

AGNIESZKA ZAJĄC

Akademia Wychowania Fizycznego im. Bronisława Czecha, Kraków
Bronisław Czech University School of Physical Education, Kraków
e-mail: aga_zajac@wp.pl

Światopogląd, poczucie nadziei na sukces oraz kompetencje społeczne młodzieży trenującej taniec sportowy

World-view, the hope for a success, and social competencies in adolescents training the sport dance

Abstract. The aim of this study was to compare selected aspects of psychosocial functioning of young people involved in dancesport and those that do not practice any sport, especially their value system, social competencies and sense of self-efficacy. Questionnaire methods were used to analyze the psychosocial profiles of young dancers. The results obtained indicate significant differences between them and those adolescents who do not practice any sport. These differences concern a different hierarchy of values in both groups, as well as higher results achieved by the dancers when it comes to hope for success and social competencies.

Słowa kluczowe: taniec sportowy, adolescencja, system wartości, kompetencje społeczne, siła woli, poczucie samoskuteczności

Key words: dancesport, adolescence, value system, social competencies, willpower, the sense of self-efficacy

WPROWADZENIE

Adolescencja, obejmująca lata między 10. a 20. rokiem życia, oznacza wzrastanie ku dojrzałości. W tym czasie młody człowiek nabywa dwie zdolności, istotne dla dalszego rozwoju: zdolność do dawania nowego życia oraz zdolność do kształtowania swojego własnego życia. Rozwój każdej z nich przypada na inny moment adolescencji i dzieli ten okres na dwie fazy, a za graniczny przyjmuje się 16. rok życia. Faza pierwsza jest określana jako wczesna adolescencja (wiek dorastania), a druga jako późna adolescencja (wiek młodzieńczy) (Obuchowska, 2000).

Okres dorastania można ogólnie scharakteryzować jako czas burzliwej aktywności,

chaotycznych poszukiwań i wzniosłych, często nierealnych pragnień (Birch, Malim, 2002). Młodzi ludzie są zazwyczaj pełni pomysłów, na których realizację brak im czasu. W działalności dorastających zaczynamy obserwować konsekwencję w wyznaczaniu sobie odległych celów oraz podporządkowywaniu im zorganizowanej i zaplanowanej działalności. Właściwości te wiążą się z rozwojem poznawczym, pozwalającym na postrzeganie własnego życia w odległej perspektywie i w rozległym kontekście społecznym. Kolejną nową właściwością okresu dorastania jest poszerzanie się działalności wskutek wchodzenia w coraz to nowe sytuacje i nowe środowiska społeczne, a także wskutek poznawania wciąż nowych obszarów wiedzy i wytworów człowieka.

W psychologii rozwojowej przyjęło się rozpatrywanie kolejnych okresów rozwoju z punktu widzenia zadań rozwojowych należących do danego etapu. Na wiek adolescencji według R.J. Havighursta (za: Trempała, 2000) przypadają następujące zadania: 1) osiągnięcie nowych, bardziej dojrzałych więzi z rówieśnikami obojga płci; 2) ukształtowanie roli męskiej lub kobiecej; 3) akceptacja swojego wyglądu i skuteczne posługiwanie się własnym ciałem; 4) osiągnięcie niezależności uczuciowej od rodziców i innych osób dorosłych; 5) przygotowanie do małżeństwa i życia w rodzinie; 6) przygotowanie do kariery zawodowej (niezależności ekonomicznej); 7) rozwijanie ideologii (sieci wartości) i systemu etycznego kierującego zachowaniem; 8) dążenie i rozwijanie postępowania akceptowanego społecznie.

W niniejszym opracowaniu¹ koncentrujemy uwagę na rozwijaniu się systemu wartości i kształtowaniu więzi międzyludzkich, a jak podkreśla Jan Ciecuch (2007), analizując przebieg realizacji tego zadania rozwojowego, nie można pomijać społeczno-kulturowego kontekstu rozwoju nastolatka.

Zdaniem Tadeusza Mądrzyckiego (1996) światopogląd to względnie spójny zespół przekonań i sądów dotyczących przyrody, społeczeństwa i jednostki ludzkiej, z którymi wiążą się odpowiednie wskazania odnośnie do postępowania człowieka. Znamienną rolę w kształtowaniu poglądu na świat odgrywa stale nabywane doświadczenie człowieka, a zwłaszcza jego działanie. Prowadzi to do wykształcenia wartości podmiotowych, których idiosynkratyczne uporządkowanie jest silniejsze – czyli posiada większą moc regulacyjną – od zewnętrznego uporządkowania wartości społecznych. Ocena wyników własnych działań pozwala na sformułowanie samooceny i indywidualnych standardów.

Zarówno zwiększające się doświadczenie społeczne, jak i właściwości myślenia dorastających przyczyniają się do rozwoju wartościowania. W swojej koncepcji rozwoju moralnego Lawrence Kohlberg wskazał na właściwości rozwoju moralnego w okresie dorastania. Młody człowiek osiągając drugi po-

ziom rozwoju moralnego, zwany moralnością konwencjonalną, internalizuje reguły i normy społeczne. Dopiero na kolejnym etapie – moralności pokonwencjonalnej – można mówić o moralności zinternalizowanej, nieopartej już na cudzych standardach, w której zasady moralne są ujmowane autonomicznie, niezależnie od autorytetu osób znaczących czy grup (Trempała, Czyżowska, 2002).

Antonina Gurycka (1986, s. 9) definiuje system wartości człowieka jako: „system kategorii poznawczych służących mu do opisu i oceny świata, wyrażający się w tym, że pewne fakty, obiekty, zjawiska uważa się za szczególnie ważne dla siebie i innych”. Tak rozumiana hierarchia wartości prowadzi do konkluzji, że wyznawana hierarchia wartości nadaje indywidualny wyraz zachowaniom, działaniom i wyborom jednostki (Gurycka, 1991).

Według Milтона Rokeacha wartość to typ przekonania umieszczonego centralnie w systemie przekonań jednostki. Wyróżnił on dwie podstawowe grupy wartości: ostateczne i instrumentalne. Instrumentalne dotyczą ogólnych zasad postępowania, natomiast ostateczne są najważniejsze, odporne na zmiany sytuacyjne. Wśród wartości instrumentalnych Rokeach wymienił wartości moralne, takie jak: uczciwość, miłość, wrażliwość, grzeczność, czystość, oraz kompetencyjne, do których zaliczył twórczą wyobraźnię, zdolność, ambicję, intelektualizm (Brzozowski, 1989).

