

Katarzyna Walentynowicz-Moryl

University of Zielona Góra, Poland

e-mail: k.walentynowicz-moryl@wns.uz.zgora.pl

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-9824-1600>

Assessment of One's Own Learning Experiences in Everyday Situations and a Sense of Self-Efficacy in Adult Learning*

<http://dx.doi.org/10.12775/PBE.2026.014>

Abstract

The aim of the study was to determine whether the subjective assessment of one's own learning experiences in everyday situations differentiates the level of adults' learning self-efficacy. Data from 725 adults from Poland were analysed. Both the Adults' Learning Self-Efficacy Scale, as well as the question concerning the evaluation of learning experiences in everyday life were employed in a study. The assessment used the Kruskal–Wallis H test, the Mann–Whitney U test, and sensitivity analysis after equalizing group sizes. Individuals who evaluated their own experiences positively achieved higher scores than those who did not define them unequivocally. The results indicate that a positive evaluation of one's own learning experiences in everyday situations correlates with a higher level of ALSES.

Keywords: self-efficacy, adult learning, learning in everyday situations, ALSES.

* The study is performed within the scientific activity of Akademickie Towarzystwo Andragogiczne by the team composed of: Dorota Ciechanowska, Ewa Dębska, Renata Góralska, Jolanta Horyń, Agnieszka Kozerska, Agnieszka Majewska-Kafarowska, Jan Maśtyk, Anna Orlińska, Katarzyna Walentynowicz-Moryl, Elżbieta Woźnicka, led by Hanna Solarczyk in the academic year 2025/2026.

Research Question

The research question was derived from the premises of Albert Bandura's social cognitive theory and from the approach adopted by the authors of the Adults' Learning Self-Efficacy Scale (ALSES) (Solarczyk et al., 2025). In Bandura's framework, self-efficacy refers to an individual's belief that they are capable of organizing and performing the actions necessary to achieve certain outcomes (Bandura, 1997). The author emphasizes human agency and the importance of beliefs about one's own effectiveness for the choice of actions, persistence, and coping with difficulties (Bandura, 2009). According to the approach adopted by the authors of the ALSES, self-efficacy of adult learning (ALSE) was understood as an individual's judgement of their own ability to meet the demands of specific tasks in learning situations which have a microanalytical nature and are grounded in experience. The second variable was the subjective evaluation of one's own learning experiences in everyday situations, understood as the respondent's overall assessment of these experiences. The authors of ALSES indicate that adult learning takes place, among other contexts, in informal settings that are strongly connected with everyday life. In this context, it was assumed that the way individuals evaluate their own learning experiences in everyday situations may correlate with the level of self-efficacy in adult learning. Since the study's character was diagnostic and exploratory, the following research question was formulated: does the subjective evaluation of one's own learning experiences in everyday situations differentiate the level of self-efficacy in adult learning?

Method

The research's character may be described as quantitative, cross-sectional and diagnostic-exploratory. The analyses were conducted on a sample of 725 adults in Poland. A non-random purposive sampling method was used, aimed at ensuring diversity in terms of age, gender, and education; the sample was not representative in its character. The level of ALSE in the studied sample was almost identical to the one obtained in the instrument's standardization

sample ($M = 27.79$ vs. 27.81 ; $Me = 28.00$ in both samples). At the same time, the distribution of results was more negatively skewed than in the sample described in the manual (skewness = -0.93 vs. 0.491), which indicates a stronger concentration of scores at higher values of the scale.

The level of self-efficacy was measured using the ALSES scale, which consists of 9 statements regarding tasks related to adult learning. Responses were given on a four-point scale, and their sum constituted the indicator of the overall level of ALSE (Solarczyk et al., 2025). The assessment of one's own learning experiences in everyday situations was measured using a single question with three response categories: "positive", "negative", and "hard to say". This variable was treated as a single-point indicator of the overall evaluation of experiences, rather than a measure of their content.

The statistical analysis was conducted in three stages: 1) all three response categories were included in order to identify the full pattern of differences; 2) a main analysis for the two larger groups excluding the minimal negative-response group ($N = 9$) was performed; 3) sensitivity analysis was conducted after randomly balancing the group sizes. No sociodemographic variables were controlled for in the analyses; therefore, the results should be interpreted as a description of differences between groups within the studied sample.

