



Złożenie pracy online:
2017-06-23 18:45:50
Kod pracy:
361/4007/CloudA

Agnieszka Latos
(nr albumu: 22370)

Praca magisterska

Poziom i struktura agresji a obraz siebie u młodych kobiet

The level and structure of aggression and self-perception of young women

Wydział: Wydział Nauk Społecznych i Informatyki

Kierunek: Psychologia

Specjalność: psychologia kliniczna i osobowości

Promotor: dr Marta Brachowicz

Składam serdeczne podziękowania dr Marcie Brachowicz za okazaną życzliwość oraz cenne uwagi przekazywane w trakcie przygotowania niniejszej pracy.



Streszczenie

Praca ma charakter teoretyczno – empiryczny. Podjęty program badawczy skupiony jest na analizie związków jakie zachodzą pomiędzy agresją stosowaną przez kobiety a ich obrazem siebie. Badaniami objęto 120 młodych kobiet, uczennic klas ponadgimnazjalnych w wieku od 16 – 19 lat. W badaniu wykorzystano następujące testy psychologiczne: Kwestionariusz Agresji autorstwa A. H. Bussa oraz M. Perry’ego, Tennessee Skala Obrazu Siebie Fitts’a oraz Ankietę personalną własnej konstrukcji. Analiza statystyczna i psychologiczna danych empirycznych pozwoliła na sformułowanie następujących wniosków końcowych. Kobiety z wysokim poziomem agresji charakteryzują się negatywnym obrazem siebie oraz niską samoakceptacją, co wpływa na ich relacje interpersonalne. Natomiast kobiety z niskim poziomem agresji posiadają pozytywny obraz własnej osoby oraz mają poczucie adekwatności w stosunku do rodziny i społeczeństwa.

Słowa kluczowe

Agresja, obraz siebie, kobiety, uwarunkowania, typy agresji, rodzaje zachowań agresywnych, struktura obrazu siebie, struktura agresji, funkcje obrazu siebie, grupy skrajne.



Abstract

This paper is both theoretical and practical. The research program is focused on the analysis of the relations between the type aggression that women display and the self-perception of them. The survey covered 120 young women aged 16-19, who were students of comprehensive secondary schools. The research used the following psychology tests: The Aggression Questionnaire by A. H. Buss and M. Perry, The Tennessee Self-Concept Scale by Fitts, as well as The Personal Questionnaire constructed by the author of the paper. The statistical and psychological analysis of empirical data allowed me to formulate the following conclusions. Young women with high aggression level are prone to have a negative self-perception and low self-acceptance, which affects their interpersonal relations. On the other hand, the young women with low aggression level tend to perceive themselves in a positive way and have the feeling of adequacy in relations with their families and the society.

Keywords

Aggression, self-perception, women, determinants, types of aggression, types of aggressive behavior, structure of self-perception, structure of aggression, self-perception functions, extreme groups.



SPIS TRESCI

WSTĘP	3
ROZDZIAŁ 1. PSYCHOLOGICZNA ANALIZA SYNDROMU AGRESJI	9
1.1. Pojęcie agresji	9
1.2. Wybrane psychologiczne koncepcje agresji	11
1.2.1. Koncepcja agresji jako instynktu	11
1.2.2. Koncepcja agresji jako reakcji na frustrację	13
1.2.3. Koncepcja agresji jako cechy nabytej	14
1.3. Rodzaje zachowań agresywnych	16
1.4. Charakterystyka uwarunkowań zachowań agresywnych	19
1.4.1. Uwarunkowania podmiotowe	20
1.4.2. Uwarunkowania zewnętrzne	23
ROZDZIAŁ 2. OBRAZ SIEBIE W UJĘCIU TEORII PSYCHOLOGICZNYCH.....	27
2.1. Obraz siebie – terminologia i klasyfikacja pojęcia	27
2.2. Obraz siebie – rys historyczny	29
2.3. Obraz siebie w wybranych koncepcjach teoretycznych	30
2.3.1. Teoria rozbieżności „Ja” Edwarda Tory Higginsa	30
2.3.2. Koncepcja prioprum Gordona Allporta	33
2.3.3. Koncepcja prototypu Ja Carla Rogersa	36
2.4. Uwarunkowania obrazu siebie	37
2.5. Struktura i funkcje obrazu siebie	42
2.6. Obraz siebie młodych kobiet	44
ROZDZIAŁ 3. METODOLOGIA BADAŃ WŁASNYCH.....	45
3.1. Problem i hipotezy badawcze	45
3.2. Charakterystyka zastosowanych metod	46
3.2.1. Tennessee Skala obrazu siebie – W.H. Fitss	46
3.2.2. Kwestionariusz do badania agresji A. Bussa i M. Perry'ego	48
3.2.3. Arkusz personalny własnej konstrukcji	50
3.3. Charakterystyka grupy badanej	50
3.4. Procedura badania	54
ROZDZIAŁ 4. POWIĄZANIA POMIĘDZY AGRESJĄ A OBRAZEM SIEBIE BADANYCH	54



4.1. Powiązania między zmiennymi w całej grupie badanych	55
4.2. Powiązania między zmiennymi w grupach skrajnych	56
4.2.1 Sposób wyodrębniania grup skrajnych	56
4.3 Poziom agresji a obraz siebie.....	59
4.3.1 Wskaźniki rzetelności uzyskanych profili obrazu siebie	59
4.3.2 Agresja a wymiary wewnętrzne obrazu siebie.....	61
4.3.3 Agresja a wymiary zewnętrzne obrazu siebie	62
4.3.4 Zmienność wymiarów obrazu siebie u kobiet o różnym poziomie agresji	64
ROZDZIAŁ 5. OBRAZ SIEBIE U KOBIET O RÓŻNYM TYPIE AGRESJI	66
5.1. Sposób wyodrębnienie grup homogenicznych i ich charakterystyka	66
5.2. Obraz siebie kobiet o różnym typie agresji	70
5.3. Podsumowanie i weryfikacja hipotez	74
ZAKOŃCZENIE	77
BIBLIOGRAFIA	81
SPIS TABEL	86
SPIS WYKRESÓW	87



WSTĘP

Zjawisko agresji we współczesnym świecie często wywołuje uczucie frustracji wynikające z faktu, że pomimo wielu badań i teoretycznych opracowań nadal pozostaje wszechobecnym i powszechnym zjawiskiem, słabo poddającym się kontroli. Agresja towarzyszy człowiekowi od urodzenia aż do śmierci, niektórzy badacze są zdania, że ma ona charakter wrodzony, podyktowany instynktem przetrwania (freudowski instynkt życia – eros i śmierci - tanatos), inni natomiast uważają, że pojawia się ona w procesie interakcji z innymi ludźmi i jest wyuczona („szlachetny dzikus” Rousseau, czyli człowiek z natury dobry, którą to naturę niszczy cywilizacja). Nie ma ostatecznych dowodów na wykluczenie, którejs z tych teorii, natomiast naukowcy są zgodni w tym, że największym wyzwaniem jest kontrola agresji.

Z punktu widzenia ewolucji podobnie jak mężczyźni, kobiety walczą o przetrwanie i odpowiednich partnerów. Jednak ewolucyjne znaczenie konkurencji i agresji wykazywanej przez przedstawicielki płci pięknej przez długi czas pozostawało bagatelizowane, również ze względu na społecznie przypisywane kobiecie role. Tymczasem statystyki pokazują, że agresja kobiet przybiera na sile. Z najnowszych danych Policji z czerwca 2017 roku wynika, iż o 61% wzrosła liczba dziewcząt do 16 roku życia – podejrzanych o spowodowanie uszczerbku na zdrowiu, podczas gdy wzrost liczby chłopców w tej kategorii wyniósł 20 %. W kategorii wiekowej 17 – 20 lat wzrosła liczba podejrzanych kobiet o uszczerbek na zdrowiu o 16 %, podczas gdy liczba mężczyzn zmalała o 14, 9 %. Podobna sytuacja jest w przypadku bójek i pobić – wzrost liczby kobiet o 34,5 %, wzrost liczby mężczyzn tylko o 0,3 %. Dane te potwierdzają doniesienia medialne, na przykład na temat gimnazjalistek, które dotkliwie pobiły koleżankę, deklarowanym powodem pobicia miała być zemsta za „odebranie chłopaka”.

Pojęcie agresji jest niezwykle często używanym terminem, często w sposób nieuprawniony, zamiennie z pojęciami przemoc, gniew, wrogość. Pojęcie to jest różnie definiowane. W ujęciu szerszym zachowaniami agresywnymi są *zarówno zachowania skierowane na zewnątrz przeciwko określonym osobom lub rzeczom, jak też zachowania skierowane przeciw samemu sobie, zarówno zachowania przybierające formę izolacji, jak też polegające na demonstracji lub ataku* (Miłkowska 2003, s. 41).

Psychologowie i inni badacze ludzkiego zachowania nie są zgodni, co do mechanizmów powstawania agresji i jej źródeł. Lorenz (1966; za: Stach 1989) uważał, że agresja jako instynkt jest niezbędna do tworzenia przestrzeni życiowej, dzięki niemu



dokonywa się selekcja naturalna. J. Dollard (1939, za: Kmieciak-Baran, 1999) uważał, że agresja pojawia się jako skutek przeżywanej frustracji. A. H. Buss natomiast zwracał uwagę, że *jedynym aspektem agresji jako popędu jest emocjonalna reakcja gniewu. Jeżeli agresja nie ma charakteru gniewnej agresji, to nie można jej interpretować jako popędu* (Buss, 1939, za: Kmieciak-Baran, 1999, s. 18). A. Bandura (1986, za: Wojciszke 2014) reprezentował całkowicie odmienny pogląd, a mianowicie, że podobnie jak każdego innego – zachowań agresywnych człowiek nabywa w drodze społecznego uczenia się poprzez warunkowanie instrumentalne i modelowanie.

Agresja nie jest zjawiskiem jednorodnym, można wyróżnić tutaj wiele klasyfikacji. Z. Skorny (1968), wyróżnił (ze względu na przedmiot) agresje fizyczną i słowną, które mogą przybierać formy bezpośrednie lub pośrednie. Ze względu na cel Aronson (2006) wyróżnił dwa rodzaje agresji: wrogą - poprzedzoną gniewem, której celem jest zranienie kogoś, skrzywdzenie i instrumentalną - służącą osiągnięciu innego celu niż czyjaś krzywda. Rodzaj agresji zależy od fazy rozwoju człowieka, w dzieciństwie dominuje agresja instrumentalna, natomiast z wiekiem nasila się agresja wroga. H. Buss (1961, za: Minirth, Meier i Arterum, 1998) prócz agresji fizycznej i werbalnej wyróżnił agresję czynną i bierną.

Innym ważnym aspektem agresji są jej uwarunkowania. Badania wskazują, że agresji towarzyszy spadek serotoniny w mózgu a wzrost testosteronu (Aronson, 1997). Inne czynniki biologiczne wymieniane jako wpływające na agresje to min.: ekspozycja matek na czynniki szkodliwe, czynniki genetyczne (badania nad bliźniętami rozdzielonymi przy adopcji), brak aktywności genu MAOA u mężczyzn, zmiany neurologiczne w mózgu w szczególności uszkodzenie obszarów odpowiedzialnych za podejmowanie decyzji (płat czołowy) i za kontrole i regulacje emocji, reakcji na impulsy z układu limbicznego (region przedczołowy) (Heitzman, 2015). Różnica płci nie jest jednoznacznym predyktorem agresji, jak zauważają Bettencourt i Miller (1996, w: Wojciszke 2014) w sytuacji bycia sprowokowanym do agresji różnice płciowe zacierają się. Niektórzy z badaczy przychylają się do stwierdzeń, że pewne typowo „kobiece” hormony, mogą wywoływać agresje u kobiet. Chodzi o zmiany, które następują w cyklu hormonalnym kobiety (Bodzon, 2013).

Biorąc pod uwagę zewnętrzne uwarunkowania zachowaniom agresywnym może sprzyjać: przewidywanie niewielkiej kary, kiedy wygląd i siła osoby, która ponosi odpowiedzialność za naszą frustrację oraz jej potencjalna zdolność do rewanżu jest niska, kiedy przyczyny frustracji są niezrozumiałe, kiedy w naszym przekonaniu nie zasłużyliśmy sobie na jakąś karę, niesłusznie zostaliśmy potraktowani, kiedy ktoś celowo nas skrzywdził,



bezpośrednia celowa prowokacja budzi chęć odwetu, bezpośrednia styczność z narzędziami agresji np. bronią (Aronson, 1997). Zgodnie z teorią uczenia się A. Bandury, na agresywność człowieka ma wpływ rodzaj wychowawczego modelowania w dzieciństwie. Badania dowodzą, że ryzyko agresji rośnie w przypadku dzieci wobec, których stosowano niekonsekwentne metody wychowawcze, a rodzice sami nie radzili sobie z własną agresją (Farrington, 1998). Nie tylko w rodzinie następuje modelowanie, również wpływ społeczny otoczenia ma duże znaczenie, przekazy różnego rodzaju mas mediów. Inne wymieniane czynniki to: ekonomiczne i związane z środowiskiem naturalnym (temperatura, klimat).

Pojęcia Ja, tożsamość były w centrum zainteresowań człowieka już w starożytności, pierwsze wzmianki znajdziemy w pracach Arystotelesa, który dokonał rozróżnienia na to co cielesne i niecielesne (Tesser i współpracownicy, 2004). Niezwykle istotnym momentem w rozważaniach na temat obrazu siebie miały prace W. Jamesa (1890, za: Brytek-Matera, 2008), który pojęcia Ja podzielił na dwa komponenty – Ja jako przedmiot (*self-object*) i Ja jako struktura wykonawcza (*self-agent*). Pierwsze z nich związane jest ze znajomością siebie i innych, drugie natomiast kieruje i kontroluje nasze działania i myśli.

Termin obraz siebie pochodzi z języka angielskiego – *self-concept*, które to słowo nie jest wprost przetłumaczalne na język polski. W związku z tym wielu psychologów uważa, że polski termin jest nieadekwatny jeśli chodzi o warstwę werbalizacyjną pojęcia. Z tego powodu obecnie używany jest zamiennie z terminem Ja (*self*).

Jego wielowymiarowość przyczyniła się do niezliczonych definicji, które kładły nacisk na różne aspekty tego pojęcia. Najszerzej definiuje obraz siebie A.W. Combs i D. Snygg (1959, za: Bielecki i Nowicki, 1991, s.69) jako *organizację tych wszystkich właściwości, które jednostka nazywa swoimi lub sobą*. Bardziej szczegółowo odniósł się do tematu J. Reykowski (1974, za: Walczak, 2000, s.34), który uważał, że obraz siebie *to zespół opinii i przeświadczeń dotyczących własnego wyglądu zewnętrznego i fizycznych cech, własnych umiejętności i zdolności, postaw i potrzeb, własnej pozycji wśród innych ludzi oraz opinii i przeświadczeń dotyczących tego, co należy się jednostce od innych*.

Dla rozwoju badań nad obrazem siebie niezwykle istotne znaczenie miały trzy teorie: teorii rozbieżności Ja E. T. Higginsa, prioprum G. W. Allporta i teoria prototypu Ja C. Rogersa.

W teorii E.T. Higginsa (1987, za: Brytek-Matera, 2008) centralną osią rozważań na temat obrazu siebie było wyróżnienie trzech obszarów Ja:

- Ja realne (*the actual self*) – posiadane w rzeczywistości atrybuty, co do których dana



osoba nie ma wątpliwości,

- Ja idealne (*the ideal self*) – cechy, które jednostka chciałaby posiadać, których pragnie, do których aspiruje, z którymi wiąże nadzieje,
- Ja powinnościowe (*the ought self*) – cechy wynikające z poczucia obowiązku, które jednostka odbiera jako narzucone z zewnątrz.

Mała rozbieżność dwóch porównywanych stanów Ja wskazuje na relację podobieństwa, duża zaś świadczy o sprzecznej (przeciwstawnej) treści stanów Ja (Bak, 2002).

W teorii prioprium (z łacińskiego *proprius* - własny) Allporta oparta jest o autorską teorię osobowości Allporta. Prioprium jest tym, co tworzy indywidualność, niepowtarzalność, zawiera w sobie pojęcia self, ego jak i styl życia. G. Allport (1988) wyróżnił kilka faz rozwoju prioprium:

- okres 0 -3,4 lata – niemowlę posiada jedynie funkcję Ja somatycznego, w drugim roku Ja poszerza się, dziecko ma potrzebę bycia afirmowanym, w toku dalszego rozwoju pojawia się szacunek dla mienia, bliskich, ideałów, wartości,
- okres 4-6 lat – niezwykle istotny okres, według Allporta wytwarza się wtedy reprezentacja siebie,
- okres 6-12 lat – dominacja czynnika racjonalnego, dziecko odkrywa, że problemy można rozwiązywać samodzielnie za pomocą intelektu i myślenia,
- okres adolescencji – istotą staje się wybór ścieżki życia, celów na przyszłość, planowania.
- okres dorosłości – poznanie i świadomość różnych wymiarów siebie.

Dojrzała osobowość to taka, która przeszła przez wszystkie stadia rozwoju, jeśli któryś z etapów zostanie pominięty dochodzi do zaburzeń.

Według C. Rogersa (1959, za: Hall, Lindzey i Cambell, 2004, s. 543) obraz siebie odnosi się do *zorganizowanej, spójnej, konceptualnej postaci (gestaltu) utworzonej z percepcji cech charakterystycznych Ja oraz percepcji relacji Ja - inni i Ja – różne aspekty życia, łącznie z wartościami przypisywanymi tym percepcjom*. Obraz siebie tworzy się w interakcji ze światem zewnętrznym. Osoby zintegrowane i dobrze funkcjonujące cechuje elastyczny obraz siebie, w którym osoba przyjmuje rzeczywistość taką jaka ona jest (Rogers, 1991).

Odpowiedź na pytanie co determinuje obraz siebie jest złożona. W pracach Z. Uchnasta i P. Hrecińskiego (2012), autorzy zwracają uwagę na związek między typem charakteru a obrazem siebie. Wskazują, że osoby o synergicznym (ukierunkowanym na



współdziałanie z innymi) lub ostrożnym typie (podobny do typu synergicznego, jednak w działaniu nadmiernie ostrożny) charakteru mają pozytywny obraz siebie. Natomiast negatywny obraz siebie mają osoby o dostosowującym się (charakteryzujący się skłonnościami do zachowań sztywnych, obronnych) lub rywalizującym (przejawiający zdolności do skutecznego zabiegania o zabezpieczenie siebie) typie charakteru (Hreciński i Uchanst, 2012).

Człowiek zazwyczaj funkcjonuje w społeczeństwie i nie sposób pominąć jego roli w tworzeniu się obrazu siebie. Według L. Festingera (1954, za: Zabrowski, 1994) ludzie mają naturalną potrzebę porównywania własnych i cudzych poglądów, uzdolnień i zachowań. Najczęściej przebiegają one w obrębie grup osób zbliżonych pod względem określonych cech i właściwości. Niezwykle ważne jest w tym procesie oddziaływanie rodziców. S. Siek (1986) uważa, że obraz siebie u dziecka tworzy się za pomocą interakcji z rodzicami oraz poprzez ich naśladowanie.

Analizując uwarunkowania obrazu siebie nie można pominąć zmiennej jaką jest płeć. Badania R. Modrzejewskiej i W. Badury-Madej (2008) nad obrazem siebie młodzieży wskazują, że u dziewcząt w wieku 17 lat występuje większa spójność obrazu siebie niż u chłopców, natomiast chłopcy mają bardziej pozytywny obraz siebie niż dziewczęta. Bardziej negatywny obraz siebie u młodych kobiet może wynikać z dużego znaczenia obrazu swojej cielesności, oceny swojego ciała w kontekście zewnętrznej oceny i presji wypełniania ról społecznie predysponowanych dla kobiet. Dla rozwoju Ja niezwykle ważny jest okres adolescencji. Problemy tego okresu u dziewcząt związane są z: tożsamością, również seksualną, wchodzeniem w dorosłość, stawianiem się kobietą, z obrazem JA, poczuciem wartości, zakreślaniem własnych granic psychologicznych, odpowiedzialnością (Niebrzydowski 1976).

Realizowany projekt badawczy dotyczy powiązań pomiędzy poziomem i strukturą agresji a obrazem siebie u młodych kobiet.

Problem pracy można ująć w formie pytania ogólnego: **Czy i jakie powiązania występują między poziomem i strukturą agresji a obrazem siebie u młodych kobiet.** Podstawą do odpowiedzi są wyniki badań 120 kobiet z tarnowskich szkół ponadgimnazjalnych, w wieku 16-19 lat.



W badaniach wykorzystano następujące narzędzia badawcze:

- Kwestionariusz *Tennessee Skala Obrazu siebie* – W.H. Fittsa,
- *Kwestionariusz Agresji* A. H. Bussa i M. Perry'ego,
- *Arkusz personalny* własnej konstrukcji.

Dwa początkowe rozdziały mają charakter teoretyczny i stanowią wprowadzenie do badań. Pierwszy poświęcony zostanie tematyce agresji, przedstawiona zostanie terminologia, uwarunkowania, koncepcje agresji jako instynktu, jako reakcji na frustracje, oraz jako cechy nabytej. Rozdział ten zawiera także odniesienie do badań dotyczących agresji kobiet. Drugi rozdział dotyczy obrazu siebie, terminologii z nim związanej, funkcji i struktury Ja, uwarunkowań oraz koncepcji obrazu siebie wg Higginsa, Allporta i Rogersa.

Kolejny trzeci rozdział poświęcony będzie metodologii badań własnych. Przedstawiony zostanie problem a następnie hipotezy, które zostaną zweryfikowane. Następnie zostaną opisane metody badawcze, opisana zostanie procedura badawcza oraz grupa, która została poddana badaniu.

Ostatnie rozdziały – czwarty i piąty poświęcony zostanie analizie i interpretacji rezultatów badań oraz podsumowanie. Całość zamyka spis bibliograficzny, tabel i wykresów.



ROZDZIAŁ 1. PSYCHOLOGICZNA ANALIZA SYNDROMU AGRESJI

Celem rozdziału pierwszego jest przedstawienie podstawowych pojęć związanych z tematyką agresji, przybliżenie w zarysie badań dotyczących danego zjawiska oraz przedstawienie najważniejszych zagadnień ujmujących psychospołeczne uwarunkowania zjawiska agresji. Zaprezentowane zostaną również najważniejsze koncepcje, które przyczyniły się do pogłębienia wiedzy na temat agresji.

1.1. Pojęcie agresji

Pojęcie agresji doczekało się wielu definicji. Pomimo to trudno o całkowicie wyczerpującą definicję pojęcia agresji. Twórcą klasycznej definicji agresji uważa się A. H. Bussa (1960, za: Pawłowska i Grzywacz 1998, s. 21), który rozumiał ją jako *reakcję dostarczającą szkodliwych bodźców innemu organizmowi*. Definicja ta jednak szybko została rozbudowana i najczęściej współczesne definicje zawierają dwa elementy: umyślność oraz konsekwencje poniesionej szkody. W ujęciu szerszym zachowaniami agresywnymi są *zarówno zachowania skierowane na zewnątrz przeciwko określonym osobom lub rzeczom, jak też zachowania skierowane przeciw samemu sobie, zarówno zachowania przybierające formę izolacji, jak też polegające na demonstracji lub ataku* (Miłkowska 2003, s. 41). W ujęciu węższym natomiast *zachowaniami agresywnymi są tylko niektóre z wymienionych rodzajów zachowań, w szczególności zaś zachowania skierowane na zewnątrz, przeciw określonym osobom lub rzeczom, a przybierające formę ataku* (Miłkowska, 2003, s. 41).

Z. Gaś (1980, s. 142) tworząc swoją teorię agresji posługiwał się pojęciem syndromu agresji, który definiował jako *zespół przeżyć, postaw i zachowań, których celem lub skutkiem (zamierzonym lub niezamierzonym) jest wyrządzenie krzywdy (bezpośrednio lub pośrednio) innej osobie lub sobie samemu. Syndrom agresji obejmuje zarówno tendencje agresywne uświadomione, jak i nieuświadomione, skierowane na zewnątrz lub na siebie samego, zarówno przejawiane, jak i jedynie przeżywane*.

Według A. Frączka (1996, s. 37), *agresja czy przemoc interpersonalna to czynności podejmowane przez ludzi (np. specyficzne zachowanie się, aranżowanie określonej sytuacji), stanowiące zagrożenie bądź powodujące szkody w fizycznym, psychicznym i społecznym dobrostanie innych osób (tj. wywołujące ból, cierpienie, destrukcję, prowadzące do utraty cenionych wartości)*.

E. Aronson (1997, s. 497) zwraca uwagę w swojej definicji na element



intencjonalności sprawcy, co wpływa na to czy dane zachowanie będzie zaklasyfikowane jako agresywne. W ujęciu jego definicji agresja to *zachowanie intencjonalne ukierunkowane na zranienie lub sprawienie bólu. Może mieć charakter ono zarówno werbalny jak i fizyczny. Może przynieść pożądany efekt lub zakończyć się niepowodzeniem.*

Z kolei P. Zimbardo (1996, s. 661) podkreśla element destrukcji i określa agresję jako *reakcję polegającą na niszczeniu przedmiotów, wyrządzaniu krzywdy innym lub sobie samemu (lub wyraźnej intencji dokonania tego); przyjmuje wiele różnych postaci.*

Zdaniem T. Tomaszewskiego (1963, s. 140) agresja to *zachowanie skierowane przeciw komuś lub czemuś. Może mieć dwa kierunki: na zewnątrz, przeciw przedmiotom lub osobom zewnętrznym, np. przeciw sobie samemu.* Można tu wymienić trzy formy agresji:

- „izolowanie się”, które może przybierać następujące postacie: *niepatrzenie na siebie nawzajem, wzajemne unikanie się lub nieodzywanie się do siebie,*
- „demonstrowanie” - *osoba poprzez różne gesty, miny, wyrzuty wyraża swoje niezadowolenie,*
- „atak agresji”, który polega na tym, że *osoba dąży do tego, aby sprawić ból innej osobie, zaszkodzić jej (Tomaszewski, 1963).*

Obecnie najpopularniejszą definicją jest ta zaproponowana przez R.A. Barona i D. R. Richardsona (1994, s. 7) - *agresja to każda forma zachowania, której celem jest wyrządzenie szkody lub spowodowanie obrażeń innej żywej istocie, motywowanej do uniknięcia takiego potraktowania.*

Pojęciami bliskoznacznymi do pojęcia agresji są: agresywność, zachowania agresywne, działania agresywne, przemoc, przymus. W ujęciu psychologii społecznej działanie agresywne to *zachowanie, którego celem jest spowodowanie fizycznej lub psychicznej szkody (Aronson 2006, s. 324).* Przyjmuje się, iż zachowania agresywne mogą przejawiać się w różnych formach. Najczęściej zalicza się do nich:

- a) napastliwość fizyczną (używanie przemocy stosunku do innych),
- b) napastliwość słowną (kłótnie, krzyk, groźby, pretensje, przekleństwa),
- c) napastliwość pośrednią (wyrządzenie krzywdy osobie będącej przedmiotem agresji nie wprost, tylko np. poprzez złośliwe obmawianie, skarżenie, niszczenie cudzej własności),
- d) negatywizm (zachowanie opozycyjne, przejawiające się w odmowie współpracy, biernym uporze aż do jawnego buntu),
- e) podejrzliwość (okazywanie jawnej nieufności, brak zaufania do ludzi),



- f) urazy (poczucie złości i nienawiści za rzeczywiste lub urojone krzywdy),
- g) drażliwość (gotowość do wyrażania negatywnych odczuć, zrzędlivość, szorstkość),
- h) poczucie winy (odczuwanie wyrzutów sumienia) (Gruszkowska, w Rajzner, 2004, s.39).