Z dążeniem do celów, wyznaczonych zgodnie z przyjętym systemem wartości, oraz z jakością realizacji zadań życiowych wiąże się pojęcie poczucia własnej skuteczności, a także nadzieja, w koncepcji Charlesa R. Snydera rozumiana jako przekonanie o posiadaniu kompetencji umożliwiających odniesienie sukcesu. Autor zaproponował koncepcję nadziei, w której oczekiwania opisane są jako przekonania dwojakiego rodzaju: a) że odniesie się sukces, b) że sukces ten związany będzie z własnymi kompetencjami. Dla tego Łaguna, Trzebiński i Zięba (2005) określają ten konstrukt jako nadzieję na sukces. Snyder (2002) definiując nadzieję jako pozytywny stan motywacyjny, oparł się na dwóch wzajemnie powiązanych rodzajach przeko-

nań – przekonaniu o sobie jako jednostce wytrwale dążącej do celu oraz postrzeganiu siebie jako osoby zdolnej i zaradnej.

Ostatni omawiany tutaj aspekt funkcjonowania młodzieży to umiejętności społeczne. Przez pojęcie kompetencji społecznych rozumie się złożone umiejętności warunkujące efektywność radzenia sobie w określonego typu sytuacjach społecznych, nabywane przez jednostkę w toku treningu społecznego. Większość definicji umiejętności społecznych podkreśla, że są one specyficznymi, behawioralnymi komponentami efektywnej interakcji społecznej. Kompetencje społeczne są niezbędne do tworzenia i utrzymywania satysfakcjonujących (bliskich) relacji interpersonalnych. Najważniejszym celem kontaktów interpersonalnych jest stworzenie takich warunków i atmosfery międzyludzkiej, które będą sprzyjały rozwojowi człowieka i realizacji jego możliwości, a także osiąganiu sukcesów w różnych sferach życia (Mellibruda, 2003).

Bezpośredni wpływ na poziom kompetencji społecznych ma tak zwany trening społeczny, zachodzący w sytuacjach życia codziennego czy pracy zawodowej oraz podczas specjalnych oddziaływań szkoleniowych (Mataczak, 2001). Udział w zajęciach ruchowych stanowi doskonały przykład takiego treningu społecznego. Treningi sportowe wymagają od zawodników wzajemnej pomocy i współdziałania. Ćwiczenia w grupie zbliżają i często przeradzają się w przyjaźnię, uczą szacunku i gotowości do pomocy innym. Rywalizacja wszechobecna w sporcie pomaga w rozwoju charakteru i kultury osobistej poprzez przestrzeganie reguł *fair play*, czyli uczciwości w trakcie przygotowań i rozgrywek sportowych. Zawody międzynarodowe zbliżają ludzi różnych państw i wyznań. Systematyczne treningi, ściśle określony rytm pracy oraz dążenie do wyznaczonych celów bardzo kształtują charakter. Jak wiadomo, wychowanie to całościowy kształt zjawisk związanych z oddziaływaniem środowiska społecznego i przyrodniczego na człowieka, kształtujących jego osobowość. Dlatego możemy podejrzewać, że przynależność do klubu sportowego, zaangażowanie i pewnego rodzaju poświęcenie się wybranej

dyscyplinie sportu może wpływać na funkcjonowanie psychospołeczne jednostki.

Dla osób uczestniczących w zajęciach ruchowych sport stanowi jeden z istotnych czynników rozwoju osobowości. Wskazuje na wartość ciała ludzkiego, ucząc do niego szacunku. Dzięki treningom, wytrwałości i nauce współdziałania rozwija funkcje poznawcze, czego skutkiem jest zdobywanie wiedzy i sprawności fizycznej. Jednostka uprawiająca sport uczy się krytycyzmu i racjonalizacji. Rozwija w sobie intuicję, refleksję, wyobraźnię i odpowiedzialność. Uczy się samokontroli, dyscypliny życiowej, świadomego podejmowania decyzji, co jest elementem pomocnym w rozwijaniu własnej woli. Przez nabywanie nowych umiejętności i rozwijanie zdolności motorycznych poprawie ulega samopoczucie jednostki, poczucie wartości i pewności siebie, czego rezultatem jest osiąganie osobistej satysfakcji życiowej. Rozwijają się takie cechy jak: wytrwałość, silna wola, zdyscyplinowanie, koleżeństwo oraz poczucie solidarności (Kuźmińska, 2002). W przypadku aktywności fizycznej dzieci i młodzieży wydłużanie czasu przeznaczanego na tę aktywność może skutkować podwyższeniem średniej ocen w szkole, nawet jeśli zwiększenie liczby treningów odbywa się kosztem czasu przeznaczanego na naukę szkolną (Trudeau, Shephard, 2008).

Efektywność treningu społecznego zależy także w pewnym stopniu od możliwości intelektualnych jednostki, w tym szczególnie od inteligencji społecznej i emocjonalnej. Tadeusz Tomaszewski pisał przed laty, że „wykonywanie ćwiczeń sportowych na wysokim poziomie sprawia przyjemność zawodnikowi, co nadaje jego działalności cechy zabawy, wymaga wielu ćwiczeń, co powoduje, że w rzeczywistości zawodnik więcej się uczy niż startuje, wywołuje zainteresowanie obserwatorów, co nadaje działalności sportowej cechy widowiska, a często przynosi zarobek zawodnikowi, co w efekcie nadaje jej cechy pracy zawodowej, a wreszcie zaczyna wiązać się z prestiżem określonych grup społecznych (...), co zaczyna nadawać jego działalności nawet cechy działalności politycznej” (Tomaszewski, 1966, s. 76). Dlatego młody człowiek, uprawiając

sport, ma możliwość sprawdzenia się na kilku polach życia. Po przeanalizowaniu informacji zwrotnych, np. not sędziowskich, odbioru publiczności, uwag od trenera, wskazówek od innych zawodników, może wprowadzić ewentualną korektę swojego zachowania, a wiadomo, że wiedza o sobie w znaczący sposób wpływa na plany, decyzje młodzieży, na osiągnięcia życiowe i kontakty z ludźmi (Czerwińska-Jasiewicz, 1997). Dodatkowo w okresie dorastania poglądy innych osób tracą dominujące znaczenie. Zamiast bezrefleksyjnie przejmowanych opinii głównym źródłem samowiedzy stają się procesy interpersonalnego porównywania oraz ocena wyników własnych działań (Czerwińska-Jasiewicz, 2005).

