ROLUL STIMEI DE SINE ÎN FORMAREA IMAGINII DE SINE LA ADOLESCENȚI

Alina ZAHARIA*

Abstract

The main objective of this research consists in studying psychosocial aspects of the relationship that is established between the level of the quality of self image and self-esteem in adolescents. Self-esteem play an important role in the self image of teenagers and young people. Teenagers with a high level of self-esteem have clear and stable views about themselves, talk about them in a consistent, positive way. Teenagers with a low self-esteem have the feeling that they do not know too well each other and talk about them in a unreliable and ambiguous way. They are also pretty reserved in initiating social contacts.

Keywords: self-image, self esteem, the facets of self

1. Introducere

Studiul adolescenței reprezintă astăzi exemplul din cadrul științelor dezvoltării, ce realizează colaborarea dintre datele conceptuale și cele empirice pentru a aduce o contribuție atât științei cât și societății.

Viitorul societății civile în lume se bazează pe cei tineri. Adolescenții reprezintă, în orice moment al istoriei, grupul generațional care trebuie să fie gata să își asume calitatea autoconducerii, a coordonării familiei, comunității și societății, ceea ce va conduce la menținerea și va îmbunătățirea vieții umane.

Imaginea de sine se referă la modul în care ne percepem propriile noastre caracteristici fizice, emoționale, cognitive, sociale și spirituale. Modul în care ne percepem depinde de gradul de autostima (autoapreciere, autorespect, autoacceptare) pe care îl avem. Faptul că ne acceptăm pe noi înșine, ne apreciem pentru ceea ce facem bine contribuie la creșterea autorespectului și încrederii în sine.

Stima de sine reprezintă modul în care ne evaluăm pe noi înșine în raport cu propriile așteptări și cu ceilalți, aceasta fiind direct proporțională cu conștientizarea valorii noastre. Stima de sine reprezintă aprecierea pozitivă sau negativă a imaginii de sine.

Un mecanism psihologic ce joacă un rol deosebit de important în timpul adolescenței este modul în care indivizii percep și reflectă caracteristicile lor individuale, rezultate comportamentale, poziții sociale. Modalitățile prin care se

---

* Alina YAHARIA is a PhD Candidate at the Universitz of Bucharest, Doctoral School of Psychology. E-mail: alinazaharia2005@gmail.com.

percepe un adolescent în timp sau spațiu au fost înglobate în conceptul de identitate. În timpul adolescenței persoana explorează diferite alternative ale rolului de adult. Perceperea de sine într-un mod particular ajută un individ să-și construiască o identitate. Deși identitatea prin definiție se referă la autostructura unui individ, marea majoritate a cercetărilor în domeniu s-au bazat pe paradigma statutului de identitate a lui Marcia, care se concentrează asupra proceselor ce se presupune că aduc la formarea identității mai degrabă, decât la conținutul de identitate de sine.

2. Obiective

Principalul obiectiv al cercetării constă în studierea aspectelor psihosociale ale relației ce se stabilește între nivelul calitativ (structural și funcțional) al imaginii de sine și stima de sine la adolescenți.

Un alt obiectiv al cercetării este acela de a arăta care este rolul stimei de sine în formarea imaginii de sine reale și a imaginii de sine ideale.

Prin acest studiu ne mai propunem să studiem diferențele ce apar în constituirea imaginii de sine la adolescenți și tineri.

3. Ipoteze

3.1. Ipoteza generală

Presupunem existența unei strânse corelații între gradul de structurare a imaginii de sine și nivelul stimei de sine.

3.2. Ipoteze specifice

- Presupunem că adolescenții cu un nivel ridicat al stimei de sine au o imagine de sine pozitivă.
- Presupunem că adolescenții cu un nivel scăzut al stimei de sine au o imagine de sine scăzută.
- Presupunem că stima de sine influențează în mod distinct cele cinci fațete ale eului.
- Presupunem că stima de sine joacă un rol esențial în formarea imaginii de sine ideale.
- Presupunem că există o dinamică diferențiată a procesului de constituire a imaginii de sine, în funcție de anumiți factori psihosociale: stima de sine, vârstă, sexul.

