

THE STRUCTURE OF SELF-ESTEEM AMONG PHYSICAL EDUCATION STUDENTS IN THE SELECTED ACADEMIES IN POLAND

Self-esteem of Physical Education students

ANNA BROJEK

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

Mailing address: Anna Brojek, Faculty of Physical Education and Sport,
2 Akademicka Street, 21-500 Biała Podlaska, tel.: +48 509111223, fax: +48 83 3428800,
e-mail: ajbrojek@gmail.com

Abstract

Introduction. One of the elements of the self-knowledge system is self-esteem. This system is continuously organized into a certain kind of a distinctive structure of ideas and notions. The aims of this paper, is to define the sense of self-esteem among first year physical education students. **Material and methods.** The method applied in the research was a diagnostic survey accompanied by questionnaire based on Fitts's "The Tennessee Self-concept Scale", in a simplified term TSCS. The survey was conducted in Academic Year 2008/2009 among 667 respondents in eight state and non-state Polish academies. **Results.** The conducted survey indicates that there is an obvious tendency for students to have high self-esteem. Such a high level falls within the remit of the majority of aspects: moral-ethical self, family self and personal-self. Moreover, a high level of self-esteem was recognized in students' global sense of self-esteem and in self-esteem concerning personal-self. Crucially, the medium level of self-esteem concerning behaviour was declared by a considerable percentage of the respondents. The high level of global self-esteem was definitely assigned to female students whereas the medium level was noticed among male students. **Conclusion.** One of the key elements of human personality is the sense of self-esteem which influences both the level of self-acceptance and self-awareness. Therefore, it is of paramount importance to develop these skills and the psychophysical characteristics in the process of upbringing and educating.

Key words: self-esteem, self-realization, students, physical education

Introduction

Scientists have only recently begun to explore the concept of self-esteem as an element of human personality. There are only a few of them who analyse the factors influencing the sense of self-esteem. Many psychologists like J. Reykowski [1], A. Brzezińska [2], M. Żebrowska [3] and others placed emphasis on such human personality elements as self-concept and self-esteem. R. Łapińska states: "Self-concept is a component of self-esteem and the nature of self-concept highly determines the state of mood and the attitude towards the surrounding world" [4]. M. Przetacznikowa [5] shares a similar opinion emphasizing the fact that self-concept and self-esteem are specific elements of human personality. She explains that this specific character is put down to the fact that there are such co-existing elements like: cognitive elements, emotional-estimating elements and action elements. She also gives consideration to the fact that these elements determine human behaviour. According to J. Reykowski, self-concept is a significant component of human personality and it influences both human behaviour and self-esteem [1].

B. Glas asserts that one of the elements of the self-knowledge system is self-esteem. This system is continuously organized into a certain kind of a distinctive structure of ideas and notions and it is a result of gaining new experience. The self-knowledge system is defined as self-image or self-concept [6]. R. Ossowski outlines that there are also other terms in literature that deal with self-knowledge, for instance: self-attitude, self-acceptance, self-awareness, self-portrait. These concepts are synonymous, but still not the same [7].

Many psychologists believe that the difference between "the real me" and "the ideal me" in self-concept determines self-esteem. T. Mądrycki posits that "the real me", in other words called present self-concept, is the result of past and present experience. "The ideal me" is rather of the wishful nature and it comprises those traits that one wants to have. "The ideal me" is a specific moral pattern and the consequence of breaking this pattern of values results in being conscience-stricken, and feeling lack of self-acceptance [8]. As B. Galas postulates, depending on the individual, those two structures of "me" can be discrepant to a greater or lesser extent, but it is crucial to say that the level of this discrepancy shows the level of self-esteem as well. The higher the level of this discrepancy, the higher the risk of low sense of self-esteem, self-assessment and self-acceptance [6].

Self-esteem enables better self-knowledge, helps not only to assess one's own abilities, but also to behave properly in different circumstances. E. Furmańska stresses that the research conducted in 1980's proved that self-concept is no longer uniform a notion. According to E. Furmańska, general self-esteem consists of particular self-esteem elements concerning different aspects of human functioning [9]. The concept connected with self-esteem is global self-esteem which refers to an overall attitude towards one's characteristics and one's own behaviour, and it is based on the assessment of the most important human characteristic. Global self-esteem is constant and it is a key element of human personality. It is also referred to as self-esteem that influences self-presentation. Additionally, global self-esteem reveals self-acceptance, which is demonstrated by positive atti-

tude towards self. Proper self-esteem and self-acceptance results in positive attitude towards activities performed not only for self, but also for other people. Thus, the people with high self-esteem are presumed to have a high degree of empathy, resulting in positive energy [10].

T. Mądrzycki stresses the importance of self-esteem's modifying function and explains that the level of self-esteem and self-acceptance influences the motivation of an individual and the efficiency of one's actions. He states that high level of self-esteem or self-acceptance enables one to set aims and objectives that are adequate to one's possibilities, in other words, to set realistic aspirations. Highly reactive people have low self-esteem and their aspirations are inadequate, either too low or too high, however, most low reactive people are said to have realistic aspirations. There is also a relationship between self-esteem or self-acceptance and efficiency and effectiveness of the one's actions. It is believed that people with high level of self-acceptance are more persistent in their efforts in achieving goals especially, when it comes to difficult situations in contrast to those with low self-acceptance. Negative feedback of the previous actions has a lower influence on the results of one's present actions and positive feedback, on the other hand, has a higher influence on these results [8].

Self-esteem is forming throughout the entire lifecycle and depending on the level of stage of life, there are different factors that shape it. According to B. Arusztowicz, these factors can be divided into two groups: anatomical and physiological factors, as well as psychosocial ones. The anatomical and physiological factors are to do with one's physical appearance, e.g. height, built and fitness, the nervous system, the functioning of human body and the possible disturbance of that function and structure of human body resulting from some defects.

It is beyond doubt that there is an obvious relationship between those factors and the proper self-concept development and shaping [11].

In conclusion, the concept of self-esteem refers to the set one's opinions about the self, which help or hinder to take some actions. In other words, it either motivates or discourages one from undertaking any activities. Moreover, development of self-esteem takes place over long term and is a complex process, which requires in-depth analyses.

The research aims to define the structure of self-esteem among first-year physical education students.

Material and methods

The method applied in the research involved a diagnostic survey, accompanied by a Pitts based questionnaire "The Tennessee Self-Concept Scale" in short TSCS [12]. It was developed at the turn of the 1950s and 1960s in the Unites States. It was translated into Polish by Helena Grzegółowska in 1975. The questionnaire provides not only the total score but also scales referring to various aspects and forms of self-esteem. It consists of 100 self-descriptive Likert style statements, 10 of which measure self-criticism, while 90 of them assess self-concept. There are 5 ordered response levels so the respondents have five different answers and they are required to mark only one. The numbers from 1 to 5 represent opinions about the statement mentioned above. Statements measuring different aspects of self-concept are divided equally into positive and negative characteristics which belong to eight categories in the matrix of three rows and five columns. The most important index of the whole scale, called the global positive index, indicates the overall level of the respondent's self-esteem. The global positive index consists of positive indices of rows and columns and they form global index of variation which is a measure of consistency between different areas of self-esteem.

Additionally, for the purpose of this study the level of self-esteem was designated based on the medium score of self-esteem on the scale, as well as the standard deviation. As a result of this, we have three groups: low, medium and high level of self-esteem.