Także taniec, który zaczął przybierać formę treningu sportowego w latach 80. XX wieku, ma duży wpływ na rozwój psychiczny młodych zawodników. Jak pisała A. Piątkowska, „ekspresja taneczna łączy się z wychowaniem przez i dla sztuki” (1988, s. 4). Taniec nie polega na bezrefleksyjnym wykonywaniu ruchów w rytm muzyki. Prawdziwy taniec to wyrażanie emocji za pomocą ekspresji ruchowych dostosowanych do słyszanej muzyki (Kuźmińska, 2002). Taniec uczy prawidłowego funkcjonowania w społeczności, dostarcza rozrywki i dobrej zabawy. Dzięki niemu łatwiej jest nawiązywać nowe i podtrzymywać istniejące już kontakty interpersonalne. Poprzez taneczny ruch można odkrywać swoje mocne strony, zaistnieć na tle grupy, kreować swój wizerunek (Cylulko, 2003).

Podjęmowana przez jednostkę aktywność sportowa, niezależnie od tego, że sprzyja rozwojowi różnego rodzaju umiejętności czy sprawności motorycznych, wpływa również na przeobrażenia w zakresie funkcji psychicznych, w tym odnoszących się do percepcji własnego ciała (Garstka, 2000), a zwłaszcza dotyczących samooceny (Starosta, Dębczyńska, Kos, Radzińska, 2000). Pod wpływem tego rodzaju aktywności, w wyniku zdobywania nowych doświadczeń, doznawania sukcesów i porażek, rozwija się umiejętność obiektywnej percepcji samego siebie, a zwłaszcza umiejętność realistycznej oceny swoich możliwości sprawnego działania.

PROBLEM BADAWCZY

Celem badania było dokonanie analizy funkcjonowania psychospołecznego młodzieży trenującej taniec sportowy i uzyskanie odpowiedzi na następujące pytania:

1. Czy systemy wartości młodzieży trenującej taniec sportowy i osób nietrenujących tańca są odmienne?
2. Czy badane grupy różnią się pod względem poziomu poczucia własnej skuteczności?
3. Czy porównując grupy badane pod względem kompetencji społecznych, można dostrzec znaczące różnice między nimi?

METODY

W badaniach uczestniczyła młodzież w wieku od 16 do 19 lat, średnia wieku badanych wyniosła 17 lat i 6 miesięcy. Przebadano grupę liczącą łącznie 70 uczniów liceów ogólnokształcących z dużych miast (Warszawa, Łódź, Kraków), w tym 48.57% chłopców oraz 51.43% dziewcząt. Grupę właściwą stanowiły osoby regularnie i często (przynajmniej 3 razy w tygodniu) trenujące taniec nowoczesny i od co najmniej dwóch lat posiadające klasę sportową, a także aktywnie uczestniczące w turniejach tańca, przynajmniej na poziomie ogólnopolskim. Grupa ta liczyła 35 osób, średnia wieku – 17 lat i 6 miesięcy; 18 dziewcząt i 17 chłopców. W skład grupy porównawczej weszła młodzież nieuprawiająca żadnej dyscypliny sportu (średnia wieku – 17 lat 7 miesięcy; 18 dziewcząt i 17 chłopców).

Podczas jednorazowego spotkania badani zostali poproszeni o wypełnienie czterech kwestionariuszy w następującej kolejności:

1. Skala Wartości Rokeacha (SW) jest adaptacją amerykańskiego testu o nazwie Value Survey opracowanego przez Rokeacha. W badaniach wykorzystano najbardziej znaną wersję E Value Survey, zaadaptowaną przez Brzozowskiego w 1987 roku. Kwestionariusz umożliwia określenie preferowanych przez badanych wartości w obrębie 18 wartości

ostatecznych i 18 wartości instrumentalnych. W skład wartości ostatecznych wchodzi: bezpieczeństwo narodowe, bezpieczeństwo rodziny, dojrzała miłość, dostatnie życie, mądrość, poczucie dokonania, poczucie własnej godności, pokój na świecie, prawdziwa przyjaźń, przyjemność, równowaga wewnętrzna, równość, szczęście, świat piękna, uznanie społeczne, wolność, zbawienie, życie pełne wrażeń. W obrębie wartości instrumentalnych wyróżniono: ambitny, czysty, intelektualista, kochający, logiczny, niezależny, obdarzony wyobraźnią, odpowiedzialny, odważny, opanowany, o szerokich horyzontach, pogodny, pomocny, posłuszny, uczciwy, uprzejmy, uzdolniony, wybaczący. Osoba badana ma przyporządkować poszczególnym wartościom odpowiednie rangi od 1 (najważniejsza wartość) do 8 (najmniej ważna). W wyniku otrzymujemy hierarchię wartości ostatecznych i instrumentalnych.

2. Kwestionariusz Poglądy Młodzieży Sokołowskiego, który powstał na podstawie koncepcji wartości A. Guryckiej i kwestionariusza K. Kicińskiego. Pierwotna wersja kwestionariusza składała się z 235 twierdzeń. Sokołowski w konsultacji z Jerzym Koryłowskim oraz autorem skali opracował wersję skróconą do 72 itemów. Badane przez ten kwestionariusz wartości to: *prospołeczność, demokracja, wartości obywatelskie, działanie, praca, godność, człowiek, afiliacja*. Każdej z tych wartości przyporządkowano dziewięć twierdzeń, co daje w sumie 72 twierdzenia, do których badany ustosunkowuje się, wybierając jedną z odpowiedzi w pięciostopniowej skali (od 1 – „zdecydowanie się nie zgadzasz”, do 5 – „zdecydowanie się zgadzasz lub stwierdzenie jest całkowicie trafne”). Aby uniknąć efektu rutyny oraz działania zmiennej aprobaty społecznej, niektóre twierdzenia miały charakter twierdzeń odwróconych.

3. Kwestionariusz Nadziei na Sukces (KNS) Łaguny, Trzebińskiego, Zięby (2005). Mierzona kwestionariuszem KNS nadzieja na sukces odnosi się do siły oczekiwania pozytywnych efektów własnych działań. Składają się na nią dwa komponenty: przekonanie o posiadaniu silnej woli, czyli świadomość własnej

skuteczności, ujawniana w inicjowaniu dążenia do celu i trwaniu w nim, oraz przekonanie o umiejętności znajdowania rozwiązań, czyli świadomość własnej wiedzy i kompetencji intelektualnych, ujawniana w sytuacjach wymagających wymyślenia lub poznania nowych sposobów prowadzących do osiągnięcia celu. Kwestionariusz składa się z 12 stwierdzeń: cztery twierdzenia odnoszą się do przekonań o silnej woli, cztery do przekonań o umiejętności znajdowania rozwiązań, a kolejne cztery to pozycje buforowe. Badany określa stopień, w jakim dane stwierdzenie jest w stosunku do niego prawdziwe, korzystając ze skali od 1 („zdecydowanie nieprawdziwe”) do 8 („zdecydowanie prawdziwe”).