Termin agresywność wskazuje na pewną tendencję, właściwość ludzką, ma ona charakter nabyty i utrwalony w procesie społecznego uczenia się. Przejawem agresywności będą nieadekwatne w stosunku do bodźca reakcje agresywne, o znacznym nasileniu i odbywająca się w szerszym społecznie kontekście. Osoba mająca trudność z agresywnością charakteryzować będzie się brakiem umiejętności kontrolowania reakcji, jak również odczuwaniem i przejawianiem wrogości wobec otoczenia. Przemoc przez część teoretyków uważana jest za pojęcie wymienne z agresją. Współcześni badacze skłaniają się jednak, aby rozróżniać te dwa pojęcia mimo pewnych wspólnych składowych. To co wskazuje się jako podstawową różnicę między tymi dwoma pojęciami to fakt, że w przemocy występuje przewaga fizyczna lub psychiczna jednej ze stron, a w agresji nie musi ona występować. Przykładem takiej definicji jest pojęcie przemocy w rozumieniu Jarosława Rudniańskiego (1997, w Hołyst, 1997, s. 5), który wskazuje, że jest to „relacja zachodząca między jednostkami, grupami czy zespołami ludzi lub między jednostką a grupą, relację tę charakteryzuje stosowanie przez jedną ze stron przeważającej siły lub groźby jej zastosowania. Polega ona na wywieraniu wpływu, tak intencjonalnie, jak i nieintencjonalnie”.

B. Krahe (2006) dokonuje rozróżnienia między terminem „przemoc”, który rozumie jako pojęcie węższe od „agresji”, obejmujący skrajne formy agresji fizycznej, natomiast „przymus” według niej to pojęcie szersze od agresji, zawierające również stosowanie warunkowych gróźb w celu uzyskania posłuszeństwa drugiej osoby.

1.2. Wybrane psychologiczne koncepcje agresji

Niniejszy podrozdział zawiera prezentacje najważniejszych psychologicznych teorii dotyczących: agresji jako instynktu, agresji jako reakcji na frustrację i agresji jako cechy nabytej.

1.2.1. Koncepcja agresji jako instynktu

Jako pierwszy agresję jako instynkt opisał twórca psychoanalizy Z. Freud. W jego teorii agresja wynika z pierwotnego instynktu przetrwania, każdy człowiek podobnie jak zwierzę ma w sobie instynkt walki, z którym się rodzi. Z. Freud uważał, że agresja powstaje w wyniku ścierania się dwóch wewnętrznych, przeciwstawnych sił – życia (Eros) i śmierci



(Thanatos). Instynkt życia powoduje, że człowiek rozwija się, podtrzymuje życie, a instynkt śmierci dąży ku samozagładzie, w związku z tym człowiek musi ciągle na nowo rozładowywać tę siłę. W związku z tym dochodzi często do przekierowania siły Thanatos na innych ludzi lub przedmioty, w postaci agresji. Każda z tych sił generuje energię, jeśli energia instynktu śmierci nie zostanie odpowiednio skanalizowana w społecznie akceptowany sposób, to zamienia się w agresję do świata lub siebie samego. Agresja do świata (przemoc, niszczenie, sadyzm) pojawia się wtedy, gdy energia śmierci zostanie skierowana na zewnątrz, natomiast autoagresja powstaje kiedy instynkt śmierci zostaje przekierowany do wewnątrz człowieka, co może doprowadzić nawet do samobójstwa. Z. Freud (za: Kmiecik – Baran 1999, s. 15) twierdził, że jednym ze sposobów kontenerowania tejże energii jest tzw. *katharsis* czyli oczyszczenie poprzez płacz, lub inne symboliczne formy.

Część zwolenników teorii instynktu nieco inaczej interpretowało energie wynikającą z instynktu przetrwania np. W. Mc Dougall (za: Kmiecik – Baran, 1999, s. 16) twierdził, że *instynktowi walki towarzyszy uczucie gniewu, które jest impulsem do różnych agresywnych zachowań. Jego zdaniem, instynkt walki jest zjawiskiem pozytywnym, ponieważ umożliwia utrzymanie dotychczasowego posiadania*. Podobnie uważał K. Lorenz (1966; za: Stach 1989), który na podstawie obserwacji świata zwierząt zauważył, że instynkt agresji jest niezbędny do tworzenia przestrzeni życiowej, dzięki niemu dokonuje się selekcja naturalna, najsilniejsze przystosowawcza jednostki przetrwają. Podobne prawa obowiązują w świecie ludzi, gdzie agresją jest również okrucieństwo, „żądza krwi” oraz brutalność. Cechą typowo ludzką jest podsyćanie tej agresji min. poprzez tworzenie stowarzyszeń społecznych lub politycznych, których celem jest walka. Lorenz (1966; za: Aronson, 2009) przypisywał agresji dużą rolę w ewolucji człowieka min. twierdził, że agresja wyznacza hierarchie w grupie.

Przedstawiciele teorii instynktu są zgodni co to tego, że o ile energia agresji, walki wynikająca z instynktu przetrwania jest stała i niezmienna, to agresja jako zachowanie jest podatna na wpływy zewnętrzne i może podlegać społecznej kontroli.

Za teorią instynktu przemawiają współczesne badania naukowe dotyczące uszkodzeń mózgu. Zimbardo i Ruch (1996, s. 585) powołując się na badania twierdzili, że *niektóre zachowania agresywne u człowieka związane są z zaburzeniami organicznymi ośrodkowego układu nerwowego, np. uszkodzenie organiczne układu limbicznego lub płatu skroniowego związane jest z zespołem braku kontroli (brutalność, bezsenność, patologiczne podniecenie, napaści seksualne, wypadki samochodowe)*. Badania prowadzone głównie na kotach wykazały, że strukturami mózgu, które wydają się pełnić zasadniczą rolę w wywołaniu ataku

typu łowczego (“zabijanie z zimną krwią”) to boczne podwzgórze, zaś drażniąc przyśrodkowe podwzgórze lub substancję szarą można wywołać atak emocjonalny. Agresja łowcza jest modulowana przez hipokamp, agresja afektywna - przez zespół jąder migdałowatych, w przegrodzie modulowane są oba typy agresji. Badania na ludziach prowadzone technikami obrazowania mózgu wydają się wskazywać, że agresywni zbrodniarze wykazują zmniejszoną aktywność obszarów kory czołowej, w odróżnieniu od przestępców seksualnych, u których raczej występują patologie w obszarze kory skroniowej (Vetulani, 2013). Trudno jednak o jednoznaczne dowody na potwierdzenie tej teorii.

1.2.2. Koncepcja agresji jako reakcji na frustrację

Pierwsze rozważania dotyczące agresji jako nabytej reakcji na frustrację można znaleźć w pracach J. Dollarda (1939, za: Kmiecik-Baran, 1999). Uważał on, że agresja pojawia się jako skutek przeżywanej frustracji. Frustracja natomiast pojawia się, kiedy człowiek dąży do jakiegoś celu, jednak na przeszkodzie jego realizacji stoi przeszkoda. Niemożność realizacji celu wywołuje napięcie emocjonalne, które z kolei może pociągnąć za sobą agresję. Łącznikiem między frustracją i agresją jest gniew. Im większe pragnienie dążenia do celu i im więcej przeszkód tym wyższy poziom frustracji. Na poziom frustracji ma również wpływ fakt, czy niesprzyjająca sytuacja wystąpiła pojedynczo czy też występuje z dużą częstotliwością. Dollard i współpracownicy (1939 za: Skorny, 1969) stwierdzili, że osoba, która często doznawała frustracji będzie reagować nieporównywalnie mocniejszą agresją niż osoba, która przeżywała bardzo rzadko frustrację. Jest to wynikiem kumulowania się stanów pobudzenia (na skutek frustracji). Strelau (2000) zauważył, że strach przed karą może powstrzymać wybuch agresji, stłumiona agresja może zostać przemieszczona albo zmienić postać jej ekspresji.

Skorny (1969, s. 58) wskazuje na dwa najważniejsze jego zdaniem punkty teorii Dollarda i współpracowników (1969): *pojawienie się agresji zawsze każe domyślać się istnienia frustracji oraz każda frustracja prowadzi do wystąpienia jednej z form agresji*. Stwierdzenie to wydaje się jednak zbyt dużym uproszczeniem, nie zawsze w sytuacji frustracji pojawi się agresja.

A. H. Buss podkreślając rolę gniewu zwracał uwagę, że *jedynym aspektem agresji jako popędu jest emocjonalna reakcja gniewu. Jeżeli agresja nie ma charakteru gniewnej agresji, to nie można jej interpretować jako popędu* (Buss, 1939, za: Kmiecik-Baran, 1999, s. 18).



Pojawienie się agresji i jej siła zależą od kilku czynników:

- stopnia frustracji,
- agresja może ulec zahamowaniu pod wpływem kary,
- agresja może ulec przeniesieniu,
- agresja otwarta szybciej i skuteczniej zmniejsza napięcie frustracyjne niż agresja ukryta,
- zachowania agresywne mogą mieć różny kierunek i nie wszystkie sytuacje frustracji prowadzą do agresji (Buss 1939, za: Kmiecik-Baran 1999).

Nieco inaczej rozumie agresję jako popęd Robin R. Sears (1939, za: Cofer i Appley, 1972). Według niego w wyniku zderzenia się dwu jednakowo silnych tendencji, pierwszej związanej z oczekiwaniem nagrody oraz drugiej związanej z przewidywaniem kary za określone zachowanie wytwarzają się dwa popędy - zależności i agresji. Oba nabyte popędy mogą mieć swoje źródło we wczesnym dzieciństwie na podłożu zachowań instrumentalnych, wzmacnianych uzyskiwanym zainteresowaniem. Zachowania typu zależnościowego to: niezaradność, bezsilność, skarga, cichy płacz, prośba, a zachowania typu agresywnego to: krzyk, głośny płacz, gwałtowne nieskoordynowane ruchy oraz uderzanie przedmiotów, kopanie ich. W sytuacji, kiedy występuje bardzo duża frustracja, a zachowanie agresywne może spotkać się z karą, mówimy o agresji przemieszczonej, kiedy zamiast skupić się na źródle frustracji człowiek kanalizuje ją na obiekcie zastępczym np. karane biciem dziecko przelewa agresję na zabawki. Im mniejsze podobieństwo obiektu zastępczego do pierwotnego źródła frustracji tym mniejsza agresja przemieszczona.

Badania, które potwierdzały istnienie agresji jako reakcji popędowej to min. badania J.P. Scotta i E.F. Federicsona (1951) przeprowadzane na zwierzętach. Zwierzęta, które poddawano słabym impulsom bólowym o dużej częstotliwości reagowały gniewem i agresją w przeciwieństwie do ostrych impulsów bólowych, które wywoływały ucieczkę i strach.

1.2.3. Koncepcja agresji jako cechy nabytej

Twórca społecznej teorii uczenia się A. Bandura (1986, za: Wojciszke 2014), uważał, że podobnie jak innych zachowań agresywnych człowiek nabywa w drodze społecznego uczenia się poprzez warunkowanie instrumentalne i modelowanie. Szczególną rolę przypisywał czynnikom środowiskom, uważał, że człowiek uczy się agresji poprzez obserwacje i naśladownictwo. Niebagatelną rolę ogrywają tu także wzmocnienia, które wpływają na sam proces uczenia, podtrzymywania oraz utrwalenia agresywnych zachowań.



Wzmocnienia mogą być w formie symbolicznej - negatywne czyli kary (odrzućenie, odtrąćenie, lekceważenie, pogardę) lub pozytywne czyli nagrody (akceptację, uznanie, podziw innych osób, prestiż). Prócz wzmocnień zewnętrznych istnieją również wzmocnienia wewnętrzne np. satysfakcja wynikająca ze spójności własnego zachowania z własnym systemem wartości. Strelau (2000, s. 155) uważał, że modelowanie polega na tym, że *człowiek uczy się agresji nie tylko na podstawie własnych doświadczeń, ale i obserwując zachowania innych oraz skutki do jakich ono prowadzi*. Strelau (2000) zwrócił również uwagę na następujące efekty modelowania agresji:

- człowiek obserwując innych wykształca u siebie nowe formy agresji,
- człowiek obserwując konsekwencje zachowań agresywnych innych ludzi wzmacnia lub osłabia zachowania agresywne, które wcześniej się nauczył,
- człowiek obserwując zachowanie innych będzie je naśladować, na skutek doznania podobnych emocji jak osoba obserwowana.

Cechy modelu ułatwiające obserwatorowi modelowanie to, wg M.Ossowskiej (2005) cztery grupy najczęściej naśladowanych osób .:

- starsi bywają naśladowani przez młodszych,
- wyżsi w pozycji socjalnej są naśladowani przez stojących niżej,
- przerastający inteligencją – przez mniej inteligentnych,
- sprawniejsi technicznie – przez mniej sprawnych.

Właściwości obserwatora sprzyjające modelowaniu mogą być bardzo różne jak np. szacunek, podziw, zazdrość, uległość, ufność, sympatia dla modelu. Podstawowymi właściwościami podmiotu, które pośredniczą pomiędzy obserwacją zachowań a ich uczeniem się są :

- procesy spostrzegania, odpowiedzialne za wyodrębnienie bodźców modelujących z innych działających bodźców,
- procesy pamięci, odpowiedzialne za przechowywanie obserwowanych zachowań modelu,
- procesy koordynacji motorycznej, decydujące o możliwości i dokładności wykonania reakcji naśladowczych,
- procesy motywacyjne, odgrywające rolę czynników aktywizujących jawne zachowanie człowieka, tj. decydujących o przejawianiu nabytych obserwacyjnie zachowań.

Agresja może być również wynikiem trudnych doświadczeń. Jednostka, która doświadcza w sposób przewlekły negatywnych zachowań np. przemocy ze strony rodzica przeżywa stan dużego napięcia i stresu, które utrwalane może przerodzić się w zachowania agresywne. Antyspołeczna forma agresji może powstać wskutek braku zdrowych więzi w rodzinie min. braku serdecznej relacji między rodzicem a dzieckiem, zbyt punitywne (karząca) postawa rodzica wobec dziecka.

Współczesne badania Bandury (2007) wskazują, że szczególnym źródłem modelowania agresji może być telewizja. Oglądanie telewizji pochłania całą uwagę człowieka, przez co asymilacja agresywnych zachowań odbywa się bez przeszkód.

Stach (1989) zwraca uwagę na fakt, że uczenie się nie jest procesem bezrefleksyjnym, to czy i w jakim stopniu zostaną zasymilowane zachowania agresywne zależy od czynników poznawczych i intelektualnych.

1.3. Rodzaje zachowań agresywnych

Mnogość definicji pociąga za sobą różnorodność typologiczną pojęcia agresji. W związku z tym faktem w literaturze napotkamy dużo klasyfikacji, w zależności od kryteriów branych pod uwagę np. cel, przedmiot, skutki i widoczność agresji.

Zwolennikiem klasycznego podziału agresji był Z. Skorny (1968), który wyróżnił (ze względu na przedmiot) agresje fizyczną i słowną, które mogą przybierać formy bezpośrednie lub pośrednie.

Agresję fizyczną można podzielić na:

- **agresje bezpośrednią** - polega na ataku skierowanym wprost na swój przedmiot – określoną osobę lub rzecz,
- **agresję pośrednią** - zachowania agresywne powodują wyrządzenie szkody lub przykrości osobie będącej przedmiotem agresji, nie przybierając jednak formy skierowanego na nią bezpośredniego ataku.

Agresję słowną można podzielić na:

- **bepośrednią** – to wypowiedzi skierowane wprost do osoby, których celem jest wyrządzenie krzywdy, sprawienie przykrości, zastraszenie, poniżenie, upokorzenie obniżenie wartości itp.;
- **pośrednią** – to wypowiedzi nie skierowane wprost do osoby, ale do osób trzecich mające wyrządzić przykrość, szkodę np. podjudzanie do agresji, nieprzychylnie osady,



podawanie nieprawdziwych danych.

Ze względu na cel Aronson (2006) wyróżnił dwa rodzaje agresji:

- **wrogą** - poprzedzoną gniewem, której celem jest zranienie kogoś, skrzywdzenie,
- **instrumentalną** - służącą osiągnięciu innego celu niż czyjaś krzywda.

W przebiegu rozwoju człowieka można zauważyć pewne prawidłowości rozwoju zachowań agresywnych. W pierwszych latach życia, kiedy wrodzona impulsywność podlega jeszcze słabej kontroli dominuje agresja fizyczna – instrumentalna. Celem takiej agresji jest chęć pozyskania lub odzyskania czegoś np. zabranej zabawki a nie celowe skrzywdzenie innej osoby. Wraz z rozwojem mowy i w procesie socjalizacji następuje również rozwój agresji słownej. W okresie rozpoczęcia i początkowych lat nauki szkolnej przeważa agresja słowna nad agresją fizyczną. Istotną zmianą jest również przewaga agresji wrogiej nad instrumentalną. Kolejna zmiana następuje w okresie adolescencji, kiedy przybywa sił fizycznych i następuje identyfikacja rówieśnicza. Agresja fizyczna przybiera wtedy formy bardziej siłowe, nasila się brutalność ataków. Identyfikacja z rówieśnikami będzie sprzyjać potrzebie bycia w grupie, zrzeszania się w nieformalne grupy, co może skutkować zbiorowymi aktami agresji np. jak u tzw. pseudokibiców. Jednym z zadań rozwojowych okresu adolescencji jest sprawdzanie granic zarówno swoich jak i otoczenia, co może sprzyjać atakowi na rodziców i innych dorosłych. Ponadto jest to okres pogłębiania się różnic płciowych, co może sprzyjać rozwojowi agresji między nimi (Guerin i Hennessy, 2004). Zaznaczać się będą także różnice płciowe pod względem rodzaju i stopnia nasilenia agresji, o czym szerzej w kolejnym podrozdziale.

H. Buss (1961, za: Minirth, Meier i Arterum, 1998) prócz agresji fizycznej i werbalnej wyróżnił agresję czynną i bierną. Agresja czynna jest najbardziej widoczną formą ponieważ obejmuje działania szkodzące osobom lub przedmiotom, na które je się kieruje, natomiast istotą agresji biernej jest powstrzymanie się od określonego działania, powodujące szkodliwe konsekwencje dla osoby będącej przedmiotem agresji. Buss wyróżnił też agresję behawioralną, symboliczną i tematyczną. Celem agresji behawioralnej jest działanie skierowane bezpośrednio przeciw konkretnym osobom lub rzeczom. Agresja symboliczna dotyczy osób lub rzeczy symbolizujących w jakiś sposób właściwy przedmiot. Agresja tematyczna to określone wypowiedzi słowne przy badaniach prowadzonych za pomocą testów projekcyjnych (H. Buss, 1961, za: Minirth, Meier i Arterum, 1998)



Ze względu na widoczność można rozróżnić:

- **agresję jawną** (w formie agresji fizycznej lub słownej i bezpośredniej),
- **agresję ukrytą** (przejawiającą się w formie oszczerstw, pomówień) (Kosewski, 1977).

Biorąc pod uwagę kierunek agresji możemy mówić o agresji skierowanej na inne osoby lub przedmioty i agresji skierowanej do wewnątrz (Tomaszewski 1963).

Agresja skierowana do wewnątrz to autoagresja, która z kolei może dzielić się na:

- **autoagresję jawną** - przejawiająca się okaleczeniem własnego ciała (zadawanie sobie ran ciętych na nogach, brzuchu, ramionach, przypalanie sobie skóry papierosem, rozdrapywanie do ran skóry lub przeżeranie kwasem);
- **autoagresję ukrytą** - charakteryzującą się wywoływaniem fizycznych lub psychicznych dolegliwości (Eckhard, 1998).

Biorąc pod uwagę wymiar biologiczny i źródła agresji E. Fromm (2005) dokonał podziału agresji na:

- **biologicznie przystosowawczą** - nazywana jest agresją niezłośliwą, jest naturalną reakcją na sytuację zagrożenia, występuje zarówno u ludzi jak i zwierząt,
- **biologicznie nieprzystosowawczą** - nazywana jest agresją złośliwą, przypisuje się ją tylko i wyłącznie człowiekowi i charakteryzuje się okrucieństwem, dążeniem do destrukcji kogoś lub czegoś.

Inny podział agresji według E. Fromma (1973, za Frączek, 1986) to:

- **obronna** - ma charakter adaptacyjny i wynika z bezpośredniego zagrożenia, służy ochronie życia,
- **destrukcyjna** - nie wynika z poczucia zagrożenia, przejawia się okrucieństwem i atakiem, który nie da się racjonalnie wytłumaczyć:

Ze względu na adresata W. Szewczuk (1985) wyróżnił agresję:

- **bezpośrednią** - adresatem jest osoba odpowiedzialna za doznaną przez niego frustrację,
- **przemieszczoną** - jest formą zastępczą, agresor kieruje swój atak na osoby, które nie miały nic wspólnego z wcześniej doznaną przez niego frustracją.

J. Ranschburg (1993) biorąc pod uwagę zarówno cel, źródła jak i przedmiot wyróżnił:

- **agresję społeczną** - skierowaną przeciwko społeczeństwu,



- **agresję prospołeczną** – w imię społeczeństwa, w jego obronie,
- **agresję instrumentalną** – jako narzędzie do osiągnięcia celu,
- **agresję afektywną** – której celem jest tylko i wyłącznie wyrządzenie krzywdy innemu człowiekowi.

S Tokarski (1998) podzielił agresje na:

- **bezpośrednią** – występuje w sytuacji, kiedy jednostka napotykając na przeszkodę ,trudność reaguje bezpośrednio wrogością, zarówno wobec innych jak i siebie, ważny jest tu element przewagi nad atakowanym,
- **przemieszczoną** – występuje w sytuacji, kiedy jednostka nie ma możliwości eskalacji swojej wrogości, ponieważ obiekt na, którą skierowana jest złość jest silniejszy pod względem fizyczny, psychiczny lub ekonomiczny. W takiej sytuacji następuje przekierowanie agresji na osobę lub obiekt zastępczy,
- **introwertywną** – występuje, kiedy osoba odczuwająca złość, frustrację przekierowuje agresję na samego siebie, pojawia się poczucie winy i chęć ukarania siebie.

A. H. Buss i A. Durkee (za: Siek, 1984) zwracają uwagę, że agresja może przybierać następujące formy:

- **napastliwość fizyczna** – fizyczny atak, bójka bez niszczenia rzeczy,
- **napastliwość słowna** – wyrządzanie krzywdy w formie słownej, zarówno w warstwie językowej jak i w formie wypowiedzi,
- **negatywizm** – bunt, zachowania opozycyjne, opór przed wypełnianiem oczekiwań innych,
- **podejrzliwość** – projektowanie własnych nieprzyjemnych odczuć na innych, przeświadczenie, że inni ludzie są źli i chcą zaszkodzić,
- **uraza** – jest reakcją gniewu, nienawiści na prawdziwą lub wyobrażoną doznana krzywdę,
- **drażliwość** – wybuchowość, gotowość do agresji nawet z mało istotnego powodu,
- **poczucie winy** – obwinianie się, skrajnie negatywne ocenianie siebie i swojego życia.

1.4. Charakterystyka uwarunkowań zachowań agresywnych

Agresja jako zjawisko podlega różnym wpływom i jest w swojej strukturze złożonym tworem. Czynniki, które wpływają na nią można podzielić na dwie grupy: podmiotowe (biologiczne, osobowościowe, związane z płcią) i zewnętrzne (społeczne, ekonomiczne, środowiskowe).



1.4.1. Uwarunkowania podmiotowe

Z punktu widzenia biologii agresywne zachowania człowieka mają swoje źródło w układzie limbicznym a szczególne znaczenie ma ciało migdałowate. W sytuacji zagrożenia w organizmie uwalniane są hormony przygotowujące do działania obronnego. W tej sytuacji ciało migdałowate wysyła sygnał alarmowy do podwzgórza, który uruchamia układ współczulny, co z kolei prowadzi do pobudzenia nadnerczy i uwolnienia adrenaliny i noradrenaliny w celu mobilizacji organizmu do obrony – walki lub ucieczki (Rotchild, 2004).

Badania potwierdzają, że na występowanie zachowań agresywnych ma wpływ poziom naturalnie występującej w mózgu substancji zwanej serotoniną. Niski poziom serotoniny sprzyja wzrostowi agresji. Związek między agresją a innym hormonem czyli testosteronem jest odwrotny niż w przypadku serotoniny, im wyższy poziom testosteronu tym większa agresja, stąd przekonanie, że mężczyźni są bardziej agresywni niż kobiety z powodu wyższego poziomu testosteronu (Aronson, 1997).

Inne czynniki biologiczne wymieniane jako wpływające na agresje to min.:

- ekspozycja matek na czynniki szkodliwe – nikotyna, alkohol, narkotyki,
- czynniki genetyczne (badania nad bliźniętami rozdzielonymi przy adopcji),
- brak aktywności genu MAOA u mężczyzn (zlokalizowany w chromosomie X, mężczyźni mają jedną jego kopię a kobiety dwie). Mężczyzna, gdy odziedziczy zmutowaną kopię genu nie ma drugiej na skompensowanie ubytku. Brak aktywności MAOA u płci męskiej wskutek mutacji, skutkuje aktami agresji,
- zmiany neurologiczne w mózgu w szczególności uszkodzenie obszarów odpowiedzialnych za podejmowanie decyzji (płat czołowy) i za kontrole i regulacje emocji, reakcji na impulsy z układu limbicznego (region przedczołowy) (Heitzman, 2015).

Na przejawianie agresji mają wpływ również zmiany zachodzące w okresie adolescencji w sferze poznawczej i emocjonalnej. Wymienia się tutaj między innymi: niski iloraz inteligencji, niską emocjonalną kontrolę, zaburzenia koncentracji, nadpobudliwość psychoruchową, błąd atrybucji w relacjach społecznych (Radochoński, 2007).

Tradycyjne podejście do agresji wskazuje, że jest ona domeną mężczyzn, co może wynikać z faktu, że męska agresja jest bardziej widoczna, otwarta. Kobiety stosują częściej agresje pośrednią, werbalną, relacyjną, a mężczyźni agresję bezpośrednią, fizyczną. Takie



podejście znalazło odzwierciedlenie w badaniach min. fińskich psychologów min. K. Ostermana z 1998 roku, które potwierdzały większą agresywność chłopców, u których dominującą formą agresji była agresja fizyczna, a dziewczynki częściej stosowały agresje werbalną, która w okresie dorastania zmieniała się na relacyjną. Inne badania min. J. Archera z 2004 roku wskazują na ograniczenia takiego podejścia. Wyniki badań wskazują, że największe różnice międzypłciowe dotyczą agresji fizycznej, a najmniejsze (lub wcale nie występują) w przypadku agresji werbalnej (Konopka i Frączak 2013).

B. Wojciszke (2014) natomiast zwraca uwagę na pewną kompilację czynników, które muszą zajść aby można było mówić o przewadze męskiej agresji. Są to takie czynniki jak:

- szkoda, która ma charakter fizyczny, a nie psychiczny,
- duża szkoda wyrządzona przez agresję,
- agresja jest w danej sytuacji normatywnie pożądana, a więc dopuszczalna i godna pochwały,
- kobieta jest przekonana o nieagresywności własnej płci (ulega autostereotypowi).

Problem pojawia się natomiast w ocenie co jest większą szkodą w wyniku agresji. „Kobieca agresja” czyli relacyjna, pośrednia nie prowadzi bezpośrednio do uszczerbku na zdrowiu, bezpośredniego fizycznego bólu i cierpienia, natomiast może prowadzić do głęboko negatywnych przeżyć i zdeorganizować życie ofiary, co w dłuższej perspektywie czasowej jest większą szkodą.

Różnice płciowe w zakresie zachowań agresywnych możemy rozważać w ramach jednego z trzech podejść: psychobiologii, biofizjologii i ujęciu społeczno-kulturowym. Przy czym nie koniecznie są one wykluczające, raczej warto je traktować jako wzajemnie uzupełniające ((Konopka i Frączak 2013).

Koncepcja psychobiologiczna mówi, że kobiety i mężczyźni różnią się między siebie nie tylko budową ciała, funkcjami biologicznymi, ale również predyspozycjami nabytymi w drodze ewolucji (mężczyźni polowali, odpowiadali za bezpieczeństwo rodziny, kobiety rodziły dzieci, dbały o nie i o „ognisko domowe”).