Organization of the research

The survey was conducted in Academic Year 2008/2009 on a sample of 667 first-year full time physical education students of the first level of stationary studies in eight public and non-public Polish higher education institutions: Academy of Physical Education in Poznan and Warsaw, Technical University of Radom, State School of Higher Professional Education in Kock and Raciborz, College of Physical Education and Tourism in Suprasl, Wszechnica Swietokrzyska, Pawel Wlodkowicz University College in Plock. The survey was conducted by coordinators during classes. The respondents were informed about their participation in the survey and the fact that the results of the survey would only be used to scientific analysis purposes. It appeared out that this information was important for students, and it encouraged them to participate in the survey. The survey was anonymous.

Characteristics of the respondents

The results indicate that among the 667 respondents the prevailing group were males (72.86%) living in cities (67.16%). Some respondents declared that their fathers' education was at the level of the vocational school 34.21%, others stated that their fathers graduated from secondary schools 31.62%, with every sixth of them being a university graduate. As far as respondents' mothers were concerned, 37.7 % of them held certificate of secondary education and every third mother was a university graduate. Interestingly, every tenth student came from rural background. The remainder of them came from urban background and working class (0.15%).

Results

The analysis of self-esteem concerning identity indicates that women have high self-esteem in most domains, on the other hand men, have high self-esteem mostly in the domain of moral-ethical self. They perceive themselves as honest, well-mannered people who stick to the rules of the social coexistence. Moreover, more than a half of the male respondents had high self-esteem of identity in the domains of physical self, personal-self and family self, however, when compared to the female respondents, these percentages were considerably lower. These respondents had generally medium level of self-esteem in those domains. Only 22.6% of the male respondents had high self-esteem when it came to the domain of social self. None of the respondents demonstrated low self-esteem in the domain of physical self or moral-ethical self, while in the remaining domains there was a low percentage of students with low self-esteem. The statistical analysis has proved that the gender does in fact influence and differentiate the following domains of self-esteem: physical self, social self and personal-self. The correlation value (CKOR) among variables such as physical self, personal-self and social self was medium. In the remainder of the variables the correlation could be described as weak and low (Tab. 1).

Self-esteem concerning self-satisfaction is one of the elements indicating an emotional attitude towards the self. Having analysed the level of self-satisfaction, the highest score concerning the domain of personal-self was obtained by male respondents (99.1 %) and in the domain of social self it was more than a half of the male respondents (65.0%). In those two domains the female respondents had better results, when it

Table 1. Self-esteem of identity in relation to gender (%)

| Self-esteem domains | High self-esteem | | Average self-esteem | | Low self-esteem | | χ^2 | Statistical significance | C_{kor} |
|---------------------|------------------|------|---------------------|------|-----------------|-----|----------|--------------------------|-----------|
| | F | M | F | M | F | M | | | |
| Physical self | 88.4 | 75.5 | 11.6 | 24.5 | - | - | 14.47* | $p < 0.001$ | 0.21 |
| Moral-ethical self | 84.5 | 89.0 | 15.5 | 11.0 | - | - | 2.46* | $p > 0.05$ | - |
| Personal-self | 90.1 | 53.0 | 8.3 | 46.7 | 1.6 | 0.3 | 100.89 | $p < 0.001$ | 0.51 |
| Family self | 91.0 | 69.5 | 8.3 | 28.2 | 0.7 | 2.2 | 38.47 | $p < 0.001$ | 0.30 |
| Social self | 81.2 | 22.6 | 18.2 | 76.1 | 0.6 | 1.3 | 194.81 | $p < 0.001$ | 0.62 |

df=2, *df=1

Table 2. Self-esteem of self-satisfaction in relation to gender (%)

| Self-esteem domains | High self-esteem | | Average self-esteem | | Low self-esteem | | χ^2 | Statistical significance | C_{kor} |
|---------------------|------------------|------|---------------------|------|-----------------|-----|----------|--------------------------|-----------|
| | F | M | F | M | F | M | | | |
| Physical self | 32.0 | 32.3 | 64.1 | 66.0 | 3.9 | 1.7 | 2.68 | $p > 0.05$ | - |
| Moral-ethical self | 36.0 | 34.1 | 54.1 | 59.9 | 9.9 | 6.0 | 3.63 | $p > 0.05$ | - |
| Personal-self | 36.0 | 99.1 | 64.0 | 0.9 | - | - | 345.93* | $p < 0.001$ | 0.82 |
| Family self | 39.2 | 32.0 | 58.0 | 65.4 | 2.8 | 2.6 | 3.12 | $p > 0.05$ | - |
| Social self | 35.3 | 65.0 | 58.0 | 32.0 | 6.7 | 3.0 | 48.13 | $p < 0.001$ | 0.34 |

df=2, *df=1

Table 3. Self-esteem of behaviour in relation to gender (%)

| Self-esteem domains | High self-esteem | | Average self-esteem | | Low self-esteem | | χ^2 | Statistical significance |
|---------------------|------------------|------|---------------------|------|-----------------|------|----------|--------------------------|
| | F | M | F | M | F | M | | |
| Physical self | 82.9 | 83.1 | 17.1 | 16.9 | - | - | 0.07* | $p > 0.05$ |
| Moral-ethical self | 54.7 | 54.9 | 44.7 | 44.6 | 0.6 | 0.5 | 0.06 | $p > 0.05$ |
| Personal-self | 23.2 | 23.7 | 71.3 | 70.6 | 5.5 | 5.7 | 0.03 | $p > 0.05$ |
| Family self | 30.4 | 28.2 | 47.5 | 54.9 | 22.1 | 16.9 | 3.52 | $p > 0.05$ |
| Social self | 44.8 | 45.9 | 52.5 | 51.4 | 2.7 | 2.7 | 0.07 | $p > 0.05$ |

df=2, *df=1

came to the medium level of self-satisfaction. In the remainder of the domains the differences between men and women were hardly significant. It can be said that the lowest level of self-satisfaction was declared by a small percentage of the respondents, and in the domain of personal-self no such response was recorded. In addition, the research results have revealed a statistically significant relationship between the gender and self-esteem concerning self-satisfaction in the domain of personal-self and social self. The value of the correlation coefficient proves that the correlation between variables such as gender and personal-self is strong, on the other hand that between the gender and the social self is not. (Tab.2)

Self-esteem concerning behaviour is an indicator not only of the self but also of one's behaviour towards various dimensions of one's character. The results prove that the majority of the respondents, both male (83.1%) and female (82.9%) had high self-esteem of behaviour in the domain of physical self. This group paid attention to such factors as fitness, physical appearance, health and well-being. Medium level of behaviour self-esteem was declared by many students, especially in the domain of moral-ethical self. In this case, the discrepancy between men and women was low and the analysis indicated the lack of sta-

tistically significant relationship between behaviour self-esteem and the gender in all the domains (Tab. 3).

Global self-esteem is described as self-worth and it is a key element of human personality. Having analysed the global self-esteem, it appears that women are the prevailing group in case of high level of identity self-esteem (89.0%) and behaviour self-esteem (84.6%). Men, on the other hand, have better results in the case of medium level of self-esteem. Neither men nor women declare low level of self-esteem in separate domains. The statistics proved that global self-esteem concerning identity and self-satisfaction depends on the gender. The statistical significance of these two variables is at the highest level and the relationship between variables is low (Tab 4).

