



# Samoocena a poczucie koherencji wśród adolescentów z młodzieżowych ośrodków wychowawczych

dr Aleksandra Jędryszek-Geisler, Eliza Bergiel

## Słowa kluczowe

samoocena, poczucie koherencji, wychowankowie młodzieżowych ośrodków wychowawczych, planowanie oddziaływań wychowawczych, zasoby osobiste

## Kontakt

Aleksandra Jędryszek-Geisler  
Menedżerska Akademia Nauk Stosowanych  
w Warszawie  
ORCID: 0000-0002-8360-8622  
ajedryszek@op.pl

Młodzieżowy Ośrodek Wychowawczy w Jawork  
Eliza Bergiel  
ORCID: 0009-0003-1029-8963  
elizao@amorki.pl

## Abstrakt

Celem opracowania jest analiza zależności pomiędzy samooceną a poczuciem koherencji u wychowanków młodzieżowych ośrodków wychowawczych. Podstawą teoretyczną badań jest założenie, że od podstawowych warunków skutecznej interwencji i pomocy psychologicznej zależy wsparcie rozwoju wychowanków. Dlatego w przeprowadzonych badaniach diagnostycznych skoncentrowano się na wymiarach osobowych, jakimi są samoocena i poczucie koherencji. Diagnoza tych obszarów pozwala nie tylko lepiej rozumieć istotę problemów społecznych i osobowych wychowanka, ale przede wszystkim planować trafne oraz skuteczne metody oddziaływania wychowawczego, socjoterapeutycznego czy resocjalizacyjnego. Problem badawczy dotyczył zależności między samooceną a poczuciem koherencji. Badania przeprowadzone w grupie 80 wychowanków wykazały istnienie istotnej statystycznie, dodatniej, bardzo silnej korelacji pomiędzy samooceną a wszystkimi wymiarami poczucia koherencji: ogólnym wynikiem poczucia koherencji, zrozumiałością, zaradnością oraz sensownością.

## 1. Wprowadzenie

Młodzieżowe ośrodki wychowawcze (MOW-y) to instytucje działające w obszarze tzw. resocjalizacji otwartej, odgrywające kluczową rolę w procesie readaptacji społecznej nieletnich, jak również zapobiegające rozwojowi zaburzeń zachowania oraz eskalacji procesu niedostosowania społecznego (Siemionow, Atroszko, 2021).

Jak podaje Najwyższa Izba Kontroli (2022) powodem decyzji sądu o umieszczeniu w MOW jest naruszanie zasad współżycia społeczne-

go – niszczenie cudzego mienia, bójki, rozboje, kradzieże z włamaniem, kontakty ze światem przestępczym, ale także notoryczne ucieczki z domu, wagarowanie, pijaństwo, narkomania, prostytutcja, czy włóczęgostwo. Zadaniem ośrodków jest eliminowanie u wychowanków takich przejawów niedostosowania społecznego, ale także przygotowanie ich do samodzielnego życia, zgodnego z obowiązującymi normami społecznymi i prawnymi. Zachowania dzieci i młodzieży świadczące o niedostosowaniu społecznym mają swe przyczyny w wielu czynnikach, do najważniejszych z nich zaliczamy: dysfunkcje w środowisku rodzinnym, niepowodzenia w środowisku szkolnym, zagrożenia wynikające z alkoholizmu, narkomanii, potrzeby przynależności do nieformalnych grup młodzieżowych.

Wiele rodzin określaných mianem „dysfunkcyjnych” charakteryzuje się występowaniem czynników ryzyka w rodzinach młodzieży: rodzina niepełna, uzależnienia jednego z rodziców, niewystarczająca opieka i kontrola, nieprawidłowe metody wychowawcze. Każdy rodzaj dysfunkcji w rodzinie może pozostawiać u dziecka trwały uraz, co z kolei może prowadzić do utraty poczucia bezpieczeństwa u dziecka, pojawienia się problemów emocjonalnych, chorób, jak depresja, czy nerwica. Następstwem trudnych doświadczeń u dzieci i młodzieży bardzo często jest nieadekwatnie zaniżona samoocena. Pewna grupa młodych ludzi w dysfunkcyjnym środowisku odnajduje zasoby, które „pozwalają jej ukształtować własną tożsamość, która z jej perspektywy jest źródłem siły i zdrowia” (Opora, 2011, s. 41). Sukcesy i porażki, jakich doświadczają młodzi ludzie nie są obojętne dla rozwoju ich samooceny. Doświadczanie wielu sukcesów umacnia młodego człowieka w wysokiej samoocenie i poczuciu sprawstwa. Skutkiem doświadczania licznych porażek nierzadko bywa utrata wiary we własne możliwości, za czym z kolei może iść tendencja do przyjmowania postawy biernej lub unikającej w sytuacjach życiowych, rodzinnych czy szkolnych (Niewiadomska, 2007).

Do podstawowych zadań MOW-u należy między innymi przygotowanie wychowanków lub wychowanek do samodzielnego funkcjonowania po opuszczeniu ośrodka, z poszanowaniem obowiązujących norm społecznych i prawnych. Niestety, młodych ludzi często cechuje niewystarczający poziom orientacji życiowej. Na orientację życiową dorastających wywierają wpływ liczne czynniki, wśród których za najważniejsze uważa się wiek, płeć i samoocenę, a także stosunki wewnątrzrodzinne (Tyszkowa, 1980).

## 2. Samoocena

Samoocena (*self-esteem*) jest jednym z najczęściej podejmowanych zagadnień wśród psychologów, a zainteresowanie jej badaniem wciąż rośnie. Samoocena należy do kompetencji społecznych i można ująć ją jako pojęcie o sobie samym. To całokształt wiedzy, wyobrażeń i pojęć jednostki o sobie, tworzący względnie stały system poglądów, a także – powstały na ich bazie stosunek uczuciowy jednostki do samej siebie związany z samooceną (Kulas, 1986, s. 17).

Termin samoocena rozumiany może być jako dość stabilny aspekt odnoszący się do poczucia własnej wartości, czy też jako sytuacja lub odczucia, mające tendencję do ulegania wpływom czynników zewnętrznych, jak samopoczucie, opinia innych, czy poczucie przynależności do grupy (Kernis, Goldman, 2006). Poziom samooceny oddziałuje na to, jaki stosunek do własnego *Ja* prezentuje jednostka, a także wpływa na sposób postrzegania świata, uczucia i emocje, jakich doświadcza oraz aktywności, jakie podejmuje. Samoocena, inaczej mówiąc, ściśle wiąże się z emocjami i obrazem samego siebie.