W koncepcji biofizjologicznej agresywność u kobiet i mężczyzn spełnia inną funkcje. W tym podejściu akcentuje się rolę hormonów, a zwłaszcza testosteronu, który zwiększa agresywność i który ma siedmiokrotnie wyższy poziom u mężczyzn niż u kobiet (Konopka i Frączak 2013). Przykładem badań nad wpływem testosteronu na agresję są holenderskie badania Van Goozen nad grupą 50 osób poddanych zabiegowi zmiany płci – jednej grupie transseksualistów podawano testosteron by upodobnić ich do mężczyzn, drugiej



grupie środki zmniejszające jego zawartość by upodobnić ich do kobiet. Kobiety otrzymujące testosteron stawały się bardziej agresywne i łatwiej podniecały się seksualnie. Mężczyźni u których zmniejszono poziom testosteronu łagodnieli i stawali się mniej pobudliwi seksualnie. Nie jest do końca jasny mechanizm wpływu testosteronu na agresję, zwraca się uwagę, że hormon ten wpływa również na rywalizację i poszukiwania wrażeń.

Znaczenie tu może mieć cel agresji u kobiet i mężczyzn. U mężczyzn jest często przejawem dominacji, zaznaczenia swojej pozycji, podporządkowania sobie innych, u kobiet jest sposobem radzenia sobie ze złością i frustracją.

Niektórzy z badaczy przychylają się do stwierdzeń, że pewne typowo „kobiece” hormony, mogą wywoływać agresję u kobiet. Chodzi o zmiany, które następują w cyklu hormonalnym kobiety. Mowa tu o PMS (Premenstrual Syndrome, czy polskiej ZNP - Zespół Napięcia Przedmiesiączkowego), którego można spotkać również pod nazwą - zaburzenia dysforyczne w późnej fazie lutealnej (LLPDD – *late luteal phase dysphoric disorder*) (Bodzon, 2013).

A. Moir i D. Jessel w swoich badaniach twierdzą, że ok. 3-4% kobiet przejawia cykliczne napady agresji przybierające brutalne formy przemocy. Źródłem agresji upatruje się w spadającym poziomie progesteronu – hormonu odpowiadającemu za spokój i dobry nastrój. Jednym z wniosków, jest również to, że w czasie tuż przed wystąpieniem miesiączki poziom cukru w organizmie kobiety jest zbyt niski. Jak wykazują autorzy, adrenalina, która jest produkowana, aby pobudzić organizm do działania, występuje w zwiokrotnionej dawce w przypadku nie spożywania produktów węglowodanowych, co z kolei w połączeniu z obniżonym progesteronem może skutkować niepoohamowaną agresją (Moir i Jessel, 1998).

W ujęciu teorii uczenia A. Bandury (1968, za: Dzieduszyński, 2007) największe znaczenie przypisuje się wzorcom społeczno-kulurowym czyli różnicy w wychowywaniu chłopców i dziewczynek, narzucaniu im odmiennych ról społecznych, stereotypom zachowań dla odmiennych płci. Dziecko asymiluje te wzorce do swojego wnętrza i traktuje je jako własne. Ważną rolę odgrywają tu również doświadczenia agresji i przemocy w dzieciństwie. Badania przeprowadzonych na wychowankach domów dziecka w Łodzi w 2007 roku wskazują, że nie ma znaczących różnic płciowych w stosowaniu agresji u osób, które w dzieciństwie doznały przemocy i agresji i ich poziom określany jest jako wysoki.

Współczesne badania wskazują na niejednorodny obraz kobiecej agresji, nie można również jednoznacznie stwierdzić, która z płci jest bardziej agresywna. Natomiast znaczące różnice wyłaniają się w rodzajach stosowanych agresji. Kobiety są bardziej skłonne



do agresji werbalnej (szczególnie w dzieciństwie) i relacyjnej, niż mężczyźni, choć jak pokazują badania CBOS wskaźnik fizycznej agresji u kobiet uległ wzrostowi. Zmiany zachowań agresywnych mogą być również podyktowane zmianami społeczno-kulturowymi, które we współczesnym świecie wymuszają przemodelowanie roli kobiety. Model współczesnej kobiety ma za zadanie pomieścić zarówno tradycyjne społeczne wymagania i stereotypy jak również nowe wyzwania szczególnie w sferze zawodowej.

1.4.2. Uwarunkowania zewnętrzne

Tam gdzie będzie występować przeszkoda w realizacji swoich potrzeb i związana z tym frustracja istnieje ryzyko wystąpienia agresji jako reakcji na przeżywaną frustrację. Czynniki, które zwiększają frustrację to dystans dzielący jednostkę od upragnionego celu lub obiektu to min.:

- im bliżsi jesteśmy realizacji zamierzeń, tym większa jest nasza frustracja przy napotkaniu przeszkody np. nasza frustracja będzie mniejsza kiedy spóźnimy się 15 minut na pociąg niż kiedy spóźnimy się pół minuty i widzimy go odjeżdżającego,
- niespodziewane lub (w naszym mniemaniu) niesłuszne pojawienie się czynników frustrujących (Aronson, 1997).

Zachowaniom agresywnym może sprzyjać:

- przewidywanie niewielkiej kary,
- kiedy wygląd i siła osoby, która ponosi odpowiedzialność za naszą frustrację oraz jej potencjalna zdolność do rewanżu jest niska,
- kiedy przyczyny frustracji są niezrozumiałe,
- kiedy w naszym przekonaniu nie zasłużyliśmy sobie na jakąś karę, niesłusznie zostaliśmy potraktowani,
- kiedy ktoś celowo nas skrzywdził,
- bezpośrednia celowa prowokacja budzi chęć odwetu,
- bezpośrednia styczność z narzędziami agresji np. bronią (Aronson, 1997).

Człowiek jako jednostka społeczna podlega oddziaływaniom innych jednostek i grupy. Badania A. Bandury (1961) potwierdziły teorię społecznego uczenia się zachowań agresywnych (eksperyment z agresywną zabawą lalką Bobo – 1961,1963), która dowodziła, że ludzie uczą się zachowań agresywnych poprzez obserwacje i naśladownictwo.

Innym przykładem potwierdzającym oddziaływanie społeczne i wpływ mechanizmów



społecznych jest kontrowersyjny eksperyment S. Miligrama udowadniający wpływ min. autorytetu i innych społecznych czynników na poziom agresji. Uczestnicy eksperymentu (mężczyźni w wieku 20-50 lat) byli przekonani, że celem jest zbadanie wpływu kary na zapamiętywanie. Każdorazowo w wyniku sfigowanego losowania uczestnicy dostawali rolę nauczyciela, ich zadaniem było zadawanie pytań i karanie ucznia (mężczyznę w wieku ok 50 lat, który w rzeczywistości był aktorem) za pomocą rażenia go prądem stopniowo zwiększonym jeśli kolejne odpowiedzi były złe. „Nauczyciele” byli przekonani, że uderzenia prądem są autentyczne i reagowali żywo na reakcje ucznia-aktora. Trzecią osobą obecną był eksperymentator, który omawiał z nauczycielem i uczniem zasady. W wielu przypadkach (62%) mimo wygłaszanych słownych protestów, sprzeciwu przeciwko okrucieństwu badani kontynuowali zwiększanie napięcia za każdą złą odpowiedź (Frączak i Kofta, 1975). Wnioski z badania sugerowały, że badani zwalniali się z odpowiedzialności za własne zachowanie będąc przekonanym, że jest to pod kontrolą eksperymentatora i to on ponosi odpowiedzialność.

Dzieci uczą się świata i siebie przede wszystkim za pomocą doświadczania, a pierwsze w życiu doświadczenia są w interakcji z rodzicem. Warto tu zwrócić uwagę na przywiązanie jako proces tworzenia się relacji między dzieckiem a opiekunem. Jednym z zadań rodzica w pierwszych fazach rozwoju jest kontenerowanie emocji dziecka. Nieprzyjemne emocje powstałe w wyniku utrudnionego lub uniemożliwionego kontaktu z opiekunem (wzorem przywiązania) mogą przestać pełnić funkcje sygnalizacyjną i przechodzić w psychopatologię. Dzieje się tak, kiedy opiekun jest fizycznie lub emocjonalnie niedostępny, nie reaguje lub reaguje nieadekwatnie na potrzeby i emocje dziecka. Skutkiem mogą być zaburzenia depresyjne, dysocjacyjne, lękowe, zachowania aspołeczne i zachowania agresywne. Te ostatnie występują często na skutek braku poczucia bezpieczeństwa. W zależności od zachowania rodzica wobec małego dziecka tworzy się wzór przywiązania, który ma swoje skutki w całym rozwoju dziecka. Dzieci z lękowym przywiązaniem są wycofujące i często przyjmują rolę ofiary, dzieci z unikającym stylem przywiązania mają trudności w znoszeniu frustracji, a co zatem będą miały większą skłonność do agresji, dzieci z ambiwalentnym wzorcem przywiązania będą nasilać w dużym stopniu pełen asortyment zaburzeń zachowania w tym zachowania prowokacyjne i agresje, których celem będzie zwrócenie na siebie uwagi (Iniewicz i współpracownicy, 2011).

Zgodnie z teorią uczenia się A. Bandury, na agresywność, zachowania agresywne człowieka ma wpływ rodzaj wychowawczego modelowania w dzieciństwie. Badania



dowodzą, że ryzyko agresji rośnie w przypadku dzieci wobec, których stosowano niekonsekwentne metody wychowawcze, a rodzice sami nie radzili sobie z własną agresją. (Farrington, 1998)

Szczegółowo czynniki rodzinne, które wpływają na agresje dzieci wymienił K. H. Wolff (1985, za: Kołodziejczyk, 2004):

- nieobecność ojca,
- małżeńska niezgoda,
- depresyjna matka,
- złościący się rodzice,
- niekorzystne warunki ekonomiczne rodziny,
- wielodzietna rodzina.

D. Olweus (1998, za: Kołodziejczyk 2004) zwrócił uwagę na negatywne postawy rodzicielskie, wśród, których można wymienić:

- negatywne emocjonalne nastawienie rodziców w pierwszych latach życia dziecka, charakteryzuje się brakiem ciepła i bliskich więzi,
- przyzwalanie przez opiekuna na agresywne zachowania dziecka. Tolerowanie i nie ograniczanie agresywnego zachowania wobec rodzeństwa, kolegów, dorosłych prowadzi do wzrostu agresji,
- stosowanie przez rodziców metod wychowawczych opartych na sile: kary cielesne, którym towarzyszą wybuch złości i agresja.

Zwraca się również uwagę na nadmierną, ochraniającą kontrolę rodziców, która blokuje rozwój poznawczego mechanizmu kontroli emocjonalnej (Tyszkowa 1986). Skutkiem czego są trudności w hamowaniu impulsów emocjonalnych i reakcji agresywnej.

Wyżej wymienione postawy rodziców wskazują na przedmiotowe traktowanie dziecka, przekraczanie jego granic osobistych i nie pozwalają one wytworzyć się empatii. Skutkować to może zaburzeniami osobowości, obrazu siebie i brakiem zdrowych granic osobistych.

Innym czynnikiem determinującym siłę agresywności jest facylitacja. Facylitacja według W. Szewczuka (1985, s.159) to *niewyuczone chwilowo trwające zwiększenie siły wskutek wystąpienia innego bodźca lub innej reakcji; natomiast w psychologii społecznej oznacza pobudzenie, wzajemny wpływ członków grupy powodujący wzrost zachowań określonego rodzaju (...); wzajemne pobudzenie się członków grupy (przez emitowanie podobnych zachowań) do czynów agresywnych.*



Trudno tutaj pominąć czynniki wynikające ze zmian cywilizacyjnych i kulturowych. Jak pisze Strzała (2004, s. 208) *sprzyjają rozwojowi agresji gwałtowne zmiany społeczne, łatwy dostęp do podkultur przestępczych, materializm, postawy konsumpcyjne (typu „mieć” a nie „być”), (...) negatywny wpływ środków masowego przekazu.*

Czynniki, które zwiększają prawdopodobieństwo wystąpienia agresją są również takie czynniki zewnętrzne jak: czynniki wywołujące w człowieku ból fizyczny, niewygodą, jakość życia ekonomicznego. E. Aronson (1997) przytacza badania L. Berkovitz z 1981 roku, które wskazywały w eksperymencie, że „Zwierzchnicy” trzymający ręce w lodowatej wodzie byli bardziej agresywni, częściej karali i rzadziej nagradzali swoich podwładnych. Ból zwiększa ryzyko wystąpienia zachowań agresywnych.

Badania wykazały, że skrajne warunki termiczne występujące w danym kraju sprzyjają agresji, również przestępczość o charakterze przemocy (gwałt, pobicia, morderstwa) pozostaje w związku z temperaturą powietrza. Innym czynnikiem mającym wpływ na agresję jest zbytne stłoczenie, ograniczenie przestrzeni. We wskazanych sytuacjach i warunkach człowiek w mniejszym stopniu kontroluje swoje emocje i jest zdolny do skrajnych zachowań (Gruszecka, 1994).

Również czynniki ekonomiczne mają znaczenie. Nie jest ważny bezwzględny poziom ubóstwa, ważne jest pogorszenie się warunków życia. Niespełnione nadzieje (załamanie się społecznych oczekiwań) wywołuje szczególną frustrację, której konsekwencją jest agresja. Rewolucje są bardziej prawdopodobne w krajach biednych, które jednocześnie posmakowały lepszych warunków życia (Anderson i Bushman, 2002).

Wnioskować można, że starając się zrozumieć mechanizmy agresji nie można „wyjąć” człowieka ze środowiska w którym żyje. Sposób myślenia, czucia i działania człowieka to suma wszystkich wymienionych wcześniej czynników.



ROZDZIAŁ 2. OBRAZ SIEBIE W UJĘCIU TEORII PSYCHOLOGICZNYCH

Celem niniejszego rozdziału jest analiza problematyki obrazu siebie. Przybliżone zostaną definicje obrazu siebie, struktury i funkcje oraz w jaki sposób pojęcie to tworzyło się w historii myśli społecznej i psychologicznej. Zaprezentowane zostaną wybrane koncepcje obrazu siebie oraz uwarunkowania obrazu siebie.

2.1. Obraz siebie – terminologia i klasyfikacja pojęcia

Pojęcie obrazu siebie było niejednokrotnie tematem rozważań teoretycznych myślicieli jak również przedmiotem badań empirycznych. Zainteresowanie tą tematyką jest zrozumiałe jeśli weźmie się pod uwagę, że pytanie o to kim jestem jest częścią ludzkiej egzystencji. Każda istota wyposażona w świadomość ma naturalną potrzebę samookreślenia, zrozumienia siebie. Obraz siebie używany wymiennie z pojęciem Ja (*self*) definiuje człowieka. Pierwsze teoretyczne rozważania w tym obszarze pojawiły się w teorii psychoanalitycznej Z. Freuda (1905, za: *Brytek-Matera, 2008*). Wiązał on to pojęcie z trzema komponentami psychicznymi, tworzącymi osobowość człowieka, a mianowicie z id, ego i superego. Id jest zdeterminowane biologicznie, reprezentuje pierwotne instynkty dziedziczne, ego umocowane jest w rzeczywistości, w której żyje człowieka, jest regulatorem pomiędzy siłami id i superego. Superego reprezentuje świat zewnętrzny z wszystkimi normami i zasadami w nim obowiązującymi.

Obraz siebie, będąc systemem schematów poznawczych, selekcjonuje informacje z otoczenia, modyfikuje i przechowuje je w pamięci. Ma ścisły związek z zachowaniem i wyznacza jego standardy. Pozwala też na świadomą refleksję dotyczącą samego siebie. Ja rozwija się i działa dynamicznie, jest pewnym systemem, który można opisać przez treść, strukturę, ale i zachodzące procesy, związane ze zmianami w Ja, także w relacjach z otoczeniem (Huflejt-Łukasik, 2010).

Obraz siebie (*self-image*) jest konstruktem złożonym i wielowymiarowym. Opisuje wewnętrzną historię o nas samych. Obraz ten definiowany jest w różnorodny sposób min. jako ocena własnych kompetencji. Jak uważa S. Siek (1984) stanowi rodzaj mapy, którą jednostka posługuje się w celu organizowania własnego zachowania i stosunku do siebie.

Najszerzej definiuje obraz siebie A.W. Combs i D. Snygg (1959, za: Bielecki



i Nowicki, 1991, s.69) jako *organizacje tych wszystkich właściwości, które jednostka nazywa swoimi lub sobą.*

Dla J. Kozieleckiego (1986, s. 48) jest to *zorganizowany zespół opinii, sądów i przekonań dotyczących własnego wyglądu, zdolności i umiejętności, inteligencji, postaw, potrzeb psychicznych, stosunków i pozycji wśród innych ludzi oraz indywidualnych aspiracji.*

Według J. Reykowskiego (1974, za: Walczak, 2000, s.34) obraz siebie to *zespół opinii i przeświadczeń dotyczących własnego wyglądu zewnętrznego i fizycznych cech, własnych umiejętności i zdolności, postaw i potrzeb, własnej pozycji wśród innych ludzi oraz opinii i przeświadczeń dotyczących tego, co należy się jednostce od innych.*

Natomiast H. Kulas (1986, za: Maderska, 1998, s. 74) definiuje obraz siebie jako *całokształt wiedzy, wyobrażeń i pojęć jednostki o sobie, tworzący względnie trwałe system poglądów, a także powstały na ich bazie stosunek uczuciowy jednostki do samej siebie związany z samooceną.*

C. Rogers (1951, za: Pervin i John, 2011) wskazywał, że człowiek posiada naturalną potrzebę dążenia do osiągnięcia wewnętrznej spójności, a więc zgodności między „Ja” a własnym doświadczeniem. Autor ten (1991, s. 21) ujmuje obraz siebie jako: *zorganizowaną, spójną konstrukcję pojęciową, złożoną ze spostrzeżeń ja, czyli samego siebie, oraz spostrzeżeń relacji tego ja ze światem zewnętrznym i z innymi ludźmi. Elementami tej konstrukcji są także wartości przypisywane owym spostrzeżeniom. Jest ona elastyczna i nieustannie się zmienia, ale w każdym określonym momencie stanowi pewną całość. Można je sobie uświadomić, może ona również być niewiadoma. Zachowanie zatem jest rezultatem tego jak człowiek postrzega samego siebie. Obraz siebie odgrywa rolę motywującą człowieka do podejmowania określonych zadań czy też podejmowania zachowań.*

H. Markus rozumie obraz siebie jako reprezentacje przeszłych doświadczeń. Wprowadził on pojęcie schematu Ja, które zawiera informacje o jednostce. Na swoje zachowanie jednostka patrzy przez pryzmat posiadanego schematu (Hempolińska-Nowik, 2001).

S. Siek (1986, s. 256) definiuje obraz siebie jako *zbudowany z elementów, struktury osobowości, które jednostka uważa za własne. Najczęściej w tej organizacji istnieje kilka potrzeb psychicznych, uzdolnień, postaw, typów reakcji emocjonalnych. Zwraca szczególną uwagę na warstwę nieświadomą Ja.*

Zdaniem I. Niebrzydowskiego (1995, s.17) *Ja świadome to kompleksowa, zintegrowana, względnie stała i większym lub mniejszym stopniu przez siebie określona,*



jedyna w swoim rodzaju postawa skupiająca elementy zarówno biologiczne, społeczne, intelektualne, moralne jak i inne.

Pojęcie *self-concept* pochodzi z języka angielskiego, co nastęrcza trudności w tłumaczeniu na język polski. Najczęściej używanym pojęciem jest obraz siebie, co przez psychologów poznawczych jest krytykowane, ze względu na to, że słowo „obraz” jest nieadekwatne jeśli chodzi o warstwę werbalizacyjną pojęcia. Z tego względu część teoretyków proponuje tu pojęcia: samowiedza oraz samoświadomość. Pojęcie samowiedzy w swoich pracach często używał J. Koziński (1981, s. 13), która według niego jest *wiedzą, jaką jednostka zdobywa w procesie samowiedzy*. Człowiek koncertując się na sobie, dokonując pewnej samooceny zyskuje jak piszą M. Kofta i D. Doliński (2002) samoświadomość.

W. H. Fitts, który jest autorem Tennessee Self - Concept Scale, który został wykorzystany w projekcie badawczym, uważał, że obraz siebie jest punktem odniesienia do otaczającego świata (Mangan i Peterson, 1982).

2.2. Obraz siebie – rys historyczny

Pierwsze doniesienia na temat Ja sięgają starożytności. Arystoteles dokonał rozróżnienia na to co cielesne i niecielesne (Tesser i współpracownicy, 2004). Zacząto utożsamiać Ja z duszą, z bytem myślącym, tym co nadaje podmiotowość człowiekowi.

W literaturze przedmiotu można wyróżnić trzy znaczące okresy, w których obraz siebie był głównym przedmiotem zainteresowań: początek XX wieku (James, Baldwin, Cooley), lata trzydzieste (Mead) oraz druga połowa lat siedemdziesiątych (Markus, Rogers). Według W. Jamesa (1890, za: Brytek-Matera, 2008) pojęcia Ja składa się z dwóch komponentów – Ja jako przedmiot (*self-object*) i Ja jako struktura wykonawcza (*self-agent*). Pierwsze z nich związane jest ze znajomością siebie i innych, drugie natomiast kieruje i kontroluje nasze działania i myśli. James dokonał podziału Ja na różne kategorie: Ja empiryczne (*empirical self*) na które składają się: Ja materialne, Ja społeczne, Ja duchowe oraz czyste Ja (*pure ego*) (patrz Tabela 1., s. 31).

Dużo dalej w swojej koncepcji poszedł J. Baldwin (1897, za: Brytek – Matera, 2008), który zaproponował, aby pojęcie Ja traktować jako produkt społeczny i kulturowy. Podobnie uważał Mead, który w 1934 roku uważał, że nie da się oddzielić Ja od społeczeństwa. C. H. Cooley (1902, za: Brytek – Matera, 2008) natomiast wprowadził pojęcie *looking – glass self* czyli Ja odzwierciedlone, które oznacza, że obraz siebie zależy od informacji



zwrotnej i opinii społecznej.

Analizując rozwój myśli społecznej i filozoficznej na temat pojęcia „Ja” zauważyć należy tendencje rozwojową, kolejni myśliciele raczej rozwijali myśl poprzedników niż jej zaprzeczali.

2.3. Obraz siebie w wybranych koncepcjach teoretycznych

W celu omówienia obrazu siebie zostaną przedstawione trzy koncepcje psychologiczne. Pierwsza z nich odnosi się do teorii rozbieżności Ja E. T. Higginsa. Druga to koncepcja prioprum G. W. Allporta. Trzecia natomiast to teoria prototypu Ja C. Rogersa.

2.3.1. Teoria rozbieżności „Ja” Edwarda Tory Higginsa

Pojęcie „Ja” E. T. Higgins (1987, za: Bąk, 2002) rozumie jako wiedzę na swój temat, według niego jest to element poznawczy, powstający w wyniku własnych doświadczeń i procesu socjalizacji. Teoria rozbieżności Ja (*self-discrepancy theory*) E. T. Higginsa (1987, za: Brytek-Matera, 2008) opisuje relacje jakie zachodzą pomiędzy poznawczymi (samowiedza) i emocjonalno – motywacyjnymi (afektywnymi) aspektami Ja. Biorąc pod uwagę treści tworzące Ja (aspekt przedmiotowy) autor wyróżnia trzy obszary Ja:

- Ja realne (*the actual self*) – posiadane w rzeczywistości atrybuty, co do których dana osoba nie ma wątpliwości,
- Ja idealne (*the ideal self*) – cechy, które jednostka chciałaby posiadać, których pragnie, do których aspiruje, z którymi wiąże nadzieje,
- Ja powinnościowe (*the ought self*) – cechy wynikające z poczucia obowiązku, które jednostka odbiera jako narzucone z zewnątrz.

Tabela 1. Podział Ja empirycznego Jamesa

	Ja materialne	Ja społeczne	Ja duchowe
Komponent poznawczy	<ul style="list-style-type: none"> • ciało • ubranie • rodzina • dom • osobista własność 	<ul style="list-style-type: none"> • uznanie w oczach ludzi, których się kocha • popularność wśród rówieśników • sława • szacunek 	<ul style="list-style-type: none"> • subiektywny byt • psychiczne właściwości • dyspozycje • wola • strumień myśli
Komponent afektywny (samoocena)	<ul style="list-style-type: none"> • próżność • skromność • duma z bogactwa • lęk przed ubóstwem 	<ul style="list-style-type: none"> • duma społeczna ludzka pycha • snobizm • wstyd • upokorzenie 	<ul style="list-style-type: none"> • poczucie moralnej lub umysłowej wyższości • nienawiść • poczucie niższości lub winy
Komponent motywacyjny (poszukiwanie Ja)	<ul style="list-style-type: none"> • cielesne namiętności, instynkty • miłość do domu • umiłowanie gromadzenia dóbr • zwracanie uwagi na swój wygląd • umiłowanie przepychu 	<ul style="list-style-type: none"> • pragnienie sprawiania przyjemności • pragnienie bycia dostrzeganym i podziwianym • ambicja • towarzyskość • współzawodnictwo • dążenie do szacunku • miłość • zazdrość 	<ul style="list-style-type: none"> • Aspiracje intelektualne, moralne, religijne • sumienność

Źródło: Brytek – Matera, 2008, s. 40.

Natomiast biorąc pod uwagę perspektywę (aspekt podmiotowy) z jakiej człowiek patrzy na siebie to E. T. Higgins (1987, za: Bąk, 2002) wyróżnił:

- perspektywę własną – własne wyobrażenie,
- perspektywę osób znaczących – jak osoba sobie wyobraża, że jest postrzegana przez innych.

Aspekt przedmiotowy i podmiotowy wzajemnie się przenikają tworząc różne konfiguracje, które autor nazwał stanami Ja:

1. Ja realne sformułowane z własnej perspektywy – cechy, które według osoby posiada,
2. Ja realne formułowane z perspektywy osób znaczących – cechy, które według osoby są jej przypisywane przez innych,
3. Ja idealne formułowane z własnej perspektywy – cechy, które chciałaby posiadać osoba, które są wynikiem jej własnych aspiracji, potrzeb,
4. Ja idealne z perspektywy osób znaczących – cechy, co do których osoba ma



przekonanie, że inni chcieliby żeby je posiadała,

5. Ja powinnościowe formułowane z własnej perspektywy – cechy, które osoba powinna posiadać i są one niezbędne z jej z perspektywy,
6. Ja powinnościowe z perspektywy osób znaczących – cechy, które osoba odczuwa jako takie, które nie są w zgodzie z nią, a wynikają z zewnętrznego nacisku innych ludzi.

Pierwsze dwa stany składa się na obraz siebie, pozostałe ukierunkowują Ja. Nie każdy człowiek ma w pełni rozwinięte wszystkie stany Ja.

System Ja jest strukturą, w której poszczególne aspekty łączy relacja, różny poziom rozbieżności. Można tu wyróżnić dwa rodzaje relacji, jakie występują pomiędzy stanami Ja: rozbieżności pomiędzy Ja realne i Ja idealne, druga opisuje różnicę między Ja realne a powinnościowe. Mała rozbieżność dwóch porównywanych stanów Ja wskazuje na relację podobieństwa, duża zaś świadczy o sprzecznej (przeciwstawnej) treści stanów Ja (Bąk, 2002). Duża niespójność w systemie poznawczym może powodować wywołanie stanów emocjonalnych, które autor (Higgins, 1987, za: Brytek-Materia, 2008) dzieli na dwie grupy:

- stany nazwane *dejected-related emotions*, na które składają się: smutek, zniechęcenie, niezadowolenie, poczucie nieszczęścia, przykrości, frustracja;
- stany określane jako *agitation-related emotions*, czyli: niepokój, lęk, strach, obawa, napięcie, poczucie winy, zmartwienie.

Najważniejsza rozbieżność zachodzi między:

- Ja realnym formułowanym z własnej perspektywy a Ja idealnym formułowanym również z własnej perspektywy – co prowadzi do niezadowolenia, frustracji, rozczarowania, zniechęcenia, smutku z powodu nie możliwości zaspokojenia własnej potrzeby,
- Ja realnym formułowanym z własnej perspektywy a Ja idealnym formułowanym z perspektywy osób znaczących - wywołuje to uczucia zakłopotania, wstydu, przygnębienia, wynikającego z przekonania, że zawodzi nadzieje bliskich pokładane w jego osobie, nie spełnia oczekiwań bliskich mu osób, traci uznanie i podziw innych;
- Ja realnym formułowanym z własnej perspektywy a Ja powinnościowym formułowanym z własnej perspektywy – co skutkuje poczuciem winy, niską samooceną, pogardą dla siebie, chęcią samoukarania, autoagresją w różnej formie;
- Ja realnym formułowanym z własnej perspektywy a Ja powinnościowym formułowanym z perspektywy osób znaczących – wywołuje lęk, brak poczucia bezpieczeństwa, niezgodę i poczucie zagrożenia.