The statistical analysis has demonstrated that there is a relationship between the respondents' social background and the level of their self-esteem. The majority of the respondents with high social background declared high level of self-esteem (53.0%), however, more than a half of the respondents from working class background declared medium level of self-esteem. There were very few respondents of rural background. The statistical significance of this category is at the highest level and the relationship between the variables is low (Tab. 5).

Table 4. Global self-esteem in relation to gender (%)

| Self-esteem domains | High self-esteem | | | | Medium self-esteem | | | | X ² | Statistical significance | C _{KOR} |
|----------------------------------|------------------|------|-----|------|--------------------|------|-----|------|----------------|--------------------------|------------------|
| | F | | M | | F | | M | | | | |
| | N | % | N | % | N | % | N | % | | | |
| Self-esteem of identity | 162 | 89.0 | 382 | 78.9 | 19 | 11.0 | 104 | 21.1 | 11.42 | p < 0.001 | 0.18 |
| Self-esteem of self-satisfaction | 66 | 35.7 | 257 | 56.6 | 115 | 47.4 | 229 | 64.3 | 14.38 | p < 0.001 | 0.20 |
| Self-esteem of behaviour | 85 | 47.0 | 230 | 47.3 | 96 | 53.0 | 256 | 52.7 | 0.01 | p > 0.05 | - |

df=1

Table 5. The respondents' social background and their self-esteem

| Social background | High self-esteem | | Medium self-esteem | |
|-------------------|------------------|-------|--------------------|-------|
| | No. | % | No. | % |
| Working class | 133 | 42.2 | 220 | 62.5 |
| Intelligentsia | 167 | 53.0 | 108 | 30.7 |
| Rural origin | 15 | 4.8 | 24 | 6.8 |
| Total | 315 | 100.0 | 352 | 100.0 |

X²=34.4 p<0.001 C_{KOR}=0.31 df=1

The statistical analysis also revealed that there was an important relationship between the level of self-esteem and the place of residence. The respondents coming from small towns were more inclined to declare medium level of self-esteem. A moderate relationship was discovered between the variables (Tab. 6).

Table 6. The respondents' place of residence and their self-esteem

| Social background | High self-esteem | | Medium self-esteem | |
|------------------------|------------------|-------|--------------------|-------|
| | No. | % | No. | % |
| City up to 50.000 | 67 | 21.3 | 154 | 43.8 |
| City 50.000-100.000 | 51 | 16.2 | 48 | 13.6 |
| City more than 100.000 | 96 | 30.5 | 32 | 9.1 |
| Country | 101 | 32.0 | 118 | 33.5 |
| Total | 315 | 100.0 | 352 | 100.0 |

X²=68.4 p<0.001 C_{KOR}=0.42 df=1

Statistical analysis of individual self-esteem domains in the social background category shows that this variable differentiates statistically only identity self-esteem. The respondents of intelligentsia background are more likely to have high self-esteem, while those of rural background tend to have medium levels of self-esteem. As far as the remaining variable are concerned, there are no statistically significant relationships (Tab. 7).

Table 7. Global self-esteem in relation to the respondents' social background

| Self-esteem domains | High self-esteem | | | | | | Medium self-esteem | | | | | | X ² | C _{KOR} |
|----------------------------------|------------------|------|----------------|------|--------------|-----|--------------------|------|----------------|------|--------------|------|----------------|------------------|
| | Working class | | Intelligentsia | | Rural origin | | Working class | | Intelligentsia | | Rural origin | | | |
| | N | % | N | % | N | % | N | % | N | % | N | % | | |
| Self-esteem of identity | 291 | 53.4 | 238 | 43.7 | 16 | 2.9 | 62 | 50.8 | 37 | 30.3 | 23 | 18.9 | 36.58* | 0.42 |
| Self-esteem of self-satisfaction | 182 | 56.3 | 126 | 39.0 | 15 | 4.7 | 171 | 49.7 | 149 | 43.3 | 24 | 7.0 | 3.70** | - |
| Self-esteem of behaviour | 176 | 55.8 | 120 | 38.1 | 19 | 6.1 | 177 | 50.3 | 155 | 44.0 | 20 | 8.7 | 2.44** | - |

*p<0.001, **p>0.05 df=2

Discussion

Self-esteem is one of the key elements determining the quality of human life. Self-esteem, acceptance and our values highly influence the way we perceive the world and our interpersonal relationships. Self-esteem is a factor that helps us to make decisions and decides about our successes or failures [10].

Self-esteem plays a key role in our life. It enables us to assess ourselves, and influences our behaviour. The way we see ourselves determines the effectiveness of our actions, the reaction to such actions and the nature of relationships with other people. Having assessed our abilities, we can predict our chances in various situations and circumstances [13].

In this context, the respondents' self-esteem seems to be positive. The majority of the physical education students demonstrated high levels of self-esteem. Having considered the various domains of self-esteem, it can be said that identity self-esteem in the domains of physical self, moral-ethical self and family self was at the lowest level. These opinions were proved in the previous results of the analysis [14]. As far as the behaviour self-esteem is concerned, in most domains it is at the medium level, and it is also confirmed in Mazur's research results [15]. Analysing self-esteem concerning self-satisfaction, it can be maintained that high level of this self-esteem is in the domains of moral-ethical self, personal-self and family self. The remainder of the domains have demonstrated medium levels. A similar conclusion was drawn by Oblacińska [16]. However Duda's survey demonstrated quite the opposite results [17]. He maintains that a high level of self-satisfaction occurs only in social self. Global self-esteem is a significant element of human personality. It helps to achieve various goals and influences human behaviour. A person with high self-esteem actively participates in the social life and has a high sense of self-worth which helps the one to have high regard for their abilities. A significant number of the respondents had high levels of global self-esteem in all the analysed domains. Klaus obtained similar results as well [18]. Suprynowicz and Urban [19] indicate that secondary school students have high global self-esteem only in physical self and low in family self. Niebrzydowski [20] examined the relationship between the global self-esteem and the gender. He admits that self-esteem is forming throughout the entire life, it is a constant value and a crucial component

of human personality. Self-esteem occurs mainly among females in all the analysed categories. The results mentioned above coincide with this survey results since the majority of female physical education students demonstrated highest levels of global self-esteem in the analysed categories. On the other hand, male students dominated in this respect in the area of average self-assessment.

Conclusions

The survey has indicated that there is a clear tendency for students to have high self-esteem. Such a high level falls within the remit of the majority of aspects: moral-ethical self, family self and personal-self. Moreover, high level of self-esteem was recognized in students' general sense of self-esteem and in self-esteem concerning personal identity. Crucially, the medium level of self-esteem concerning behaviour was declared by a considerable percentage of the respondents. The high level of global self-esteem was definitely assigned to female students, whereas the medium level was noticed among male students. One of the key elements of human personality is the sense of self-esteem that influences both, the level of self-acceptance and self-identity. Therefore, it is of paramount importance to develop these skills and psychophysical characteristics in the process of upbringing and educating.

Acknowledgements

This research was accomplished within the framework of own research project of Faculty of Physical Education and Sport in Biała Podlaska, Josef Pilsudski University of Physical Education in Warsaw - BW.III/10 financed by the Ministry of Science and Higher Education.