W latach siedemdziesiątych i osiemdziesiątych bardzo popularna stała się teoria dotycząca wpływu poziomu samooceny na całościowe funkcjonowanie jednostki. Przypisywano jej związek z osiągnięciami szkolnymi i zawodowymi, ale także z tendencją do popadania w uzależnienia czy podejmowania decyzji ryzykownych. Według tej koncepcji im wyższy poziom samooceny jednostki, tym sukcesy szkolne i zawodowe powinny być bardziej znaczące, a tendencje do uzależnień i zachowań ryzykownych niższe. Dotychczas nie zostało to jednak potwierdzone badaniami naukowymi jednoznacznie. Istnieją wprawdzie takie, z których wynika, iż poziom samooceny rzeczywiście koreluje ze sposobem funkcjonowania jednostki, ale są również takie, które tego związku nie potwierdzają. Nierzadko nadal trudno określić, czy samoocena stanowi przyczynę, czy skutek funkcjonowania jednostki w różnych aspektach życia (Baumeister i in., 2003). Seymour Epstein przedstawia samoocenę jako taki element *Ja*, który optymalizuje zachowania jednostki, regulując relacje między doświadczeniami przyjemnymi i nieprzyjemnymi. Taki pogląd jest skutkiem teorii, według której organizmy wyższe unikają okoliczności, będących źródłem negatywnych, nieprzyjemnych, doznań, tym samym dążąc do intensyfikacji doznań pozytywnych (Fecenec, 2008).

William James, uważany za prekursora w zakresie pojęcia samooceny, określił ją jako subiektywną ocenę powstającą na bazie dokonania

bilansu osobistych sukcesów i porażek (Szymborski, 2007, s. 42). Dlatego też samoocena stanowi zgodnie z tą teorią bilans związku osiągnięć lub sukcesów jednostki do jej aspiracji. Wyższa samoocena wynika więc z mniejszych dysproporcji pomiędzy tym, jakie cele podmiot osiągnął w stosunku to tego, jakie zamierzał osiągnąć.

Czyniąc rozważania dotyczące definicji samooceny, nie można nie wspomnieć o badaczu, jakim był Morris Rosenberg. Niewątpliwie miał on bardzo duży wpływ na to, w jaki sposób pojmowana powinna być samoocena oraz wszelkie związane z nią komponenty. Zgodnie z ujęciem Rosenberga podmiot cechuje określony stosunek względem siebie, jak również względem otoczenia. Samoocena na wysokim poziomie oznacza zgodnie z tym poglądem, że obraz samego siebie dostarcza podłoża, by uważać się za wystarczająco dobrego i wartościowego (Rosenberg, 1965), co jednocześnie wcale nie oznacza, że jednostka czuje się od innych bardziej wyjątkowa. Bogdan Wojciszke (2009) przedstawia samoocenę jako afektywne działanie podmiotu na samego siebie, inny polski autor zaś jako zespół sądów i opinii, które jednostka odnosi do własnej osoby. Nastawienie wobec własnej osoby może dotyczyć nie tylko wyodrębniających się cech psychicznych, czy fizycznych jednostki, ale też tych domniemyanych.

Niewątpliwie można powiedzieć, że samoocena jest niezwykle ważnym elementem samowiedzy i tożsamości, ponieważ odgrywa kluczową rolę w zakresie umiejętności definiowania siebie samego, a także określania swego miejsca w otaczającym świecie. Otoczenie wymaga, by jednostka uwzględniała własne możliwości w trakcie podejmowania decyzji, a co za tym idzie działań, by możliwe było przewidzenie skutków tych działań. Jednak podstawą tego jest przede wszystkim trafna orientacja w obszarze własnych umiejętności. W zależności od tego, czy mamy do czynienia z adekwatną, czy zbyt niską samooceną, możemy z dużym prawdopodobieństwem przewidzieć reakcje w sytuacjach trudnych czy stresowych. Wyższy poziom samooceny skutkuje względnie zrównoważoną odpowiedzią na zdarzenie, natomiast niższy poziom samooceny wiąże się ze wzmożonym dążeniem do potwierdzenia swej wartości. W przeciwieństwie do pozytywnych opinii na swój temat, które wywołują przyjemne emocje i podnoszą własną wartość, to negatywne informacje owocują u podmiotu pojawieniem się takich emocji, jak lęk, poczucie winy, smutek czy rezygnacja. Badacze określają jednak, że samoocena nie tyle powinna być wysoka, co stosowna i stabilna. Brak stabilności prowadzi do nieodpowiednich reakcji emocjonalnych. Zaniżone poczucie własnej wartości może prowadzić na przykład do wystąpienia zachowań an-

tyspołecznych (Borys, 2010, s. 44). Natomiast cechowanie się zawyżoną samooceną również skutkować może tym, że przez otoczenie jednostka odbierana będzie jako wywyższająca się, samolubna lub agresywna. Osoby charakteryzujące się niskim poczuciem własnej wartości odbierane są przeciwnie i otoczenie odnosi się do nich bardziej życzliwie.

Wyniki badań wskazują, że formowanie się samooceny u dzieci zależy w dużym stopniu od stylów komunikowania się opiekunów z dzieckiem (Jędrzejewska, 2016). Zauważone zostało, że, jeżeli rodzice przyjmowali krytyczną postawę w stosunku do podopiecznych, prowadzili do sytuacji, w których w dziecku pojawiało się poczucie winy lub jeżeli dziecko nie spełniało oczekiwań dorosłych, a ich stosunek emocjonalny wobec dziecka uwarunkowany był spełnieniem przez nie jakichś żądań, to dzieci te w przyszłości stały się dorosłymi z niższą samooceną. Dodatkowo samoocena niższa wykształciła się u dzieci, które rzadziej były chwalone i rzadziej okazywana im była akceptacja.