Pewne konsekwencje emocjonalne mogą także wiązać się z rozbieżnością między własną perspektywą i perspektywą osób znaczących na dany stan Ja (aspekt podmiotowy). Duża siła rozbieżności może skutkować uzależnieniem od innych, niezdecydowaniem. E. T. Higgins sugeruje także, że rozbieżność między Ja realnym i którymś z ukierunkowań Ja będzie silniejsza, jeśli będzie z perspektywy osób znaczących, co może wynikać z braku kontroli nad innymi.

Wyniki badań wskazują, że wysoki poziom rozbieżności Ja u kobiet łączy się z emocjonalnym dystresem (obejmującym rozczarowanie i niezadowolenie), poczuciem wstydu, niską samooceną a także z chronicznymi problemami w sferze emocjonalnej (depresja, fobia społeczna). Występowanie rozbieżności między Ja realne i Ja idealne, formułowane zarówno z własnej perspektywy, jak i innych, może wiązać się z pojawieniem się stanów depresyjnych. Z kolei rozbieżność pomiędzy Ja realne a Ja powinnościowe może powodować zaburzenia o charakterze lękowym. Osoby z wysokim poziomem tego typu rozbieżności funkcjonują, na poziomie emocjonalno-motywacyjnym, mniej optymalnie w porównaniu z osobami o niskim poziomie tej rozbieżności, ponieważ w większym stopniu doświadczają niepokoju, napięcia oraz są częściej wybierają postawę unikową (Bessnenoff, 2006).

2.3.2. Koncepcja prioprum Gordona Allporta

Punktem wyjścia do zrozumienia teorii Allporta jest koncepcja ego, którą Allport stworzył na bazie pojęć ego Freuda i selfu Jamesa. Według tego autora ego pojawia się później w rozwoju człowieka, we wczesnym okresie rozwojowym nie ma świadomości swojej indywidualności. Ego w ujęciu Allporta jest wielowymiarowe (Tucholska, 1977). W swoich analizach Allport wyróżnił sześć aspektów ego:

- *ego jako popęd do dominacji*: związany z egocentryzmem, potrzebą posiadania władzy, bycia najważniejszym,
- *ego jako pierwotnie egocentryczne*: egoizm jest nierozdzielną częścią człowieka,
- *ego jako pasywna organizacja procesów psychicznych*: odpowiedzialne za hamowanie impulsów,
- *ego jako dążenie do celów*: sensem życia człowieka jest posiadanie celów, bez nich życie jest mało wartościowe,
- *ego jak system zachowań*: doświadczanie poprzez zachowanie,



- *ego jako podmiot kultury*: ego tworzy się poprzez interakcje z otoczeniem (1988, za: Oleś, 2003).

W późniejszym czasie Allport dokonał modyfikacji swojej teorii wprowadzając koncepcje prioprium.

Teoria prioprium (z łacińskiego *proprius* - własny) G. Allporta (1988, za: Oleś, 2003, s. 117) osadzona została na jego własnej koncepcji osobowości. Autor definiuje osobowość jako *dynamiczną organizację wewnątrz jednostki tych psychofizycznych systemów, które determinują unikalne przystosowanie do środowiska*. Osobowość człowieka może się realizować poprzez dążenie do uzyskania indywidualności, do wykształcenia indywidualnego stylu życia - świadomego siebie, samokrytycznego i rozwijającego się w swym własnym duchu. Proprium jest tym, co tworzy indywidualność, niepowtarzalność, zawiera w sobie pojęcia self, ego jak i styl życia. W koncepcji autora prioprium utożsamiane jest z ego. Natomiast pojęcie ego połączył z pojęciem self, dzieląc ego na: poznające i poznawcze.

G. Allport (1988) wyróżnia w prioprium osiem funkcji i aspektów, które rozwijają się od wczesnego dzieciństwa:

1. **Poczucie własnego ciała**, czyli Ja cielesne. Tworzy je strumień doznań płynących z naszego ciała, a jego podstawą są doznania cielesne (ból, przyjemność). Noworodek nie ma poczucia odrębności swego ciała, w toku rozwoju psychomotorycznego pojawia się poczucie odrębności. To podstawowa funkcja Ja i stanowi ona rdzeń wokół, którego kształtuje się osobowość.
2. **Poczucie tożsamości**, które kształtowane jest w wyniku relacji społecznych, jest to proces trudny i przebiegający stopniowo. W procesie rozwoju dziecko obserwuje zachowania innych i uświadamia sobie, że nie jest nią. Poczucie odróżniania siebie od innych stanowi pewien *constans* istnienia człowieka.
3. **Miłość własna**, którą G. Allport określił jako krzykliwy rys ludzkiej osobowości. Wynika z potrzeby przetrwania, mocy, wzmacnia ją uczucie zadowolenia z siebie i dumy. Występuje w różnym stopniu u innych, niekiedy jest dominującym rysem osobowości.
4. **Rozszerzone "ja"** obejmuje wszystko, co człowiek określa jako "moje", a jednocześnie ma to dla niego zabarwienie uczuciowe, mogą to być moje wartości, ideały.
5. **Nośnik racjonalności**, który pomaga rozwiązywać sytuacje problemowe dzięki



zdolnościom logicznego myślenia i konstruktywnym podejściem do problemu. Allport, za Boecjuszem stwierdza, iż racjonalność jest najwybitniejszą cechą osobowości. Podobnie jak w koncepcji Ego Freuda Allport uważał, że człowiek balansuje między wewnętrznymi potrzebami, a światem zewnętrznym jako nośnikiem racjonalności.

6. **Obraz własnej osoby** lub inaczej jaźń fenomenologiczna. Zawiera ona dwa aspekty: Ja realne, czyli to jak osoba spostrzega swoje aktualne zdolności, status, czy role, oraz Ja idealne czyli jaką osobą chciałaby być jednostka. Według Allporta obraz idealny stanowi aspekt wyobrazeniowy proprium. Pełni on rolę pomostu pomiędzy terażniejszością i przyszłością, a także wyznacza drogę rozwoju.
7. **Dążenia osobiste.** Ten aspekt uwzględnia motywacyjną rolę proprium. To motywacja do działania, do zaspokajania potrzeb oraz samodoskonalenia się. Allport rozumie motywację w szerszym znaczeniu, nie tylko jako popęd do zaspokajania niższych potrzeb, ale również jako motor do realizacji wyższych i dalekosiężnych celów.
8. **Podmiot poznania.** Odnosi się do natury poznania, samego aktu postrzegania i poznawania, procesu poszerzania świadomości, poznawania różnych wymiarów siebie.

Proprium obejmuje wszystkie wymienione wyżej funkcje i aspekty, które składają się na całość osobowości, decydują o niepowtarzalności jednostki. Proprium wpływa w sposób zdecydowany na zachowanie i całościowy rozwój człowieka.

G. Allport (1988) wyróżnić kilka faz rozwoju prioprium:

- okres 0 -3,4 lata – niemowlę posiada jedynie funkcję Ja somatycznego, w drugim roku Ja poszerza się, dziecko ma potrzebę bycia afirmowanym, w toku dalszego rozwoju pojawia się szacunek dla mienia, bliskich, ideałów, wartości,
- okres 4-6 lat– niezwykle istotny okres, według Allporta wytwarza się wtedy reprezentacja siebie,
- okres 6-12 lat – dominacja czynnika racjonalnego, dziecko odkrywa, że problemy można rozwiązywać samodzielnie za pomocą intelektu i myślenia,
- okres adolescencji – istotą staje się wybór ścieżki życia, celów na przyszłość, planowania.
- okres dorosłości – poznanie i świadomość różnych wymiarów siebie.

Zdaniem Allporta rozwój prioprium może ulec zahamowaniu z powodu działania różnych czynników, wtedy dochodzi do dysfunkcji. Dojrzała osobowość to taka, która przeszła



przez wszystkie stadia rozwoju, jeśli któryś z etapów zostanie pominięty dochodzi do zaburzeń.

2.3.3. Koncepcja prototypu Ja Carla Rogersa

W teorii stworzonej przez C. Rogersa (1959) na podstawie własnych doświadczeń terapeutycznych pojęcie ja zajmuje centralną pozycję. Uważał on, że struktura Ja jest częścią pola fenomenologicznego, które zawiera wszystko czego doświadcza organizm niezależnie od tego czy doświadczenie jest uświadamiane w danym momencie. Będą to: cechy osobowości, wartości, specyficzne zdarzenia i zachowania. Według C. Rogersa (1959, za: Hall, Lindzey i Cambell, 2004, s. 543) obraz siebie odnosi się do *zorganizowanej, spójnej, konceptualnej postaci (gestaltu) utworzonej z percepcji cech charakterystycznych Ja oraz percepcji relacji Ja - inni i Ja – różne aspekty życia, łącznie z wartościami przypisywanymi tym percepcjom. Postać ta dostępna jest świadomości, choć niekoniecznie zawarta w świadomości. Jest to płynna i zmieniająca się postać, proces stanowiący jednak w każdym momencie, specyficzną, realnie istniejącą całość*". Według Rogersa Ja jest zawsze świadome, nie można by badać obiektywnie obraz siebie gdyby obejmował to co nieświadome.

Obraz siebie tworzy się w interakcji ze światem, jednakże organizm (rozumiana jako całość człowieka zarówno w warstwie uświadomionej jak tej nieświadomej) nie reaguje na rzeczywistość a na swoją percepcję rzeczywistości. Percepcja jest pewną hipotezą i wiele z tych hipotez jest testowana w konfrontacji z rzeczywistością. Osoba przystosowana to osoba która czuje zgodność między doświadczeniem, które tworzy Ja i sygnałami płynącymi z organizmu. Niezgodność natomiast wiąże się z brakiem spójności między koncepcją własnej osoby a rzeczywistością, co powoduje uczucie zagrożenia, strach, uruchamia mechanizmy obronne. Poprzez doświadczenie ze światem zewnętrznym i innymi ludźmi, z wiekiem opinie innych stają się coraz ważniejsze, jednocześnie często są rozbieżne z wewnętrznym obrazem jaki ma jednostka, co powoduje uczucie frustracji i dążenie do dostosowania własnego obrazu do wymagań otoczenia.

Struktura Ja powstaje i rozwija się wraz z rozwojem człowieka. W procesie wzajemnych interakcji z otoczeniem a szczególnie z osobami znaczącymi formuje się struktura Ja, która jest zorganizowana, zmieniającą się ale spójną koncepcją na temat własności „Ja” jego relacji z innymi oraz wartości przypisywanych tym właściwościom (Rogers, 1991). Jakość doświadczeń odnoszonych do własnej osoby w kontakcie z innymi



buduje pozytywny lub negatywny stosunek do samego siebie. Dlatego niezwykle ważnym etapem tego rozwoju jest okres dzieciństwa, w którym obraz siebie dziecka kształtuje się przede wszystkim w relacji z rodzicami, opiekunami, innymi bliskimi. Wraz z wyodrębnianiem się „ja” w procesie socjalizacji pojawia się w życiu jednostki niezwykle silna potrzeba akceptacji ze strony innych osób. Kształtujące się „ja” może zaistnieć i przetrwać tylko dzięki bliskim osobom. Rodzice lub opiekunowie zazwyczaj okazują akceptację dla wybranych aspektów zachowania dziecka, w ten sposób także ono zaczyna akceptować pewne aspekty własnej osoby, a inne odrzucać lub zafałszowywać. Jest to wynikiem działania dwóch sił: potrzeby akceptacji i potrzeby aktualizacji. Jeśli rodzice mocno warunkują swoją miłość, odrzucając część potrzeb rozwijającego się organizmu wtedy potrzeba akceptacji wygrywa z tendencją aktualizacyjną i część doświadczeń zostaje zniekształcone, nie dopuszczone do świadomości przy jednoczesnej introjencji rzeczywistości, która nie ma odzwierciedlenia w rzeczywistym doświadczeniu człowieka. Osoba zaczyna doświadczać niezgodności pomiędzy strukturą „ja” i doświadczeniem organizmu. Im większa jest ta rozbieżność tym większe psychologiczne napięcie. Jeśli ta rozbieżność jest zbyt duża, a mechanizmy obronne ulegają załamaniu, koncepcja siebie zostaje rozbita, powodując stan dezintegracji. Pojawiają się mechanizmy obronne takie jak: zaprzeczanie i represja. Proces ponownej integracji wymaga na nowo bezwarunkowej akceptacji w relacjach z innymi. Osoby zintegrowane i dobrze funkcjonujące cechuje elastyczny obraz siebie, w którym osoba przyjmuje rzeczywistość taką jaka ona jest (Rogers, 1991).

Psychoterapia według C. Rogersa (1951, za: Thome, 2006) jest procesem przywracania zgodności, spójności pomiędzy dwoma obszarami – koncepcją Ja a doświadczeniem organizmu, ponowna zbieżność pozwala uwolnić się od napięć.

2.4. Uwarunkowania obrazu siebie

Wielu badaczy jest przekonanych, że podstawą obrazu siebie jest samoświadomość, która pojawia się po raz pierwszy kiedy w świadomości dziecka pojawia się pojęcie Ja. To jak kształtuje się obraz siebie zależy między innymi od czynników osobowościowych i społecznych.

Badania wskazują na związek między typem charakteru a obrazem siebie. W swojej pracy badawczej Z. Uchnast i P. Hreciński (2012) wyodrębnili cztery typy charakteru:

- **typ dostosowujący się** – charakteryzujący się skłonnościami do zachowań



sztynnych, obronnych, ukierunkowanych na zabezpieczenie swego status quo,

- **typ rywalizujący** – przejawiający zdolności do skutecznego zabiegania o zabezpieczenie siebie,
- **typ synergiczny**– wykazujący zdecydowane ukierunkowanie na współdziałanie z innymi dla rozwoju swoich możliwości oraz potencjału innych osób; charakteryzuje się otwartością i inicjatywą,
- **typ ostrożny** – podobny do typu synergicznego, jednak w działaniu nadmiernie ostrożny.

Autorzy wskazują, że osoby o synergicznym lub ostrożnym typie charakteru mają pozytywny obraz siebie. Wyraża się on w przekonaniu o własnej wartości, sympatii i zaufaniu do siebie. Osoby te wykazują się dużą samoakceptacją, postrzegając pozytywnie własną osobę i swoje funkcjonowanie. Ocena ta przekłada się również na ocenę swoich relacji rodzinnych i pozarodzinnych. Zwraca również uwagę fakt, że osoby te dużo bardziej niż osoby o stylu działania zorientowanym na zabezpieczenie siebie są zadowolone z własnego wyglądu i sprawności fizycznej, lepiej również postrzegają stan własnego zdrowia. Wykazują także nieco większą zwartość poszczególnych ocen formułowanych w różnych aspektach obrazu siebie.

Natomiast negatywny obraz siebie mają osoby o dostosowującym się lub rywalizującym typie charakteru. Mają oni małe zaufanie w stosunku do siebie, niskie poczucie własnej wartości, częściej czują się niechciane, zażenowane i nieszczęśliwe. Osoby te nisko oceniają również swoją sprawność fizyczną, wygląd zewnętrzny i stan zdrowia (Hreciński i Uchanst, 2012).

Na uwagę zasługuje fakt, że zasoby zawarte w poszczególnych typach charakteru mogą być rozwijane i pogłębiane. Według koncepcji W Sterna(za: Hreciński i Uchanst, 2012), jedynie pozytywne ustosunkowanie się do świata umożliwia pełny rozwój posiadanych przez osoby potencjałów. Styl działania ukierunkowany na współdziałanie sprzyja pozytywnemu obrazowi świat, przy czym ważne są tu interakcje społeczne w najbliższym środowisku społecznym .

Niezwykle istotnym czynnikiem wpływającym na ogólny obraz siebie człowieka i jego funkcjonowanie społeczne jest jego samoocena. Wiązać się będzie ona z brakiem wiary we własne siły, nieadekwatną oceną swoich możliwości oraz obszarów odpowiedzialności, czyli rozbieżności między ja realne a ja idealne. C. Rogers (1991) uważa, że to jak jednostka funkcjonuje nie zależy od tego jakie cechy ma, ale od tego jakie cechy sobie przypisuje.



Osoby z niskim poczuciem wartości unikają twórczego myślenia, podejmują zadania poniżej swoich możliwości z obawy porażki, dewaluują wartość sukcesów, jednocześnie skupiając się na negatywach i porażkach. J. Reykowski (1982) zwraca uwagę, że osoby o niskiej samoocenie nie wierząc w osiągnięcie sukcesu będą stosowały mechanizmy obronne przejawiające się agresją i izolacją od społeczeństwa. Konflikt między pragnieniami a możliwościami prowadzi do frustracji i zachowań nieprzystosowawczych. W ten sposób konflikt wewnętrzny staje się konfliktem z otoczeniem. Również zbyt wysoka samoocena niesie za sobą negatywne konsekwencje. Osoba zbyt pewna siebie będzie miała tendencje do stosowania mechanizmów obrony „ego”, pewniej sztywności, przez co nie są one otwarte na zmiany. Najkorzystniejszy jest umiarkowanie wysoki poziom samooceny. Niewielka rozbieżność między Ja idealnym a realnym motywuje jednostkę do działania i podejmowania nowych wyzwań. Jednostka z taką samooceną czuje się pewniej, akceptuje siebie mimo wad, przekłada się to również na relacje z otoczeniem, przez które są odbierani jako osoby życzliwe, godne zaufania, otwarte na kontakty z innymi (Kulas, 1986).

Samoocena kształtuje się w dużej mierze w dzieciństwie uwarunkowane informacjami od osób znaczących, dlatego tak ważny jest sposób wychowania (Januszewska, 1994).

Podstawowym źródłem wiedzy o samym sobie, dostarczającym materiału do formowania się obrazu siebie, jest porównywanie siebie i swojej sytuacji z innymi. Poszukiwanie własnej tożsamości odbywa się przy współudziale innych ludzi, dzięki temu człowiek może dokonać podstawowego rozróżnienia „ja” od „nie ja”. Podstawą takiej kategoryzacji jest porównywanie siebie z innymi ludźmi (Jarymowicz, 1985). Wzajemne ocenianie i porównywanie występuje w relacjach: jednostka – jednostka, jednostka w grupach, jednostka poza grupami. Według L. Festingera (1954, za: Zabrowski, 1994) ludzie mają naturalną potrzebę porównywania własnych i cudzych poglądów, uzdolnień i zachowań. Najczęściej przebiegają one w obrębie grup osób zbliżonych pod względem określonych cech i właściwości.

P. Brickman i R.J. Bulman (1977, za: Zabrowski, 1994) zauważają, że niektóre osoby, zwłaszcza te z niską samooceną, unikają porównań z osobami, które uważają za lepsze od siebie, co może wynikać z poczucia zagrożenia. Preferują raczej osoby o niższym statusie jako grupę odniesienia, dokonując porównań w dół. W zależności od nastawienia porównywanie się może przynieść odmienne skutki, Porównania w górę mogą powodować dyskomfort psychiczny, ale też mogą motywować do doskonalenia się. Sukces innej osoby



może udowodnić, że osiągnięcie danego celu jest możliwe. Inspirujący przykład, który daje nadzieje, może skutkować poczuciem własnej mocy, sprawczości, wiary we własne możliwości. Potencjalnie może też zagrażać obrazowi własnej osoby, jeśli dana jednostka ocenia swoje położenie jako niższe, gorsze pod względem porównywanego wymiaru i odczuwa to jako niemożliwe do zmiany. Konsekwencje takiego stanu dla obrazu siebie mogą być następujące: obniżona samoocena, niewiara we własne siły w efekcie zrzucania winy na czynniki zewnętrzne, zjawisko wyuczony bezzadności. Przy zachowaniu takich warunków skuteczność porównań w górę jest porównywalna lub większa niż porównań w dół.

Analizując procesy porównania „ja – inni” wyodrębnić można dwie tendencje: poszukiwanie podobieństw do określonej grupy ludzi oraz poszukiwanie własnej odrębności. Szukanie cech wspólnych służy naturalnej potrzebie przynależności i określenia swojej tożsamości społecznej. Swojej odrębności człowiek poszukuje porównując siebie do grupy, której wartości nie akceptuje. Poczucie odrębności może być źródłem satysfakcji związanej z byciem kimś wyjątkowym.

Przez porównania społeczne kształtuje się nie tylko wiedza o sobie samym i globalna samoocena (poczucie własnej wartości), ale także idealny obraz samego siebie. Porównanie siebie z innymi osobami daje możliwość uświadomienia i oceny posiadanych cech, ale także pozwala na kształtowanie wyobrażenia o tym jacy chcielibyśmy być, wzorców osobowych. Wzorzec osobowy to idealny obraz osobowości, który jednostka pragnie naśladować (Jarymowicz, 1985).

Jednym z głównych czynników wpływających na kształtowanie się obrazu siebie jest oddziaływanie rodziców i osób z otoczenia dziecka. S. Siek (1986) twierdzi, że formowanie się Ja dziecka odbywa się w procesie uczenia się:

1. Rodzice oceniają zachowanie dziecka jako akceptowane lub nieakceptowane, wyrażają w związku z tym aprobatę lub sprzeciw. Dziecko na tej podstawie uczy się oceniać swoje zachowanie jako dobre lub złe.
2. Rodzice nadają swoim dzieciom szereg określeń oceniających np. miły, uprzejmy, ładny, głupi, leniwy, złośliwy. Dziecko przyzwyczaja się do nich, zwłaszcza ty powtarzanych często i adaptuje jako swoje, stają się one częścią obrazu siebie.

Rozwój obrazu siebie u dziecka odbywa się również poprzez identyfikację z rodzicami, z ich zachowaniem, czerpiąc z ich wzorów zachowań. Identyfikacja wzmacniana



jest poprzez potrzebę akceptacji ze strony rodziców. Spełniając oczekiwania rodziców dziecko uczy się ty aprobowanych i nieaprobowanych cech obrazu (Siek, 1986). Jeśli działania rodziców są mocno ekspansywne, przemocowe, manipulacyjne potrzeba akceptacji wygrywa z naturalną potrzebą aktualizacji, co skutkuje utratą części obrazu siebie lub brakiem dostępu do jakiejś jego części. Natomiast A. W. Combs i D. Snygg (1959, za: S. Siek, 1986) zauważają, że im większe zaufanie ma do siebie dziecko, im bardziej czuje się akceptowane, im bardziej ma pozytywny obraz siebie, tym większą posiada skłonność do akceptowania innych osób i wychodzenia naprzeciwko problemom oraz trudnościom. Uczenie akceptacji siebie dokonuje się przede wszystkim w zdrowej rodzinie. W miarę dalszego rozwoju dziecko spotyka się z oczekiwaniami innych ludzi, od których jest zależne, np. z oczekiwaniami nauczyciela, kolegów rodzeństwa.

Akceptacja ze strony rodziców nie jest jednoznaczna z bezkrytycznym pozytywnym traktowaniem dziecka. Jak wskazują badania L Niebrzydowskiego (1995) dzieci takich rodziców mają zawyżoną lub niestabilną samoocenę.

Badania potwierdzają, że rozwój Ja odbywa się w kontekście społecznym. Nabiera on znaczenia w okresie wczesnej młodości, kiedy krąg relacji społecznych zaczyna się dynamicznie poszerzać. Badacze społeczni tacy jak H. Mead i H. Cooley (1918, za: T. F. Heatherton i współpracownicy, 2007), postawili skrajną tezę, że Ja jest pewną konstrukcją społeczną, tworzącą się na podstawie obserwacji i interpretacji tego, co inni o nas mówią, jak się wobec nas zachowują. Zgodnie z tym poglądem, nie można zrozumieć Ja, jeżeli nie zrozumie się kontekstu społecznego, w jakim ono funkcjonuje. Ten punkt widzenia został wyartykułowany w hipotezie „Ja odzwierciedlonego”, wedle której poznajemy samych siebie głównie poprzez reakcję innych wobec nas. Inni ludzie stają się „zwierciadłem” obrazu siebie. H. Mead dowodzi, że Ja odzwierciedlone jest produktem, i podstawą, interakcji społecznych. Kontakty społeczne wymuszają pewną postawę patrzenia na siebie „oczyma innych”. Ci „inni” to albo konkretne osoby, z którymi wchodzimy w interakcje, albo pewien uogólniony pogląd na temat naszego wizerunku w oczach większości ludzi – „uogólniony inny”. To wyobrażenie na temat naszego wizerunku steruje naszym zachowaniem nawet wówczas, gdy żaden konkretny „inny” nie jest obecny.



2.5. Struktura i funkcje obrazu siebie

Obraz siebie jest pewną strukturą, którą charakteryzuje:

1. zróżnicowanie, czyli jak wiele wymiarów w myśleniu o sobie używa osoba,
2. integracja, czyli w jakim stopniu struktura jest jednością.

W trakcie rozwoju słabnie hierarchia różnych aspektów Ja i powiązania między odmiennymi obszarami Ja, a zwiększa się integracja i powiązania między obszarami podobnymi (Campbell, Assananad i Di Paula, 2015).

Obraz własnej osoby złożony jest z wielu składników min. z wiedzy o własnych cechach, wartościach, możliwościach i umiejętnościach, z postawy wobec samego siebie i świata zewnętrznego zebrane w toku całego życia, które mogą podlegać modyfikacją. J. Reykowski (1970) wyróżnia w strukturze obrazu siebie zespoły opinii i przeświadczeń dotyczących:

- własnego wyglądu i fizycznych właściwości,
- własnych umiejętności i zdolności,
- własnych postaw i potrzeb,
- własnej pozycji wśród innych ludzi,
- opinii i przeświadczeń dotyczących tego, co należy się jednostce od innych ludzi.

M. Tyszkowa (1978) natomiast podzieliła pojęcie obrazu siebie na następujące obszary:

- dane tożsamościowe (informacje na temat własnego imienia, nazwiska, wieku, płci, pełnionych ról społecznych itp.),
- własny wygląd zewnętrzny (budowa ciała, jej właściwości, cechy ogólne organizmu, sprawności fizyczne i motoryczne, rysy twarzy itp.),
- własne umiejętności, zdolności, inteligencja i jej poziom, możliwości wykonywania różnych czynności i zadań itp.),
- własne umiejętności, reagowanie w różnych sytuacjach, własne potrzeby i wymagania, preferencje, postawy i ustosunkowania,
- własna pozycja wśród ludzi, to jak oni spostrzegają jednostkę i czego od niej oczekują, a także to, jaki jest jej stosunek do innych i co się od nich należy.

Według I. Niebrzydowskiego (1976) obraz siebie spełnia trzy ważne funkcje:

- poznawczą,



- wartościująco – oceniającą,
- integrująco - scalającą.

Funkcja poznawcza pozwala człowiekowi osadzić się w społecznej rzeczywistości, uświadamia, jakie jednostka zajmuje miejsce w świecie, jakie związki łączą ją ze światem. Człowiek obserwuje świat i dokonuje pewnych uogólnień, rozpoznaje powtarzające się schematy, to pozwala mu odróżnić siebie jako figury od świata jako tła. **Funkcja wartościująco - oceniająca** obejmuje takie elementy jak: krytycyzm wobec siebie, ocena swoich możliwości, umiejętność wyznaczania sobie celów i ich realizowanie, krytyczną ocenę swoich myśli i wyników działania, dokładną analizę domysłów, wartościowanie dowodów za i przeciw, a także rezygnację z zadań, które mogą okazać się dla nas szkodliwe. **Funkcja integrująco - scalająca** polega na tym, że świadomość siebie łączy wszystkie strony naszego bytu, jest czymś, co osobowość jednoczy, integruje i kieruje nią (Niebrzydowski, 1976). Istotnym elementem obrazu siebie jest samoocena. Jest to *zespół sądów i opinii, które jednostka odnosi do swojej osoby, a w szczególności do swojego wyglądu, uzdolnień, osiągnięć i możliwości* (Niebrzydowski, 1976, s. 68). Na jej kształtowanie wpływają opinie i oceny jakie jednostka o sobie słyszy, odnoszone sukcesy i doznawane niepowodzenia, porównywanie siebie z aprobowanymi wzorcami społecznymi. Człowiek posiadający pozytywny obraz siebie potrafi w mniej lub bardziej adekwatny sposób spozstrzegać siebie oraz widzieć zarówno swoje zalety, jak i wady.