Literature

1. Reykowski, J. (1980). *Self-image as a behaviours regulating mechanism*. Warszawa: WSiP. [in Polish]
2. Brzezińska, A. (1983). The structure of self-image and its influence on behaviour. *Kwartalnik Pedagogiczny* 3. [in Polish]
3. Żebrowska, M. (1982). *Developmental psychology of children and young people*. Warszawa: PWN. [in Polish]
4. Łapińska, R. (1982). *Age of adolescence – self-image. Developmental psychology of children and young people*. Warszawa: PWN. [in Polish]
5. Przetacznikowa, M. (1981). *Upbringing and personality development*. Warszawa: PWN. [in Polish]
6. Galas, B. (1998). Factors of self-esteem and aspirations of young people. *Psychologia Wychowawcza* 1. [in Polish]
7. Ossowski, R. (1982). *Shaping the image of one's own situation in the case of people visually impaired, in the process of rehabilitation*. Bydgoszcz: Wyd. WSP. [in Polish]
8. Mądrzycki, T. (1996). *Personality as a system of creating and implementing plans*. Gdańsk: Wyd. PTP. [in Polish]
9. Furmańska, E. (2001). Self-esteem and self-acceptance in early adolescence. *Edukacja i Dialog* 1. [in Polish]
10. Sankowski, T. (2001). Self-esteem and its importance in the process of physical activity. *Kultura Fizyczna* 3-4. [in Polish]
11. Arusztowicz, B. (1996). Factors affecting self-esteem in children with reduced mobility in the light of empirical research. *Szkoła Specjalna* 1. [in Polish]
12. Fitts, W.F. (1998). *Youth religiosity and their sense of life and work on their own personality*. Warszawa: Wyd. ANS. [in Polish]
13. Zimbardo, P.G. (1999). *Psychology and life*. Warszawa: Wyd. Naukowe PWN. [in Polish]
14. Nowak, M. (1998). *Self-assessment of health and fitness of young school and university students*. Szczecin: Wyd. Promocyjne Albatros. [in Polish]
15. Mazur, J. (2000). Self-assessment of health and body image in school adolescents in Poland. *Pediatrica Polska* 1. [in Polish]
16. Oblacińska, A. (2000). Self-assessment of fitness and physical activity during leisure time at the school between 1990–1998. *Pediatrica Polska* 1. [in Polish]
17. Duda, B. (2008). Health awareness and health evaluation of junior high school students. *Przegląd Naukowy Kultury Fizycznej Uniwersytetu Rzeszowskiego* 3. [in Polish]
18. Kulas, H. (1996). *Self-assessment of youths*. Warsaw: WSiP. [in Polish]
19. Suprynowicz, P. & Urban E. (2000). Self-assessment of health and fitness of young people and physical activity. *Wychowanie Fizyczne* 12.
20. Niebrzydowski, L. (1997). *Formation of self-assessment in adolescence*. Gdańsk: Wyd. Uniwersytetu Gdańskiego. [in Polish]

Submitted: September 11, 2012

Accepted: October 11, 2012

STRUKTURA SAMOOCENY STUDENTÓW WYCHOWANIA FIZYCZNEGO WYBRANYCH UCZELNI W POLSCE

Samoocena studentów wychowania fizycznego

ANNA BROJEK

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

Adres do korespondencji: Anna Brojek, Wydział Wychowania Fizycznego i Sportu,
ul. Akademicka 2, 21-500 Biała Podlaska, tel.: 509111223, fax: 83 3428800, e-mail: ajbrojek@gmail.com

Streszczenie

Wprowadzenie. Samoocena jest jednym z elementów systemu wiedzy człowieka o samym sobie. System ten, podlega ciągłemu podporządkowaniu i organizowaniu w pewien szczególnie układ wyobrażeń. Celem niniejszych badań była próba określenia samooceny studentów pierwszego roku studiów wychowania fizycznego. **Materiał i metody.** W badaniach zastosowano metodę sondażu diagnostycznego, której podporządkowano technikę badań ankietowych. W tym celu wykorzystano „Skalę Samooceny TSCS” Fittsa. Badania przeprowadzono w roku akademickim 2008/09. Dane zebrano od 667 respondentów w ośmiu państwowych i niepaństwowych uczelniach w Polsce. **Wyniki.** Przeprowadzone badania wskazują na wyraźną tendencję występowania wysokiej samooceny w badanej grupie studentów wychowania fizycznego. Ten poziom prezentują oni głównie w przypadku samooceny zadowolenia z siebie w większości badanych zakresów: ja moralno-etycznego, ja rodzinnego, jak i ja personalnego. We wszystkich analizowanych kontekstach samooceny, wysoki jej poziom stwierdzono również u badanych w obrębie ich samooceny ogólnej i samooceny tożsamości. Ponadto odnotowano stosunkowo znaczny odsetek ankietowanych deklarujących średni poziom samooceny zachowania. W analizie wysokiej samooceny globalnej zdecydowanie korzystniej wypadły studentki. Studenci natomiast w tym zakresie lepsze notowania osiągnęli na średnim poziomie samooceny. **Wniosek.** W związku z tym, że samoocena stanowi gruntowny składnik osobowości, od którego zależy poziom samoakceptacji jednostki oraz świadomość samego siebie, to w procesie wychowania i kształcenia należy zwracać szczególną uwagę na ten właśnie aspekt rozwoju umiejętności i cech psychofizycznych.

Słowa kluczowe: samoocena, samorealizacja, studenci, wychowanie fizyczne

Wstęp

Samoocena jest elementem osobowości, którym psychologowie zajmują się od niedawna. Wśród nich są nieliczni, którzy analizują czynniki wpływające na kształtowanie się samooceny. Wielu psychologów wyodrębniło w osobowości takie elementy, jak obraz własnej osoby i samoocenę. Są wśród nich: J. Reykowski [1], A. Brzezińska [2], M. Żebrowska [3] i inni. R. Łapińska o obrazie własnej osoby pisze „Obraz samego siebie jest składową częścią samooceny a charakter tego obrazu decyduje w dużym stopniu o samopoczuciu jednostki i jej stosunku do otaczającego go świata” [4]. Podobną opinię wyraża M. Przetacznikowa [5] podkreślając jednocześnie, że obraz samego siebie i samoocena są specyficznymi składnikami osobowości. Według niej specyfika ta polega na tym, że zawierają się w sobie zarówno składniki poznawcze jak i emocjonalno-wartościujące oraz czynnościowe. Zwraca ona również uwagę na fakt, że czynniki te przyczyniają się do tego w jaki sposób dana osoba postępuje. J. Reykowski podkreśla, że ważnym elementem składowym osobowości jest obraz własnej osoby, który reguluje postępowanie jednostki, jak również wpływa na jego samoocenę [1].

Według B. Glasa samoocena jest jednym z elementów systemu wiedzy człowieka o sobie samym. System ten, podlega ciągłemu podporządkowaniu i organizowaniu się w pewien szczególnie układ wyobrażeń. Dzieje się tak na skutek gromadzenia nowych doświadczeń, a sam system wiedzy o sobie określany

jest jako obraz własnej osoby lub też pojęcie o samym sobie [6]. R. Ossowski zauważa, że obok tych dwóch określeń funkcjonują w literaturze także inne, którymi autorzy posługują się opisując wiedzę jednostki o sobie, są to: postawa wobec samego siebie, samoakceptacja, świadomość samego siebie, samowiedza, autoportret. Terminy te jakkolwiek są bliskoznaczne, to nie są jednak tożsame [7].