4. Kwestionariusz Kompetencji Społecznych (KKS) A. Matczak (2001), służący do oceny kompetencji społecznych rozumianych jako nabyte umiejętności warunkujące efektywność funkcjonowania człowieka w różnych sytuacjach społecznych. Oprócz wskaźnika ogólnego KKS dostarcza też trzech wskaźników szczegółowych, które określają poziom kompetencji ujawnianych w sytuacjach ekspozycji społecznej, sytuacjach wymagających asertywności oraz sytuacjach intymnych. Kwestionariusz składa się z 90 pozycji (w tym 60 diagnostycznych). Są to bezokolicznikowe nazwy różnych czynności, a badany ocenia na czterostopniowej skali efektywność, z jaką je wykonuje („zdecydowanie źle” – 1 punkt, „raczej słabo” – 2 punkty, „nieźle” – 3 punkty, „zdecydowanie dobrze” – 4 punkty). Współczynniki zgodności wewnętrznej są wysokie, a trafność kwestionariusza została potwierdzona głównie na drodze analizy czynnikowej oraz porównań międzygrupowych.

WYNIKI

W celu ustalenia, czy między osobami trenującymi taniec nowoczesny a młodzieżą nieuprawiającą sportu istnieją istotne statystyczne różnice pod względem wybranych i omówionych powyżej aspektów funkcjonowania psychospołecznego, zastosowano test t-Studenta oraz statystyki opisowe.

Kolejność uszeregowania wartości w Skali Wartości Rokeacha w obu grupach jest zdecydowanie różna. Po przetransformowaniu rang przypisywanych przez badanych (wg zalecenia autora metody) poszczególnym wartościom przypisana jest moc zawierająca się w przedziale od -1.91 (dla wartości najważniejszych w ocenie badanych) do 1.91 (dla wartości najmniej znaczących w hierarchii), czyli wraz ze wzrostem wskaźnika maleje ważność oznaczonej wartości.

Znaczna rozbieżność wyborów jest dostrzegalna po zestawieniu z sobą hierarchii wartości ostatecznych obu grup badanych.

Porównując hierarchie wartości ostatecznych, widzimy mniejszą konsekwencję wyborów wewnątrz grupy porównawczej – po przetransformowaniu rang połowie wartości przypisane są liczby ujemne, a różnice mocy między poszczególnymi wartościami są znikome. W wynikach tancerzy aż osiem wartości ma przypisaną rangę ujemną, jednak widzimy, iż cztery pierwsze to zdecydowanie najważniejsze, a są to: poczucie dokonania, prawdziwa przyjaźń, życie pełne wrażeń oraz dojrzała miłość. O ich wadze możemy wnioskować na podstawie mocy, która została im przypisana i znacznie się różni od tej przypisywanej kolejnym wartościom. W hierarchii tancerzy jesteśmy również w stanie wyodrębnić trzy najmniej znaczące wartości o wyrażnie najwyższej przypisanej liczbie, czyli bezpieczeństwo narodowe, pokój na świecie oraz zbawienie.

Rysunek 2. ilustruje znaczące różnice, które zarysowały się przy zestawieniu hierarchii wartości instrumentalnych obu grup badanych.

W hierarchii wartości instrumentalnych grupy porównawczej możemy zauważyć większą moc przypisywaną większej liczbie wartości. Dopiero **wyobraźni** uplasowanej na trzynastej pozycji przypisana jest wartość dodatnia. Świadczy to o większych rozbieżnościach wyborów wewnątrz grupy. Natomiast tancerze byli bardziej jednomyślni w kolejności porządkowej przypisywanej wartościom. Najwyżej cenią sobie wartości, które możemy

zaklasyfikować jako wartości kompetencyjne, a mianowicie: ambitny i uzdolniony.

Wyniki uzyskane przez obie grupy badane w Kwestionariuszu Poglądu Młodzieży znacząco różnią się w trzech podskalach: **prospołeczność**, **działanie i praca**, co prezentuje tabela 1.

Test t-Studenta wykazał istotne statystycznie różnice ($p < .001$) w podskali **prospołeczność** – tancerze sportowi uzyskali znacznie niższe wyniki niż osoby z grupy kontrolnej. Natomiast w podskalach **działanie** oraz **praca** młodzież trenująca taniec uzyskała wyniki istotnie wyższe od wyników grupy porównawczej.

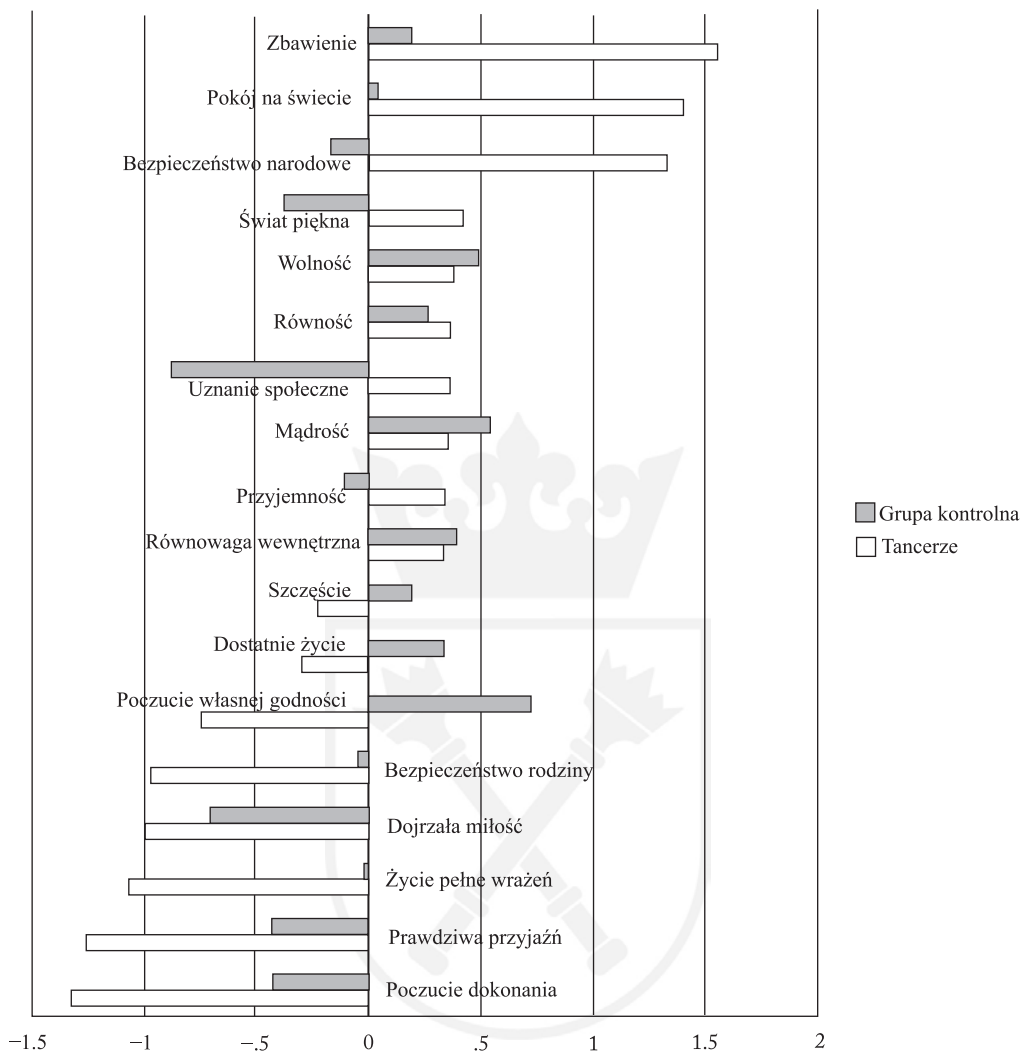
Zarówno wynik ogólny, jak i wyniki obu podskal, uzyskane przez młodych zawodników tańca sportowego w badaniu przeprowadzonym Kwestionariuszem Nadziei na Sukces, są znacząco wyższe od wyników uzyskanych przez członków grupy porównawczej.