Natomiast według teorii rozwój samooceny zależny jest od stylów rodzicielskich prezentowanych przez opiekunów (Lamborn, Mounts, Steinberg i Dornbusch, 1991). Inne badania dowodzą, że główną rolę w tym zakresie pełni struktura rodzinna (Bynum i Durm, 1996), a także wzorce relacji w rodzinie (Jędrzejewska, 2016). Relacje z opiekunami odgrywają znaczącą rolę w kształtowaniu się określonego rodzaju samooceny, nie tylko jawnej, ale także utajonej w życiu dorosłym jednostki, co dowodzą kolejne badania. Zgodnie z ich założeniami ludzie, którzy doświadczyli wystarczająco dużo uwagi i uczuć rodzicielskich, często cechują się wysoką samooceną utajoną. Nadopiekuńczość opiekunów wpływa na wykształcenie się niskiej samooceny utajonej (Szpitalak, Polczyk, 2015). Istnieje jednak niewystarczająca ilość badań dotyczących samooceny utajonej wśród dzieci i młodzieży.

Wyniki badań nad samooceną osób niedostosowanych społecznie są niejednoznaczne, choć większość wskazuje na negatywną korelację między obydwojma zmiennymi. Początkowo uważano, że istnieje prosta zależność między samooceną a przystosowaniem: im większa jest rozbieżność między „ja realnym” a „ja idealnym”, tym większy stopień nieprzystosowania (Wysocka, Ostafińska-Molik, 2016). Badania, bardziej szczegółowo różnicujące osoby niedostosowane społecznie, wskazują na zależność krzywoliniową, co oznacza, że niezależnie od specyficznych cech jednostki (bez wskazania jakie są to cechy), samoocena, zarówno wysoka jak i niska, koreluje z nieprzystosowaniem, zaś średni poziom samooceny związany jest z dobrym przystosowaniem jednostki (Siemionow, 2011, s. 56).

Samoocena jest szczególnie ważnym obszarem funkcjonowania u młodzieży przebywającej w placówkach socjalizacyjnych, ze względu na to, że bardzo często jest ona nieadekwatna, znacznie zaniżona, co ma bardzo znaczący wpływ na dalsze funkcjonowanie osoby opuszczającej ośrodek. Młodzi ludzie pochodzący z dysfunkcyjnych, często pełnych przemocy i uzależnień domów nie mieli możliwości wykształcić adekwatnej samooceny. Istnieje także spore ryzyko, że po powrocie do tego środowiska po ukończeniu pełnoletniości młoda osoba ponownie doświadczy degradowania poziomu jego samooceny. Dlatego rola placówki resocjalizacyjnej w zakresie nauki sposobów rozwijania i utrzymania względnie stabilnego poziomu samooceny u wychowanka, a co za tym idzie ogólnej zmiany jako celu resocjalizacji jest niezwykle ważna (Siemionow, 2019).

### 3. Poczucie koherencji

Poczucie koherencji (*sense of coherence* – SOC) należy do cech osobowości i ma niezwykle ważne znaczenie w zakresie działań poradczych, czyli radzenia sobie w trudnych lub niepewnych sytuacjach. Wpływa ono korzystnie na sposób funkcjonowania jednostki. W zależności od tego, jak jest uformowane i jaki istnieje rozkład cech składowych, poczucie koherencji wpływa w określony sposób na zdolność utrzymania równowagi organizmu człowieka, czyli zdrowie fizyczne, psychiczne i duchowe (Antonovsky, 2005).

Według teorii salutogenezy Aarona Antonovsky'ego silne poczucie koherencji stanowi bardzo istotny czynnik dla zachowania zdrowia i skutecznego radzenia sobie z wszelkimi sytuacjami wywołującymi stres. Poczucie koherencji zamiennie nazywane bywa poczuciem orientacji życiowej.

Pojęcie poczucie koherencji zostało ustalone przez Antonovsky'ego w trakcie poszukiwań cech człowieka, które przyczyniają się do zachowania zdrowia, niezależnie od tego, w jak bardzo niesprzyjających okolicznościach by się znalazł (Cieciuch, 2010). Autor ten na podstawie badań przeprowadzonych z udziałem osób, które znajdowały się w centrum eksterminacji ludności w czasie II wojny światowej, z zaskoczeniem odkrył, że znaczna część z tych osób, mimo iż doświadczyły głębokiego urazu, wiedzie zwyczajne życie, zachowując przy tym zrów-

noważenie emocjonalne i zdrowie psychiczne, nie przejawiając zaburzeń, gdyż można by domniemać inaczej. Na podstawie tego rodzaju odkryć badacz wysnuł koncepcję, że w pierwszej kolejności warto skupić się na przyczynach zdrowia, natomiast dopiero w dalszej kolejności na przyczynach choroby. Właśnie wtedy naukowiec ten skonstruował zmienną, którą określił jako poczucie koherencji. Antonovsky określa termin poczucia koherencji jako globalną orientację człowieka wyrażającą stopień, w jakim człowiek ten ma dojmujące, trwałe, choć dynamiczne poczucie pewności, że bodźce napływające w ciągu życia ze środowiska wewnętrznego i zewnętrznego mają charakter ustrukturyzowany, przewidywalny i wytłumaczalny, dostępne są zasoby, które pozwolą mu sprostać wymaganiom stawianym przez te bodźce, wymagania te są dla niego wyzwaniem wartym wysiłku i zaangażowania (Antonovsky, 2005, s. 34). Koherencję, stanowiącą zintegrowany sposób odbierania świata cechują trzy komponenty, które są ze sobą połączone: zrozumiałość (*comprehensibility*), zaradność (*manageability*), sensowność (*meaningfulness*).

