Red.), *Kształcenie nauczycieli przyszłej szkoły* (str. 63-79). Kraków: Oficyna Wydawnicza Impuls.
2. Witkowski, T. (1978). *Wprowadzenie do Skali AS-3* (Część I). Lublin: Wyd. KUL.
3. Żylicz, P.O. (1996). *Samoaktualizacja a integracja moralna*. Warszawa: Fundacja ATK.
4. Maslow, A.H. (2004). *W stronę psychologii istnienia* (Wydanie II). Warszawa: Wyd. REBIS.
5. Maslow, A.H. (1990). *Motywacja i osobowość* (Wydanie II). Warszawa: PWN.
6. Głodzik, B. (2008). Nauczyciel i jego zdrowie w czasach postmodernizmu. W A. Grabowiec, J. Bogucki & A. Bochniarz (Red.), *Zdrowa szkoła – zdrowy uczeń. Edukacja wobec współczesnych zagrożeń zdrowia* (str. 167-173). Lublin: Wyd. NeuroCentrum.
7. Janowska, J. (2003). *Samoaktualizacja w teorii i praktyce kształcenia nauczycieli* (Wydanie II). Lublin: Wyd. UMCS.
8. Czykwin, E. (1995). *Samoświadomość nauczyciela* (Wydanie I). Białystok: Wyd. Trans Humana.

Otrzymano: 16.07.2010

Przyjęto: 19.10.2010