Wynik ogólny, odnoszący się do szeroko pojętych kompetencji społecznych młodzieży trenującej taniec sportowy, przewyższa wynik uzyskany przez członków grupy porównawczej. Szczegółowa analiza różnic międzygrupowych wskazuje, że młodzi zawodnicy wyżej oceniają swoją efektywność radzenia sobie zarówno w sytuacjach ekspozycji społecznej, jak i sytuacjach intymnych oraz tych wymagających asertywności.

Wyniki uzyskane przez młodzież trenującą taniec sportowy różnią się od wyników uzyskanych przez młodzież nieuprawiającą sportu pod względem wszystkich wybranych i omówionych aspektów funkcjonowania psychospołecznego.

DYSKUSJA

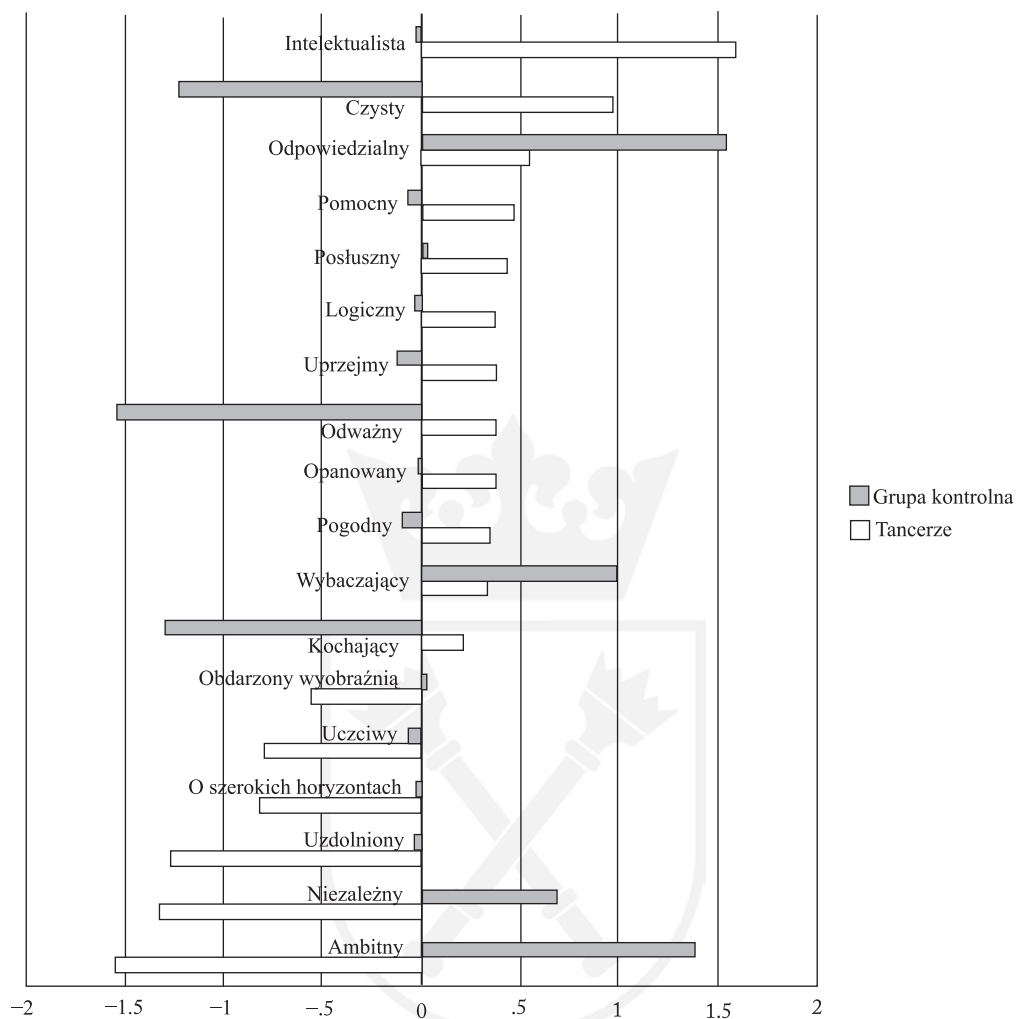
Z przeprowadzonych badań wynika, że profil psychospołeczny młodzieży trenującej taniec sportowy jest odmienny niż profil młodzieży nieuprawiającej sportu pod względem systemu wartości, poczucia własnej skuteczności oraz kompetencji społecznych. Widać więc, że pomimo wspólnych cech adolescencja może mieć zróżnicowany przebieg w zależności od



Rysunek 1. Zestawienie hierarchii wartości ostatecznych w Skali Wartości Rokeacha obu grup badanych

środowiska społeczno-kulturowego, w którym rozwija się młody człowiek (Czerwińska-Jasiewicz, 2005). Aktywność sportowa sprzyja rozwojowi w tym okresie życia, a pełne zaangażowanie w trening sportowy to dobra szkoła postaw. Jest to bowiem działalność wymagająca wyjątkowo intensywnego wysiłku i zaangażowania (Gracz, Sankowski, 1995). Dzięki aktywności fizycznej młodzież kształtuje umiejętności potrzebne w życiu codziennym, czyli kompetencje interpersonalne – komuni-

kacyjne, współpracy w zespole, korzystanie ze wsparcia społecznego, a także kompetencje osobiste – zarządzanie czasem, ustalanie priorytetów czy formułowanie celów (Jones, Lavallee, 2009). Możemy podejrzewać, że właśnie dlatego zawodnicy – przyzwyczajeni do regularnych treningów, systematycznej pracy wiążącej się często z rezygnacją z przyjemności czasu wolnego – uzyskali wyższe wyniki w skalach odnoszących się do pracy i działania, czyli **prospołeczność, działanie, praca**.