Wielu psychologów uważa, że wyznacznikiem samooceny jest różnica między „ja realnym” i „ja idealnym” występującym w obrazie własnej osoby. T. Mądrzycki zwraca uwagę na to, że „ja realne”, czyli aktualne wyobrażenie o samym sobie, jest rezultatem doświadczeń płynących z przeszłości bądź teraźniejszości. „Ja idealne” natomiast ma charakter życzeniowy i obejmuje te cechy, które jednostka chciałaby posiadać. Ja idealne stanowi specyficzny wzorzec moralny, a odchylenie od niego powoduje wyrzuty sumienia, a nawet brak samoakceptacji [8]. Obydwie te struktury, jak pisze B. Galas mogą być u różnych osób w większym lub mniejszym stopniu rozbieżne, przy czym poziom tej rozbieżności wyznacza jednocześnie poziom akceptacji samego siebie. Im większa rozbieżność obu struktur, tym większe zagrożenie poczucia własnej wartości, a w konsekwencji niższa samoocena i samoakceptacja [6].

Samoocena umożliwia człowiekowi poznanie siebie, ocenę własnych możliwości na różnych płaszczyznach i wybór z repertuaru zachowań tego, które jest właściwe w określonych sytuacjach napotykanym w otaczającym świecie zewnętrznym. E. Furmańska zwraca uwagę na to, że w latach osiemdzie-

siątych prowadzone były badania, dzięki którym obraz samego siebie przestał być traktowany jako niezróżnicowana całość. Według niej samoocena ogólna składa się z poszczególnych samoocen, wynikających, z różnych obszarów funkcjonowania jednostki [9]. Z pojęciem samooceny związana jest samoocena globalna, rozumiana jako całościowa relacja do posiadanych cech i postępowania, oparta na ocenie tych cech, które człowiek uważa za najważniejsze. Globalna samoocena jest stała i stanowi gruntowny składnik osobowości, określa się ją jako poczucie własnej wartości rzutującej na autoprezentację. Ponadto pozwala ona na samoakceptację, będącą pozytywnym ustosunkowaniem się do swojej osoby. Właściwa samoocena i samoakceptacja, przyczyniają się do pozytywnego postrzegania zadań, jakie człowiek musi spełnić w świecie i dla innych ludzi. Stąd osoby oceniające siebie wysoko mają w sobie dużą dozę empatii, przekazując pozytywne wrażenie [10].

T. Mądrzycki podkreśla funkcję modyfikującą samooceny, stwierdzając, że poziom samooceny czy samoakceptacji jednostki wpływa na jej motywację i sprawność działania, a wysoka samoocena czy samoakceptacja sprzyja stawianiu celów adekwatnych do możliwości podmiotu, czyli realistycznym aspiracjom. Osoby wysoko reaktywne cechują się niską samooceną i często przejawiają nieadekwatny, zaniżony lub zawyżony poziom aspiracji, a większość mało reaktywnych osób reprezentuje realistyczny poziom aspiracji. Dostrzeżono także związek samooceny czy samoakceptacji jednostki z jej sprawnością i skutecznością działania oraz z twórczością. Osoby o wysokiej samoakceptacji są bardziej wytrwałe w dążeniu do celów niż osoby o niskiej samoakceptacji, co dotyczy szczególnie ich działania w sytuacjach trudnych. Mniejszy wpływ na wyniki ich działania mają negatywne oceny poprzednich działań podobnego typu i większy wpływ oceny pozytywnej [8].

Samoocena człowieka kształtuje się przez całe jego życie, a na różnym poziomie rozwoju, inne treści składają się na samoocenę i inne czynniki ją kształtują. Czynniki te można zdaniem B. Arusztowicz podzielić na dwie grupy: czynniki typu anatomiczno-fizjologicznego i czynniki psychospołeczne. Do pierwszej z tych grup zalicza się wygląd zewnętrzny człowieka, jego wzrost, budowę i sprawność fizyczną, typ układu nerwowego, funkcjonowanie organizmu i ewentualne jego zakłócenia w związku z posiadanymi wadami. Związek tych czynników z rozwojem i kształtowaniem się prawidłowego obrazu siebie jest bezsprzeczny [11].

Reasumując, można powiedzieć, że samoocena jest to zbiór sądów i opinii jednostki o sobie, które umożliwiają lub utrudniają podejmowanie działań. Jest więc motorem lub hamulcem wszelkich przedsięwzięć. Ponadto rozwój samooceny, będącej istotnym elementem osobowości jednostki jest procesem długotrwałym i złożonym, wymagającym pogłębionych analiz.

Celem niniejszych badań była próba określenia struktury samooceny studentów pierwszego roku studiów wychowania fizycznego.

Material i metody

W badaniach zastosowano metodę sondażu diagnostycznego, której podporządkowano technikę badań ankietowych. W tym celu wykorzystano „Skalę Samooceny TSCS” Fittsa [12]. Pełna nazwa skali brzmi „Skala do badania obrazu własnej osoby”. Powstała na przełomie lat 50 i 60 w Stanach Zjednoczonych. Na język polski została przetłumaczona przez Helenę Grzegolewską w 1975 r. Kwestionariusz skonstruowany jest tak, że można nim analizować wynik ogólny jak i poszczególne skale określające różne formy i aspekty samooceny. Składa się on ze 100 twierdzeń. Dziesięć z nich stanowi tzw. skalę samokrytyki, której wynik daje stopień obronności badanego. Pozostałe 90

twierdzeń tworzy skalę właściwą. Każda skala zaopatrzona jest w instrukcję. Badany ma do dyspozycji 5 różnych odpowiedzi, z których musi zakreślić jedną. Są one w szeregu od 1 do 5. Poszczególne cyfry odpowiadają opiniom w jakim stopniu badany zgadza się z danym twierdzeniem. Twierdzenia składające się na skalę właściwą zostały podzielone na taką samą liczbę twierdzeń pozytywnych i negatywnych, które ujęto w 8 kategorii tworzących 3 wiersze i 5 kolumn. Głównym wskaźnikiem tej skali jest globalny wskaźnik pozytywny, na który składają się wskaźniki pozytywne wierszy i kolumn, dając informację o samoocenie badanego. Tworzą one globalny wskaźnik zróżnicowania. Wyniki tych wskaźników mówią o jednorodności postrzegania własnego obrazu w poszczególnych obszarach samooceny. Na potrzeby niniejszego opracowania ustalono poziom samooceny każdej z badanych osób posługując się średnim wynikiem samooceny wynikającym ze wskazań na skali, a także odchyleniem standardowym. Dzięki temu zabiegowi wyróżniono trzy grupy osób: o niskim, średnim i wysokim poziomie samooceny.

Organizacja i przebieg badań

Badania przeprowadzono w roku akademickim 2008/09. Dane zebrano od 667 respondentów w ośmiu państwowych i niepaństwowych uczelniach w Polsce. Pod uwagę wzięto następujące uczelnie: AWF w Poznaniu, AWF w Warszawie, Politechnikę Radomską, PWSZ w Koninie, PWSZ w Raciborzu, WSZWiT w Supraślu, Wszechnicę Świętokrzyską oraz Wyższą Szkołę Pawła Włodkowica w Płocku. Badania przeprowadzone zostały w ramach zajęć dydaktycznych przez wyznaczonych koordynatorów. Poddano nim studentów studiów stacjonarnych pierwszego stopnia na kierunku wychowanie fizyczne. Ankietowani poinformowani zostali o udziale w badaniach naukowych, których wyniki miały posłużyć jedynie do analizy naukowej. Informacje te okazały się ważne, a zarazem stymulujące osoby badane. Badania miały charakter anonimowy.