Poczucie zrozumiałości odnosi się do pojmowania napływających informacji jako takich, które są spójne, klarowne i uporządkowane. Rozumie się to jako poziom, gdzie rzeczywistość jawi się jako uporządkowana, przewidywalna i spójna, niezależnie od tego, czy jest on korzystny, czy wrogi dla człowieka. Zrozumiałość nie skutkuje tym, czy bodźce mają charakter pozytywny, czy negatywny. W zależności od stopnia nasilenia danego komponentu ludzie postrzegają świat na różne sposoby. Osoby cechujące się wysokim poczuciem zrozumiałości interpretują trudności, jakie stawia życie jako możliwe do pokonania, jest to odmienne podejście, niż u jednostek z niskim poczuciem tego zrozumiałości (Antonovsky, 2005). Wysoki poziom zrozumiałości, owocuje tym, że informacje odbierane przez jednostkę nabierają sensu, wyzbywają się cech szumu informacyjnego. Ten składnik poczucia koherencji interpretuje się również jako przekonanie o tym, że nie należy obawiać się nieprzewidywalności odnośnie informacji, jakie pojawią się w przyszłości, a nawet gdyby takie nadeszły losowo, to istnieje przekonanie, że zostaną one uporządkowane i wyjaśnione (Antonovsky, 2005). Ten rodzaj poczucia koherencji określa stabilność pod względem zdolności do prawidłowego interpretowania świata oraz poznawczej oceny jego rzeczywistości w odniesieniu do odczuć intuicyjnych. Zrozumiałość ma charakter poznawczy, osoba z wysokim poziomem zrozumiałości ocenia sytuacje adekwatnie do stanu faktycznego, dlatego ewentualny rozwój wypadków nie okazuje się dla jednostki zaskakujący. W poczu-

ciu zrozumiałości napływające bodźce napływające do jednostki mają charakter spójny i są poukładane, jednak to człowiek ma zdolność ich porządkowania.

Zaradność inaczej sterowalność (zaradność) określa się poprzez świadomość człowieka odnośnie zasobów, jakie posiada i może wykorzystać w celu poradzenia sobie z wymaganiami, jakie stawia otoczenie. Wśród zasobów, które mają znaczenie dla poczucia zaradności, należą głównie zasoby osobiste, którymi człowiek dysponuje sam i te, którymi dysponują inni (Antonovsky, 2005). Jednostka z silnym poczuciem zaradności ma poczucie, że sprostą wszelkim oczekiwaniom środowiska, a gdy zabraknie jej własnych zasobów, to odnajdzie pomoc w zasobach innych ludzi. Zaradność definiować można jako subiektywne poczucie posiadania możliwości poradzenia sobie z oczekiwaniami środowiska, posiadania wpływu na rzeczywistość, w której znajduje się jednostka, a więc jest to przekonanie, że realne jest odnalezienie wsparcia w otoczeniu, jeśli zaistnieje taka potrzeba. Osoba charakteryzująca się wysokim poziomem sterowalności ocenia rzeczywistość trafnie względem stanu rzeczywistego, wie, jakie wymagania wytycza otoczenie, potrafi dostosować te komponenty odpowiednio, żeby efektywnie sprostać określonej sytuacji. Ten składnik poczucia koherencji sprzyja edukacji i socjalizacji dzięki cechom wyuczalności. Składnik ten wiąże się z subiektywnym poczuciem jednostki, że ma prawo dostrzegać w sobie samym i otoczeniu czynników (własnych cech psychicznych, przychylności innych ludzi, instytucji itp.), które pozwalają lub pomagają osiągnąć zamierzone cele.

Sensowność stanowi rodzaj emocjonalno-motywacyjny poczucia orientacji życiowej. Sterowalność wiąże się zasadniczo z poczuciem władania przez osobę zasobami, które umożliwiają jej aktywny wpływ na sytuację, w jakiej się znalazła. Nie są to koniecznie środki materialne czy te, znajdujące się w zasięgu kontroli człowieka. Mogą to być atrybuty pozostające w dyspozycji rodziny, przyjaciół, Boga itd. Istotne jest przeświadczenie, że można w kimś lub czymś znaleźć oparcie, gdy zajdzie taka potrzeba. Wysoki poziom sensowności sprzyja temu, że jednostka wyraża chęć zaangażowania emocjonalnego względem rzeczywistości, ponieważ ma przekonanie, że ma to sens. Nawet jeżeli napotyka na swojej drodze trudności, potrafi sobie skutecznie z nimi poradzić (Antonovsky, 2005). Pojawiające się zadania rozpatruje w kategorii wyzwania, a nie zagrożenia. Komponent ten bywa także określany jako poziom wysokiego poczucia sensu życia w obszarze emocjonalnym.



Poziom orientacji życiowej pełni niezwykle istotną rolę w życiu młodzieży, nastolatków stojących u progu dorosłego, samodzielnego życia. Poczucie koherencji przekłada się na skuteczniejsze funkcjonowanie w społeczeństwie, efektywne poszukiwanie pracy, skuteczną realizację zamierzeń, pragnień, potrzeb czy zainteresowań młodych ludzi. Orientacja życiowa, podobnie jak samoocena, warunkuje zachowania i plany, wpływając na przyszlą drogę życiową. Poczucie koherencji jest czynnikiem decydującym o zakresie, w jakim jednostka radzi sobie w dany sposób z wyzwaniami, przed jakimi staje w cyklu życia (Antonovsky, 1985, 275), dlatego też poziom poczucia koherencji ma szczególnie znaczenie w odniesieniu do młodzieży ponownie adaptującej się do życia w społeczeństwie po kilkuletnim pobycie w placówce wychowawczej.

Poziom koherencji nie jest cechą wrodzoną, lecz nabywaną w trakcie życia, formuje się przez całe życie, wobec czego uwarunkowany jest doświadczeniami życiowymi (Antonovsky, 1985). Rozumieć to należy jako istotne wydarzenia lub relacje, których jednostka doświadcza nieprzerwanie przez dłuższy czas, a które jednocześnie nadają istotnego sensu jej życiu.