Rysunek 2. Zestawienie hierarchii wartości instrumentalnych w *Skali Wartości Rokeacha* obu grup badanych

Może to wynikać również z samej specyfiki sportu wyczynowego, a mianowicie z pokonywania własnych barier i ciągłego polepszania własnych wyników. Tancerze uzyskali wyniki niższe w skali **prospołeczność**. Wynik ten może być skutkiem koncentracji na samych sobie, swoich osiągnięciach i dążeniu do obranych przez siebie celów, a także rezultatem egocentryzmu cechującego tancerzy, który chwilami jest konieczny w karierze sportowej i scenicznej.

Według podziału wartości opartego na sferach motywacji autorstwa Schwartz i Bilsky'ego (Brzozowski, 1989) na podstawie wartości dominujących w grupie tancerzy możemy wnioskować o ich szczególnej koncentracji na osiągnięciach. Do tej sfery motywacji zalicza się takie wartości jak: uzdolniony, ambitny, uznanie społeczne, życie pełne wrażeń i poczucie dokonania. Spośród tych wartości tylko uznanie społeczne nie zostało docenione przez tę grupę. Z jednej strony mogłoby się to

Tabela 1. Statystyki opisowe trzech podskal Kwestionariusza Poglądy Młodzieży

Aspekty funkcjonowania psychospołecznego	Średnia		Odchylenie standardowe		<i>t</i>	<i>p</i> <
	Grupa badana	Grupa kontrolna	Grupa badana	Grupa kontrolna		
Prospołeczność	30.14	34.14	1.53	1.80	-9.99	.001
Działanie	39.22	30.34	1.97	2.65	15.89	.001
Praca	39.80	28.82	1.77	2.87	19.20	.004

Tabela 2. Statystyki opisowe wyników Kwestionariusza Nadziei na Sukces

Aspekty funkcjonowania psychospołecznego	Średnia		Odchylenie standardowe		<i>t</i>	<i>p</i> <
	Grupa badana	Grupa kontrolna	Grupa badana	Grupa kontrolna		
Nadzieja na sukces	50.88	40.31	4.39	9.12	6.17	.001
Silna wola	25.17	18.62	2.89	4.48	7.25	.001
Znajdywanie rozwiązań	25.71	21.68	2.87	5.31	3.94	.001

Tabela 3. Parametry rozkładu zmiennych Kwestionariusza Kompetencji Społecznych

Aspekty funkcjonowania psychospołecznego	Średnia		Odchylenie standardowe		<i>t</i>	<i>p</i> <
	Grupa badana	Grupa kontrolna	Grupa badana	Grupa kontrolna		
Kompetencje społeczne	159.48	119.65	7.84	8.47	20.41	.001
Efektywność w sytuacjach intymnych EI	41.80	38.88	3.60	4.63	2.93	.001
Efektywność w sytuacjach ekspozycji społecznej ES	66.62	34.54	3.58	5.34	29.50	.001
Efektywność w sytuacjach wymagających asertywności A	51.05	46.22	4.99	5.98	3.66	.001

wydawać dziwne, ponieważ osobom prezentującym swoje umiejętności przed publicznością i poddającym się ocenom sędziowskim powinno zależeć na przychylności widzów. Z drugiej jednak strony pojęcie „uznania społecznego” może kojarzyć się licealistom z większymi zasługami, np. docenianiem czyjejs pracy społecznej czy działalności charytatywnej. Pozostałe wartości odnoszące się do osiągnięć plasują się na pierwszych trzech pozycjach w obu hierarchiach. Taki wynik, zestawiony z wynikiem z Kwestionariusza Poglądu Młodzieży, wskazuje na konsekwencje wyborów tancerzy, ponieważ cały czas koncentrują się oni na pracy i jej rezultatach. Dynamiczny charakter działalności sportowej, wyrażający się w stałym dążeniu do doskonałości, w ciągłym podwyższaniu swojego poziomu, to atrybut działalności sportowej. Dodatkowo zawodnikom można przypisać motywację kierowania sobą (Brzozowski, 1989), ponieważ wysokie rangi w hierarchiach przyporządkowano niezależności, wyobraźni, poczuciu dokonania, szerokim horyzontom, poczuciu własnej godności, życiu pełnemu wrażeń, uzdolnieniu oraz miłości, nie doceniono tylko logiki, intelektu oraz wolności. Może być to wynikiem wieloletniego procesu treningowego i wykształconej u tancerzy odpowiedzialności za własne działania, za swoją karierę sportową, przyzwyczajenie do samodzielnego podejmowania decyzji w sytuacjach stresowych. Wniosek ten zostaje również potwierdzony, jeśli odniesiemy się do klasyfikacji samego autora, który pośród wartości instrumentalnych wyróżnił grupę wartości moralnych oraz kompetencyjnych. To wartości należące do drugiej grupy, czyli wartości kompetencyjne, mają większą moc w hierarchii wartości tancerzy. Porównując zatem hierarchie wartości tancerzy i grupy kontrolnej, należy podkreślić, że grupy wartości szczególnie cenione przez zawodników to wartości indywidualne, natomiast osoby nietrenujące bardziej cenią wartości grupowe. Może to potwierdzać większy indywidualizm tancerzy czy nawet świadczyć o pewnym ich egocentryzmie.