4. Subiecți

Studiul s-a desfășurat în București, în cadrul Universității Titu Maiorescu, Facultatea de Psihologie și în cadrul Liceului Teoretic Tudor Vladimirescu, pe o populație de 115 de subiecți, 53 studenți, anul 1 de studiu, cu vârsta de 19-21 ani și 62 liceeni, clasele XI și XII, cu vârsta de 17-18 ani.

Testarea s-a realizat în perioada 15 aprilie – 15 mai și s-a desfășurat în paralel pe adolescenții cu vârsta de 17-18 ani, cât și pe studenți cu vârsta de 19-21 ani. Atât liceenilor, cât și studenților li s-a aplicat inventarul de personalitate PT/Berkeley și scala stimei de sine Rosenberg. S-a optat pentru aplicarea testelor în grup, iar subiecții nu au avut limită de timp. În medie, completarea unui exemplar, ce conținea cele două probe, a durat în jur de 30 minute. După efectuarea instructajului, adolescenților și tinerilor li s-a comunicat scopul acestui studiu și faptul că informațiile referitoare la identitatea lor obținute în urma testării sunt confidențiale și nu vor fi făcute publice.

5. Metode

5.1. Inventarul de personalitate PT/Berkeley

Pentru studiul imaginii de sine a fost ales inventarul de personalitate PT/Berkeley, realizat de Keith Harray (Institute of Advanced Psychology, San Francisco) și Eileen Donah (University of California, Berkeley). Acesta cuprinde un număr de 35 de itemi. Subiectul are de evaluat fiecare item reprezentând un atribut psihic prin raportarea la patru aspecte ale Eului.

5.2. Scala stimei de sine Rosenberg

Scala stimei de sine Rosenberg („The Self Esteem Scale”: S.E.S, 1965) cuprinde un număr de 10 itemi, fiind o scală de tip cumulativ (Likert) în care variantele de răspuns se notează astfel: absolut de acord, de acord, nu sunt de acord și, categoric nu.

6. Prezentarea și interpretarea rezultatelor

După colectarea datelor, verificarea completitudinii răspunsurilor și stabilirea limitelor loturilor experimentale, s-a trecut la prelucrarea și interpretarea datelor, avându-se în vedere o organizare logică și secvențială a sarcinii de verificare a ipotezelor. Pentru interpretarea statistică a datelor s-a folosit programul statistic SPSS 16.0.

Pentru evaluarea imaginii de sine reale, în cadrul prelucrării rezultatelor la inventarul de personalitate Berkeley, s-au calculat scorurile la cele patru întrebări, grupate pe cei cinci factori psihologici: stilul expresiv, interpersonal, de muncă, emoțional și intelectual. În continuare conform instrucțiunilor testului, s-a calculat imaginea de sine actuală (reală), făcându-se media dintre „autoimagine” și „heteroimagine”, pentru fiecare subiect în parte.

Au fost calculate și celelalte aspecte ale Eului, respectiv Eul ideal și Eul anxios, însă conform demersului cercetării au fost selecționate doar Eul real și Eul ideal. În funcție de scorurile obținute la cele cinci fațete ale personalității ce vizau Eul real subiecții au fost împărțiți în două categorii: persoane cu o imagine de sine reală pozitivă și persoane cu o imagine de sine reală scăzută. Astfel, 46,8% adolescenți au o imagine de sine scăzută și 53,2% au o imagine de sine pozitivă. În rândul tinerilor investigați 32 % au o imagine de sine scăzută și 67% o imagine de sine pozitivă. Am analizat acest aspect din perspectiva variabilei sex și am constatat că adolescenții de sex masculin au procentaje aproximativ egale, respectiv 52,2% dintre aceștia au o imagine de sine pozitivă și 47,8% au o imagine de sine scăzută. În cazul adolescențelor, procentajul este de 53,8% la imaginea de sine pozitivă și 46,2% pentru imaginea de sine scăzută.

În cazul tinerilor, am constatat că există diferențe între subiecții de sex masculin și cei de sex feminin. Fetele au un procentaj mai ridicat la imaginea de sine pozitivă, respectiv 53,8%, iar băieții un procentaj mai crescut la imaginea de sine scăzută.