Results

To address the research question, a preliminary analysis was conducted covering three response categories for the question concerning the evaluation of one's own learning experiences in everyday situations: positive ($N=590$), negative ($N=9$) and hard to say ($N=126$). The Kruskal-Wallis H test was used due to unequal group sizes and a very small size of one of the groups. The test indicated that the evaluation of one's own learning experiences in everyday situations significantly differentiates the level of ALSES ($H(2)=58.72$; $p<0.001$). However, because of the very small representation of the "negative" category, the result is to be interpreted with caution.

In the main analysis, the comparison was deducted into two groups: "positive" and "hard to say". Afterwards, the possibility of implementing

Student's t-test for independent samples was examined. Levene's test did not indicate a violation of homogeneity of variances ($F=0.002$; $df_1=1$; $df_2=714$; $p=0.963$), whereas the Shapiro-Wilk test indicated deviations from normality in both groups: "positive" ($W=0.929$; $p < 0.001$) and "hard to say" ($W=0.962$; $p=0.001$). Hence, the Mann-Whitney test was used. The results pointed out significant differences between the groups, with a small to moderate effect size ($r=0.27$).

Table 1. Average ranks of ALSES scores in the groups evaluating one's own learning experiences in everyday situations

Assessing one's own learning experiences in everyday situations		N	Average Rank
Self-efficacy in adult learning	Positive	590	384.23
	Hard to say	126	238.02
	In total	716	

Source: Own research.

Table 2. Assessment of one's own learning experiences in everyday situations and self-efficacy in adult learning

Mann-Whitney U test	52351,0
Z	7.23
Asymptotic significance	$p < 0.001$
Effect size (r)	0.27

Source: Own research.

In the final step, the sensitivity analysis was conducted in order to verify whether the obtained difference was not just a consequence of unequal group sizes. 126 individuals were randomly selected from the "positive" group in order to match the size of the "hard to say" one. After balancing the group sizes, the difference was still statistically significant: $U=11593.0$; $z=6.32$; $p < 0.001$. This indicates that the score was not only due to the larger size of one of the groups.

The following results allow answering affirmatively to the research question: the subjective assessment of one's own experiences of learning in everyday situations differentiated the level of ALSES. The individuals assessing above-mentioned experiences as "positive" achieved higher level of ALSES than those who responded "hard to say". Therefore, the results indicate a correlation between a positive assessment of experiences and a higher level of ALSES.

However, the structure of the sample must be considered. The results were concentrated around higher values of the scale, and the study was dominated by the individuals who assessed their own learning experiences positively. Moreover, the indicator referred to a general subjective evaluation of experiences rather than their content. In future studies, it would be advisable to provide a more balanced distribution of responses, higher diversity of the sample, as well as more in-depth measurement of learning experiences in everyday life.

References

- Bandura, A. (1997). *Self-Efficacy: The Exercise of Control*. New York: W.H. Freeman.
- Bandura, A. (2009). Cultivate Self-Efficacy for Personal and Organizational Effectiveness. In: E. A. Locke (Ed.), *Handbook of Principles of Organization Behaviour* (pp. 179–200). New York: Wiley.
- Solarczyk, H., Rubacha, K., Pieńkosz, J., Piotrowska, K., & Petelewicz, M. (2025). Skala Poczucia Własnej Skuteczności w Uczniu się Dorosłych [The Scale of Self-Efficacy in Adult Learning]. *Przegląd Badań Edukacyjnych*, 48, doi: 10.12775/PBE.2025.001.

Katarzyna Walentynowicz-Moryl

University of Zielona Góra, Poland

e-mail: k.walentynowicz-moryl@wns.uz.zgora.pl

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-9824-1600>

Ocena własnych doświadczeń uczenia się w codziennych sytuacjach i poczucie własnej skuteczności w uczeniu się dorosłych*

Abstrakt

Celem badania było określenie, czy subiektywna ocena własnych doświadczeń uczenia się w codziennych sytuacjach różnicuje poziom poczucia własnej skuteczności w uczeniu się dorosłych. Przeanalizowano dane 725 osób dorosłych z Polski. Zastosowano Skalę Poczucia Własnej Skuteczności w Uczeniu się Dorosłych oraz pytanie o ocenę doświadczeń uczenia się w codzienności. W analizie wykorzystano test H Kruskala-Wallisa, test U Manna-Whitneya oraz analizę czułości po wyrównaniu liczebności grup. Osoby oceniające własne doświadczenia pozytywnie uzyskały wyższe wyniki niż osoby, które nie określiły ich jednoznacznie. Wyniki wskazują, że pozytywna ocena własnych doświadczeń uczenia się w codziennych sytuacjach współwystępuje z wyższym poziomem PWSUD.

Słowa kluczowe: poczucie własnej skuteczności, uczenie się dorosłych, uczenie się w codzienności, SPWSUD.