H. Markus (1977, s. 64) twierdzi, że organizacja systemu Ja ma charakter schematowy. Schematy Ja to *poznawcze uogólnienia na temat Ja, wywiedzione z przeszłych doświadczeń, które organizują i ukierunkowują przetwarzanie informacji dotyczących Ja, objętych społecznymi doświadczeniami jednostki*. JA ma strukturę hierarchiczną, co pozwala zachować względną spójność mimo różnorodności. Ludzie skłonni są preferować informacje potwierdzające schematy, a zdarzenia oceniane są ze względu na ich znaczenie dla Ja. Markus zaproponowała podział schematów Ja na Ja robocze i Ja możliwe. Ja robocze jest to szczegółowa koncepcja siebie aktywizowana w związku z określoną sytuacją. W danym momencie dostępny jest tylko wybrany obszar informacji dotyczący własnej osoby. W określonych warunkach dostęp poznawczy do Self może być ograniczony np. zdominowany przez negatywne treści. Pozwala to jednocześnie określić co stałe, a co zmienne w strukturze Ja. Ja robocze przydatne jest do adaptacji i opanowania sytuacji. Natomiast Ja możliwe to wyobrażona koncepcja siebie w przyszłości. Dotyczy najczęściej sytuacji, która jest oczekiwana (Huflejt-Łukasik i współpracownicy 2015).



Podsumowując - wiedza o sobie jest wieloskładnikowa, to wiedza wyznaczająca tożsamość (płeć, wiek, zawód, przynależność do grup, role społeczne), wiedza o własnym wyglądzie fizycznym, potencjał intelektualny, zdolności, umiejętności min. rozwiązywania problemów. Obraz siebie w pewnym stopniu zależny jest także od zewnętrznej oceny (naszego zachowania, temperamentu, emocjonalności itp.), to jak jest się postrzeganym przez otoczenie. Ważnym obszarem obrazu siebie jest wiedza o wartościach, którymi człowiek kieruje się w życiu, poczucie własnej wartości, postawy wobec własnego wyglądu fizycznego, pozycji społecznej, własnych zdolności, możliwości intelektualnych, a także aktualnych dążeń i ambicji, itd. Trzecia część struktury obrazu siebie to Ja idealne, to kim chce być, kim inni chcą mnie widzieć i co chce osiągnąć. Obraz siebie jest regulatorem ludzkiego działania, istnieje zależność pomiędzy jego zachowaniem a tym jak siebie spostrzega. Nie jest jednak ani siłą sprawczą ani napędową ludzkiego działania tylko naturalnym procesem.

2.6. Obraz siebie młodych kobiet

Jednym z najważniejszych zadań rozwojowych człowieka jest tworzenie się tożsamości (Brzezińska, 2006). Aby obraz siebie mógł się prawidłowo kształtować niezbędny jest kryzys, który najbardziej widoczny i odczuwalny jest w okresie adolescencji. Towarzyszy mu silne poczucie zagubienia i dezorientacji odnośnie do własnych przeżyć i zachowań. Jak zauważa Z. Chlewiński (2000, s. 112), „kryzysy młodego wieku mogą pozostawić bardzo silne rysy w osobowości człowieka. Niosą bowiem ze sobą niebezpieczeństwo pojawienia się zniekształceń w rozwoju osobowości prowadzące do ukształtowania się osobowości niedojrzałej, neurotycznej, egocentrycznej”.

Według teorii Erika Eriksona (1963, za: Witkowski, 2009) okres adolescencji jest okresem kryzysu tożsamość versus pomieszenie ról. Jeśli kryzys jest prawidłowo rozwiązany pojawia się poczucie siebie jako osoby, jeśli nieprawidłowo następuje defragmentacja własne „Ja” i pojawia się niejasne poczucie własnej „Ja”.

Badania R. Modrzejewskiej i W. Badury-Madej (2008) nad obrazem siebie młodzieży wskazują, że u dziewcząt w wieku 17 lat występuje większa spójność obrazu siebie niż u chłopców, natomiast chłopcy mają bardziej pozytywny obraz siebie niż dziewczęta. Bardziej negatywny obraz siebie u młodych kobiet może wynikać z dużego znaczenia obrazu swojej cielesności, oceny swojego ciała w kontekście zewnętrznej oceny i presji wypełniania



ról społecznie predysponowanych dla kobiet.

Ten okres to okres rozwoju kobiecości, w tym okresie zawiązują się pierwsze związki uczuciowe.

Problemy tego okresu u dziewcząt to między innymi:

- związane z tożsamością, również tożsamością seksualną,
- związane z wchodzeniem w dorosłość, stawaniem się kobietą,
- związane z obrazem JA,
- związane z poczuciem wartości,
- związane z zakreślaniem własnych granic psychologicznych,
- związane z odpowiedzialnością (Niebrzydowski 1976).

Zdaniem P. Zawadzkiego (2007) wielu młodych ludzi nie nadąża za narzuconym szybkim tempem życia, nadmiernym wymaganiami (otoczenia i mass mediów), czego konsekwencją może być poczucie alienacji. Skutkiem jej mogą być zaburzenia emocji, oraz pojawienie się agresji jako reakcji na frustrację.

ROZDZIAŁ 3. METODOLOGIA BADAŃ WŁASNYCH

Rozdział trzeci ma na celu zaprezentowanie zastosowanych metod badawczych, przedstawienie grupy badanych osób, oraz zawiera sposób przeprowadzenia badań w celu weryfikacji postawionych hipotez badawczych.

3.1. Problem i hipotezy badawcze

Podjęmowany w pracy problem naukowy skoncentrowany jest na analizie zależności poziomu i struktury agresji a obrazu siebie u młodych kobiet. Problem badawczy można ująć w formie pytania ogólnego:

- *Czy i jakie powiązania występują między poziomem i strukturą agresji a obrazem siebie u młodych kobiet.*

Rozwiązanie tego problemu wymaga uzyskania odpowiedzi na następujące pytania badawcze:

P1. *Czy występują, a jeśli tak to jakie, różnice w samoocenie między kobietami o wysokim i niskim poziomie agresywności?*



P2. *Czy występują, a jeśli tak to jakie, różnice w wymiarach wewnętrznych testu Fitssa, u kobiet o różnym poziomie agresywności.*

P3. *Czy występują, a jeśli tak to jakie, różnice w wymiarach zewnętrznych testu Fitssa, u kobiet o różnym poziomie agresywności.*

P4. *Czy i jakie różnice występują w obrazie siebie u młodych kobiet o różnym typie agresji.*

Analiza dotychczasowych badań polskich i zagranicznych pozwala na postawienie następujących hipotez:

H-og.: *Występują powiązania między poziomem i struktura agresji a obrazem siebie u młodych kobiet.*

H1: *Kobiety o wysokim poziomie agresywności cechuje niższy wynik ogólnej samooceny niż kobiet o niskim poziomie agresywności.*

H2: *Kobiety z wysokim poziomem agresywności cechuje niższy poziom wewnętrznych wymiarów obrazu siebie niż kobiet z niskim poziomem agresji.*

H3: *Kobiety z wysokim poziomem agresywności cechuje niższy poziom zewnętrznych wymiarów obrazu siebie niż kobiet z niskim poziomem agresji.*

3.2. Charakterystyka zastosowanych metod

Zaprezentowany zostanie Kwestionariusz *Tennessee Skala Obrazu siebie* – W.H. Fitssa (TSCS), *Kwestionariusz Agresji* A. H. Bussa i M. Perry’ego, oba w tłumaczeniu Z. Uchnasta oraz *Arkusz personalny* własnej konstrukcji.

3.2.1. Tennessee Skala obrazu siebie – W. H. Fitss

Do opisu obrazu siebie wykorzystano w niniejszej pracy Tennessee Skala Obrazu Siebie (TSCS) W. H. Fittsa (1965, Fitts, Roid, 1988), w tłumaczeniu i opracowaniu Z. Uchnasta (1995). Podstawy teoretyczne oparto o prace Jamesa, Maslowa, Snigga, Combsa oraz Rogersa. Metoda ta umożliwi wielowymiarowy opis własnej osoby, z wyszczególnieniem wewnętrznych i zewnętrznych wymiarów obrazu siebie, oraz pozwala określić stopień zmienności tych wymiarów. Prace nad skalą zostały rozpoczęte przez Fittsa w 1955 r. Ostateczna wersja skali składa się ze 100 stwierdzeń, do których osoba badana ustosunkowuje się przez wybranie jednej z pięciu możliwych odpowiedzi: całkowicie



falszywe, raczej fałszywe, nie jestem zdecydowany, raczej prawdziwe, całkowicie prawdziwe. Wśród stwierdzeń 90 (45 w pozytywnej formie, 45 w negatywnej formie) pochodzi z badań własnych autora, 10 natomiast ze skali L testu MMPI i tworzy skale samokrytycyzmu Sk. Zadaniem badanego jest określenie stopnia prawdziwości lub nieprawdziwości stwierdzenia w odniesieniu do siebie. Test może być wykorzystany zarówno w badaniach indywidualnych jak i grupowych, od 12 roku życia, wśród osób zdrowych i psychotyków. Metoda może być stosowana w ramach poradnictwa psychologicznego (14 skal), a także diagnozy klinicznej (29 skal). W badaniach zastosowano skale kliniczno-badawczą. Normalizacja została przeprowadzona przez autora na grupie 626 osób. Rzetelność testu jest wysoka i wynosi od 0,60 do 0,92.

Poniżej przedstawiono krótki opis skal TSCS:

- SK- samokrytycyzm – mierzy samoświadomość, otwartość, krytyczną ocenę siebie oraz ujawnianie negatywnych aspektów siebie, postawę obronną i ujawnianie negatywnego obrazu siebie.
- RW – rozkład odpowiedzi – jest wskaźnikiem preferencji w wybieraniu określonych odpowiedzi np. wybierając odpowiedzi 3 („Nie jestem zdecydowany”) osoba wykazuje brak zdecydowania w prezentacji siebie.
- WO – wynik ogólny- wskazuje ogólny poziom samooceny, oraz sumę ocen w 90 twierdzeniach. Wysoki wynik wskazuje do pozytywną ocenę siebie, niski na niską ocenę siebie i brak zaufania do siebie. Na wynik ogólny składają skale w wymiarach -

Wewnętrznych:

- TO – tożsamość – określa sposób spostrzegania swojej tożsamości.
- ZS – zadowolenie z siebie – wskazuje na aprobatę siebie.
- ZA – zachowanie – określa sposób działania, funkcjonowania.

Zewnętrznych:

- SF – self fizyczny – wskazuje w jaki sposób osoba badana spostrzega swoją fizyczność.
- SM – self moralno–etyczny – wskazuje na samoocenę pod względem wartości moralnych.
- SO- self osobisty – określa poziom osobistej wartości niezależnej od oceny innych.



- SR – self rodzinny – określa poziom osobistej wartości jako członka rodziny.
- SS – self społeczny - określa poziom osobistej wartości jako członka społeczeństwa.
- ZW – zmienność wymiarów obrazu siebie.
 - ZWO – zmienność obrazu siebie (wynik ogólny) – wskazuje na poziom zintegrowania spójności obrazu siebie.
 - ZWZ – zmienność wymiarów zewnętrznych – wynik obliczany jest poprzez zsumowanie różnic pomiędzy najwyższymi i najniższymi wynikami uzyskanymi w skalach selfu fizycznego, moralnego, etycznego, osobistego, rodzinnego i społecznego.
 - ZWW - zmienność wymiarów wewnętrznych – wynik obliczany jest poprzez zsumowanie różnic pomiędzy najwyższymi i najniższymi wynikami uzyskanymi w skalach tożsamości, zadowolenia z siebie i zachowania.
 - Skala czasu – ilość czasu przeznaczonych do wypełnienia testu.
- Skale empiryczne – zostały wyodrębnione w klinicznej wersji TSCS.
 - GM – ogólne nieprzystosowanie – różnicuje pacjentów psychiatrycznych od niepsychiatrycznych.
 - PSY- psychotyzm – różnicuje pacjentów psychiatrycznych od niepsychiatrycznych.
 - PD – zaburzenia osobowości – różnicuje zaburzenia osobowości od zaburzeń neurotycznych i psychotycznych.
 - N – neurotyzm – różnicuje pacjentów neurotycznych od innych.
 - PT – integracja osobowości – różnicuje osoby dobrze zintegrowane i przystosowane od pozostałych.
 - NDS – wskaźnik symptomów patologicznych – wskaźnik zaburzeń psychicznych.

3.2.2. Kwestionariusz do badania agresji A. Bussa i M. Perry'ego

Kwestionariusz został stworzony przez A. Bussa i M. Perry'ego (1992). W pierwszej wersji kwestionariusza agresji autorzy stworzyli 52 stwierdzenia, które zostały skrócone do 29 stwierdzeń, które uzyskały próg diagnostyczny.

Za pomocą analizy czynnikowej autorzy wyróżnili 4 skale:



1. Agresja Fizyczna (AF) – 9 twierdzeń – wysoki wskaźnik mówi o tym, iż osoba jest gotowa do użycia siły fizycznej przeciwko drugiej osobie. Częściej wdaje się w bójki oraz mają tendencje do prowokowania do tego typu zachowań.
2. Agresja Słowna (AS) – 5 twierdzeń – wysokie wyniki wskazują na wszelkiego rodzaju wyrażanie nieprzyjemnych uczuć oraz treści w stosunku do innych.
3. Gniew (G) – 7 twierdzeń – osobom z wysokimi wynikami towarzyszą negatywne uczucia, łatwo wpadają w złość i trudniej ją ukrywają.
4. Wrogość (W) – 8 twierdzeń – wysokie wyniki w tej skali wskazują na nieufność i podejrzliwość, pojawia się również zazdrość w stosunku do innych, poczucie żalu i niesprawiedliwości losu.

Suma wyników z czterech powyższych skal tworzy skalę ogólną (WO) wskazującą wysokość poziomu nasilenia agresji. (Buss, Perry, 1992, s. 452)

Rzetelność metody

Badanie na próbie 1253 studentów (641 kobiet i 612 mężczyzn) w wieku od 18 do 20 lat potwierdziło wystarczająco zgodność wewnętrzną skal: PA = 0,85, VA = 0,72, A = 0,83, H = 0,77 oraz Wskaźnik Ogólny T = 0,80. Szereg późniejszych badań w grupach młodzieży potwierdziło wysoka zgodność wewnętrznych skal; podobne wyniki, z wyjątkiem Agresji Słownej ($\alpha = 0,50$) otrzymano w próbie przestępców. Statystyczna stałość wyników testu, po powtórzeniu badania w podgrupie 372 studentów w odstępie 9 tygodni, wynosiła: PA = 0,80, VA = 0,76, A = 0,72, H = 0,72, T = 0,80. Rzetelność metody została ustalona za pomocą wewnętrznej spójności alfa Cronbacha i wyniosła dla poszczególnych skal: Agresja Fizyczna (0,80), Agresja Słowna (0,76), Gniew oraz Wrogość (0,72), ogólny Wskaźnik (0,80). Świadczy to o dużej rzetelności tej metody mimo małej ilości itemów.

Trafność metody

Trafność kwestionariusza uzyskano korelując wyniki badanej grupy 1253 osób z wynikami testów obejmujących różne wymiary osobowości. Istnieje silna korelacja między Agresją a Gniewem (0,43) i Wrogością (0,52). Agresja Fizyczna mocno koreluje z Agresją Słowną (0,48) oraz średni z Wrogością (0,28) (Buss, Perry, 1992). Rzetelność polskiej wersji została potwierdzona za pomocą estymacji stabilności bezwzględnej a wyniki uzyskane w wyniku były bardzo podobne do wyników, jakie otrzymali autorzy kwestionariusza w badaniach amerykańskich (Tucholska 1998).

Autorem polskiej wersji *Kwestionariusza Agresji* Bussa i Perry'ego jest Z. Uchnast, który w 1997 roku dokonał polskiego przekładu. Badania przeprowadzone



w Polsce uwzględniały 182 osoby (95 kobiet i 87 mężczyzn) w wieku od 18 do 24 lat. Uzyskane w badaniach wskaźniki były bardzo podobne do tych, które uzyskali autorzy metody w 1992 roku, przeprowadzając badania w grupie młodzieży składającej się z 1253 osób (Tucholska 1998).

3.2.3. Arkusz personalny własnej konstrukcji

Arkusz personalny został skonstruowany na potrzeby badań własnych. Składa się z 14 pytań, z których 12 ma charakter zamknięty a 2 są to pytania otwarte. Zadaniem osoby badanej było postawienie krzyżyka przy wybranej odpowiedzi, w niektórych pytaniach możliwe było wybranie więcej niż jednej odpowiedzi. Pytania odnoszą się do podstawowych informacji o badanych, wieku, miejsca zamieszkania, podstawowych spraw rodzinnych.

Z uwagi na temat pracy pojawiły się również pytania o gotowość do agresji, jej przejawy. Rozkład pytań w kwestionariuszu przedstawia się następująco:

- pytanie 1 i 2 dotyczą wieku i płci;
- pytania 3, 4, 5,6 dotyczą struktury rodziny, posiadanego rodzeństwa, warunków materialnych, relacji z rodzicami;
- w pytaniu 7 badane zaznaczają na skali swoją samoocenę;
- pytania 8,9,10,11 dotyczą przejawów agresji, sposób sobie radzenia ze złością, stosunku do agresji;
- pytanie 12 dotyczy zainteresowań;
- dwa ostatnie pytania to pytania otwarte dotyczące tego czym jest agresja dla badanych oraz co lubią w sobie.

Podczas kodowania danych z ankiety, każdej odpowiedzi nadano wartość liczbowa w przedziale 1-10.

Narzędzie rozpoczyna się krótką instrukcją, która opisuje sposób udzielania odpowiedzi, udziela krótkiej informacji o celu badań oraz zapewnia anonimowość.

3.3. Charakterystyka grupy badanej

W badaniach wzięło udział 131 kobiet, ze względu na niekompletność danych odrzucono 11 arkuszy, do analizy dalszej zakwalifikowano 120 arkuszy. Badana grupa to uczennice szkół ponadgimnazjalnych (Liceum Ogólnokształcące, technikum, liceum



plastyczne). Wszystkie badane pochodzą z Tarnowa i okolic Tarnowa. Przedział wiekowy badanych kobiet to 16-19 lat. W poniższej tabeli przedstawiono rozkład procentowy i liczbowy wieku uczestniczek badania.

Tabela 2. Liczbowy i procentowy rozkład badanych kobiet pod względem wieku.

Wiek	N	%
16	14	12
17	46	38
18	31	26
19	29	24
Razem	120	100

Źródło: Opracowanie własne.

Dane w Tabeli 2. pokazują, że najliczniejszą grupą kobiet były osoby w wieku 17 lat. Było to 46 kobiet co stanowi 38% wszystkich badanych. Najmniej liczną grupą badanych były 16-latki, których było 14, czyli 12%. Wśród badanych było także 31 osób w wieku 18 lat co stanowi 26% badanych i 29 osób w wieku 19-lat co odpowiada 24% badanej grupy.

Kolejną analizowaną daną stanowiło miejsce zamieszkania, co pozwoli określić z jakich obszarów pochodzą osoby badane – wiejskich czy miejskich.

Tabela 3. Liczbowy i procentowy rozkład miejsca zamieszkania.

Miejsce zamieszkania	N	%
Wieś	65	54
Mało miasto (do 50 tys.)	15	13
Duże miasto (powyżej 50 tys.)	40	33
Razem	120	100

Źródło: Opracowanie własne.

Analiza danych zawartych w Tabeli 3. wskazuje, że 54% badanych to osoby zamieszkałe na wsi (a uczące się w Tarnowie), 33% badanych mieszka w dużym mieście a tylko 13% w małym mieście.

Kolejną zmienną, która zostanie poddana analiza to struktura rodzinna badanych kobiet.

Tabela 4. Liczbowy i procentowy rozkład struktury rodziny badanych kobiet.

Struktura	N	%
pełna	97	81
niepełna	19	16
zrekonstruowana	4	3
Razem	120	100

Źródło: Opracowanie własne.

Uzyskane wyniki zawarte w tabeli 4 wskazują, że zdecydowana większość bo aż 81% badanych kobiet pochodzi z rodzin pełnych, 16% pochodzi z rodzin niepełnych a 3% z rodzin zrekonstruowanych.

Tabela 5. Liczbowy i procentowy rozkład posiadanego przez badane kobiety rodzeństwa.

Ilość posiadanego rodzeństwa	Liczba	%
0	4	3
1-2	69	58
3-5	37	31
6 i więcej	10	8
Razem	120	100

Źródło: Opracowanie własne.

Dane zawarte w Tabeli 5. wskazują, że 97% badanych posiada rodzeństwo, tylko 3% jest jedynakami. Wśród badanych kobiet przeważają osoby posiadające jeden lub dwoje rodzeństwa, takich osób było 58%, 31% osób posiada od trzech do pięciu, a 8% sześć i więcej rodzeństwa.

Tabela 6. Liczbowy i procentowy rozkład sytuacji materialnej badanych kobiet.

Ocena sytuacji materialnej	N	%
Bardzo dobra	23	19
Dobra	60	50
Przeciętna	33	28
Zła	3	3
Bardzo zła	0	0
Razem	120	100

Źródło: Opracowanie własne.



Dane zawarte w Tabeli 6. wskazują, że 50% badanych ocenia swoją sytuację materialną jako dobrą, 28% ocenia ją jako przeciętną, 19% jako bardzo dobrą a 3% jako złą. Żadna z osób nie określiła swoich warunków ekonomicznych jako bardzo złych.

Tabela 7. Liczbowy i procentowy rozkład zainteresowań badanych kobiet.

Zainteresowania	N	%
Sport/taniec	39	33
Muzyka/śpiew	28	23
Internet/gry komputerowe	34	28
Czytanie książek	36	30
Oglądanie telewizji	3	3
Sztuka	32	27

Źródło: Opracowanie własne.

Analiza danych zawartych w Tabeli 7. wskazuje, że najczęściej wybieranymi zainteresowaniami są sport i taniec (33%), czytanie książek (30%), Internet i gry komputerowe (28%) oraz sztuka (27%). Przy czym należy zaznaczyć, że badane osoby miały możliwość wyboru więcej niż jedną odpowiedź, ale nie więcej niż trzy.

Tabela 8. Liczbowy i procentowy sytuacji rodzinnej badanych kobiet.

Ocena relacji rodzinnych	N	%
Bardzo dobre	11	9
Dobre	62	52
Przeciętne	32	28
Złe	12	11
Bardzo złe	0	0
Razem	120	100

Źródło: Opracowanie własne.

Dane zawarte w Tabeli 8. wskazują, że 52% badanych kobiet ocenia relacje rodzinne jako dobre, 28% jako przeciętne, 9% jako bardzo dobre, a 11% jako złe. Żadna z osób nie oceniła sytuacji rodzinnej jako bardzo złej.

Ponadto warto odnotować, że 71 osób, to jest 59% odczuwa zadowolenie z siebie,



a 69 osób, to jest 41% badanych kobiet jest w małym stopniu lub w ogóle niezadowolonych z siebie. Wśród badanych kobiet 30, to jest 25% ocenia swoje skłonności do agresji jako duże lub bardzo duże, przy czym większość negatywnie ocenia samo zjawisko agresji (93%).

3.4. Procedura badania

Badania przeprowadzono w marcu 2017 roku w czterech szkołach ponadgimnazjalnych w Tarnowie (jedna grupa to kobiety uczące się w technikum, druga w liceum ogólnokształcącym, trzecia w liceum plastycznym). Analizie poddano testy wypełnione przez 120 osób, 11 odrzucano z powodu niekompletności danych.

Przed przystąpieniem do badań uczennice zostały poinformowane o naukowym charakterze badań, celu tych badań oraz zapewnione o anonimowości. Każdy zestaw rozpoczynał się Ankieta personalną, następnie arkuszem Tennessee Skala obrazu siebie W.H. Fitss'a oraz Kwestionariuszem do badania agresji A. Bussa i M. Perry'ego. Badania w każdej grupie przeprowadzono na jednej godzinie lekcyjnej, średni czas wypełnienia wynosił 40 minut.

Badane uczennice w większości rozumiały instrukcje wypełnienia i pytania, najczęściej wątpliwości dotyczyły tego czym jest rodzina zrekonstruowana w Ankiecie personalnej. Całość badań została przeprowadzona przy obecności nauczyciela, ale bez jego ingerencji w przebieg badań.

Na podstawie powyższego uznaje się materiał badawczy za wiarygodny i może zostać poddany analizie statystycznej i psychologicznej.

ROZDZIAŁ 4. POWIĄZANIA POMIĘDZY AGRESJĄ A OBRAZEM SIEBIE BADANYCH

Niniejszy rozdział poświęcony będzie analizie statystycznej i psychologicznej wyników, jakie zostały uzyskane w badaniach własnych. Opis powiązań między badanymi zmiennymi, jakimi są poziom i struktura agresji a obraz siebie zostanie rozpoczęty od zaprezentowania wyników całej grupy. Powiązania, które zachodzą między zmiennymi zostaną przedstawione dzięki przeprowadzonej analizie przy użyciu współczynnika r Pearsona. W następnej kolejności omówione zostaną wyniki badań własnych otrzymane w grupach skrajnych. Kolejnym krokiem będzie przedstawienie sposobu wyodrębnienia grup skrajnych. W części końcowej niniejszego rozdziału nastąpi porównanie obrazu siebie w grupach kobiet o wysokiej i niskiej agresywności.



4.1. Powiązania między zmiennymi w całej grupie badanych

W celu wykazania powiązań pomiędzy poziom i struktura agresji a obraz siebie u badanych kobiet, zastosowana została analiza statystyczna r Pearsona. Procedura ta została dokonana na danych, jakie uzyskane zostały w badaniach własnych.

Tabela 9. Wskaźnik korelacji (r Pearsona) między wynikami w Kwestionariuszu do badania agresji A. Bussa i M. Perry'ego a wynikami Skali Obrazu siebie Fittsa dla całej badanej grupy.

Obraz siebie	Agresja fizyczna (AF)		Agresja Słowna (AS)		Gniew (G)		Wrogość (W)		Agresja Wynik ogólny (WO)	
	r	p	r	p	r	p	r	p	r	p
Samokrytycyzm (SK)	0,34	0,001	0,36	0,001	0,40	0,001	0,35	0,001	0,41	0,001
Wynik ogólny (WO)	-0,34	0,001	-0,21	0,021	-0,34	0,001	-0,46	0,001	-0,40	0,001
Tożsamość (TO)	-0,34	0,001	-0,19	0,001	-0,35	0,001	-0,43	0,001	-0,39	0,001
Zadowolenie z siebie (ZS)	-0,22	0,014	-0,19	0,034	-0,24	0,001	-0,40	0,001	-0,31	0,001
Zachowanie (ZA)	-0,32	0,001	-0,17	0,059	-0,31	0,001	-0,39	0,001	-0,36	0,001
Self fizyczny (SF)	-0,27	0,003	0,14	0,104	-0,29	0,001	-0,42	0,001	0,33	0,001
Self moralno-etyczny (SM)	0,35	0,001	-0,25	0,005	-0,35	0,001	-0,36	0,001	-0,38	0,001
Self osobisty (SO)	-0,28	0,001	-0,19	0,005	-0,32	0,001	-0,42	0,001	-0,36	0,001
Self rodzinny (SR)	-0,32	0,002	-0,17	0,001	-0,26	0,001	-0,41	0,001	-0,35	0,001
Self społeczny (SS)	-0,18	0,001	-0,11	0,059	-0,20	0,003	-0,28	0,002	-0,23	0,011
Zmienność obrazu siebie (ZWO)	-0,01	0,047	0,04	0,230	-0,05	0,027	-0,02	0,819	-0,02	0,818
Zmienność wymiarów zewnętrznych (ZWZ)	-0,06	0,851	0,01	0,620	-0,11	0,530	-0,06	0,460	-0,07	0,417
Zmienność wymiarów wewnętrznych (ZWW)	0,05	0,529	0,07	0,438	0,03	0,683	-0,05	0,526	-0,06	0,499
Rozkład odpowiedzi (RO)	0,02	0,824	0,03	0,746	-0,01	0,847	-0,10	0,240	-0,02	0,773

Zródło: Opracowanie własne



Stwierdzono istotne statystycznie różnice między agresją a obrazem siebie. Najsilniejsza korelacja występuje między wynikiem w skali wrogości ($r = -0,46$, $p = 0,001$) a wynikiem ogólnym obrazu siebie (WO) i pomiędzy wynikiem ogólnym agresji ($r = -0,40$, $p = 0,001$) a wynikiem ogólnym obrazu siebie (WO). Wystąpiła tutaj ujemna korelacja pomiędzy wynikiem ogólnym agresji a wynikiem ogólnym obrazu siebie. Wynika z tego, że osoby z niską agresją są przekonane o swojej wartości, mają zaufanie do siebie i odpowiednio do tego zachowuje się. Również ujemna korelacja występuje pomiędzy wrogością a wynikiem ogólnym obrazu siebie. Co oznacza, że im mniejsza wrogość, tym wyższa samoocena i poczucie własnej wartości.