Pentru evaluarea stimei de sine au fost prelucrate rezultatele la scala stimei de sine Rosenberg, iar subiecții au fost grupați în trei categorii: persoane cu stimă de sine scăzută, persoane cu stimă de sine medie și persoane cu stimă de sine înaltă. În tabelul de mai jos sunt prezentate datele obținute de tineri și adolescenți. Putem observa că aproximativ jumătate dintre adolescenți și dintre tineri au o stimă de sine înaltă.

Pentru verificarea ipotezelor unu și doi am utilizat analiza de corelație bivariată, unde stima de sine este variabila independentă și imaginea de sine este variabila dependentă. Folosind SPSS am calculat coeficientul de corelație Pearson, care ne sugerează dacă între variabile există o corelație directă, semnificativă sau una nesemnificativă. Testarea semnificației coeficientului de corelație este realizată cu ajutorul testului t. Utilizând funcția split file am urmărit diferențele în funcție de vârstă, dintre adolescenți și tineri și în funcție de sex.

În cazul adolescenților am constatat faptul că între cele două variabile există o corelație directă, semnificativă atât în cazul subiecților de sex feminin, dar și cel al subiecților de sex masculin. În ambele cazuri coeficientul Pearson indică o valoare corespunzătoare unei corelații aproape perfecte (0,73 la subiecții de sex masculin, 0,75 la subiecții de sex feminin). Valoarea lui Sig este

egală cu 0,000, ceea ce indică că sunt șanse egale cu zero să ne înșelăm cu privire la corelația dintre cele două variabile.

Analiza de corelație bivariată ne-a indicat faptul că și în cazul tinerilor o corelație directă semnificativă între stima de sine și imaginea de sine doar în cazul băieților. Coeficientul Pearson este egal cu 0,60, iar valoarea lui Sig este egală cu 0,001 la subiecții de sex masculin, ceea ce ne precizează faptul că există o posibilitate de 1% să ne înșelăm cu privire la rezultatele obținute. În cazul subiecților de sex feminin între cele două variabile nu se stabilește o corelație semnificativă. (coeficientul Pearson este egal cu 0,34, iar valoarea lui Sig este 0,38).

Aceste date ne indică faptul că primele două ipoteze se confirmă. Adolescenții cu un nivel scăzut al stimei de sine au o imagine de sine scăzută, iar adolescenții cu un nivel ridicat al stimei de sine au o imagine de sine pozitivă.

Pentru confirmarea celei de-a treia ipoteze am utilizat corelația bivariată, unde stima de sine este variabila independentă, iar cele cinci stiluri ale imaginii de sine reale: stilul expresiv, stilul interpersonal, stilul de muncă, stilul emoțional și stilul intelectual, reprezintă variabilele independente. Am luat pe rând fiecare stil în parte pentru a realiza o analiză cât mai complexă și reală.

Analizând relația dintre stima de sine și stilul expresiv am constatat că există o corelație directă, semnificativă între acești doi factori atât în cazul adolescenților, cât și în cazul tinerilor, lucru indicat de valoarea coeficientului Pearson și de valoarea lui Sig (0,000 adolescenți, sex feminin și masculin, 0,000 tineri sex masculin, 0,003 tineri sex feminin).

Între stilul emoțional al imaginii de sine reale și stima de sine există o corelație directă, semnificativă, doar în cazul tinerilor de sex feminin (coeficientul Pearson este egal cu 0,62, iar valoarea lui Sig este de 0,000). În cazul adolescenților cele două variabile nu corelează.

Stima de sine corelează semnificativ cu stilul intelectual al imaginii de sine reale, în cazul adolescenților de sex masculin și feminin (coeficientul Pearson are valoarea 0,75 sex masculin, 0,58 sex feminin).

Stima de sine nu corelează cu stilul interpersonal și stilul de muncă, atât în cazul adolescenților, cât și în cazul tinerilor.

Am pornit de la ipoteza conform căreia stima de sine influențează în mod distinct cele cinci stiluri ale imaginii de sine reale. Ipoteza 3 s-a confirmat, stima de sine are o influență doar anumite fațete ale personalității, astfel, în urma analizei datelor am constatat că stima de sine corelează doar cu stilul expresiv, cu stilul emoțional și cu cel intelectual în cazul adolescenților.