Orientacja życiowa osób dorastających kształtuje się w odpowiedzi na czynniki napotymane w świecie zewnętrznym. Jako najważniejsze wymienić należy wiek, płeć, relacje wewnątrz środowiska rodzinnego, ale także poczucie własnej wartości, czyli samoocenę (Tyszkowa, 1980). Dowiedziono niejednokrotnie, że osobami najbardziej znacząco oddziałującymi na rozwój dorastających ludzi, a także ich funkcjonowanie i orientację dotyczącą przyszłości - są rodzice. Proces identyfikowania się dzieci z rodzicami ma zasadniczy wpływ na ich dalsze życie. Sukcesy oraz porażki matki i ojca, ich zachowania, sposoby radzenia sobie z trudnościami są poddawane ocenie potomków, co z kolei przyczynia się do określania ich własnych celów oraz planów życiowych. Jakość relacji pomiędzy rodzicami i dziećmi stanowi podstawę dla spełnienia wymagań rozwojowych młodych ludzi, natomiast normą jest, że wymiar tych relacji ulega przemianom w czasie, w trakcie dorastania potomstwa. Proces dojrzewania - powoduje zwiększanie się wpływu młodych ludzi na życie rodzinne oraz ich własne. Zmienia się także natężenie kontroli rodzicielskiej w odniesieniu do wpływu na zachowania dorastających dzieci. Na atmosferę, jaka panuje pomiędzy dorastającym potomstwem a rodzicami ma swe źródło w prezentowanych przez opiekunów postawach rodzicielskich. Dlatego też wpływa znacząco na sposoby przekazywania informacji, naukę rozpoznawania i wyrażania własnych uczuć oraz umiejętność współpracy i życia

w społeczeństwa. Kluczową rolę odgrywają tu sposoby komunikowania się rodziców z dziećmi, ponieważ komunikacja istotnie przyczynia się do wyboru określonych ról życiowych w przyszłości. Stosunki w rodzinie, czyli oddziaływania pomiędzy rodzicami i potomstwem rzutują na kształtowanie się orientacji życiowej młodych ludzi. Odbywa się to na kilka sposobów. Klimat wewnątrzrodzinny i relacje pomiędzy rodzicami mogą znacząco wpływać na sposoby definiowania i realizowania celów życiowych przez dorastające dzieci, w tym poziom dążenia do założenia własnej rodziny, powielanie lub nie modelu funkcjonowania rodziny, jaki dzieci znają z domu rodzinnego, ukierunkowanie zainteresowań i wyborów edukacyjnych i zawodowych. Rodzice mogą wpływać na wybory życiowe swych dorastających dzieci i efektywnie pomagać im w ich realizacji (Tyszkowa, 1980). Dzieje się tak jednak w części przypadków, natomiast w pozostałych sytuacjach dorośli nie potrafią zadbać o to, by warunki sprzyjały samodzielnemu podejmowaniu decyzji przez młodzież (Obuchowska, 2004).

Środowisko rodzinne istotnie warunkuje postawy, jakie kształtują się u dorastających dzieci względem dalszego życia. Postawy te mogą być zarówno pozytywne, jak i negatywne. Obecność, umiejętne i aktywne uczestnictwo rodziców w procesie dorastania ich dzieci, pomaga młodym ludziom efektywniej radzić sobie z trudnościami napotykanymi w trakcie pojawiania się różnego rodzaju życiowych zdarzeń. Aprobata i obecność opiekunów względem młodych ludzi przyczynia się także do nabywania i zwiększania umiejętności kontroli nad własnymi emocjami i zachowaniami. To, czego doświadcza młody człowiek w trakcie rozwoju i dorastania w określonej rodzinie, stanowi zasadniczy drogowskaz do kształtowania się wielu umiejętności, między innymi planowania przez dzieci przyszłości osobistej (Szwedo, 2021).

Badania dowodzą, że silne poczucie koherencji kształtuje się poprzez proces socjalizacji. Jak zostało ujęte wyżej, w literaturze odnajdujemy dowody charakteryzujące uwarunkowania kształtowania się poczucia koherencji (Antonovsky, 2005). Dowiedziono dotychczas, że w zjawisku tym kluczowe role odgrywają na przykład relacje i atmosfera w domu rodzinnym oraz doświadczanie wsparcia od osób, które są ważne dla jednostki w okresie młodzieńczym (Antonovsky, 2005).

## 4. Metoda

### Cel badań

Celem przeprowadzonych badań było ustalenie, czy istnieje zależność między samooceną a poczuciem koherencji wychowanków młodzieżowych ośrodków wychowawczych. Postawiono hipotezę, że samoocena koreluje dodatnio z poczuciem koherencji wychowanków młodzieżowych ośrodków wychowawczych.

### Hipotezy badawcze

H1. Istnieje dodatni związek pomiędzy samooceną a poczuciem koherencji.

H2. Istnieje dodatni związek pomiędzy ogólnym wynikiem poczucia koherencji.

H3. Istnieje dodatni związek pomiędzy samooceną a wszystkimi wymiarami poczucia koherencji: zrozumiałością, zaradnością oraz sensownością.

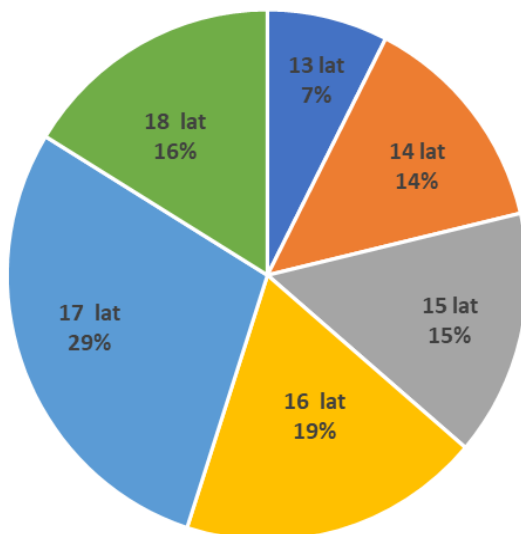
### Procedura i osoby badane

Badania przeprowadzono w wersji papier-ołówek, w okresie od stycznia 2023 roku do marca 2023 roku. Udział w badaniach był dobrowolny. Ze względu na niepełnoletniość większości osób badanych, w celu przeprowadzenia badań pozyskano zgody od samych badanych, a także od opiekunów prawnych. Zgody w przypadku osób niepełnoletnich przebywających w placówce, jaką jest młodzieżowy ośrodek wychowawczy pobierane są przez kadrę ośrodka podczas przyjęcia wychowanka do placówki lub niedługo potem. W związku, z czym zgody na przeprowadzenie badania zostały wydane przez pracowników ośrodków.

Przed przystąpieniem do wypełniania kwestionariuszy, każdy badany został dokładnie poinformowany o celu przeprowadzanego badania. Do badania dołączona została także instrukcja ogólna, jak też instrukcje dotyczące poszczególnych metod.

Wszystkie osoby badane, to chłopcy w wieku 13–18 lat, wychowankowie Młodzieżowych Ośrodków Wychowawczych w Jaworku oraz w Malborku. Łącznie objęto badaniem grupę 80 wychowanków. Rozkład procentowy badanych ze względu na przedziały wiekowe badania prezentuje wykres 1.