Pytanie badawcze

Pytanie badawcze zostało wyprowadzone z założeń społeczno-poznawczej teorii Alberta Bandury oraz z ujęcia przyjętego przez twórców Skali Poczucia Własnej Skuteczności w Uczeniu się Dorosłych (SPWSUD) (Solarczyk et

* Badanie realizowane w ramach działalności naukowej Akademickiego Towarzystwa Andragogicznego przez zespół w składzie: Dorota Ciechanowska, Ewa Dębska, Renata Góralska, Jolanta Horyń, Agnieszka Kozerska, Agnieszka Majewska-Kafarowska, Jan Masłyk, Anna Orlińska, Katarzyna Walentynowicz-Moryl, Elżbieta Woźnicka, pod kierunkiem Hanny Solarczyk w roku akad. 2025/2026.

al., 2025). W ujęciu Bandury poczucie własnej skuteczności odnosi się do przekonania jednostki, że potrafi zorganizować i wykonać działania konieczne do osiągnięcia określonych rezultatów (Bandura, 1997). Autor podkreśla sprawczy charakter człowieka i znaczenie przekonań o własnej skuteczności dla wyboru działań, wytrwałości oraz radzenia sobie z trudnościami (Bandura, 2009). Zgodnie z ujęciem przyjętym przez autorów SPWSUD poczucie własnej skuteczności w uczeniu się dorosłych (PWSUD) rozumiano jako sąd jednostki o własnych możliwościach sprostania warunkom konkretnych zadań w sytuacjach uczenia się, mający charakter mikroanalityczny i osadzony w doświadczeniu. Drugą zmienną była subiektywna ocena własnych doświadczeń uczenia się w codziennych sytuacjach, rozumiana jako deklarowana przez badanego ogólna ocena tych doświadczeń. Twórcy SPWSUD wskazują, że uczenie się dorosłych zachodzi między innymi w przestrzeni nieformalnej, silnie związanej z codziennością. W tym kontekście przyjęto, że sposób oceniania własnych doświadczeń uczenia się w codziennych sytuacjach może współwystępować z poziomem poczucia własnej skuteczności w uczeniu się dorosłych. Ponieważ badanie miało charakter diagnostyczno-eksploracyjny, sformułowano następujące pytanie badawcze: czy subiektywna ocena własnych doświadczeń uczenia się w codziennych sytuacjach różnicuje poziom poczucia własnej skuteczności w uczeniu się dorosłych?

Metoda

Badanie miało charakter ilościowy, przekrojowy i diagnostyczno-eksploracyjny. Analizy przeprowadzono na próbie 725 dorosłych osób na terenie Polski. Zastosowano nielosowy dobór celowy, ukierunkowany na zróżnicowanie badanych pod względem wieku, płci i wykształcenia; próba nie miała charakteru reprezentatywnego. Poziom PWSUD w badanej próbie był niemal identyczny jak w próbie standaryzacyjnej narzędzia ($M=27,79$ vs. $27,81$; $Me=28,00$ w obu próbach). Jednocześnie rozkład wyników był bardziej lewoskośny niż w próbie opisanej w podręczniku (skośność $=-0,93$ vs. $0,491$), co wskazuje na większe skupienie wyników przy wyższych wartościach skali.

PWSUD mierzono skalą SPWSUD, obejmującą 9 twierdzeń dotyczących zadań związanych z uczeniem się dorosłych. Odpowiedzi udzielano na czterostopniowej skali, a ich suma stanowiła wskaźnik ogólnego poziomu PWSUD (Solarczyk et al., 2025). Ocenę własnych doświadczeń uczenia się w codziennych sytuacjach określono na podstawie jednego pytania z trzema kategoriami odpowiedzi: „pozytywnie”, „negatywnie” oraz „trudno powiedzieć”. Zmienna ta była traktowana jako jednopunktowy wskaźnik ogólnej oceny doświadczeń, a nie pomiar ich treści.

Analizę statystyczną przeprowadzono w trzech etapach: 1) uwzględniono wszystkie trzy kategorie odpowiedzi, aby rozpoznać pełny układ różnic; 2) wykonano analizę główną dla dwóch liczniejszych grup, wyłączając bardzo małą kategorię odpowiedzi negatywnych ($N=9$); 3) przeprowadzono analizę czułości po losowym wyrównaniu liczebności grup. W analizach nie kontrolowano zmiennych socjodemograficznych, dlatego wyniki należy interpretować jako opis różnic między grupami w badanej próbie.