Charakterystyka badanej populacji

Wyniki przeprowadzonych analiz pokazują, że wśród 667 respondentów dominują mężczyźni – 72,86% oraz mieszkańcy miast – 67,16% ogółu badanych. Studenci objęci badaniem najczęściej pochodzą z rodzin o wykształceniu ojca na poziomie zasadniczej szkoły zawodowej – 34,21%. Wykształceniem średnim legitymuje się 31,62% ojców, zaś wyższym co szósty. Z kolei 37,7% matek badanych studentów posiada średnie wykształcenie, a blisko co trzecia – wykształcenie wyższe. Charakterystyczne jest to, że ze środowisk rolniczych pochodzi aż co dziesiąty student. Pozostali wywodzą się ze środowisk miejskich – 34,79% i robotniczych – 0,15%.

Wyniki

Analiza zgromadzonego materiału badawczego dotyczącego samooceny tożsamości wykazała, iż w większości zakresów badane kobiety prezentowały wysoki poziom samooceny, natomiast mężczyźni wykazywali wysoki poziom samooceny głównie w zakresie ja moralno-etycznego. Postrzegali oni siebie jako osoby uczciwe, dobrze wychowane, przestrzegające elementarne zasady współżycia społecznego. Ponad połowa badanych studentów posiadała również wysoką samoocenę w zakresie ja fizycznego, ja personalnego oraz ja rodzinnego, ale odsetki te są znacznie niższe w porównaniu z kobietami. Badani ci, wykazywali w tych zakresach głównie samoocenę na poziomie średnim. W wymiarze ja społecznego natomiast samoocenę wysoką posiadało jedynie 22,6% mężczyzn. Żadna z badanych osób nie wykazała niskiej samooceny w zakresie ja fizycznego i ja moralno-etycznego, natomiast w pozostałych wymiarach odsetki osób o niskiej samoocenie są bardzo małe. Analiza staty-

Tabela 1. Samoocena tożsamości badanych względem płci (%)

| Zakresy samooceny | Wysoka samoocena | | Średnia samoocena | | Niska samoocena | | χ^2 | Poziom istotności | C_{kor} |
|--------------------|------------------|------|-------------------|------|-----------------|-----|----------|-------------------|-----------|
| | K | M | K | M | K | M | | | |
| Ja fizyczne | 88,4 | 75,5 | 11,6 | 24,5 | - | - | 14,47* | $p < 0,001$ | 0,21 |
| Ja moralno-etyczne | 84,5 | 89,0 | 15,5 | 11,0 | - | - | 2,46* | $p > 0,05$ | - |
| Ja personalne | 90,1 | 53,0 | 8,3 | 46,7 | 1,6 | 0,3 | 100,89 | $p < 0,001$ | 0,51 |
| Ja rodzinne | 91,0 | 69,5 | 8,3 | 28,2 | 0,7 | 2,2 | 38,47 | $p < 0,001$ | 0,30 |
| Ja społeczne | 81,2 | 22,6 | 18,2 | 76,1 | 0,6 | 1,3 | 194,81 | $p < 0,001$ | 0,62 |

df=2, *df=1

Tabela 2. Samoocena zadowolenia z siebie badanych względem płci (%)

| Zakresy samooceny | Wysoka samoocena | | Średnia samoocena | | Niska samoocena | | χ^2 | Poziom istotności | C_{kor} |
|--------------------|------------------|------|-------------------|------|-----------------|-----|----------|-------------------|-----------|
| | K | M | K | M | K | M | | | |
| Ja fizyczne | 32,0 | 32,3 | 64,1 | 66,0 | 3,9 | 1,7 | 2,68 | $p > 0,05$ | - |
| Ja moralno-etyczne | 36,0 | 34,1 | 54,1 | 59,9 | 9,9 | 6,0 | 3,63 | $p > 0,05$ | - |
| Ja personalne | 36,0 | 99,1 | 64,0 | 0,9 | - | - | 345,93* | $p < 0,001$ | 0,82 |
| Ja rodzinne | 39,2 | 32,0 | 58,0 | 65,4 | 2,8 | 2,6 | 3,12 | $p > 0,05$ | - |
| Ja społeczne | 35,3 | 65,0 | 58,0 | 32,0 | 6,7 | 3,0 | 48,13 | $p < 0,001$ | 0,34 |

df=2, *df=1

Tabela 3. Samoocena zachowania badanych względem płci (%)

| Zakresy samooceny | Wysoka samoocena | | Średnia samoocena | | Niska samoocena | | χ^2 | Poziom istotności |
|--------------------|------------------|------|-------------------|------|-----------------|------|----------|-------------------|
| | K | M | K | M | K | M | | |
| Ja fizyczne | 82,9 | 83,1 | 17,1 | 16,9 | - | - | 0,07* | $p > 0,05$ |
| Ja moralno-etyczne | 54,7 | 54,9 | 44,7 | 44,6 | 0,6 | 0,5 | 0,06 | $p > 0,05$ |
| Ja personalne | 23,2 | 23,7 | 71,3 | 70,6 | 5,5 | 5,7 | 0,03 | $p > 0,05$ |
| Ja rodzinne | 30,4 | 28,2 | 47,5 | 54,9 | 22,1 | 16,9 | 3,52 | $p > 0,05$ |
| Ja społeczne | 44,8 | 45,9 | 52,5 | 51,4 | 2,7 | 2,7 | 0,07 | $p > 0,05$ |

df=2, *df=1

styczna dowodzi, iż płęć różnicuje na poziomie statystycznym następujące wymiary samooceny: ja fizyczne, ja społeczne i ja personalne. Wartość współczynnika korelacji dowodzi, że siła związku między zmiennymi w przypadku ja fizycznego, ja personalnego i ja społecznego jest umiarkowana. W pozostałych przypadkach można ją określić jako słabą i niską (Tab.1).

Jednym ze wskaźników emocjonalnego nastawienia względem swojej osoby jest samoocena zadowolenia z siebie. Bardzo wysoki odsetek respondentów płci męskiej (99,1%) odnotowano analizując najwyższy poziom samooceny zadowolenia z siebie pod względem personalnym i ponad połowę (65,0%) pod względem społecznym. Na średnim zaś poziomie tej samooceny w powyższych kategoriach zdecydowanie korzystniej wypadły badane kobiety. W pozostałych zakresach rozpatrywanej samooceny różnice procentowe między badanymi studentami i studentkami były niewielkie. Stosunkowo małe odsetki respondentów zadeklarowały najniższy poziom samooceny zadowolenia z siebie, a w przypadku ja personalnego żadna z osób nie wykazała jej. Ponadto wyniki badań wskazują na istotną statystycznie zależność między płcią a samooceną zadowolenia z siebie w wymiarze personalnym i społecznym. Wartość współczynnika korelacji dowodzi, że siła związku między zmiennymi w pierwszym przypadku jest silna, w drugim

natomiast niska (Tab.2).