Wykres 1. Rozkład procentowy badanych ze względu na przedziały wiekowe.



Źródło: opracowanie własne.

## Narzędzia badawcze

Wykorzystane narzędzia badawcze, to Skala Samooceny SES M. Rosenberga, Kwestionariusz Orientacji Życiowej SOC-29 A. Antonovsky'ego oraz metryczka własnego autorstwa. Ze względu na specyfikę badanej grupy i możliwą męczliwość znacznej części badanych osób, celowo wybrano kwestionariusze o niewielkim lub umiarkowanym stopniu trudności.

Skala Samooceny SES M. Rosenberga (1965) w polskiej adaptacji Dzwonkowskiej, Lachowicz-Tabaczek i Łaguny (2008). Kwestionariusz ten z założenia jest narzędziem jednowymiarowym i służy do badania globalnej samooceny. Skala Samooceny Rosenberga składa się z 10 elementów, które mają charakter diagnostyczny. Na czterostopniowej skali Likerta (od 1 – zdecydowanie się zgadzam, do 4 – zdecydowanie się nie

zgadzam) osoba badana określa, w jakim stopniu zgadza się z podanym stwierdzeniem. Za każdą udzieloną odpowiedź badany otrzymuje od 1 do 4 punktów.

Kwestionariusz Orientacji Życiowej SOC-29. A. Antonovsky'ego (2005) służy do badania poczucia koherencji. Składa się z 29 stwierdzeń oraz trzech podskal, tj. poczucia zrozumiałości (SOC-29 ZR), zaradności (SOC-29 Z) oraz sensowności (SOC-29 S). Do pierwszej skali należy 11 stwierdzeń, do drugiej 10, natomiast do trzeciej 8. Im wyższy wynik, tym silniejsze poczucie koherencji lub jego składnik. Polska adaptacja skali SOC cechuje się dobrymi właściwościami psychometrycznymi, podobnie jak wersje zagraniczne. Osoba badana udziela odpowiedzi za pomocą 7-stopniowej skali Likertowskiej, w której „1” oznacza, że dane nastawienie występuje zawsze, a „7”, że nigdy. Ogólny poziom poczucia koherencji wyliczany jest po zsumowaniu wartości odpowiadających poszczególnym podskalom.

## 5. Analiza uzyskanych wyników badania

W celu weryfikacji hipotezy sprawdzono, czy istnieje korelacja pomiędzy samooceną a poczuciem koherencji. Rozkłady badanych zmiennych były zbliżone do rozkładu normalnego, dlatego do zbadania związków między zmiennymi zastosowano korelację parametryczną  $r$  Pearsona.

Wykazano istnienie istotnej statystycznie, dodatniej, bardzo silnej korelacji pomiędzy samooceną a wszystkimi wymiarami poczucia koherencji: ogólnym wynikiem poczucia koherencji ( $r=0,85$ ;  $p<0,001$ ), zrozumiałością ( $r=0,81$ ;  $p<0,001$ ), zaradnością ( $r=0,80$ ;  $p<0,001$ ) oraz sensownością ( $r=0,82$ ;  $p<0,001$ ) (tabela 1).

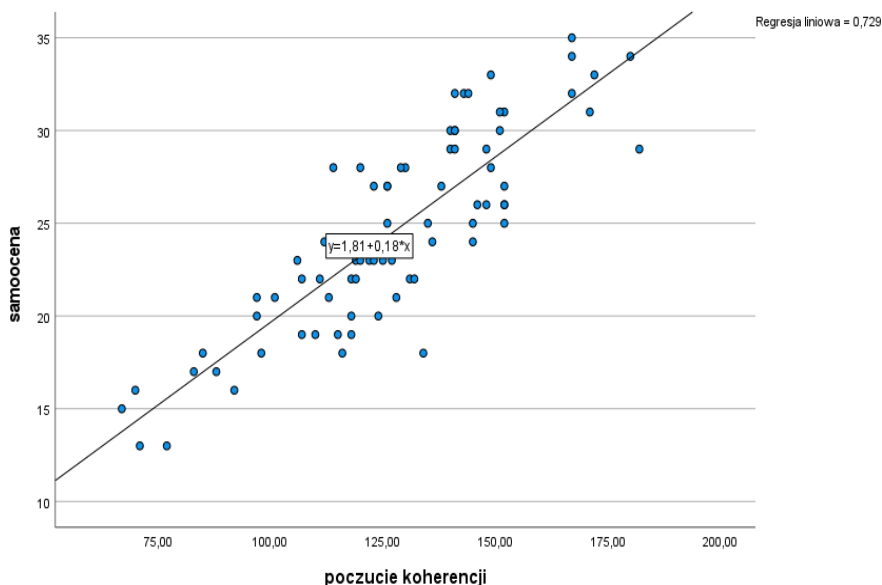
Tabela 1. Korelacje pomiędzy samooceną a poczuciem koherencji

Zmienna	Współczynnik	Samoocena
Zrozumiałość	$r$	0,81
	$p$	< 0,001
Zaradność	$r$	0,80
	$p$	< 0,001
Sensowność	$r$	0,82
	$p$	< 0,001
Poczucie koherencji	$r$	0,85
	$p$	< 0,001

$r$  – współczynnik korelacji  $r$  Pearsona;  $p$  – poziom istotności

Zależność liniową pomiędzy ogólnym poczuciem koherencji a samooceną zaprezentowano na wykresie 2.

Wykres 2. Związek pomiędzy ogólnym poczuciem koherencji a samooceną



Źródło: opracowanie własne

## 6. Dyskusja

Celem niniejszej pracy badawczej była analiza zależności między samooceną a poczuciem koherencji młodzieży będącej wychowankami młodzieżowych ośrodków wychowawczych.