Wyniki

W celu odpowiedzi na pytanie badawcze przeprowadzono analizę wstępną obejmującą trzy kategorie odpowiedzi na pytanie o ocenę własnych doświadczeń uczenia się w codziennych sytuacjach: pozytywnie ($N=590$), negatywnie ($N=9$) oraz trudno powiedzieć ($N=126$). Zastosowano test H Kruskala-Wallisa ze względu na nierównoliczne grupy i bardzo niewielką liczebność jednej z nich. Test wykazał, że ocena własnych doświadczeń uczenia się w codziennych sytuacjach istotnie różnicuje poziom PWSUD ($H(2)=58,72$; $p<0,001$). Ze względu na bardzo niewielką reprezentację kategorii „negatywnie” wynik ten należy jednak interpretować ostrożnie.

W analizie głównej ograniczono porównanie do dwóch grup: „pozytywnie” i „trudno powiedzieć”. Następnie sprawdzono możliwość zastosowania testu t-Studenta dla prób niezależnych. Test Levene’a nie wykazał naruszenia jednorodności wariancji ($F=0,002$; $df1=1$; $df2=714$; $p=0,963$), natomiast test Shapiro-Wilka wykazał odchylenia od normalności w obu grupach: „pozytywnie” ($W=0,929$; $p<0,001$) i „trudno powiedzieć” ($W=0,962$; $p=0,001$). Dlatego

zastosowano test U Manna-Whitneya. Wyniki wskazały na istotne różnice między grupami, przy małej do umiarkowanej sile efektu ($r=0,27$).

Tabela 1. Średnie rangi wyników PWSUD w grupach oceny własnych doświadczeń uczenia się w codziennych sytuacjach

	Ocena własnych doświadczeń uczenia się w codziennych sytuacjach	N	Średnia ranga
Poczucie własnej skuteczności w uczeniu się dorosłych	Pozytywna	590	384,23
	Trudno powiedzieć	126	238,02
	Ogółem	716	

Źródło: badania własne.

Tabela 2. Ocena własnych doświadczeń uczenia się w codziennych sytuacjach a poczucie własnej skuteczności w uczeniu się dorosłych

U Manna-Whitneya	52351,0
Z	7,23
Istotność asymptotyczna	$p<0,001$
Siła efektu r	0,27

Źródło: badania własne.

W ostatnim kroku wykonano analizę czułości, aby sprawdzić, czy uzyskana różnica nie jest wyłącznie konsekwencją nierównoliczności grup. Z grupy „pozytywnie” wylosowano 126 osób, czyli tyle samo, ile liczyła grupa „trudno powiedzieć”. Po wyrównaniu liczebności różnica nadal była istotna statystycznie: $U=11593,0$; $z=6,32$; $p<0,001$. Oznacza to, że wynik nie wynikał wyłącznie z przewagi liczebnej jednej z grup.

Wyniki pozwalają twierdząco odpowiedzieć na pytanie badawcze: subiektywna ocena własnych doświadczeń uczenia się w codziennych sytuacjach różnicowała poziom PWSUD. Osoby oceniające te doświadczenia pozytywnie osiągały wyższy poziom PWSUD niż osoby odpowiadające „trudno powiedzieć”. Wyniki wskazują więc na współwystępowanie pozytywnej oceny doświadczeń z wyższym poziomem PWSUD.

Trzeba jednak uwzględnić strukturę próby. Wyniki koncentrowały się wokół wyższych wartości skali, a w badaniu przeważały osoby pozytywnie oceniające własne doświadczenia uczenia się. Ponadto zastosowany wskaźnik odnosił się do ogólnej subiektywnej oceny doświadczeń, a nie do ich treści. W kolejnych badaniach warto zadbać o bardziej zrównoważony rozkład odpowiedzi, większe zróżnicowanie próby oraz pogłębiony pomiar doświadczeń uczenia się w codzienności.

Bibliografia

- Bandura, A. (1997). *Self-Efficacy: The Exercise of Control*. New York: W.H. Freeman.
- Bandura, A. (2009). Cultivate Self-Efficacy for Personal and Organizational Effectiveness. W: E.A. Locke (red.), *Handbook of Principles of Organization Behaviour* (ss. 179–200). New York: Wiley.
- Solarczyk, H., Rubacha, K., Pieńkosz, J., Piotrowska, K., & Petelewicz, M. (2025). Skala Poczucia Własnej Skuteczności w Uczniu się Dorosłych. *Przegląd Badań Edukacyjnych*, 48, doi: 10.12775/PBE.2025.001.