W swoich badaniach Ciecuch (2007) stwierdził, że w porównaniu z 15-latkami

młodzież 18-letnia (czyli zbliżona wiekiem do grupy badanej) niżej ceni wartość: zbowienie i prawdziwą przyjaźń, natomiast wyżej: dostatnie życie i poczucie własnej godności. Niezależnie od wieku badanych na szczycie hierarchii znalazły się: bezpieczeństwo rodziny, dojrzała miłość, mądrość, prawdziwa przyjaźń, szczęście oraz wolność. Takie relacje w większości wystąpiły również w wynikach opisywanych tutaj badań, z wyjątkiem wartości szczęścia i mądrości. W wartościach instrumentalnych dla 18-letnich badanych (Ciecuch, 2007) na szczycie hierarchii wystąpiły: kochający, uczciwy, odpowiedzialny, ambitny, niezależny. Natomiast w przypadku hierarchii wartości instrumentalnych młodzieży tańczącej wybory te były zbieżne, z wyjątkiem wartości „odpowiedzialny”. Pominięcie tej cechy przez tancerzy jest zaskakujące, dlatego warto byłoby to w przyszłości dodatkowo weryfikować.

Z racji udziału w turniejach młodzieży zawodnicy mają często sposobność sprawdzenia swoich umiejętności, porównania się z rówieśnikami, a także zmagania się ze stresem i swoimi ograniczeniami czy słabościami. Wzbogaca to wachlarz ich doświadczeń oraz wpływa na umiejętność radzenia sobie w różnych sytuacjach i z różnymi problemami. Sukces sportowy zależy od umiejętności i sprawności zawodnika oraz sposobu przeprowadzenia przez niego walki sportowej. Im silniejsze poczucie własnego sprawstwa, tym większe oczekiwanie na przyszły sukces i mniejsza skłonność do reagowania lękiem na bodźce z otoczenia sportowego (Mroczkowska, 1993). Rozwój motywacji osiągnięć jest zależny między innymi od zdolności do przypisywania sobie wyników swoich działań jako inicjatorowi tego wyniku. Wymaga to przyczynowego przypisywania skutków działalności czynnikom wewnętrznym, takim jak np. własne zdolności, a także poczucia kontroli wewnętrznej (Mroczkowska, 2010). Tak właśnie można wytłumaczyć przyczyny znacząco wyższego niż w grupie porównawczej wyniku uzyskanego przez młodych tancerzy w badaniu Kwestionariuszem Nadziei na Sukces. Ponieważ wyniki ich własnych dokonań stanowią dominujące źródło sa-

mowiedzy w okresie dorastania, dodatkowo może być ono pogłębione przez refleksje dotyczące swoich możliwości podczas procesu treningowego.

Z wyników uzyskanych w obszarze kompetencji społecznych wynika, że tancerze efektywnie radzą sobie w sytuacjach społecznych. Może być to rezultat tego, że tancerz – nawet ten startujący tylko w kategoriach indywidualnych – nieprzerwanie uczestniczy w różnorodnych relacjach interpersonalnych między nim a rywalem, trenerem, kolegami z zespołu czy też z publicznością. Sytuacje treningowe, szkoleniowe, czas startów, cały kontekst bycia zawodnikiem/sportowcem stwarzają możliwość nawiązywania znajomości, a także głębszych więzi emocjonalnych nie tylko podczas treningów, ale i poza nimi. Von Rosseberg-Gempton, Dickinson i Poole (1998) odkryli, że kreatywny taniec zwiększa u dzieci umiejętności kooperacji i komunikacji. Taniec może zatem odgrywać dużą rolę w rozwijaniu kompetencji społecznych i zachowań prospołecznych u dzieci (Lobo, Winsler, 2006). Jak zaobserwowali Stuntz i Weiss (2009 za: Łuszczynska, 2011), wysoki poziom satysfakcji z własnej aktywności sportowej wykazywali zawodnicy, którzy za główny cel swojej aktywności uważali przyjaźń z rówieśnikami oraz z trenerem. Proces treningowy wpływa też na kształtowanie wzajemnej tolerancji i wyrozumiałości w kontaktach między trenerem a zawodnikiem oraz w stosunku do innych zawodników i przeciwnika.

Wpływ na kompetencje, a zwłaszcza efektywne radzenie sobie w sytuacjach ekspozycji społecznej, wydaje się mieć również sama rywalizacja sportowa i udział w pokazach tanecznych. Rywalizacja sportowa odbywa się najczęściej w obecności szerszego grona widzów i kibiców, wobec czego emocje dodatkowo się wzmagają. Tancerze mogą przenosić takie doświadczenia do życia codziennego i z łatwością opanowywać stres w sytuacji ekspozycji społecznej. Trudno jednoznacznie określić, co wpłynęło na wyższe wyniki radzenia sobie w sytuacjach intymnych: być może większa dojrzałość emocjonalna zawod-

ników, wynikająca z licznych kontaktów i obserwacji starszych i bardziej doświadczonych zawodników. Może być to także konsekwencją samej specyfiki tańca, czyli koncentracji na emocjach swoich, partnera czy widowni.

Aby można było mówić o zależnościach płynących wprost z uprawiania tańca sportowego, należałoby pokusić się o badania podłużne. Oczywiście, że w sporcie wyczynowym mogą wytrwać jednostki o określonym profilu psychologicznym. Chodzi przede wszystkim o konsekwencję, pracowitość i wytrwałość w znoszeniu reżimu treningowego. Jednak w opisaney pracy przebadano młodzież, która od kilku lat czas wolny spędza na treningach, w gronie osób pracujących na swój sportowy sukces, więc nie sposób pominąć tu roli wychowania i wartości, które u dzieci, a później adolescentów są wzmacniane właśnie przez przynależność do drużyny i obserwację zachowań m.in. starszych czy odnoszących sukcesy tancerzy.

Podsumowując, zachęcenie młodzieży do aktywności sportowej może służyć osłabieniu różnego rodzaju problemów wychowawczych i ułatwić „przejście” tak trudnego okresu, jakim jest adolescencja. Jak potwierdzają badania przeprowadzone przez S. Petrakovschi i współpracowników (2011), młodzież tańcząca dołącza do grona ludzi z pasją, z którymi może dzielić nie tylko zainteresowania, lecz także wszystkie smutki i radości życia codziennego. Ponadto przez kontakt ze sportem osiąga się poprawę sprawności fizycznej, zdrowia, a przede wszystkim zainteresowanie i zapotrzebowanie na tego rodzaju aktywność w przyszłości (Petrakovschi, Costas, Sorinel, 2011). Funkcjonowanie adolescentów podczas treningów i współzawodnictwa oraz w relacjach z innymi zawodnikami czy trenerami jest determinowane przemianami i zadaniami rozwojowymi charakterystycznymi dla tego okresu życia. Natomiast działalność oraz rywalizacja sportowa wpływają na kształtowanie się przekonań, dotyczących własnych kompetencji, umiejętności regulacji napięcia emocjonalnego, a także poczucie własnej wartości.