Samoocena zachowania jest świadectwem samego siebie oraz zachowania się względem różnych wymiarów własnej osobowości. Przeprowadzone badania świadczą o tym, iż zdecydowana większość ankietowanych zarówno kobiet (82,9%), jak i mężczyzn (83,1%) charakteryzuje się wysoką samooceną zachowania wobec własnego ja fizycznego. W grupie tej zaobserwowano dbałość o sprawność fizyczną, wygląd zewnętrzny, a także zdrowie i dobre samopoczucie. Liczni studenci deklaruowali także średnią samoocenę zachowania głównie w zakresie ja moralno-etycznego. Tu rozbieżność między kobietami i mężczyznami była mała, a analiza wskazuje na brak istotnej statystycznie zależności między samooceną zachowania badanych a płcią we wszystkich jej zakresach (Tab.3).

Samoocena globalna określana jest jako poczucie własnej wartości i stanowi podstawowy składnik osobowości człowieka. Dokonując analizy badań dotyczących samooceny globalnej stwierdzono, iż w przypadku wysokiego poziomu samooceny w zakresie tożsamości (89,0%) i zachowania (84,6%) dominowały kobiety. Mężczyźni natomiast przeważali w średnich kategoriach analizowanych samoocen. Zarówno w przypadku kobiet jak i mężczyzn nie stwierdzono niskiej samooceny w poszczególnych jej zakresach. Statystyka dowiodła, że samoocena

Tabela 4. Samoocena globalna badanych względem płci (%)

| Zakresy samooceny | Wysoka samoocena | | | | Średnia samoocena | | | | χ ² | Poziom istotności | C _{KOR} |
|---|------------------|------|-----------|------|-------------------|------|-----------|------|----------------|-------------------|------------------|
| | Kobiety | | Mężczyźni | | Kobiety | | Mężczyźni | | | | |
| | N | % | N | % | N | % | N | % | | | |
| Samoocena w zakresie tożsamości | 162 | 89,0 | 382 | 78,9 | 19 | 11,0 | 104 | 21,1 | 11,42 | p < 0,001 | 0,18 |
| Samoocena w zakresie zadowolenia z siebie | 66 | 35,7 | 257 | 56,6 | 115 | 47,4 | 229 | 64,3 | 14,38 | p < 0,001 | 0,20 |
| Samoocena w zakresie zachowania | 85 | 47,0 | 230 | 47,3 | 96 | 53,0 | 256 | 52,7 | 0,01 | p > 0,05 | - |

df=1

globalna badanych w zakresie tożsamości i zadowolenia z siebie zależą od płci. Istotność statystyczna powyższych zmian wystąpiła na najwyższym poziomie istotności, a siła związku zmiennych zależnych w obu przypadkach jest niska (Tab.4).

Analiza statystyczna wykazała, iż pochodzenie społeczne badanych studentów wiąże się z poziomem ich samooceny. Ankietowani deklarujący wyższe pochodzenie społeczne w większości (53,0%) posiadali wysoki poziom samooceny, natomiast ponad połowa osób pochodzenia robotniczego charakteryzowała się samoocena na poziomie średnim. Wśród badanych niewielki odsetek wskazał pochodzenie chłopskie. Różnice istotne statystycznie w tym zakresie wykazano na najwyższym poziomie istotności, natomiast siła związku tych zmiennych jest niska (Tab. 5).

Tabela 5. Pochodzenie społeczne badanych a ich samoocena

| Pochodzenie społeczne | Wysoka samoocena | | Średnia samoocena | |
|-----------------------|------------------|-------|-------------------|-------|
| | No. | % | No. | % |
| Robotnicze | 133 | 42,2 | 220 | 62,5 |
| Inteligentkie | 167 | 53,0 | 108 | 30,7 |
| Chłopskie | 15 | 4,8 | 24 | 6,8 |
| Razem | 315 | 100,0 | 352 | 100,0 |

χ²=34,4 p < 0,001 C_{KOR}=0,31 df=1

Analiza testem statystycznym wykazała również istotną zależność między poziomem samooceny a miejscem zamieszkania respondentów. Średnim poziomem samooceny charakteryzowali się częściej studenci wywodzący się z małych środowisk. Między zmiennymi wystąpiła umiarkowana siła związku (Tab. 6).

Tabela 6. Miejsce zamieszkania badanych a ich samoocena

| Pochodzenie społeczne | Wysoka samoocena | | Średnia samoocena | |
|-----------------------|------------------|-------|-------------------|-------|
| | No. | % | No. | % |
| Miasto do 50 tys. | 67 | 21,3 | 154 | 43,8 |
| Miasto 50 -100 tys. | 51 | 16,2 | 48 | 13,6 |
| Miasto pow. 100 tys. | 96 | 30,5 | 32 | 9,1 |
| Wieś | 101 | 32,0 | 118 | 33,5 |
| Razem | 315 | 100,0 | 352 | 100,0 |

χ²=68,4 p < 0,001 C_{KOR}=0,42 df=1

Analiza statystyczna poszczególnych zakresów samooceny badanych względem ich pochodzenia społecznego wykazała, iż zmienna ta różnicuje w sposób istotny statystycznie jedynie samoocenę w zakresie tożsamości. Osoby pochodzenia inteligentkiego charakteryzowały się częściej samoocena wysoką, zaś więcej osób legitymujących się pochodzeniem chłopskim posiadało samoocenę na poziomie średnim. W przypadku pozostałych zakresów samooceny nie stwierdzono zależności istotnych statystycznie (Tab. 7).

Dyskusja

Jednym z bardzo ważnych czynników decydujących o jakości życia człowieka jest samoocena. Ocena samego siebie, akceptacja i to, co sobą reprezentujemy ma ogromny wpływ na sposób postrzegania otaczającego świata i nasze relacje interpersonalne. Samoocena w kategoriach wartościujących jest czynnikiem decydującym o podejmowanych przez jednostkę zadaniach i jej sukcesach lub porażkach życiowych [10].

Samoocena odgrywa ważną rolę w naszym życiu. Dzięki niej dokonujemy oceny na własny temat wpływając na nasze zachowanie. Wpływ samooceny na postępowanie człowieka jest

Tabela 7. Samoocena globalna badanych a ich pochodzenie społeczne

| Zakresy samooceny | Wysoka samoocena | | | | | | Średnia samoocena | | | | | | χ ² | C _{KOR} |
|---|------------------|------|---------------|------|-----------|-----|-------------------|------|---------------|------|-----------|------|----------------|------------------|
| | Robotnicze | | Inteligentkie | | Chłopskie | | Robotnicze | | Inteligentkie | | Chłopskie | | | |
| | N | % | N | % | N | % | N | % | N | % | N | % | | |
| Samoocena w zakresie tożsamości | 291 | 53,4 | 238 | 43,7 | 16 | 2,9 | 62 | 50,8 | 37 | 30,3 | 23 | 18,9 | 36,58* | 0,42 |
| Samoocena w zakresie zadowolenia z siebie | 182 | 56,3 | 126 | 39,0 | 15 | 4,7 | 171 | 49,7 | 149 | 43,3 | 24 | 7,0 | 3,70** | - |
| Samoocena w zakresie zachowania | 176 | 55,8 | 120 | 38,1 | 19 | 6,1 | 177 | 50,3 | 155 | 44,0 | 20 | 8,7 | 2,44** | - |

*p < 0,001, **p > 0,05 df=2

wielostronny. W zależności od tego, jak ocenia on samego siebie, zależy efektywność jego działania, sposób reagowania na zadania, charakter stosunków i kontaktów z innymi ludźmi. W oparciu o ocenę posiadanych możliwości jednostka wyobraża sobie swoją szansę w różnych sytuacjach i okolicznościach życia [13].