Z wrogością w umiarkowanym stopniu koreluje ujemnie również skala tożsamości ($r = -0,43$, $p = 0,001$), co oznacza, że im mniejsza wrogość tym większe poczucie tożsamości. Podobna zależność będzie zachodzić pomiędzy wrogością a zadowoleniem z siebie ($r = -0,40$, $p = 0,001$), osoby okazujące małą wrogość będą odczuwać większe zadowolenie z siebie. Umiarkowana korelacja ujemna zachodzi również pomiędzy wrogością a zewnętrznymi wymiarami obrazu siebie, a szczególnie dotyczy to: selfu osobistego ($r = -0,42$, $p = 0,001$), selfu fizycznego ($r = -0,42$, $p = 0,001$) i selfu rodzinnego ($r = -0,41$, $p = 0,001$). Co oznacza, że im mniejsza wrogość tym większe poczucia osobistej wartości, akceptacji swojej fizyczności, wyglądu, wyższe poczucie adekwatności jako członka rodziny.

Z gniewem w umiarkowanym stopniu koreluje dodatnio wskaźnik wierzytelności - samokrytycyzm ($r = 0,40$, $p = 0,001$). Co oznacza, że im większy samokrytycyzm tym większy gniew. Również wynik ogólny agresji koreluje dodatnio w stopniu umiarkowanym z samokrytycyzmem ($r = 0,4$, $p = 0,001$). Co oznacza, że im większy samokrytycyzm, tym większa agresja. Oba czynniki pozostają na poziomie wyników przeciętnych, co oznacza, że poziom samokrytycyzmu nie wykracza poza normę.

Pozostałe korelacje przedstawiają się na poziomie 0,2- 0,4 (korelacje niskie – zależność wyraźna, ale mało istotna), lub poniżej 0,2 (korelacja słaba).

4.2. Powiązania między zmiennymi w grupach skrajnych

Podrozdział ten zawiera opis sposobu uzyskania grup skrajnych oraz charakterystykę poziomu i struktury agresji u badanych kobiet.

Rozwiązanie postawionego problemu badawczego dotyczącego różnic w obrazie siebie u młodych kobiet o różnym poziomie agresji wymaga wyodrębnienia grup skrajnych

o najniższych i najwyższych wynikach w skali agresji. Jako kryterium do wyodrębnienia grup skrajnych posłużył wynik ogólny Kwestionariusza do badania agresji A. Bussa i M. Perry'ego.

4.2.1. Sposób wyodrębniania grup skrajnych

Grupy skrajne zostały wyodrębnione za pomocą średniej (M) oraz odchylenia standardowego (SD), przy rozstępie otrzymanych wyników wynoszących: Min. 32 i Max. 73. Na tej podstawie wyodrębnione wśród badanych 25% (30) osób z niskimi wynikami w skali agresji i 25% (30) osób z wysokimi wynikami w skali agresji. Efektem tego było wyróżnienie grupy kontrolnej składającej się z kobiet o niskim poziomie agresji i grupy eksperymentalnej, której członkowie składają się z kobiet o wysokim poziomie agresji.

Poniżej w tabeli przedstawiono minimalne i maksymalne wyniki, średnią oraz odchylenie standardowe grup skrajnych.

Tabela 10. Grupy o wysokim i niskim poziomie agresji ze względu na uzyskane punkty.

Agresja	Min.	Max.	M	SD
Niska agresja (NA)	32	42	37,66	2,68
Wysoka agresja (WA)	58	73	63,63	3,96

Źródło: Opracowanie własne

Dane liczbowe zawarte w Tabeli 10. (s. 54) wskazują, że grupa osób o niskim poziomie agresji (kontrolna) otrzymała w kwestionariuszu od 32 do 42 punktów, przy średniej 37,66 i odchyleniu standardowemu 2,68 i będzie dalej nazywana grupą o niskiej agresji (NA) lub nieagresywnymi. Drugą grupę skrajną, o wysokim poziomie agresji stanowią osoby, które uzyskały od 58-73 punktów, przy średniej 63,63 i odchyleniu standardowym 3,93 i będzie nazywana grupą o wysokiej agresji (WA) lub agresywnymi.

Charakterystykę wyodrębnionych grup ze względu na liczebność przedstawienia Tabela 10.

Tabela 11. Liczebność wyodrębnionych grup skrajnych.

Agresja	N	%
Niska agresja (NA)	30	25
Wysoka agresja (WA)	30	25
Pozostałe badane	60	50
Razem	120	100

Źródło: Opracowanie własne.



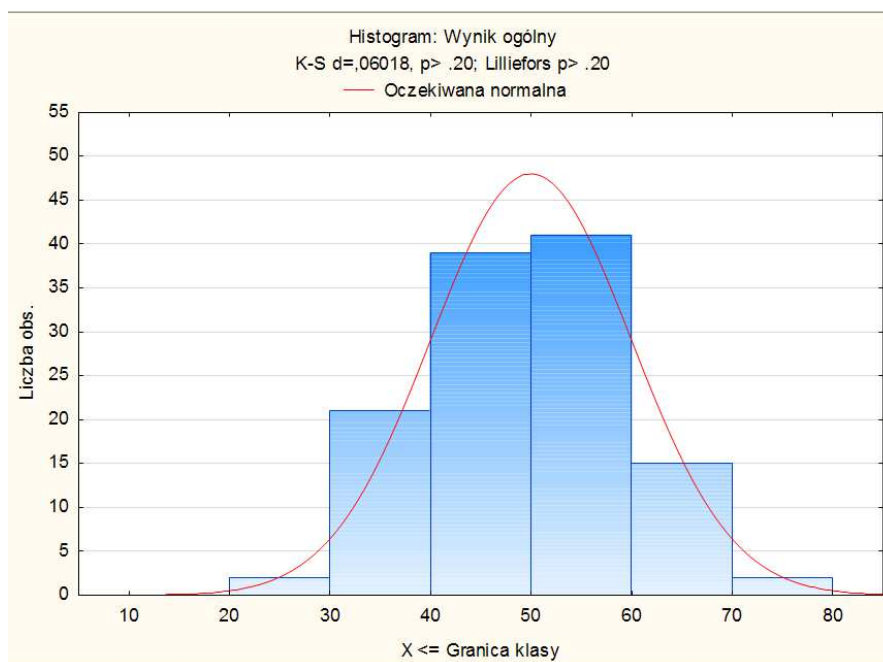
Dane z Tabela 11. wskazują, że z grupy 120 osób wyodrębniono 60 osób składających się na dwie 30-osobowe grupy skrajne. Zarówno grupa z niskim jak i wysokim poziomem agresji stanowi po 25% populacji badanych. Największa liczebnościowa grupa 60 osób czyli 50% badanych nie została zakwalifikowana do grup skrajnych, osoby z niskim poziomem agresji (nieagresywne) i osoby z wysokim poziomem agresji (agresywne).

Dane w Tabela 12. oraz Wykresu 1. umieszczonych poniżej wskazują w jakich przedziałach plasowały się wyniki agresji ogólnej uzyskane przez badane kobiety.

Tabela 12. Liczbowy i procentowy rozkład wyników agresji ogólnej dla całej badanej grupy.

Przedziały agresji wynik ogólny	N	%
10<x<=20	0	0
20<x<=30	0	0
30<x<=40	25	21
40<x<=50	41	34
50<x<=60	31	26
60<x<=70	21	17
70<x<=80	2	2
80<x<=90	0	0
Razem	120	100

Źródło: Opracowanie własne.



Wykres 1. Graficzny rozkład wyników we wskaźniku ogólnym agresji dla całej grupy badanej.

Analiza danych zawartych w Tabeli 12. (s. 42) wskazuje, że najliczniejszą grupą osób są kobiety, których wynik ogólny agresji zawiera się w przedziale od 40 do 50, co stanowi 34%. Druga pod względem liczebności grupa stanowi 26%, gdzie wyniki plasują się w przedziale 50 do 60. Najwyższy wynik ogólny wynoszący między 70 do 80 uzyskało 2% badanych. W przedziale 30 do 40 liczebność wyniosła 21%, a w przedziale 60 do 70 liczebność wyniosła 17%.

4.3. Poziom agresji a obraz siebie

W niniejszym podrozdziale przedstawione zostanie porównanie grup skrajnych pod względem różnych wymiarów obrazu siebie. Dane uzyskano dzięki zastosowaniu testu t, porównując średnie uzyskane w miarach obrazu siebie przez badanych w grupie niskiej i grupie wysokiej agresywności.

4.3.1. Wskaźniki rzetelności uzyskanych profili obrazu siebie

TSCS posiada wskaźniki, które określają postawę osób wobec badania ich obrazu siebie.

Samokrytycyzm (SK) jest jednym z wskaźników obrazu siebie w TSCS. Jego niski poziom świadczy o tym, że osoba ma problem z przyznaniem się do typowo słabych stron i popełnianych błędów, przyjmując często postawę obronną, starając się stawiać się w pozytywnym świetle. Wysokie wyniki świadczą o zdrowej otwartości i zdolności do samokrytycyzmu. Bardzo wysokie wyniki natomiast świadczą, że osoba ta pozbawiona jest mechanizmów obronnych.

Drugim wskaźnikiem jest rozkład odpowiedzi RO, którego wynik jest interpretowany jako pomiar pewnego aspektu odbioru własnej osoby. Osoby uzyskujące niski wynik w tej skali wybierają w teście liczbę 3 (nie jestem zdecydowany). Wynikać to może albo ze zbytnej ostrożności albo z niezdecydowania, w jaki sposób prezentować własną osobę. Natomiast wynik bardzo wysoki świadczy o tym, że osoba badana wybierała najczęściej skrajne odpowiedzi, co może być podyktowane tym, że niezbyt uważnie podeszła do testu albo o pewnej impulsywności.

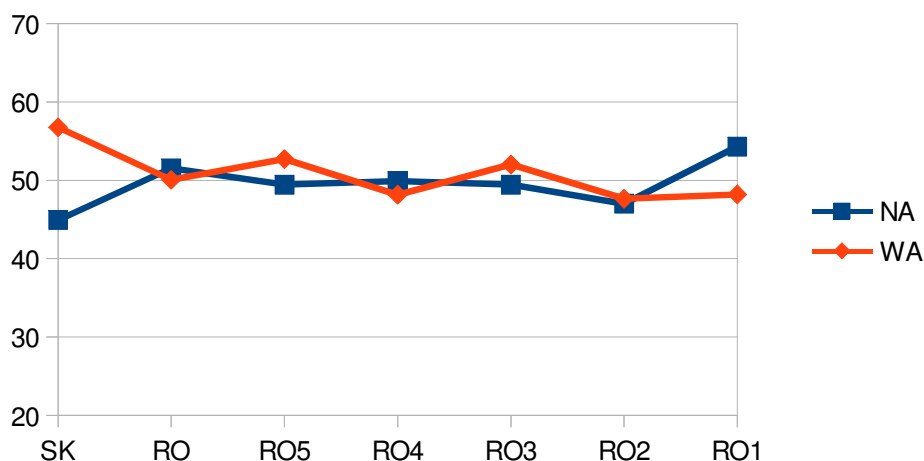
Wyniki średnie dla grup badanych oraz wskaźniki istotności prezentuje Tabela 13., natomiast Wykres 2. (s. 60) przedstawia profil wyników średnich badanych.



Tabela 13. Zestawienie wyników średnich grup o wysokim poziomie agresji i niskim poziomie agresji z wynikami Skali Obrazu siebie Fittsa.

Obraz siebie TSCS	NA (grupa kontrolna)		WA (grupa eksperymentalna)		Test t-studenta	
	M	SD	M	SD	t	p
Samokrytycyzm(SK)	44,93	10,98	56,76	4,91	-5,38	0,001
Rozkład odpowiedzi (RO)	51,56	9,89	50,06	9,99	0,58	0,561
RO5	49,43	9,90	52,70	9,80	-1,28	0,204
RO4	49,90	10,14	48,16	9,22	0,69	0,491
RO3	49,43	9,20	52,00	10,83	-0,98	0,326
RO2	47,00	8,29	47,63	8,51	-0,29	0,771
RO1	54,30	11,75	48,20	7,54	2,39	0,020

Źródło: Opracowanie własne.



Wykres 2. Profile wyników średnich wskaźników rzetelności

Z danych przedstawionych w Tabeli 13. i na Wykresie 2. wynika, iż w większości wskaźników (RO, RO5, RO4, RO3, RO2) nie ma różnic na poziomie istotnym statystycznie, a ich wynik mieści się w obszarze średnim, co wskazuje na stabilność wskaźników rzetelności. Różnice istotne statystycznie są natomiast w wskaźniku samokrytycyzmu (SK) i RO1.

Analiza danych pozwala stwierdzić, że kobiety przejawiające wyższy poziom agresji (WA) są bardziej samokrytyczne niż kobiety o niskim poziomie agresji (NA). Oznacza to, że kobiety agresywne przejawiają większą otwartość i są zdolne do samokrytycyzmu niż kobiety stanowiące grupę NA.

Jeśli chodzi natomiast o rozkład odpowiedzi (RO), to tylko wyniki podskali RO1 różnicują grupy na poziomie istotnym statystycznie. W skali tenowej wyniki te, jak widać na

wykresie 2, plasują się na poziomie wyników średnich. Dodając do tego jeszcze brak istotnych różnic w pozostałych podskalach RO2, RO3, RO4, RO5, można powiedzieć, iż rozkład odpowiedzi w obydwu grupach jest podobny. Oznacza to, iż kobiety agresywne jak i nieagresywne, w podobny sposób wybierały odpowiedzi na skali 5-stopniowej. Pozwala to także sądzić, że odpowiedzi badanych nie były odpowiedziami przypadkowymi oraz że uzyskane wyniki odzwierciedlają sposób spostrzegania siebie.

4.3.2. Agresja a wymiary wewnętrzne obrazu siebie

Osoby, które uzyskują wyniki średnie lub wysokie w skalach wymiarów wewnętrznych, wykazują pozytywny obraz siebie. Posiadają one zdrowe poczucie własnej wartości, potrafią doceniać siebie, darzą sympatią własną osobę i mają zaufanie do siebie. Charakteryzuje je poczucie własnej tożsamości i samoakceptacja. Osoby o wynikach niskich posiadają zaniżoną samoocenę oraz zniekształcony obraz siebie. Charakteryzuje je mniejsze zaufanie do siebie, mają również skłonność do depresyjności.

Wyniki średnie dla grup badanych, wskaźniki istotności różnic prezentuje Tabela 14. natomiast Wykres 3. przedstawia profil wyników średnich badanych.

Tabela 14. Zestawienie wyników średnich grup o wysokim poziomie agresji i niskim poziomie agresji z wynikami wymiarów wewnętrznych TSCS.

	NA (grupa kontrolna)		WA (grupa eksperymentalna)		Test t-studenta	
	M	SD	M	SD	t	p
Obraz siebie						
Wynik ogólny (WO)	54,63	7,71	44,60	9,85	4,38	0,001
Tożsamość (TO)	54,26	8,70	45,03	10,56	3,68	0,001
Zadowolenie z siebie (ZS)	54,60	8,14	45,46	9,01	4,11	0,001
Zachowanie (ZA)	53,73	8,49	45,00	9,33	3,79	0,001

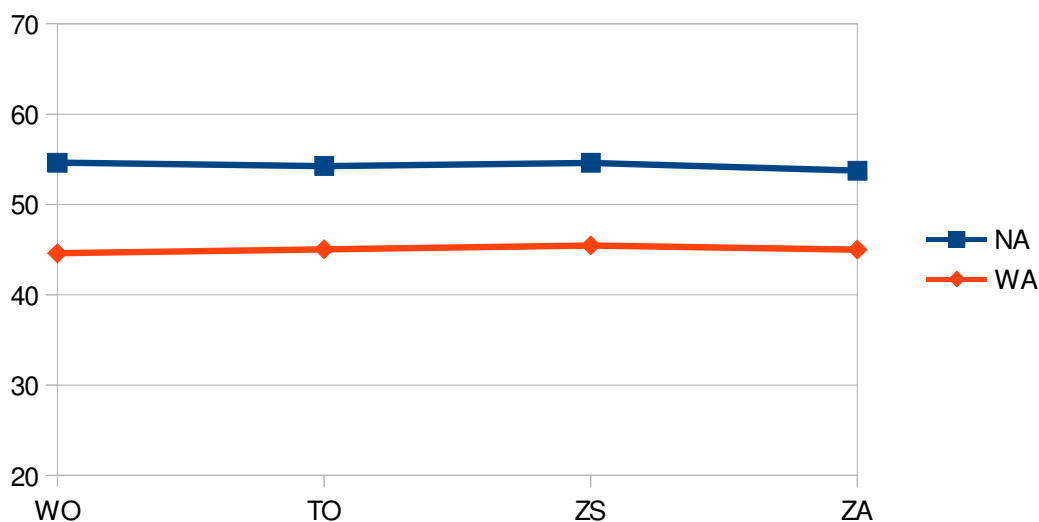
Źródło: Opracowanie własne.

Wymiary wewnętrzne TSCS stanowią: wynik ogólny (WO), tożsamość (TO), zadowolenie z siebie (ZS) oraz zachowanie (ZA). Analizując wyniki z Tabela 13., można wnioskować, że istnieją istotne statystycznie różnice w obrazie siebie we wszystkich czterech wymiarach.

Wynik ogólny (WO) w grupie kontrolnej jest wyższy niż w grupie eksperymentalnej. Na tej podstawie można wnioskować, że kobiety agresywne w porównaniu z kobietami nieagresywnymi charakteryzują się znacząco mniej pozytywną oceną siebie. Stąd też kobiety



agresywne mają mniejsze zaufanie do siebie, mniej się akceptują, mogą również czuć się odrzucone.



Wykres 3 Profile wyników średnich w wymiarze wewnętrznym.

Podobnie jak wynik ogólny tak i wyniki tożsamości (TO) różnicuje grupę badanych kobiet. Wnioskować więc można, że osoby agresywne mają większą trudność w kształtowaniu własnej tożsamości. Osoby te mogą mieć problemy w określeniu kim są, może występować również rozbieżność między ja idealnym a ja realnym.

Również w zakresie zadowolenia z siebie (ZS) widoczne są istotne statystycznie różnice między grupą kontrolną a eksperymentalną. Kobiety agresywne posiadają znacząco niższy poziom samoakceptacji w stosunku do nieagresywnych. Wykazują się one niższą aprobatą własnej osoby.

Spójny z pozostałymi jest wynik w zakresie zachowania (ZA), który również różnicuje porównywane grupy. Kobiety agresywne uzyskują niższe wyniki w zakresie zachowania niż nieagresywne. Stąd też grupa eksperymentalna charakteryzuje się bardziej negatywną oceną swojego zachowania i zdolności niż kontrolna.

4.3.3. Agresja a wymiary zewnętrzne obrazu siebie

Wyniki skal zewnętrznego obrazu siebie są wynikami częściowymi wyniku ogólnego (WO). Składowe zewnętrznego obrazu siebie to: self fizyczny (SF) – określa w jaki sposób osoba postrzega swoją fizyczność, jak ocenia swój stan zdrowia, atrakcyjność dla innej płci, sprawność fizyczną, self moralno-etyczny (SM) – określa samoocenę pod względem zasad



moralnych to znaczy jak osoba ocenia własną wartość moralną, stosunek do Boga, bycia „dobrym” lub „złym”, self osobisty (SO) – określa samoocenę osoby, poczucie adekwatności, niezależna od oceny

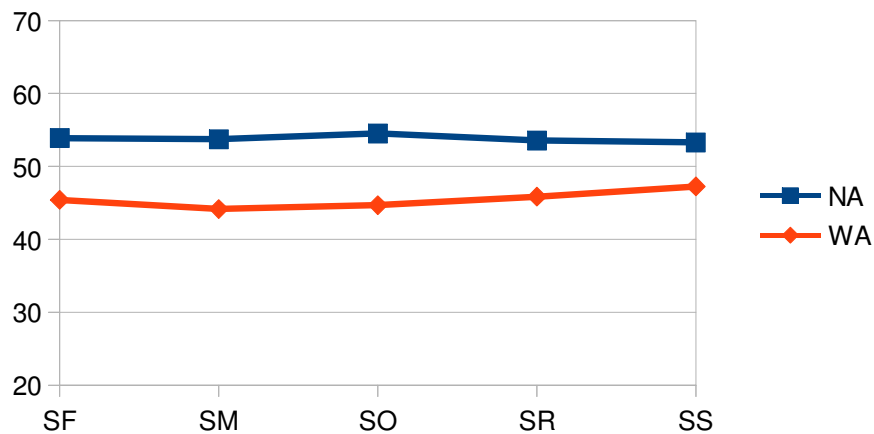
innych, self rodzinny (SR) – określa poziom swojej wartości przez pryzmat oceny bycia adekwatnym, pasującym jako członek rodziny, self społeczny (SS) określa poziom własnej wartości ze względu na poczucie bycia adekwatnym członkiem społeczeństwa.

Wyniki średnie dla grup badanych i wskaźniki istotności różnic prezentuje Tabela 15., natomiast Wykres 4. przedstawia uzyskane wyniki średnie.

Tabela 15. Zestawienie wyników średnich grup o wysokim poziomie agresji i niskim poziomie agresji z wynikami wymiarów zewnętrznych TSCS.

Obraz siebie	NA		WA		Test t-studenta	
	M	SD	M	SD	t	p
Self fizyczny (SF)	53,90	8,96	45,43	8,73	3,70	0,001
Self moralno-etyczny (SM)	53,73	7,15	44,16	9,91	4,28	0,001
Self osobisty (SO)	54,53	8,68	44,70	10,35	3,98	0,001
Self rodzinny (SR)	53,56	8,61	45,86	10,11	3,17	0,001
Self społeczny (SS)	53,30	8,08	47,26	10,85	2,44	0,001

Źródło: opracowanie własne



Wykres 4. Profile wyników średnich w wymiarze zewnętrznym.

Wszystkie średnie omawianych skal różnicują badane grupy na poziomie istotnym statystycznie.

Na podstawie wyników w skali Selfu fizycznego (SF), gdzie kobiety nieagresywne



mają wyższe wyniki niż agresywne, możemy wnioskować, że osoby z grupy eksperymentalnej mają większą trudność w akceptacji swojego wyglądu fizycznego.

Podobnie jak wyżej w skali Selfu moralno-etycznego (SM) wyniki uzyskane przez kobiety mieszczą się w zakresie wyników średnich, jednakże różnice między grupami są istotne statystycznie. Wnioskować stąd można, że kobiety agresywne niżej będą oceniać swoją moralność. Mogą mieć również skłonności do kryzysów etycznych, podważania wartości, w tym wartości religijnych.

W skali Selfu osobistego (SO) badane kobiety z grupy eksperymentalnej posiadają niższą samoocenę niż grupa kontrolna. Self osobisty u kobiet agresywnych wiązać się będzie również z niższym poczuciem bycia adekwatnym.

Wyniki z skali Selfu rodzinnego (SR) wskazują, że osoby agresywne w porównaniu z nieagresywnymi mają większą tendencję do nieadekwatnego funkcjonowania w rodzinie, spostrzegając relacje swoje z rodziną jako niewłaściwe, niepasujące.

Również w skali Selfu społecznego różnice w wynikach w obu grupach pozostają na poziomie istotnym statystycznie. Kobiety agresywne będą miały tendencję do spostrzegania siebie w społeczeństwie jako jednostki nieadekwatne, o mniejszej wartości siebie w porównaniu z innymi ludźmi w ogóle.

4.3.4. Zmienność wymiarów obrazu siebie u kobiet o różnym poziomie agresji

Zmienność wymiarów obrazu siebie składa się z trzech podskal: zmienność wymiarów wewnętrznych (ZWW), zmienność wymiarów zewnętrznych (ZWZ) oraz zmienność wszystkich wymiarów (ZWO). Wyniki wysokie skali zmienności wymiarów obrazu siebie wskazują na brak spójności jednego aspektu spostrzegania siebie w stosunku do innego. Niskie wyniki wskazują na sztywność obrazu siebie, brak elastyczności. Wyniki średnie osiągają osoby zintegrowane w zdrowy sposób, spójne.

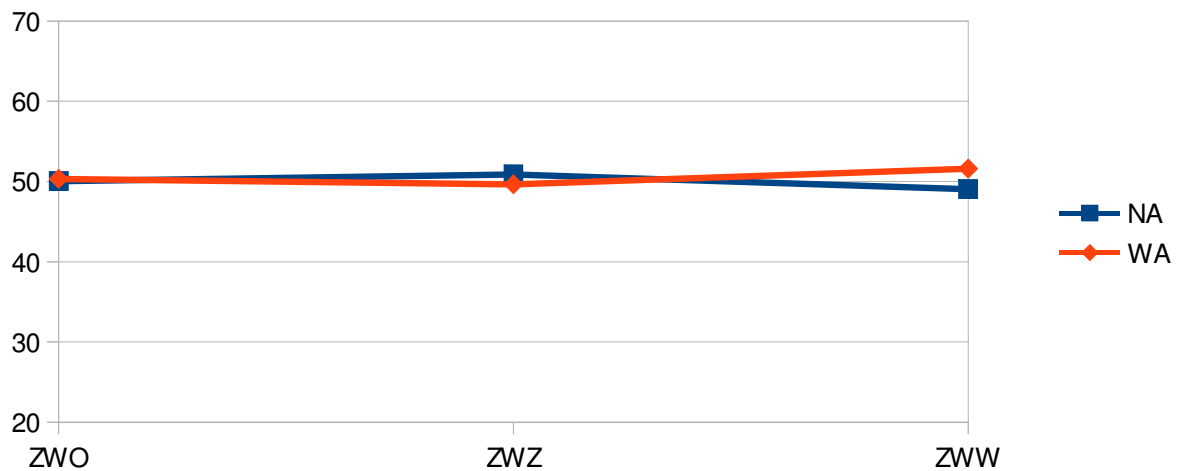
Wyniki średnie dla grup badanych i wskaźniki istotności różnic prezentuje Tabela 16. i Wykres 5 (s.65).



Tabela 16. Porównanie obrazu siebie kobiet agresywnych i nieagresywnych w zakresie zmienności wymiarów TSCS.

Grupy	NA		WA		Test t-studenta	
	M	SD	M	SD	t	p
Zmienność wszystkich wymiarów (ZWO)	50,06	11,55	50,33	9,24	-0,09	0,92
Zmienność wymiarów zewnętrznych (ZWZ)	50,90	12,70	49,66	9,26	0,42	0,66
Zmienność wymiarów wewnętrznych (ZWW)	49,06	9,52	51,50	9,47	0,99	0,32

Źródło: opracowanie własne



Wykres 5 Profile wyników średnich w wymiarze wewnętrznym.