Pentru verificarea ipotezei patru am analizat prin intermediul corelației bivariate relația dintre stima de sine și cele cinci stiluri ale imaginii de sine ideale: stilul expresiv, stilul interpersonal, stilul de muncă, stilul emoțional și stilul intelectual. Stima de sine reprezintă variabila independentă, iar stilurile

variabile independente. Vom lucra precum am făcut-o și pentru testarea ipotezei trei, corelând pe rând fiecare stil al imaginii de sine ideale cu stima de sine.

În urma analizei datelor am observat faptul că stima de sine corelează direct și semnificativ doar cu stilul expresiv al imaginii de sine ideale în cazul adolescenților de sex feminin, coeficientul Pearson indică o valoare de 0,48, Sig 0,002. Stima de sine și stilul expresiv corelează direct și semnificativ în cazul tinerilor de sex masculin (coeficientul Pearson are valoarea 0,78, iar Sig. 0,000).

În cazul tinerilor de sex feminin, stima de sine corelează cu stilul emoțional, aspect indicat de coeficientul Pearson ce are valoarea de 0,58 și valoarea lui Sig 0,000.

Ipoteza patru nu se confirmă decât parțial, dintre cele cinci stiluri ale imaginii de sine, doar stilul expresiv este influențat de stima de sine și acest lucru se întâmplă doar în cazul adolescenților de sex feminin.

Ipoteza cinci a fost testată folosind regresia binomială, unde variabila criteriu este imaginea de sine, iar variabilele predictor sunt stima de sine, vârsta și sexul subiecților.

Într-o primă fază am efectuat predicția doar pe baza constantei, coeficienții ecuației fiind considerați zero. Am obținut un procentaj de clasificare corectă 53%, numai pe baza constantei în cazul adolescenților și 67% în cazul tinerilor. *Classification Table* este un tabel de corespondență între variabilele reale ale variabilei predictor și valorile prezise doar pe baza constantei.

Tabelul Variables in the Equation afișează testul *Wald* pentru etapa inițială de construcție a modelului de regresie, bazat numai pe constantă. Testul *Wald* este un test de semnificație pentru variabilele individuale din regresia logistică. În acest caz valoarea lui Sig este egală cu 0,002 în cazul adolescenților și 0,001 în cazul tinerilor, fapt ce permite respingerea ipotezei de nul și confirmarea modelului propus atât în cazul adolescenților, cât și al tinerilor.

Am folosit testul de semnificație *Model*, care testează semnificația de ansamblu a modelului de regresie. În cazul nostru valoarea lui Sig este 0,000, mai mică decât 0,05, ceea ce indică faptul că modelul de regresie este semnificativ. Relația dintre predictor și criteriu este una destul de strânsă, acest fapt este indicat de coeficienții Cocs & Snell (0,50) și Nagelkerke (0,67). Relația dintre predictor și criteriu este una puternică și în cazul tinerilor, Sig este egal cu 0,000, iar coeficienții Cocs&Snell și Nagelkerke au valori de 0,29, respectiv 0,41.

Conform semnificației testului Hosmer and Lemeshow modelul de predicție este potrivit în raport cu datele cercetării, semnificația testului este mai mare de 0,05. În acest caz Sig este egal cu 0,89 pentru adolescenți și 0,79 pentru tineri, fapt care certifică semnificația statistică a modelului de predicție.

Datele prezentate mai sus ne arată că ipoteza cu numărul cinci se confirmă, variabila stima de sine are o contribuție semnificativă în formarea imaginii de sine.

7. Concluzii

Stima de sine joacă un rol important în formarea imaginii de sine a adolescenților și a tinerilor și în realizarea echilibrului nostru psihologic: atunci când are un nivel ridicat și o anumită stabilitate, ea conduce la acțiuni eficiente, ne poate ajuta să facem față dificultăților, să obținem performanțe bune și foarte bune în activitatea desfășurată și să întreținem relații bune cu cei din jur; în cazul în care stima de sine este instabilă și are un nivel scăzut, efectele constau în inadaptare, frustrare, eficiență scăzută în acțiuni.