Antonovsky (1993) dowodzi, że poczucie koherencji koreluje z samooceną. Zasadniczą trudność, której musi stawić czoła osoba w okresie dorastania, stanowi zintegrowanie swojego zachowania i ukształtowanie osobowości w odniesieniu do rzeczywistości społecznej. Dążąc do uporządkowania i zrozumienia odbieranych informacji oraz trafnego umiejscowienia siebie w tej hierarchii, młody człowiek wykorzystuje obserwację otaczającej go rzeczywistości. Skutkuje to tym, że osoba przybiera

własny styl radzenia sobie z doświadczeniami oraz zyskuje świadomość swojej skuteczności w tym obszarze (Antonowsky, 2005). Funkcjonowanie jednostki, jej odporność oraz jej wrażliwość na sytuacje stresowe, a także efektywne radzenie sobie ze stresem i innymi trudnościami determinowane jest przez jakość dysponowania przez osobę zasobami osobistymi. Takimi zasobami osobistymi są niewątpliwie między innymi poczucie koherencji oraz pozytywna, względnie wysoka samoocena.

W wynikach analiz kolejnych badań, dotyczących weryfikacji w planie badań podłużnych modelu zależności między psychospołecznymi czynnikami ryzyka/chroniącymi, a problemami internalizacyjnymi młodzieży gimnazjalnej odnajdujemy informację, że „przy kontrolowaniu poziomu samooceny poczucie koherencji wiąże się bezpośrednio z mniejszym nasileniem problemów internalizacyjnych młodzieży” (Ostaszewski, 2017, s. 121).

Wychowywanie się w rodzinach dysfunkcyjnych przyczynia się do podejmowania przez młodych ludzi zachowań ryzykownych, nieprześlanych lub po prostu błędnych, które wiążą się między innymi z zaniedbywaniem obowiązków szkolnych, rozbojami, konfliktami z prawem czy stosowaniem substancji psychoaktywnych, co owocuje umieszczeniem ich w placówce wychowawczej przez sąd rodzinny. Bez względu na przyczynę wychowywanie się w środowisku noszącym znamiona patologii bezsprzecznie wpływa na zakłócenie procesu wychowawczego. W otoczeniu takim często młodej osobie często brakuje wsparcia, jasno określonych granic, odpowiednich wzorców. Nierzadko dzieci i młodzież doświadczają różnych form przemocy. Może prowadzić to do pojawienia się problemów związanych z dojrzałością emocjonalną funkcjonowaniem społecznym. Rozwój samooceny oraz poczucia koherencji może zostać zaburzony. Również sam pobyt w placówce wychowawczej, jaką jest MOW, odizolowanie od niekoniecznie sprzyjającego, ale w subiektywnym odczuciu młodej osoby przez nią pożądanego środowiska rodzinnego, także ze względu na fakt, że ma on miejsce w okresie dojrzwania i intensywnego rozwoju - może wpływać na kształtowanie się wymienionych cech osobowości.

Inne badania, przeprowadzone przez A. Wiatrowską (2013) dotyczące zasobów osobistych kobiet z bulimią psychiczną wprawdzie sprowadzały się do badania zależności pomiędzy poczuciem koherencji a samooceną u osób chorych na bulimię, wobec czego wyniki badań zależności pomiędzy SOC oraz samooceny nie są miarodajne w odniesieniu do grupy zdrowych wychowanków MOW. Ale podczas prowadzenia tych badań założono również badania na grupie kontrolnej, czyli osób zdrowych.

Wykazały one (przeciwnie do grupy osób chorych) korelację wskazującą na dodatnie zależności pomiędzy samooceną a poczuciem koherencji (SOC) kobiet z grupy porównawczej. Wysoka samoocena w grupie porównawczej korelowała pozytywnie z koherencją (Wiatrowska, 2013) Również w badaniach G. Aondo-Akaa (2021) dotyczących wybranych zasobów osobowości oraz ich wzajemnych relacji u młodych dorosłych osób z wrodzoną niepełnosprawnością ruchową. Z analiz wynika, że istnieją silne, istotne związki pomiędzy samooceną a poczuciem koherencji. Zasadniczo ważny jest tu fakt, że zarówno poziom samooceny, jak i poczucia koherencji ujawniony w tych badaniach u osób chorych nie odbiega od poziomów tych cech u osób zdrowych, stanowiących grupę odniesienia.

## 7. Podsumowanie i wnioski

Problematyka niniejszego badania dotyczyła określenia zależności pomiędzy samooceną a poczuciem koherencji wśród wychowanków placówek, jakimi są młodzieżowe ośrodki wychowawcze. Potwierdzono dodatnią, silną korelację między tymi zmiennymi. Są to istotne obszary, bardzo często warunkujące funkcjonowanie jednostki, natomiast wyniki badań często dają niejednoznaczne efekty, wobec czego warto byłoby dążyć do ujednoczenia ich lub sklasyfikowania. Zagadnienia samooceny i poczucia koherencji zdają się być szczególnie istotne, gdy dotyczą tak zwanej „trudnej” młodzieży.

Uzyskane z prezentowanych badań informacje mają znaczenie zarówno w aspekcie poznawczym, jak i aplikacyjnym. Poszerzają one wiedzę dotyczącą poczucia koherencji i jego uwarunkowań u młodzieży między innymi niedostosowanej społecznie. Wskazują także na pewne możliwości kształtowania u nich poziomu tej zmiennej poprzez stworzenie odpowiednich warunków rozwoju w ośrodkach, w których przebywają. Wydaje się, że otrzymywane wsparcie ze strony pracowników ośrodków (nauczycieli, pedagogów, psychologów) oraz ze strony rówieśników, współuczestniczących we wszystkich zakresach aktywności, umożliwi im pozytywny rozwój poczucia koherencji. To ważne zagadnienie nadal wymaga kontynuowania badań, które pozwolą zdefiniować zdecydowanie więcej zmiennych związanych z poczuciem koherencji, a nawet wyłonienia jej predyktorów.



Warto wobec tego kontynuować badania nad poczuciem koherencji, odnosząc się do wychowanków placówek, jakimi są młodzieżowe ośrodki wychowawcze, ponieważ uzyskane dane mogą stanowić przesłankę do podjęcia działań terapeutycznych i wychowawczo-resocjalizacyjnych, wobec młodych ludzi, co może przyczynić się do ułatwienia im odnalezienia się w świecie i bardziej efektywnego stawiania i realizowania celów na przyszłość.