Z analizy danych zawartych w Tabeli 16. i wykres 5 wynika, że między zmiennymi: zmienność wszystkich wymiarów (ZWO), zmienność wymiarów zewnętrznych (ZWZ) i zmienność wymiarów wewnętrznych (ZWW) nie ma różnic istotnych statystycznie. Wyniki wszystkich skal mieszczą się w przedziale wyników przeciętnych. Co oznacza, że obie grupy kobiet charakteryzują się w miarę spójną strukturą Ja, bez tendencji do rozczłonkowania obrazu siebie i traktowania jego aspektów z osobna.

Podsumowując, można stwierdzić, iż wyniki uzyskane w Tennessee Skali obrazu siebie W. H. Fittsa wykazują znaczące różnice między grupą eksperymentalną a kontrolną. Kobiety agresywne cechują się znacznie bardziej zaburzoną percepcją własnej osoby, niż kobiety nieagresywne.

ROZDZIAŁ 5. OBRAZ SIEBIE U KOBIET O RÓŻNYM TYPIE AGRESJI

Rozdział ten oświecony jest charakterystyce obrazu siebie u kobiet o różnym typie agresji. Jako pierwsze zostaną zaprezentowane kryteria, według jakich zostały wyodrębnione grupy o różnym typie agresji. Dokonany zostanie opis i analiza wyodrębnionych skupień. W dalszej części tego podrozdziału przedstawione zostaną powiązania między obrazem siebie a poszczególnymi typami agresji. Końcowe paragrafy zawierać będą podsumowanie przeprowadzonych analiz i weryfikację hipotez.

5.1. Sposób wyodrębnienie grup homogenicznych i ich charakterystyka

Aby wyodrębnić grupy homogeniczne ze względu na przejawianą przez badane kobiety agresję zastosowano analizę skupień metodą k-średnich. Dane zostały pozyskane na podstawie analizy materiału Kwestionariusza agresji Buss'a i Perry'ego. Kwestionariusz składa się z czterech skal, które posłużyły do stworzenia typologii agresji, skale te to:

- Agresja fizyczna (AF).
- Agresja słowa (AS).
- Gniew (G).
- Wrogość (W).

Do analizy statystycznej wzięto pod uwagę wyniki standaryzowane uzyskane przez badane kobiety w poszczególnych skalach Kwestionariusza agresji Buss'a i Perry'ego.

Zastosowano rozwiązanie 6-skupieniowe, w wyniku czego wyłoniono sześć grup osób różniących się między sobą układem i poziomem agresji. W tabeli 17 oraz na wykresie 6 zawarto zostały dane, które różnicują poszczególne grup i posłużyły do wyodrębnienia następujących typów:

- Grupa 1 (słowno-gniewna).
- Grupa 2 (słowna-agresywna).
- Grupa 3 (gniewno-wroga).
- Grupa 4 (agresywna).
- Grupa 5 (wroga).
- Grupa 6 (nieagresywna).

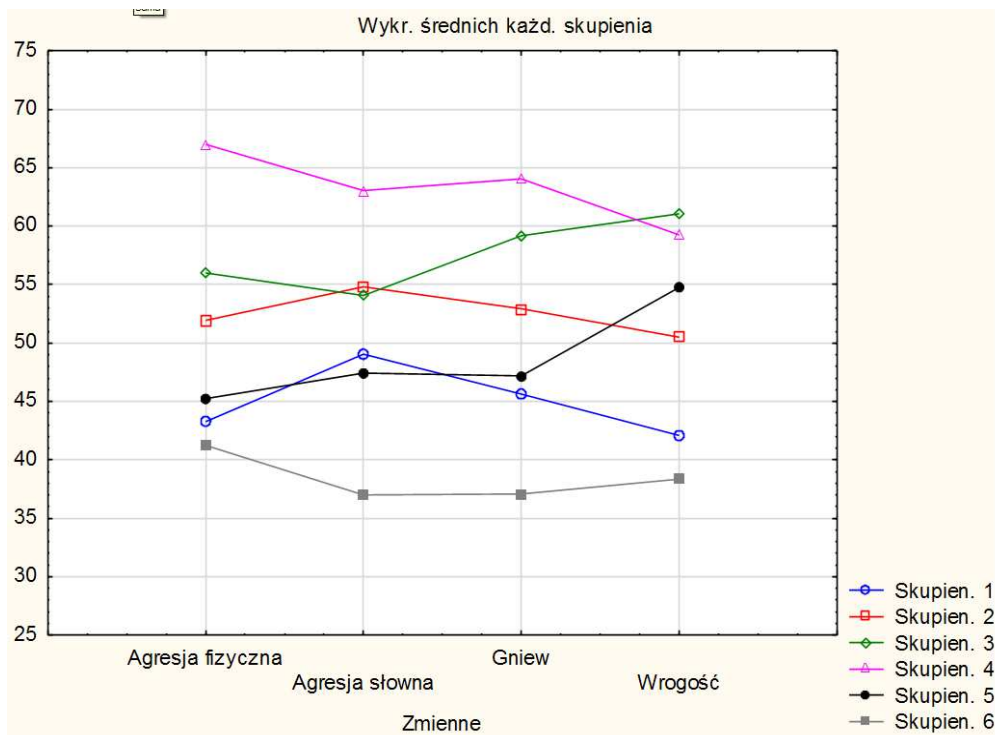


Poniżej w Tabeli 17. i na Wykresie 6. przedstawione zostały wyniki średnie oraz ich odchylenie standardowe w każdej z sześciu grup skupień.

Tabela 17. Porównanie wyników średnich uzyskanych przez kobiety o różnym typie agresji w Kwestionariusza agresji Buss'a i Perry'ego.

Wymiary agresji	Grupa 1 Słowno-gniewna N=22		Grupa 2 Słowno-agresywna N=16		Grupa 3 Gniewno-wroga N=16		Grupa 4 Agresywna N= 20		Grupa 5 Wroga N=21		Grupa 6 Nieagresywna N=25	
	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD
Agresja fizyczna	43,27	3,04	51,93	4,90	56,00	4,50	67,00	5,92	45,23	3,50	41,24	3,45
Agresja słowna	49,04	5,06	54,81	5,03	54,06	6,39	63,05	6,19	47,42	5,31	37,00	5,35
Gniew	45,63	2,82	52,93	4,35	59,18	2,78	64,05	5,23	47,19	4,49	37,08	2,87
Wrogość	42,09	4,33	50,50	5,05	61,06	4,59	59,25	5,49	54,76	4,82	38,36	5,77

Źródło: Opracowanie własne.



Wykres 6. Konfiguracja wyników w wymiarach Kwestionariusza agresji Buss'a i Perry'ego uzyskanych przez kobiety o różnym typie agresywności

W większości skal najwyższe wyniki uzyskały kobiety z grupy *Agresywnej* (grupa 4), jedynie w skali Wrogości, średni wynik $M=59,25$ nieznacznie wyżej jest grupa *Gniewno-wroga* (grupa 3) $M=61,06$. W skali Agresji fizycznej typ kobiet agresywnych uzyskał średni

wynik $M=67$, w skali Agresji słownej $M=63,05$, w skali Gniew $M=64,05$.

Wyniki z grupy *Gniewno-wrogiej* (grupa 3) są również na wysokim poziomie, w porównaniu z innymi grupami. Szczególnie na wysokim poziomie jest Wrogość średni wynik $M=61,03$ oraz Gniew średni wynik $M=59,18$. Najniższy wynik w porównaniu z pozostałymi skalami grupa uzyskała w zmiennej Agresja słowna, gdzie średni wynik wyniósł $M=54,06$, w skali Agresji fizycznej średni wynik wyniósł $M=56$.

Grupa *Słowno-agresywna* (grupa 2) uzyskała najwyższe wyniki w skali agresji słownej, gdzie średni wynik to $M=54,81$, nieco mniej uzyskała średnie wyniki w skali Gniewu $M=52,93$, Agresji fizycznej $M=51,93$ oraz Wrogości $M=50,50$. To grupa, w której dominuje agresja werbalna.

Wyniki grupy *Słowno-gniewnej* (grupa 1) wynoszą kolejno: Agresja słowna średnia $M=49,04$, Gniew średnia $M=45,63$, Agresja fizyczna średnia $M=43,27$. Grupa ta jest najbliższej grupy *Nieagresywnej*, wszystkie jej wyniki są poniżej średniej. Kobiętom o takim typie agresji łatwiej jest wyrażać swoje emocje, będą one bardziej asertywne niż nieagresywne.

W grupie *Wrogiej* (grupa 5) najwyższe wyniki uzyskano w skali Wrogości, gdzie średni wynik wyniósł $M=54,76$. W pozostałych skalach wyniki średnich wyniosły: Agresja słowna $M=47,42$, Gniew $M=47,19$, Agresja fizyczna $M=45,23$. Grupa ta będzie się charakteryzować bardziej negatywnym, wrogim stosunkiem do otoczenia.

Zgodnie z założeniami najniższe wyniki we wszystkich skalach uzyskała grupa *Nieagresywna*: Agresja fizyczna $M=41,24$, Wrogość $M=38,36$, Gniew $M=37,08$, Agresja słowna $M=37$.

Grupa trzecia, *Gniewno-wroga* uzyskała wyniki wysokie zarówno w skali Gniewu ($M=59,18$) jak i Wrogości ($M=61,06$). Na podstawie uzyskanych wyników można wnioskować, że w grupie tej kobiety odczuwają w sposób silny gniew. Zazwyczaj źródłem gniewu jest przeżywana frustracja np. spowodowana przeszkodą, którą trudno usunąć. Pojawia się potrzeba ucieczki od odpowiedzialności. Jednocześnie osoby te odczuwają wrogość, więc mogą mieć tendencje do obwiania otoczenia za przeżywaną frustrację. Gniew może być wyrażony krzykiem, gestami, powstaje na skutek niezrealizowanej potrzeby.

Grupa czwarta czyli *Agresywna* uzyskały bardzo wysoki wynik w skali Agresji fizycznej ($M=67$). Przejawy takiej agresji to między innymi: uszkodzenia ciała innej osoby lub własnego, niszczycielskie tendencje, napastliwość fizyczna. Również wyniki średnich w pozostałych skalach są na wysokim poziomie (Agresji słowna $M=63,05$, Gniew $M=64,05$, Wrogość $M=59,25$), co wskazuje, że stosowana agresja będzie przejawiać się w różnorodny

sposób przy dużym natężeniu jej siły.

Piąta z wymienionych grup czyli *Wroga* cechuje się wynikami na poziomie średnim we wszystkich trzech typach agresji. Jednak w skali Wrogość uzyskała wysoką średnią ($M=54,76$), co pozwoliło nazwać tę grupę kobiet *Wrogą*. Można uznać, że przejawiana wrogość jest zgeneralizowaną odpowiedzią na realny lub wyobrażony atak, co mieści się w normie rozwojowej dorastających kobiet, które mają tendencje do wyolbrzymień. Wrogość stanowi ukrytą agresję, nie wyrażana wprost do osoby. Przejawia się w postaci nieufności, podejrzliwości, negatywnego nastawiania do innych. Wrogie kobiety mają tendencje do układania w myślach planów zemsty, wyrównania „rachunków”, aby w ten sposób zrekompensować sobie doznane realne lub wyobrażone krzywdy. Osoby o takim typie agresji są niechętnie nastawione do ludzi i świata.

Grupa szósta czyli *Nieagresywna* uzyskały najniższe wyniki średnie we wszystkich skalach agresji (Agresja fizyczna $M=41,24$, Wrogość $M=38,36$, Gniew $M=37,08$, Agresja słowna $M=37$). Można wnioskować, że kobiety z tej grupy potrafią w zdrowy sposób radzić sobie z nieprzyjemnymi emocjami, panować nad swoim zachowaniem i pojawiającymi się impulsami. Potrafią również rozwiązywać problemy w sposób konstruktywny. Co więcej grupa ta charakteryzuje się wysoką empatią oraz dobrymi relacjami z otoczeniem.

Przedstawione powyżej sześć grup zostało wyodrębnionych również na podstawie ich w miarę optymalnych miar. Tabela zamieszczona poniżej odnosi się do statystyk liczbowych osób, tworzących poszczególne grupy.

Tabela 18. Procentowy rozkład liczebności grup o różnym typie agresji.

Grupa	N	%
Grupa 1 - Słowno-gniewna	22	18,33
Grupa 2 - Słowno-agresywna	16	13,33
Grupa 3 - Giewno-wroga	16	13,33
Grupa 4 - Agresywna	20	16,66
Grupa 5 - Wroga	21	17,5
Grupa 6 - Nieagresywna	25	2,83
Razem	120	100

Źródło: Opracowanie własne

Analiza danych zawartych w Tabela 18. wskazuje, że najliczniejszą grupą są kobiety nieagresywne, grupa ta składa się z 25 kobiet, co stanowi 20,83% całej zbiorowości badanych. Druga pod względem liczebności jest grupa *Słowno-gniewna* wynosząca 22,



co stanowi 18,33% badanych kobiet, o jedną mniej osobę ma grupa *Wroga* czyli 21 osób, co stanowi 17,5% badanych. Najmniej liczne są grupy: *Słowno-agresywna* i *Gniewno-słowna*, których liczebność wyniosła po 16 osób, co stanowi 13,33% badanych kobiet.

5.2. Obraz siebie kobiet o różnym typie agresji

Grupy kobiet o różnym typie agresji zostały porównane po względem obrazu siebie. W celu zestawienia wyników uzyskanych w Tennessee Skala obrazu siebie W.H. Fitts'a zastosowano test ANOVA dla sześciu grup kobiet o różnym typie agresji. Następnie uzyskane dane zostały poddane testowi post hoc Gamesa – Howella, którego celem było wskazanie kierunku istotnych statystycznie różnic między wyróżnionymi grupami. Uzyskane wyniki zawiera Tabela 19. Zamieszczone poniżej dane opisują każdą z wyłonionych grup przy pomocy średniej, odchylenia standardowego, a także na podstawie jednoczynnikowej analizy wariancji ANOVA i testu post hoc Gamesa Howella.

Tabela 19. Analiza powiązań pomiędzy obrazem siebie a wyróżnionymi typami agresji wśród badanych kobiet.

Grupy	Grupa 1		Grupa 2		Grupa 3		Grupa 4		Grupa 5		Grupa 6		F	p	Post hoc
	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD			
Wsk. rzet.															
SK samokr.	48,09	6,50	50,50	11,75	53,50	7,70	57,00	5,50	49,90	10,34	43,68	11,60	5,26	0,001	1-4, 3-6, 4-6
WO w.ogól.	55,50	7,73	49,06	9,53	42,50	10,48	45,85	10,68	49,62	8,75	54,12	7,95	5,64	0,001	1-3, 1-4, 3-6
TO tożsam.	54,27	8,17	49,88	9,34	42,50	9,55	45,40	11,69	50,95	7,74	53,96	9,31	4,93	0,001	1-3, 3-6
ZS zadow.	55,14	6,81	49,06	10,88	45,13	11,25	46,75	9,69	47,90	10,44	53,80	8,47	3,61	0,005	1-3, 1-4
ZA zach.	55,32	8,33	48,31	10,78	42,94	10,80	46,60	10,00	50,38	7,90	53,48	8,82	4,57	0,001	1-3, 1-4, 3-6
SF self fiz.	54,95	8,92	50,00	10,48	42,19	10,25	47,15	9,06	49,62	8,72	53,24	9,10	4,44	0,001	1-3, 3-6
SM self mor.-et.	54,23	7,88	50,13	11,21	44,56	11,44	44,50	10,73	50,05	8,52	54,00	7,41	4,21	0,001	1-4, 4-6
SO self osob.	53,27	7,77	49,44	10,56	42,00	9,78	46,85	11,16	50,95	7,44	54,24	9,36	4,42	0,001	1-3, 3-6
SR self rodz.	57,00	6,34	48,25	9,13	44,69	9,70	45,55	10,58	48,95	10,55	52,76	8,65	5,16	0,001	1-2, 1-3, 1-4
SS self społ.	52,86	10,72	47,63	10,40	46,56	9,77	48,20	12,36	49,48	8,65	52,64	8,40	1,38	0,235	-
ZWO zm.o. s.	49,86	7,22	51,63	12,13	46,44	8,18	51,55	9,94	47,33	9,30	51,32	11,90	0,54	0,742	-
ZWZ zm.o.z.	49,41	7,12	51,88	10,72	45,44	8,20	51,20	9,51	48,52	9,54	52,00	13,28	2,36	0,044	-
ZWW zm.o.w.	50,64	9,42	50,81	14,20	49,44	9,36	51,90	9,55	47,05	8,95	50,16	9,53	0,54	0,742	-
RO roz. odp.	50,73	9,84	50,00	10,76	44,69	9,81	53,55	8,50	46,76	9,41	52,72	10,08	2,36	0,044	-

Źródło: Opracowanie własne.

Biorąc pod uwagę wskaźnik rzetelności to istotne różnice statystyczne występują w zakresie obrazu siebie w skali samokrytycyzmu ($F=5,26$, $p=0,000$). Najwyższą średnią wyników w tej skali osiągają kobiety z grupy kobiet agresywnych ($M=57$, $SD=5,5$) co istotnie statystycznie różni ją od grupy *Słowno-gniewnej* ($M=48,09$, $SD=6,50$). Również w tej skali istotnie statystycznie różni się grupa kobiet nieagresywnych ($M=43,68$, $SD=11,60$) od grupy *Gniewno-wrogiej* ($M=53,50$, $SD=7,70$) oraz grupy agresywnej ($M=57$, $SD=5,50$). Co oznacza, że kobiety agresywne są bardziej samokrytyczne w stosunku do siebie niż pozostałe, choć



poziom tego samokrytycyzmu pozostaje w normie. Nie ma natomiast różnic istotnych statystycznie w rozkładzie odpowiedzi (RO).

W skali wyniku ogólnego obrazu siebie wystąpiły istotne różnice statystyczne ($F=5,64$, $p=0,000$). Najwyższy średni wynik uzyskała grupa *Słowno-gniewna* ($M=55,50, SD=7,73$) i różni się ona w sposób znaczący od grup: *Gniewno-wrogiej* ($M=42,50, SD=10,48$) oraz grupy *Agresywnej* ($M=45,85, SD=10,68$). Ta ostatnia różni się również w sposób znaczący od grupy nieagresywnych ($M=54,12, SD=7,95$). Oznacza to, że osoby z grupy kobiet nieagresywnych będą miały bardziej pozytywny obraz siebie, wyższą samoocenę, akceptację siebie niż kobiety agresywne. Kobiety o typie agresji słownej, która to agresja poparta jest odczuwanym gniewem również będą miały wyższą zdecydowanie samoocenę niż kobiety z grup *Gniewno-wrogiej* czy też *Agresywnej*.

Wskaźniki liczbowe pozwalają na stwierdzenie różnic istotnych statystycznie pomiędzy grupami w zakresie wszystkich wymiarów wewnętrznych obrazu siebie.

Zauważalne są różnice statystycznie istotne w zakresie tożsamości ($F=4,93$, $p=0,000$). Najwyższy średni wynik w tej skali osiągają kobiety z grupy *Słowno-gniewnej* ($M=54,27, SD=8,17$) i różni się w sposób znaczący od grupy *Gniewno-wrogiej* ($M=42,50, SD=9,55$). Ta ostatnia natomiast różni się istotnie statystycznie do grupy *Agresywnej* ($M=53,96, SD=9,31$). Oznacza to, że kobiety z grupy *Słowno-gniewnej*, która to grupa jest najbardziej asertywna charakteryzują się większą świadomością i pewnością siebie w zakresie tego kim się jest niż to jest w grupie *Gniewno-wrogiej*. Również grupa *Agresywna* wykazuje większą pewność swojej tożsamości niż grupa *Gniewno-wroga*.

Różnice międzygrupowe w skali zadowolenia z siebie są istotne statystycznie ($F=3,61$, $p=0,005$). Najwyższy wynik średni uzyskała grupa *Słowno-gniewna* ($M=55,14, SD=6,81$) i różni się on znacząco od grupy *Gniewno-wrogiej* ($M=45,13$, $SD=11,25$) oraz grupy *Agresywnej* ($M=46,66$, $SD=10,00$). Osoby z grupy pierwszej są bardziej pewnie siebie i zadowolone z własnego obrazu siebie niż osoby z grupy *Gniewno-wrogiej* i *Agresywnej*.

W skali zachowania występują różnice istotne statystycznie ($F=4,57$, $p=0,001$) pomiędzy grupą słowno-gniewną ($M=55,32$, $SD=8,33$), która uzyskała najwyższy wynik średni a grupami: gniewno-wrogą ($M=42,94$, $SD=10,80$) oraz agresywną ($M=46,60$, $SD=10,00$). Równie istotne statystycznie różnice są pomiędzy grupą gniewno-wrogą a nieagresywną ($M=53,48$, $SD=8,82$). Kobiety o typie agresji słowno-gniewnej i nieagresywnej wyżej oceniają swój sposób działania, zachowania niż kobiety z grupy gniewno-wrogiej.

Następna zmienna, w której widoczne są istotne różnice międzygrupowe to self fizyczny ($F=4,44$, $p=0,001$). Najwyższy wynik średni, podobnie jak w poprzednich uzyskała grupa *Słowno-gniewna* ($M=54,95$, $SD=8,92$), która różni się statystycznie od grupy *Gniewno-wrogiej* ($M=42,19$, $SD=10,25$). Ta ostatnia również w sposób istotny statystycznie różni się od grupy nieagresywnej ($M=53,24$, $SD=9,10$). Co oznacza, że kobiety z grupy *Słowno-gniewnej* i *Nieagresywnej* wyżej oceniają swoją atrakcyjność fizyczną, mają więcej akceptacji dla własnego ciała, czują bardziej atrakcyjne dla płci przeciwnej niż kobiety z grupy *Gniewno-wrogiej*.

W skali self moralno-etyczny występują istotne statystycznie różnice ($F=4,21$, $p=0,001$) pomiędzy grupą *Słowno-gniewną* ($M=54,23$, $SD=7,88$), która uzyskała najwyższy wynik średni a grupą *Agresywną* ($M=44,50$, $SD=10,73$) oraz pomiędzy tą ostatnią a grupą *Nieagresywną* ($M=54,00$, $SD=7,41$). Co oznacza, że osoby z grup *Słowno-gniewnej* i *Nieagresywnej* oceniają wyżej swoją moralność, zasady etyczne niż osoby z grupy *Agresywnej*.

W skali self osobisty występują istotne statystycznie różnice ($F=4,42$, $p=0,001$) pomiędzy grupą gniewno-wrogą ($M=42,00$, $SD=9,78$) a grupami: słowno-gniewną ($M=53,27$, $SD=7,77$) i grupą nieagresywną ($M=54,24$, $SD=9,36$), która to grupa uzyskała najwyższy wynik średni. Co oznacza, że osoby z grup *Słowno-gniewnej* i *Nieagresywnej* mają wyższe poczucie osobistej wartości, ich samoocena jest bardziej niezależna od otoczenia niż to jest u kobiet z grupy *Gniewno-wrogiej*.

Ostatnim wymiarem obrazu siebie, w którym możemy mówić o statystycznie istotnych różnicach jest self rodzinny ($F=5,16$, $p=0,000$). Znaczące różnice występują pomiędzy grupą *Słowno-gniewną* ($M=57,00$, $SD=6,34$), która to grupa uzyskała najwyższy wynik średni, a grupami: *Słowno-agresywną* ($M=48,25$, $SD=9,13$), *Gniewno-wrogą* ($M=44,69$, $SD=9,70$) i grupą *Agresywną* ($M=45,55$, $SD=10,58$). Co oznacza, że kobiety z grupy *Słowno-gniewnej* zdecydowanie wyżej oceniają swoje relacje rodzinne niż osoby z grup, gdzie agresja różnego typu jest powyżej średniej.

Skale self fizyczny, moralno-etyczny, osobisty, rodzinny oraz społeczny są wymiarami zewnętrznymi obrazu siebie.

W pozostałych skalach TSCS nie wystąpiły różnice istotne statystycznie. Wymiary obrazu siebie, które nie różnicują wyłonionych grup to: self społeczny, zmienność obrazu siebie, zmienność wymiarów wewnętrznych, zmienność wymiarów zewnętrznych, oraz wskaźnik rzetelności RO.

5.3. Podsumowanie i weryfikacja hipotez

Celem dokonanych badań było określenie w jaki sposób kształtuje się obraz siebie młodych kobiet o różnym poziomie i różnym typie agresji. Wyniki przeprowadzonych badań dały podstawę do udzielenia odpowiedzi na postawione pytania badawcze oraz postawione hipotezy.

Problem pracy można zatem ująć w formie następującego pytania badawczego: *Czy i jakie powiązania występują między poziomem i strukturą agresji a obrazem siebie u młodych kobiet.*

Rozwiązanie tego problemu wymaga uzyskania odpowiedzi na następujące pytania badawcze:

- P1.** *Czy występują, a jeśli tak to jakie, różnice w samoocenie między kobietami o wysokim i niskim poziomie agresywności?*
- P2.** *Czy występują, a jeśli tak to jakie, różnice w wymiarach wewnętrznych testu Fitssa, u kobiet o różnym poziomie agresywności?*
- P3.** *Czy występują, a jeśli tak to jakie, różnice w wymiarach zewnętrznych testu Fitssa u kobiet o różnym poziomie agresywności?*
- P4.** *Czy i jakie różnice występują w obrazie siebie u młodych kobiet o różnym typie agresji?*

Na podstawie wyżej przedstawionego pytania badawczego oraz pytań szczegółowych postawiona została hipoteza ogólna i hipotezy szczegółowe:

H-og.: *Występują powiązania między poziomem i strukturą agresji a obrazem siebie u młodych kobiet.*

H1: *Kobiety o wysokim poziomie agresywności cechuje niższy wynik ogólnej samooceny niż kobiet o niskim poziomie agresywności.*

H2: *Kobiety z wysokim poziomem agresywności cechuje niższy poziom wewnętrznych wymiarów obrazu siebie niż kobiet z niskim poziomem agresji.*

H3: *Kobiety z wysokim poziomem agresywności cechuje niższy poziom zewnętrznych wymiarów obrazu siebie niż kobiet z niskim poziomem agresji.*

Na trzy pierwsze pytania poszukiwano odpowiedzi analizując dane uzyskane przez grupy o wysokiej i niskiej agresji, oraz na podstawie korelacji. Natomiast na ostatek na podstawie analizy skupień, z których to wyłoniło się sześć typów agresji.

Statystyczne opracowania pozwalają na weryfikacje wyżej założonych hipotez. Aby



zweryfikować hipotezę brzmiącą *Kobiety o wysokim poziomie agresywności cechuje niższy wynik ogólnej samooceny niż kobiet o niskim poziomie agresywności* podzielono wyniki badanych kobiet na dwie skrajne grupy, o niskiej i wysokiej agresywności. Zastosowano w tym celu test t-studenta, dla wyodrębnionych wcześniej grup we wskaźniku ogólnym agresji. Następnie poddano analizie wyniki TSCS w grupach skrajnych. Hipoteza została całkowicie potwierdzona. Wynik ogólny (WO), który świadczy o ogólnej samoakceptacji w grupie kobiet jest wyższy niż w grupie kobiet nieagresywnych. Na tej podstawie można wnioskować, że kobiety agresywne w porównaniu z kobietami nieagresywnymi charakteryzują się znacząco mniej pozytywną oceną siebie. Stąd też kobiety agresywne mają mniejsze zaufanie do siebie, częściej deprecjonują swoją osobę, mniej się akceptują, mogą również częściej niż kobiety nieagresywne czuć się odrzucone.

Druga hipoteza, która brzmiała *Kobiety z wysokim poziomem agresywności cechuje niższy poziom wewnętrznych wymiarów obrazu siebie niż kobiet z niskim poziomem agresji*. Wyniki uzyskane dzięki skali obrazu siebie Fitts'a dają podstawę do weryfikacji tak sformułowanej hipotezy. Na podstawie uzyskanych wyników można wnioskować, że we wszystkich czterech wymiarach wewnętrznych obrazu siebie istnieją statystycznie istotne różnice między grupami skrajnymi i hipoteza została potwierdzona. Skale wewnętrznych wymiarów obrazu siebie to: wynik ogólny (WO), tożsamość (TO), zadowolenie z siebie (ZS) oraz zachowanie (ZA). U kobiet agresywnych wszystkie wewnętrzne wymiary są niższe niż u kobiet nieagresywnych. Kobiety o wysokim poziomie agresji mają znacząco mniej pozytywną oceną siebie, trudniej im określić i ukształtować własną tożsamość, są niezadowolone z tego w jaki sposób siebie postrzegają, skupiają się bardziej na negatywach własnej osoby, oceniać również negatywnie swoje zachowanie. Kobiety agresywne mimo demonstrowania swojej siły mają trudności w określeniu spójnego kierunku rozwoju swojej osobowości i w związku z tym istnieje większe prawdopodobieństwo nieprawidłowego ukształtowania się osobowości.