Persoanele cu un nivel scăzut al stimei de sine au sentimentul că nu se cunosc prea bine, vorbesc despre ele mai degrabă într-o manieră neutră, nesigură, ambiguă, au o părere despre propria persoană care depinde de circumstanțe și interlocutori; însă, pot avea o bună capacitate de adaptare la interlocutori și un simț al nuanței. Amână luările de decizii, sunt adesea neliniștite de consecințele posibile ale alegerilor lor, sunt influențate de entourage în luarea deciziilor, sunt uneori ezitante sau convenționale în luarea deciziilor. Astfel de persoane reacționează emoțional la eșec, se simt respinse dacă sunt criticate în domeniile în care se consideră competent, se justifică după obținerea unui eșec, caută informațiile negative despre ele, manifestă anxietate puternică în fața evaluării de către ceilalți; au o bună motivație de a nu eșua și capacitate de a asculta criticile.

Persoanele cu un nivel ridicat al stimei de sine au păreri clare și stabile despre ele însele, întrucât acestea nu depind prea mult de context, vorbesc despre ele însele într-un mod tranșant, coerent, pozitiv; riscă să facă exces de certitudini și simplificări; acționează eficient, țin cont de ele însele în luarea deciziilor, perseverență în hotărârile lor, în ciuda dificultăților, pot fi inovatoare, însă, uneori, sunt prea sensibile la interesele lor pe termen scurt. Eșecul nu lasă urme emoționale durabile asupra unor astfel de persoane, pot rezista la criticile asupra punctelor lor sensibile, nu se simt obligate la justificarea unui eșec și nici nu se simt respinse dacă sunt criticate, însă se poate întâmpla să nu țină cont de critică.

În acest studiu am pornit de la ideea conform căreia stima de sine joacă un rol important în formarea imaginii de sine a adolescenților. Adolescenții cu un nivel scăzut al stimei de sine au o imagine de sine scăzută, iar adolescenții cu un nivel ridicat al stimei de sine au o imagine de sine pozitivă. Ipoteză care s-a confirmat în cazul adolescenților, dar și al tinerilor.

Pentru o analiză mai complexă am urmărit relația dintre stima de sine și cei cinci factori psihologici ai imaginii de sine reale și ideale: stilul expresiv, stilul interpersonal, stilul de muncă, stilul emoțional și stilul intelectual. Am constatat faptul că între stima de sine și stilul expresiv, cel emoțional și cel intelectual al imaginii de sine reale, există o corelație semnificativă și directă.

Adolescenții cu un nivel scăzut al stimei de sine sunt rezervați, mai reținuți, anxioși, convenționali și conservatori. Adolescenții cu un nivel ridicat

al stimei de sine sunt sociabili și deschiși, capabili să controleze evenimentele stresante, sunt deschiși către orizonturi noi. Stima de sine corelează direct și semnificativ cu stilul expresiv al imaginii de sine ideale, în cazul adolescenților.

Nivelul stimei de sine afectează puternic performanțele în toate activitățile: cei cu o înaltă apreciere de sine au o mai mare încredere, se mobilizează mai mult, ceea ce consolidează părerea bună despre sine. Dimpotrivă, o joasă stima de sine sporește riscul insucceselor, determinând astfel o viziune și mai sumbră asupra propriei persoane.

Bibliografie

1. Bandura, A., Barbaranelli, C., Caprara, G. V., & Pastorelli, C. (2001). *Self-efficacy beliefs as shapers of children's aspirations and career trajectories*. In *Child Development*, 72, 187–206.
2. Jackson, A. W., & Davis, G. A. (2000). *Turning points 2000: Educating adolescents in the 21st century*. New York: Teachers College Press.
3. Midgley, C., Anderman, E., & Hicks, L. (1995). *Differences between elementary and middle school teachers and students: A goal theory approach*. In *Journal of Early Adolescence*, 15, 90–113.
4. Muuss, R. E. (1990). *Adolescent behavior and society: A book of readings* (4th ed.). New York: McGraw-Hill.
5. Nurmi, J.-E. (2001). *Adolescents' self-direction and self-definition in age-graded sociocultural and interpersonal contexts*. In J.-E. Nurmi (Ed.), *Navigating through adolescence: European perspectives* (pp. 229–250). New York: Routledge Falmer.
6. Steinberg, L. (2001). *We know some things: Parent-adolescent relationships in retrospect and prospect*. In *Journal of Research on Adolescence*, 11, 1–19.