PRZYPISY

¹ Artykuł ten powstał na podstawie pracy magisterskiej *Wybrane aspekty funkcjonowania psychospołecznego młodzieży trenującej taniec sportowy*, napisanej pod kierunkiem dr A. Kaczanowskiej w Instytucie Psychologii Stosowanej UJ w 2009 roku.

BIBLIOGRAFIA

- Argyle M. (1999), *Psychologia stosunków międzyludzkich*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Birch A., Malim T. (2002), *Psychologia rozwojowa w zarysie. Od niemowlęstwa do dorosłości*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Brzozowski P. (1989), *Skala Wartości (SW). Polska adaptacja Value Survey M. Rokeacha*. Warszawa: Polskie Towarzystwo Psychologiczne, Wydział Psychologii Uniwersytetu Warszawskiego.
- Cieciuch J. (2007), *Relacje między systemami wartości a przekonaniami światopoglądowymi w okresie dorastania*. Warszawa: Wydawnictwa Uniwersytetu Warszawskiego.
- Cylulko P. (2003), *Tańczę, więc jestem*. „Sprawy Nauki”, Biuletyn Ministra Nauki i Szkolnictwa Wyższego, *Nauka i etyka*, 1.
- Czerwińska-Jasiewicz M. (1997), *Decyzje młodzieży dotyczące własnej przyszłości (uwarunkowania psychospołeczne)*. Warszawa: Oficyna Wydawnicza Wydziału Psychologii UW.
- Czerwińska-Jasiewicz M. (2005), *Rozwój psychiczny młodzieży a jej koncepcje dotyczące własnego życia*. Warszawa: Wydawnictwo Instytutu Psychologii PAN.
- Garstka K. (2000), Wpływ uprawiania gimnastyki rekreacyjnej przez kobiety w średnim wieku na percepcję obrazu własnego ciała. *Wychowanie Fizyczne i Sport*, 4, 55–62.
- Gracz J. (2000), *Psychologia sportu*. Poznań: Wydawnictwo AWF Poznań.
- Gracz J., Sankowski T. (1995), *Psychologia sportu*. Seria: Podręczniki nr 44, Poznań: Wydawnictwo AWF Poznań.
- Gurycka A. (1986), *Systemy wartości młodzieży licealnej (1978) a oddziaływanie szkoły*. Warszawa: Wydawnictwo UW.
- Gurycka A. (1991), *Światopogląd młodzieży*. Pracownia Testów Psychologicznych Warszawa: Wydawnictwo UW.
- Gurycka A. (1994), *Reprezentacja świata w umysłach młodzieży. Geneza*. Warszawa–Olsztyn: Polskie Towarzystwo Psychologiczne.
- Jones M., Lavalley D. (2009), Exploring the sill needs of British adolescent athletes. *Psychology of Sport and Exercise*, 10, 159–167.
- Kuźmińska O. (2002), *Taniec w teorii i praktyce*. Poznań: Wydawnictwo AWF Poznań.
- Lobo Y., Winsler A. (2006), The effects of a creative dance and movement program on the social competence of head start preschoolers, *Social Development*, 15, 3, 501–519.
- Łaguna M., Trzebiński J., Zięba M. (2005), *Kwestionariusz Nadziei Na Sukces*, Pracownia Testów Psychologicznych Polskiego Towarzystwa Psychologicznego.
- Luszczyńska A. (2011), *Psychologia sportu i aktywności fizycznej. Zagadnienia kliniczne*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Matczak A. (2001), *Temperament a kompetencje społeczne*. Warszawa: Wydawnictwo UW.
- Matusewicz Cz. (1975), *Psychologia wartości*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Mądrycki T. (1996), *Osobowość jako system tworzący i realizujący plany*. Gdańsk: Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne.
- Mellibruda J. (2003), *Ja, ty, my. Psychologiczne możliwości ulepszania kontaktów międzyludzkich*. Warszawa: Instytut Psychologii Zdrowia PTP.
- Mroczkowska H. (1993), Z badań nad strukturą procesów poznawczo-motywacyjnych w sytuacjach walki sportowej. *Sport Wychynowy*, 1, 2, 100–104.
- Mroczkowska H. (2010), Identyfikacja i rozwój młodych talentów. Psychologiczne aspekty trwałego zaangażowania dzieci i młodzieży w aktywność sportową. *Sport Wychynowy* 2, 534, 8–18.

- Obuchowska J. (2000), *Drogi dorastania*. Warszawa: Wydawnictwa Szkolne i Pedagogiczne.
- Petracovschi S., Costas C., Sorinel V. (2011), Street dance: form of expressing identity in adolescents and youth. *Physical Education and Rehabilitation Journal*, 3, 6, 7–12.
- Piątkowska A. (1988), Piękno i ekspresja ruchowa w wychowaniu fizycznym. *Kultura Fizyczna*, 5, 6, 2–5.
- Przetacznik-Gierowska M., Tyszkowa M. (1996), *Psychologia rozwoju człowieka*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Sankowski T. (2001), *Wybrane psychologiczne aspekty aktywności sportowej*. Poznań: Wydawnictwo AWF Poznań.
- Snyder C. (2002), Hope theory: rainbows in the mind. *Psychological Inquiry*, 13, 4, 249–275
- Starosta W., Dębczyńska J., Kos H., Radzińska M. (2000), O trafności samooceny zawodnika w doskonaleniu techniki sportowej. *Wychowanie Fizyczne i Sport 2*, 69–77.
- Stuntz C., Weiss M. (2009), Achievement goal orientations and motivational outcomes in youth sport: The role of social orientations. *Psychology of Sport and Exercise*, 10, 255–262.
- Tomaszewski T. (1966), *Aktywność człowieka* [w:] M. Maruszewski, J. Reykowski, T. Tomaszewski, *Psychologia jako nauka o człowieku*. Warszawa: Wydawnictwo Książka i Wiedza.
- Trempała J., Czyżowska D. (2002), *Rozwój moralny* [w:] B. Harwas-Napierała, J. Trempała (red.), *Psychologia rozwojowa człowieka. Rozwój funkcji psychicznych*, t. 3, 105–127, Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Tudeau F., Shephard R. (2008), Physical education, school physical activity, school sports and academic performance. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*. 5, 10, 1–12.
- Von Rosseberg-Gempton I., Dickinson J., Poole G. (1998), Creative dance: Potentiality for enhancing social functioning in frail seniors and young children. *The Arts in Psychotherapy*, 26, 313–327.