Trzecia hipoteza niniejszego projektu brzmi: *Kobiety z wysokim poziomem agresywności cechuje niższy poziom zewnętrznych wymiarów obrazu siebie niż kobiet z niskim poziomem agresji*.

Dane uzyskane w badaniach własnych dają podstawę do potwierdzenia powyższej hipotezy. Wszystkie średnie omawianych skal różnicują badane grupy na poziomie istotnym statystycznie. W skład tych skal wchodzi: Self fizyczny, Self moralny, Self osobisty, Self rodzinny i Self społeczny. Kobiety o wysokim poziomie agresji mają większą trudność



w akceptacji swojej fizyczności, wyglądu niż kobiet nieagresywne. Częściej będą się porównywać z innymi, często z poczuciem bycia kimś gorszym, ich samoocena jest mniej stabilna i bardziej zależna od opinii otoczenia niż to jest u kobiet nieagresywnych. Osoby agresywne w porównaniu z nieagresywnymi mają labilny stosunek do religii, częściej popadają w kryzysy wartości, deprecjonują reguły wiary. Osoby nieagresywne postrzegają siebie jako bardziej religijne, z stabilnymi zasadami moralnymi. W zakresie skali selfu osobistego badania potwierdziły hipotezę dotyczącą samooceny. Osoby agresywne charakteryzują się zaniżonym obrazem siebie, brakuje im pewności siebie i zdrowego poczucia wartości. Kobiety agresywne mimo pozornej siły czują się wewnątrznie mniej pewnie niż kobiety nieagresywne, nie mają stabilnego poczucia bycia adekwatnym członkiem społeczeństwa czy też rodziny. Osoby agresywne mają tendencje do postrzegania siebie jako jednostki niespełniającej oczekiwań społeczeństwa. Kobiety z grupy eksperymentalnej w porównaniu do grupy kontrolnej bardziej negatywnie oceniają swoje relacje z najbliższymi, często czują mniejszą więź z rodziną.

Analiza wskaźników korelacji (r Pearsona) dla całej grupy badanych kobiet wskazuje ujemny związek między wynikiem ogólnym obrazu siebie (WO), który świadczy o ogólnej samoocenie badanych kobiet a wynikiem w skali wrogości i wynikiem ogólnym agresji. Oznacza to, że wraz ze wzrostem samooceny maleje wrogość i poziom agresji w ogóle. Z wrogością w dużym stopniu koreluje ujemnie również skala tożsamości, zadowolenia z siebie, self osobisty, self fizyczny i self rodzinny. Oznacza to, że wraz ze wzrostem wewnętrznych i zewnętrznych wymiarów obrazu siebie czyli pewności swojej tożsamości, zadowolenia z siebie, poczucia osobistej wartości, akceptacji swojej fizyczności, wyglądu, adekwatności jako członka rodziny, maleje wrogość. Im bardziej stabilny i pozytywny obraz siebie tym mniej wrogości i agresji. Z gniewem i wynikiem ogólnym agresji w umiarkowanym stopniu koreluje dodatnio wskaźnik wierzytelności - samokrytycyzm. Co oznacza, że im większy samokrytycyzm, tym większa agresja. Oba czynniki pozostają na poziomie wyników przeciętnych, co oznacza, że poziom samokrytycyzmu nie wykracza poza normę

Powyższe wyniki i ich interpretacja są spójne z rezultatami uzyskanymi przy podziale badanych kobiet pod względem typu agresji, które zostały poddane jednoczynnikowej analizie wariancji ANOVA i testowi post hoc Gamesa Howella. Uzyskane dane stanowią odpowiedź na pytanie badawcze: *Czy i jakie różnice występują w obrazie siebie u młodych kobiet o różnym typie agresji.*



Uzyskane rezultaty potwierdzają, że ogólna samoocena jest tym czynnikiem, który różnicuje grupy kobiet agresywnych we wszystkich wymiarach i nieagresywnych, grupę *Słowno-gniewną* (najbliższą *Nieagresywnej*, ale bardziej od niej asertywną, otwarcie wyrażająca swoje emocje) od *Gniewno-wrogiej* (z dominacją gniewu i wrogości). Również zmienna tożsamość różnicuje kobiety agresywne od grup *Słowno-gniewnej* i *Gniewno-wrogiej*. W skali zachowania różnice istotne statystycznie występowały między grupami *Słowno-gniewną*, *Gniewno-wrogą*, *Agresywną* i *Nieagresywną*. Inne skale, w których zauważalne były różnice znacząco statystyczne to self fizyczny, self moralno-etyczny, self osobisty, self rodzinny i self społeczny. Co potwierdza wcześniejsze wnioski, że zarówno w obszarze wewnętrznego obrazu siebie i zewnętrznego obrazu siebie widoczne są istotne statystycznie różnice. Różnice te występują nie tylko między kobietami agresywnymi i nieagresywnymi ale również u kobiet o różnym typie agresji. Najwyższe wyniki średnie uzyskiwały kobiety z grupy słowno-gniewnej. Ta ostatnia grupa jest bardziej otwarta w wyrażaniu swojej złości, ale robi to w sposób mało agresywny, ich postawa poparta jest bardziej asertywnością i pewnością siebie niż wrogością.

Reasumując powyższe wnioski można, stwierdzić, że wszystkie hipotezy zostały potwierdzone w wynikach realizowanego projektu badawczego. Rezultaty uzyskane w niniejszej pracy pokrywają się z wiedzą na temat obrazu siebie u osób agresywnych między innymi w badaniach B. Treger, F. Matusiak, M. Pilecki oraz współpracownicy (2015). Stwierdzono, że osoby mające tendencje do agresji mają zaburzony obraz siebie. Szukając przyczyn stosowania agresywnych zachowań należy brać pod uwagę wiele powiązanych ze sobą czynników indywidualnych jak i społecznych (Krahe, 2006), w szczególności obraz siebie.

ZAKOŃCZENIE

Rozważania na temat agresji młodych kobiet zdają się być wyjątkowo aktualne we współczesnym świecie. Coraz częściej media podają przykłady kobiecej agresji, kiedyś bardziej przypisywanej grupom przestępczym niż płci pięknej. Są to sytuacje skrajne, jednakże wzrost i zmiana jakościowa agresji następuje w większości rodzajów agresji. Są to według B. Gruszkowskiej (Rajzner, 2004): napastliwość fizyczną, napastliwość słowną, napastliwość pośrednią (wyrządzenie krzywdy osobie będącej przedmiotem agresji nie wprost, tylko np. poprzez złośliwe obmawianie, skarżenie, niszczenie cudzej własności), negatywizm (zachowanie opozycyjne, przejawiające się w odmowie współpracy, biernym

uporze aż do jawnego buntu), podejrzliwość (okazywanie jawnej nieufności, brak zaufania do ludzi), urazy (poczucie złości i nienawiści za rzeczywiste lub urojone krzywdy) oraz drażliwość (gotowość do wyrażania negatywnych odczuć, zrzędlivość, szorstkość).

Powszechne jest stwierdzenie, że agresja jest wynikiem obniżania się standardów moralnych. Jednakże nie sposób pominąć innych czynników, między innymi zmiana społecznego modelu roli kobiety, której coraz częściej przypisuje się im takie cechy jak przebojowość, ambicja, siła, kiedyś przypisane głównie mężczyźnie. Jeśli kobieta ma zdrową, stabilną osobowość cechy te powodują rozwój osobisty kobiety, jednakże kiedy obraz siebie jest niestabilny, negatywny, cechy te mogą przynieść straty zarówno dla otoczenia jak i kobiety w postaci agresji.

Zdrowy i spójny obraz siebie ma decydujący wpływ na życie kobiety. Kobieta, która nie jest pewna swojej wartości, posiada niską lub chwiejną samoocenę jest podatna na różnego typu zaburzenia. Wynika to między innymi: z dużej podatności na opinie innych osób, negatywną interpretację rzeczywistości, dewaluacji swoich działań oraz zależności od wymagań kulturowych. Jak pisze A. Głębocka, „negatywne następstwa porównań społecznych w sferze poznawczej i emocjonalnej powstają wskutek porównań z wyobrażonym ideałem. (Głębocka, 2009, s. 45). Co oznacza, że podążając bezrefleksyjnie za wymaganiami społecznymi kobieta może nie rozwinąć lub zatracić własne Ja.

Realizowany program badawczy dotyczył uzyskania odpowiedzi na pytanie: **Czy i jakie powiązania występują między poziomem i strukturą agresji a obrazem siebie u młodych kobiet.** Problem ten został rozwiązany w oparciu o przeprowadzone badania z użyciem następujących metod psychologicznych:

- Kwestionariusz *Tennessee Skala Obrazu siebie* – W.H. Fittsa,
- *Kwestionariusz Agresji* A. H. Bussa i M. Perry’ego,
- *Arkusz personalny* własnej konstrukcji.

W celu weryfikacji postawionych hipotez przeprowadzono badania własne. Miały one miejsce między 10.04.2017 a 15.04.2017 roku w tarnowskich szkołach ponadgimnazjalnych. Badania miały charakter grupowy i były dobrowolne. Objęły one grupę 131 uczniów, z czego 11 ankiet odrzucono ze względu na niepełne dane lub zachodziło podejrzenie, że zostały wypełnione bez zapoznania się z treścią pytań. Badane to uczennice liceum ogólnokształcącego, technikum oraz liceum plastycznego.

Zebrany materiał empiryczny poddano analizie statystycznej i psychologicznej. Rezultaty niniejszego projektu badawczego potwierdzają związek agresji młodych kobiet



z ich obrazem siebie. Uzyskane wyniki pozwalają określić jaki związek jest między agresją a obrazem siebie. Ujmują je w sposób syntetyczny, można stwierdzić, że:

- obraz siebie kobiet agresywnych w porównaniu z nieagresywnymi jest zdecydowanie bardziej negatywny,
- młode kobiety, które stosują agresję mają tendencje do niskiej samooceny,
- kobiety agresywne w porównaniu z nieagresywnymi mają znacząco wyższy poziom agresji fizycznej, słownej, gniewu i wrogości niż kobiety nieagresywne,
- biorąc pod uwagę skale wewnętrznego i zewnętrznego wymiaru siebie można stwierdzić, że agresywne kobiety mają je na znacząco niższym poziomie niż kobiety nieagresywne. Co oznacza mniej stabilną strukturę osobowości, brak pewności siebie, zależność obrazu siebie od otoczenia, wewnętrzna labilność.

Przedstawione powyżej rezultaty badań własnych są zgodne z doniesieniami z dotychczasowych badań nad agresją i obrazem siebie.

Zrealizowany program badawczy, dzięki któremu uzyskano powyższe dane może być wykorzystany nie tylko dla celów poznawczych, ale również posiada wymiar praktyczny. Rezultaty badań oraz wnioski mogą posłużyć w pracy psychologicznej, pedagogicznej w zakresie zarówno psychoterapii, socjoterapii, ale również w zakresie profilaktyki ryzykownych zachowań coraz częściej podejmowanych przez młode kobiety. Uzyskane wyniki dają podstawę do podjęcia działań skierowanych na wzmacnianie pozytywnego obrazu siebie kobiet, co skutkować będzie zmniejszeniem się zachowań agresywnych. Przykłady takich oddziaływań to między innymi:

- zajęcia z młodzieżą podnoszące ich kompetencje osobiste i społeczne,
- oddziaływania profilaktyczne i terapeutyczne wzmacniające zasoby, mocne strony, szczególnie dotyczy to młodzieży z grup ryzyka, która zazwyczaj słabe zasoby własne,
- psychoedukacja rodziców w jaki sposób wzmacniać obraz siebie swoich dzieci, oraz w jaki sposób reagować na współczesne wyzwania zmian w zakresie ról społecznych kobiet i mężczyzn.

Zrealizowany projekt badawczy nie wyczerpuje w pełni problematyki obrazu siebie u kobiet, oraz związku obrazu siebie z agresją. Stanowi natomiast podstawę do dalszych badań naukowych.



BIBLIOGRAFIA

- Allport, G. (1998). *Osobowość i religia*, ., Warszawa: Instytut Wydawniczy PAX (tłum. Bartosiewicz, H. Bartkiewicz, A. Wyrzykowska, .I.).
- Anderson, A., Bushman, B.J. (2002). *Human aggression*. *Psychological*, 53, s. 27-51
- Aronson, E., Aronson, J. (2009). *Człowiek istota społeczna*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN (tłum. Radzicki, J.).
- Aronson, E. i Akert, R. M. (1997). *Psychologia społeczna*. Warszawa: Zysk i spółka (tłum. Radzicki, J.).
- Bandura, A. Ross, D. Ross, S.A. (1961). Transmission of aggression through imitation of aggressive models. *The Journal of Abnormal and Social Psychology*, 63, 575-582.
- Bandura, A. Walters, R.H. (1968). *Agresja w okresie dorastania*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Bandura, A. (2007). *Teoria społecznego uczenia się*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Baron, R. A. Richardson, D. R. (1994). *Human aggression*. New York: Plenum Press.
- Bessenoff, G.R. (2006). *Can the media affect us? Social comparison, Self-discrepancy, and the thin ideal*. *Psychology Women Q*, 30, s. 239–251.
- Bąk, W. (2002). *E. Tory Higginsa teoria rozbieżności ja*. *Przeгляд Psychologiczny*, 45(1), 39-55.
- Bodzon, P. (2013). *Mężczyzna ofiara kobiecej przemocy*. *Fides et ratio* nr 13, s. 153-155
- Bielecki, J. Nowicki, W. (1991). *Badania nad zmianami osobowości młodzieży mieskiej poddawanej intensywnemu oddziaływaniu katolickiej formacji religijnej*. Warszawa: ATK.
- Brytek – Matera, A. (2008). *Obraz ciała – obraz siebie*. Warszawa: Difin. 40.
- Cofer, Ch.N. Appley, M.H. (1972). *Motywacja: teoria i badania*. Warszawa: PWN.
- Domachowski, W. (2007). *Przewodnik po psychologii społecznej*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Dzieduszyński, P. (2007). *Nasilenie skłonności agresywnych i lęku oraz obraz własnej osoby u młodzieży z doświadczeniem przemocy w rodzinie* W: Pospiszył, I. Szczepanik, R.(red.) *Specyfika zachowań dewiacyjnych dziewcząt i kobiet*. Łódź. 99-112.
- Frączek, A. Kofta, M. (1975). *Frustracja i stres psychologiczny*. Warszawa: Psychologia.
- Frączek, A. (1996). *Agresja i przemoc wśród dzieci i młodzieży jako zjawisko społeczne*. [W:] Frączek, A., Pufal-Struzik, I. *Agresja wśród dzieci i młodzieży. Perspektywa psychoedukacyjna*. Kielce: Wydawnictwo Pedagogiczne ZNP.



- Fromm, E. (2005). *Ucieczka od wolności*. Warszawa: Wydawnictwo Czytelnik.
- Farrington, D. Baldry, A. C. (1998). *Parenting influences on bullying and victimization*. *Legal and Criminal Psychology*, 3, 237-254.
5. Głębocka A. (2009) *Niezadowolenie z wyglądu a rozpaczliwa kontrola wagi*. Kraków: Impuls.
- Gruszecka, E. (1994). *Czy agresja jest konieczna*. *Pismo Scholasticus* nr 5 – 6.
- Gruszkowska, B. (2004). Społeczne i psychologiczne uwarunkowania agresywności młodzieży w okresie adolescencji . [W:] Reizner, A. (red.) *Agresja w szkole. Spojrzenie wieloaspektowe*. Warszawa: Wydawnictwo Szkoła pedagogiczna TWP.
- Gaś, Z. (1980). Analiza syndromu agresji. *Psychologia Wychowawcza*, 4, 475-480.
- Guerin, S., Hennessy, E. (2004), *Przemoc i prześladowanie w szkole, skuteczne przeciwdziałanie agresji wśród młodzieży*. Gdańsk: GWP (tłum. Rybski, R.).
- Hall, C. Lindzey, G. Campbell, J. (2004). *Teoria osobowości*. Warszawa: PWN.
- Heatherton, T. F., Kleck, R. E., Hebl M. R., Hull, J. G. (2007). *Społeczna psychologia piętna*, Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Hempolińska-Nowik, E. (2001), *Poznawcze koncepcje Ja*. Szczecin: Wydawnictwo Naukowe Uniwersytetu Szczecińskiego
- Heitzman, J. (2015) *Biologiczne i społeczne uwarunkowania agresji*, <http://www.termedia.pl/f/f7a7b047111da5a864dc067920a30587.pdf> (dostęp 04.05.2017).
- Hołyst, B. (1997). *Przemoc w życiu codziennym*. Warszawa: Polskie Towarzystwo Higieny Psychicznej.
- Hreciński, P., Uchnast, Z. (2012). *Typ charakteru a obraz siebie*. *Roczniki psychologiczne*, tom XV, nr 4, 110.
- Huflejt-Łukasik, M. (2010). *Ja i procesy samoregulacji: różnice między zdrowiem a zaburzeniami psychicznymi*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe Scholar.
- Huflejt-Łukasik, M., Bąk, W., Styła, R., Klajs, K. (2015). *Zmiany w Ja*, *Roczniki psychologiczne* nr 167815/2013 i nr 167843/2013, tom XVIII, 3, 433-448.
- Iniewicz, G., Wiśniewska, D. Dziekan, K., Czuszkiewicz A. (2011). *Wzory przywiązania i zachowania agresywne*. *Psychiatria Polska*, tom XLV, 713-711.
- Jarymowicz, M. (1985). *Spostrzeganie samego siebie: porównywanie „ja – inni*. Wrocław: Ossolineum.
- Kmieciak – Baran, K. (1999). *Młodzież i przemoc. Mechanizmy socjologiczno – psychologiczne*, Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.



- Kofta, M. Doliński, D. (2002). *Poznawcze podejście do osobowości*. W: Strelau J. (red.) *Psychologia*, t. 2, s. 561-600, Gdańsk: GWP.
- Konopka, K. Frączak, A. (2013). *Płeć psychologiczna a gotowość do agresji interpersonalnej u kobiet i mężczyzn*. *Polskie Forum Psychologiczne*. t. 18, nr 1, 65-80.
- Kołodziejczyk, J. (2004). *Agresja i przemoc w szkole*. Kraków: Sophia.
- Kosewski, M. (1977). *Agresywni przestępcy*. Warszawa: Wiedza powszechna.
- Kozielecki, J. (1986). *Psychologiczna teoria samowiedzy*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Krache, B. (2006). *Agresja*. Gdańsk. Gdańskie Towarzystwo Psychologiczne.
- Maderska, A. (1998). *Obraz siebie i dolegliwości somatyczne u dzieci nieśmiałych*. Stalowa Wola.
- Mangan, D.J., Peterson, W.A. (1982). *Clinical and social psychology*. Minesota: OR.
- Markus, H. (1977). Self-schemata and processing information about the self. *Journal of Personality and Social Psychology*, 35, 63-78.
- Modrzejewska, R. Badura-Madej, M. (2008). *Zmiana obrazu siebie w populacji młodzieży w późnej fazie adolescencji na przestrzeni 15 lat – badania porównawcze*. *Psychiatria Polska*, tom XLII, numer 5, 683–693.
- Miłkowska, G. (2003). *Życie Lubuszan. Współczesność i perspektywy*, Zielona Góra: Media Consulting Agency.
- Minirth F., Meier P., Arterburn S.(1998). *W stronę wartości – encyklopedyczny poradnik życia rodzinnego*. Warszawa.
- Moir, D., Jessel, A. (1998). *Płeć mózgu. O prawdziwej różnicy między kobietą a mężczyzną*. Warszawa: Państwowy Instytut Wydawniczy.
- Niebrzydowski, L. (1995). *Psychologia wychowawcza i społeczna*. Zielona Góra: WSP.
- Niebrzydowski, L. (1976). *O poznawaniu i ocenie samego siebie*, Warszawa: NK.
- Oleś, P. (2003). *Wprowadzenie do psychologii osobowości*, Warszawa: Wydawnictwo Scholar.
- Ossowska, M. (2005). *Socjologia moralności*. Warszawa: Wydawnictwo naukowe PWN.
- Osterman, K., Bjorkqvist, K. (1998). *The Mini Direct Indirect Aggression Inventory*. Finland: Abo Akademii.
- Pervin, L. A. John, O.P. (2011). *Osobowość teoria i badania*. Kraków: Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego.
- Pawłowska, R. Grzywacz, Z. (1998). *Dysfunkcjonalność rodziny a rozwój osobowości*

dziecka i rodziny. Koszalin: Wydawnictwo Uczelniane BWSH.

Radochoński, M. (2007). *Wymiar rozwojowy agresywnych zachowań*. *Psychologia Rozwojowa*, nr 3, tom 12, 47-57.

Ranschburg, J. (1993). *Lęk, gniew, agresja*. Warszawa: Wydawnictwo naukowe PWN.

Reykowski, J. (1970), *Obraz własnej osoby jako mechanizm regulujący postępowanie*. *Kwartalnik pedagogiczny*, 3.

Rothschild, B. (2014). *Ciało pamięta. Psychofizjologia traumy i terapia osób po urazie psychicznym*. Kraków: Wydawnictwo UJ (tłum. Robert Andruszko).

Rogers, C. R. (1991). *Terapia nastawiona na klienta. Grupy spotkaniowe*. Wrocław: Thesaurus Press.

Rogers, C. R. (1991). *Terapia nastawiona na klienta*. Wrocław: TH.

Scott, J.P. Fredericson, E. (1951). *The causes of fighting in mice and rats*. *Psychological zoology* nr 24, 273-309.

Siek, S. (1984). *Rozwój potrzeb psychicznych, mechanizmów obronnych i obrazu siebie*. Warszawa: Nasza Księgarnia.

Siek, S. (1998). *Struktura i formowanie osobowości*. Warszawa: ATK .

Skorny, Z. (1969), *Psychologiczna analiza agresywnego zachowania*. Warszawa: Wydawnictwo naukowe PWN.

Stach, R. (1989). *Zachowania agresywne*. Wrocław: Zakład Narodowy im. Ossolińskich.

Strelau, J. (2000). *Psychologia. Podręcznik akademicki*. Gdańsk: GWP.

Strzała, D. (2004). *Elektroniczne multimedia jako źródło agresji*. [W:] Rejzner, A. (red.) *Agresja w szkole*. Warszawa: Wydawnictwo Wyższej Szkoły Pedagogicznej TWP.

Szewczuk W(red). (1985), *Słownik psychologiczny*. Warszawa: PWN.

Tesser, A. Felson, R. Suls, J.M. (2004). *Ja i tożsamość*. Gdańsk: GWP.

Tomaszewski, T. (1963). *Wstęp do psychologii*. Warszawa: Wydawnictwo naukowe PWN.

Tokarski, S> (1998). *Kierowanie ludźmi*. Koszalin: Wydawnictwo Bałtyckiej Wyższej Szkoły Humanistycznej.

Treger, B. Matusiak, F.Pilecki, M. (2015). Związek pomiędzy obrazem siebie a repertuarem stosowanych mechanizmów obronnych. *Psychiatria Polska*, 49(4), 747–756.

Tucholska, S. (1997). *Allporta koncepcja selfu*. [W:] P. Oleś (red.), *Wybrane zagadnienia psychologii osobowości*. Lublin: KUL, s. 257-269.

Tucholska, S. (1998): *Pomiar agresji: Kwestionariusz Agresji A. Bussa i M. Perry'ego*. *Studia z Psychologii w Katolickim Uniwersytecie Lubelskim*.- T. 9, s. 369-378.



- Tyszkowa, M. (1986). *Zachowanie się dzieci szkolnych w sytuacjach trudnych*. Warszawa: PWN.
- Tyszkowa, M. (1978). *Samoocena i samoakceptacja jako struktury regulacyjne*. Nurt. Wybrane zagadnienia z psychologii, Warszawa.
- Walczak, R. (2000). *Obraz siebie u kobiet długotrwale bezrobotnych*. Lublin: Towarzystwo Naukowe Katolickiego Uniwersytetu Lubelskiego.
- Wojciszke, B. (2014). *Psychologia społeczna*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe Scholar.
- Witkowski, L. (2009). *Rozwój i tożsamość w cyklu życia. Studium koncepcji Erika H. Eriksona*, Łódź: Wydawnictwo WSEZ.
- Vetulani, J. (2013). *Neurochemia impulsywności i agresji*. *Psychiatria Polska*.t. XLVII nr1, 103–115.
- Zaborowski, Z. (1994). *Współczesne problemy psychologii społecznej i psychologii osobowości*. Warszawa: Profi,1994.
- Zimbardo P. G., Ruch, F. L. (1996). *Agresja i przemoc. Degeneracja form życia społecznego*. [W:] P. G. Zimbardo (red.), *Psychologia i życie* (s. 582-595). Warszawa: PWN.



SPIS TABEL

Tabela 1. Podział Ja empirycznego Jamesa

Tabela 2. Liczbowy i procentowy rozkład badanych kobiet pod względem wieku

Tabela 3. Liczbowy i procentowy rozkład miejsca zamieszkania

Tabela 4. Liczbowy i procentowy rozkład struktury rodziny badanych kobiet

Tabela 5. Liczbowy i procentowy rozkład posiadanego przez badane kobiety rodzeństwa.

Tabela 6. Liczbowy i procentowy rozkład sytuacji materialnej badanych kobiet.

Tabela 7. Liczbowy i procentowy rozkład zainteresowań badanych kobiet.

Tabela 8. Liczbowy i procentowy sytuacji rodzinnej badanych kobiet.

Tabela 9. Wskaźnik korelacji (r Pearsona) między wynikami w Kwestionariuszu do badania agresji A. Bussa i M. Perry'ego a wynikami Skali Obrazu siebie Fittsa dla całej badanej grupy.

Tabela 10. Grupy o wysokim i niskim poziomie agresji ze względu na uzyskane punkty.

Tabela 11. Liczebność wyodrębnionych grup skrajnych.

Tabela 12. Liczbowy i procentowy rozkład wyników agresji ogólnej dla całej badanej grupy

Tabela 13. Zestawienie wyników średnich grup o wysokim poziomie agresji i niskim poziomie agresji z wynikami Skali Obrazu siebie Fittsa.

Tabela 14. Zestawienie wyników średnich grup o wysokim poziomie agresji i niskim poziomie agresji z wynikami wymiarów wewnętrznych TSCS.

Tabela 15. Zestawienie wyników średnich grup o wysokim poziomie agresji i niskim poziomie agresji z wynikami wymiarów zewnętrznych TSCS.

Tabela 16. Porównanie obrazu siebie kobiet agresywnych i nieagresywnych w zakresie zmienności wymiarów TSCS.

Tabela 17. Porównanie wyników średnich uzyskanych przez kobiety o różnym typie agresji w Kwestionariusza agresji Buss'a i Perry'ego

Tabela 18. Procentowy rozkład liczebności grup o różnym typie agresji.

Tabela 19. Analiza powiązań pomiędzy obrazem siebie a wyróżnionymi typami agresji wśród badanych kobiet.



SPIS WYKRESÓW

Wykres 1. Graficzny rozkład wyników we wskaźniku ogólnym agresji dla całej grupy badanej.

Wykres 2. Profile wyników średnich wskaźników rzetelności.

Wykres 3 Profile wyników średnich w wymiarze wewnętrznym.

Wykres 4. Profile wyników średnich w wymiarze wewnętrznym.

Wykres 5 Profile wyników średnich w wymiarze wewnętrznym.

Wykres 6. Konfiguracja wyników w wymiarach Kwestionariusza agresji Buss'a i Perry'ego uzyskanych przez kobiety o różnym typie agresywności