W tym kontekście samoocena badanych wydaje się przedstawiać korzystnie. Studenci wychowania fizycznego w większości posiadają wysoki poziom samooceny. Rozpatrując poszczególne jej aspekty stwierdzono, że samoocena w zakresie tożsamości badanych w sensie ja fizycznego, ja moralno-etycznego i ja rodzinnego występuje na najwyższym poziomie. Podobne opinie badanych potwierdziły wyniki wcześniejszych analiz [14]. Natomiast w przypadku samooceny zachowania studentów w większości zakresów uplasowała się na poziomie średnim, co potwierdzają wyniki badań Mazura [15]. Analizując strukturę samooceny zadowolenia z siebie studentów stwierdzono, iż wysoki jej poziom występuje w przypadku ja moralno-etycznego, ja personalnego i ja rodzinnego. W pozostałych aspektach kształtuje ona się na poziomie średnim. Do podobnych wniosków doszła Oblacińska [16]. Odwrotne proporcje natomiast uzyskała w badaniach Duda [17]. Według niego wysoka samoocena zadowolenia z siebie występuje u młodzieży tylko w zakresie ja społecznego. Samoocena ogólna jest ważną częścią osobowości człowieka, pomaga osiągnąć różnego rodzaju postawione cele i wpływa na zachowanie człowieka. Człowiek, który posiada wysoką samoocenę dobrze funkcjonuje w społeczeństwie, ma wysokie poczucie własnej wartości, dzięki któremu wierzy we własne możliwości. Znaczną część respondentów charakteryzuje wysoki poziom omawianej samooceny we wszystkich analizowanych aspektach. Podobne wyniki skonstruował Klaus [18]. Z kolei Suprynowicz i Urban [19] wykazują, iż w przypadku młodzieży licealnej wysoki poziom samooceny ogólnej występuje jedynie w kontekście ja fizycznego, zaś niski ja rodzinnego. W pozostałych aspektach powyższa samoocena uplasowała się na średnim poziomie. Problemem samooceny globalnej względem płci zajmował się m.in. Niebrzydowski [20]. Według autora samoocena człowieka kształtuje się przez całe życie, jest czymś stałym i stanowi ugruntowany składnik osobowości. Występuje ona w głównej mierze wśród dziewcząt i to we wszystkich analizowanych kontekstach. Powyższe wyniki badań zbieżne są z niniejszymi. Zdecydowana większość studentek wychowania fizycznego prezentuje najwyższy poziom samooceny globalnej w analizowanych zakresach. Studenci natomiast dominują pod tym względem w obszarze samooceny na poziomie średnim.

Wnioski

Wyniki przeprowadzonych badań wskazują na wyraźną tendencję występowania wysokiej samooceny w badanej grupie studentów wychowania fizycznego. Ten poziom prezentują oni głównie w przypadku samooceny zadowolenia z siebie w większości badanych zakresów: ja moralno-etycznego, ja rodzinnego jak i ja personalnego. We wszystkich analizowanych kontekstach samooceny, wysoki jej poziom stwierdzono również u badanych w obrębie ich samooceny ogólnej i samooceny tożsamości. Ponadto odnotowano stosunkowo znaczny odsetek ankietowanych deklarujących średni poziom samooceny zachowania. W analizie wysokiej samooceny globalnej zdecydowanie korzystniej wypadły studentki. Studenci natomiast w tym zakresie lepsze notowania osiągnęli na średnim poziomie samooceny. W związku z tym, że samoocena stanowi gruntuwny składnik osobowości człowieka, od którego zależy poziom samoakceptacji oraz świadomość samego siebie, to w procesie wychowania i kształcenia należy zwracać szczególną uwagę na ten właśnie aspekt rozwoju umiejętności i cech

psychofizycznych jednostki.

Podziękowania

Pracę wykonano w ramach projektu badawczego Wydziału Wychowania Fizycznego i Sportu w Białej Podlaskiej Akademii Wychowania Fizycznego Józefa Piłsudskiego w Warszawie – BW III/10 – finansowanego przez Ministerstwo Nauki i Szkolnictwa Wyższego.

Piśmiennictwo

1. Reykowski, J. (1980). *Obraz własnej osoby jako mechanizm regulujący postępowanie*. Warszawa: Wyd. Szkolne i Pedagogiczne 3.
2. Brzezińska, A. (1983). Struktura obrazu własnej osoby i jego wpływ na zachowanie. *Kwartalnik Pedagogiczny* 3.
3. Żebrowska, M. (1982). *Psychologia rozwojowa dzieci i młodzieży*. Warszawa: PWN.
4. Łapińska, R. (1982). *Wiek dorastania – obraz samego siebie. Psychologia rozwojowa dzieci i młodzieży*. Warszawa: PWN.
5. Przetacznikowa, M. (1981). *Wychowanie a kształtowanie osobowości*. Warszawa: PWN.
6. Galas, B. (1998). Czynniki występujące z samooceną i aspiracjami młodzieży. *Psychologia Wychowawcza* 1.
7. Ossowski, R. (1982). *Kształtowanie obrazu własnej sytuacji i siebie w inwalidów wzroku w procesie rehabilitacji*. Bydgoszcz: Wyd. WSP.
8. Mądrzycki, T. (1996). *Osobowość jako system tworzący i realizujący plany*. Gdańsk: Wyd. PTP.
9. Furmańska, E. (2001). Samoocena i samoakceptacja we wczesnej adolescencji. *Edukacja i Dialog* 1.
10. Sankowski, T. (2001). Samoocena i jej znaczenie w procesie aktywności ruchowej. *Kultura Fizyczna* 3-4.
11. Arusztowicz, B. (1996). Czynniki kształtujące samoocenę u dzieci z dysfunkcją narządu ruchu w świetle badań empirycznych. *Szkoła Specjalna* 1.
12. Fitts, W.F. (1998). *Religijność młodzieży a jej sens życia i praca nad sobą*. Warszawa: Wyd. ANS.
13. Zimbardo, P.G. (1999). *Psychologia i życie*. Warszawa: Wyd. Naukowe PWN.
14. Nowak, M. (1998). *Samoocena zdrowia i sprawności fizycznej młodzieży uczącej się i studiującej*. Szczecin: Wyd. Promocyjne Albatros.
15. Mazur, J. (2000). Samoocena zdrowia i obraz własnego ciała u młodzieży szkolnej w Polsce. *Pediatrya Polska* 1.
16. Oblacińska, A. (2000). Samoocena sprawności i aktywności fizycznej w czasie wolnym u młodzieży szkolnej w latach 1990-1998. *Pediatrya Polska* 1.
17. Duda, B. (2008). Świadomość zdrowotna i ocena zdrowia młodzieży gimnazjalnej. *Przegląd Naukowy Kultury Fizycznej Uniwersytetu Rzeszowskiego* 3.
18. Kulas, H. (1996). *Samoocena młodzieży*. Warszawa: WSiP.
19. Suprynowicz, P. & Urban E. (2000). Samoocena stanu zdrowia młodzieży a sprawność i aktywność fizyczna. *Wychowanie Fizyczne* 12.
20. Niebrzydowski, L. (1997). *Kształtowane się samooceny w okresie dorastania*. Gdańsk: Wyd. Uniwersytetu Gdańskiego.

Otrzymano: 11.09.2012

Przyjęto: 11.10.2012