## Bibliografia

- Antonovsky A. (1993). The structure and properties of the Sense of Coherence Scale. *Social Science & Medicine*, 36, 725-733.
- Antonovsky A. (2005). *Rozwikłanie tajemnicy zdrowia. Jak radzić sobie ze stresem i nie zachorować*. Warszawa: Fundacja IPN.
- Aondo-Akaa G. (2021). Wybrane zasoby osobowości oraz ich wzajemne relacje u młodych dorosłych osób z wrodzoną niepełnosprawnością ruchową. *Lubelski Rocznik Pedagogiczny t. 40, z. 1*, s. 143-156.
- Baumeister R. F., Campbell J. D., Krueger J. I., Vohs K. D. (2003). Does High Self-Esteem Cause Better Performance, Interpersonal Success, Happiness, or Healthier Lifestyles? *Psychological Science in the Public Interest*, 4, 1, 1-44.
- Borys B. (2010). Zasoby zdrowotne w psychice człowieka. *Forum Medycyny Rodzinnej*, 4(1), 44-52.
- Cieciuch J. (2010). Nadzieja jako moderator związku poczucia koherencji z preferowanymi wartościami. *Kwartalnik Naukowy*, 2, 25-38.
- Dzwonkowska I., Lachowicz-Tabaczek K., Łąguna M. (2008). *SES. Polska adaptacja skali SES M. Rosenberga*. Warszawa: Pracownia Testów Psychologicznych PTP.
- Fecenec D. (2008). *MSEI. Wielowymiarowy Kwestionariusz Samooceny. Podręcznik*. Warszawa: Pracownia Testów Psychologicznych Polskiego PTP.
- Jędrzejewska A. (2016). Samoocena dziecka – źródła i komunikaty weryfikujące. *Zbliżenia Cywilizacyjne*, 1, 144-161.
- Kernis M. H., Goldman B. M. (2006). *Assessing stability of self-esteem and contingent self-esteem*. [w:] Kernis M. H., *Self-esteem: Issues and answers*, 77-85, NY, Hove: Psychology Press.
- Kulas H. (1986). *Samoocena młodzieży*. Warszawa: Wydawnictwa Szkolne i Pedagogiczne.
- Niewiadomska I. (2007). *Osobowościowe uwarunkowania skuteczności kary pozbawienia wolności*. Lublin: Wydawnictwo KUL.
- Obuchowska I., (2004). *Drogi dorastania. Psychologia rozwojowa okresu dorastania dla rodziców i wychowawców*. Warszawa: Wydawnictwa Szkolne i Pedagogiczne.
- Opora R. (2011). Nieletni niedostosowani społecznie, lecz odporni psychicznie. W: W. Junik (red.), *Resilience. Teoria – badania – praktyka* (s. 29–43). Warszawa: Wydawnictwo Edukacyjne Parpamedia.
- Ostaszewski K. (2017). Psychospołeczne czynniki problemów internalizacyjnych młodzieży w wieku 15 lat. W: D. Danielewicz, R. Rola. *Stare dylematy i nowe wyzwania w psychoterapii*, (s. 119-137). Warszawa: Wydawnictwo Akademii Pedagogiki Specjalnej.
- Rosenberg M. (1965). *Society and the adolescent self-image*. Princeton, NJ: Princeton University Press.
- Siemionow, J. (2011). *Niedostosowanie społeczne nieletnich: działania, zmiana, efektywność*. Warszawa: Difin.

- Siemionow, J. (2019). Subiektywne doświadczenie zmiany przez dziewczęta niedostosowane społecznie w przebiegu procesu ich resocjalizacji. *Problemy Opiekuńczo-Wychowawcze*, 581 (6), 55-68.
- Siemionow, J., Atroszko, B. (2021). Funkcjonowanie psychospołeczne podopiecznych młodzieżowych ośrodków wychowawczych w okresie pandemii Covid-19. *Resocjalizacja Polska*, 22, 429-450
- Steinberg L., Mounts N. S., Lamborn S. D., & Dornbusch S. M. (1991). Authoritative parenting and adolescent adjustment across varied ecological niches. *Journal of Research on Adolescence*, 1(1), 19-36.
- Szwedo E. (2021). *Sytuacja rodzinna i szkolna uczniów o różnym poziomie kompetencji społecznych: analiza porównawcza*. Praca doktorska. Katowice: Uniwersytet Śląski
- Szyborski K. (2007). Zakochani we własnej wartości. *Charaktery*, nr 5.
- Tyszkowa M. (1980). Percepcja sytuacji a zmiany rozwojowe w strukturze „ja”. W: Z. Ratajczak (red), *Psychologia w służbie człowieka*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN, 14-20.
- Wiatrowska A. (2013). Poczucie koherencji dziewcząt z anoreksją i bulimią psychiczną. *Lubelski Rocznik Pedagogiczny*, 32, 276-294
- Wojciszke, B. (2009). *Człowiek wśród ludzi. Zarys psychologii społecznej*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe Scholar.
- Wysocka, E., Ostafińska-Molik, B. (2016). Podobnie niedostosowani, a mimo to różni: polaryzacje samooceny w grupie wychowanków Młodzieżowych Ośrodków Wychowawczych i Socjoterapeutycznych. *Studia Edukacyjne*, 307-329.

#### Źródła internetowe

<https://www.nik.gov.pl/aktualnosci/sprawy-spoeczne/mlodziezowe-osrodki-wychowawcze.html>  
(dostęp 5 stycznia 2023)

---

## Self-esteem and sense of coherence among adolescents from youth educational centers

### Keywords

self-evaluation, sense of coherence, pupils in youth educational centers, planning of educational interventions, personal resources

### Abstract

This study aims to analyze the relationship between youth self-esteem and the sense of coherence in youth educational centers. The theoretical basis of this study is the hypothesis that the basic conditions of effective psychological intervention and assistance, depend on supporting the development of the pupils. Therefore, the diagnostic research conducted focused on the personal dimensions of self-esteem and sense of coherence. Diagnosis of these areas allows not only to better understanding of the essence of social and personal problems of the upbringing, but, above all, to plan accurate and effective methods of upbringing, psychotherapy, or rehabilitation impact. The research problem concerned the relationship between youth self-esteem and their sense of coherence. The research carried out in a group of 80 children showed that there was a statistically significant, positive, very strong correlation between self-esteem and all the dimensions of a sense of coherence: the overall result of a sense of coherence, understandability, resourcefulness, and meaningfulness.