

Od redaktora naukowego

Książka, którą Państwu prezentujemy, jest zbiorem artykułów na temat związków psychologii i sportu. Zamieszczone w niej teksty poruszają różne aspekty psychicznego funkcjonowania jednostki w sporcie, nie pomijając odpowiedzi na nurtujące wszystkich pytanie o to, jakie czynniki odpowiadają za odnoszenie sukcesów lub ponoszenie porażek.

Inspiracją do powstania tego zbioru była zorganizowana w kwietniu 2005 roku, przez Koło Naukowe Psychologii Sportu Uniwersytetu Warszawskiego i Polskie Stowarzyszenie Studentów i Absolwentów Psychologii, konferencja „Psychologia sportu – moda czy potrzeba”. Żywe zainteresowanie publiczności, w tym studentów, zawodników, trenerów i psychologów, skłoniło nas do zebrania w jednym tomie tekstów z obszaru szeroko rozumianej tematyki psychologii sportu. Zainteresowane, jakie wzbudziła konferencja, pozwala nam sądzić, że wiedza z tego zakresu jest pilnie poszukiwana przez osoby obecne w sporcie w różnych rolach. Mamy zatem nadzieję, że każdy z odbiorców znajdzie interesujące go zagadnienie na kolejnych stronach niniejszej pozycji.

W tomie tym zawarto wiedzę i wyniki badań będące już kanonem psychologii w sporcie oraz ukazano zupełnie nowe potraktowanie tego zagadnienia. Książka podzielona została na trzy części.

W części I znajdują się teksty przedstawiające zróżnicowane podejście do problematyki badawczej w psychologii sportu.

Rozdział ten otwiera artykuł Dariusza Parzelskiego i Andrzeja Nowaka pt. „Zaangażowanie w sport w ujęciu teorii dynamicznej psychologii społecznej”, w którym omówiono nowe w psychologii (nie tylko sportu) podejście teoretyczne i metodologiczne do kwestii poszukiwania czynników odpowiedzialnych za osiągnięcie sukcesów w sporcie i ponoszenie w nim porażek.

W artykule pt. „Funkcjonowanie w sporcie wyczynowym kobiet o różnym nasileniu psychologicznego wzorca «męskości»” Helena Mroczkowska zwraca uwagę na to, jakie koszty ponoszą sportsmenki w typowo męskim, nastawionym rywalizacyjnie, świecie sportu. Celem artykułu jest określenie różnic w poznawczo-motywacyjnych parametrach kobiet o odmiennych wzorcach kulturowych „męskości”, które wskazywałyby na koszty psychofizyczne ponoszone w działaniu.

Następny tekst, Adriany Zagórskiej, Anny Kuk i Małgorzaty Bujar pt. „Rezultaty sportowe a wsparcie społeczne, własna skuteczność oraz lęk niepełnosprawnych pływaków”, porusza ważne kwestie sportu niepełnosprawnych. Cieszy fakt, że coraz więcej psychologów, także z Polski, zauważa, jak duże znaczenie w życiu tych osób ma sport.

Kolejna pozycja to artykuł Macieja Andryszczaka, Magdy Płatek, Macieja Kozika, Pawła Brzóska oraz Kingi Ligockiej pt. „Efekt miłosiernego Samarytanina i efekt rewanżu. Wpływ informacji negatywnej bądź pozytywnej na samoocenę i spostrzeganie społeczne”. Autorzy w dobitny sposób pokazują niepożądane efekty wpływu informacji negatywnej na zachowanie jednostki. Nie trzeba chyba nikogo przekonywać, że o wyniku osiągniętym przez sportowca w zawodach może zadecydować rodzaj informacji, jaka dociera do niego przed startem z jego najbliższego otoczenia.

W artykule pt. „Cechy temperamentu i osobowości zawodników sportów walki i zespołowych gier sportowych” Paulina Bernatek, Sylwia Cwyl, Diana Dudziak, Ilona Szantarek, Monika Guskowska pokazują klasyczne w psychologii sportu podejście do badania różnic wymiarów temperamentu i cech osobowości zawodników trenujących odmienne dyscypliny sportu.

Tekst Aldony Litwińskiej pt. „Sport a twórczość – podobieństwa i różnice. Charakterystyka wybranych dyscyplin sportowych pod kątem kreatywności” opisuje wspólne cechy zadań twórczych i sportu. Autorka próbuje także odpowiedzieć na pytanie, czy istnieje związek między poziomem twórczości sportowców a dyscypliną sportu, jaką uprawiają.

Część I zamyka artykuł Katarzyny Rutkowskiej pt. „Poziom kompetencji społecznych trenerów i instruktorów sportu”. Omówiono w nim badania, które miały na celu określenie poziomu i charakteru kompetencji społecznych w grupie zawodowej trenerów oraz instruktorów sportu. Autorka postuluje stworzenie, odpowiednio dobranych do tej grupy zawodowej, Treningów Umiejętności Społecznych, doskonalących i rozwijających ich kompetencje społeczne.

Część II książki poświęcona jest zagadnieniom teoretycznym. Skuteczna współpraca z zawodnikami, trenerami i rodzicami wymaga solidnych podstaw teoretycznych. Wiedza tego typu jest niezbędna wszystkim osobom pracującym w sporcie do zrozumienia zjawisk w nim zachodzących. Artykuły tej części adresowane są nie tylko do psychologów sportu. Zostały one napisane w taki sposób, aby ich odbiorcami mogli zostać zawodnicy, trenerzy, rodzice zawodników oraz działacze sportowi.

Część II otwiera tekst Kamila Wódki „Współpraca zawodnika z psychologiem – jak rozpocząć?”. Autor prezentuje w nim najważniejsze sprawy związane z zawieraniem kontraktu na współpracę psychologiczną ze sportowcami. Informacje

zawarte w tekście mogą być pomocne zarówno psychologom, jak i zawodnikom czy trenerom w trakcie zawierania takiej umowy.

W kolejnym tekście pt. „Humorem pokonam stres! Zastosowanie humoru jako metody walki ze stresem w sporcie” Urszula Rudzka i Anna Radomska ukazują możliwości zastosowania humoru jako strategii walki ze stresem w sporcie. Po dokonaniu przeglądu dotychczasowych teorii i badań autorki stwierdzają, że umiejętnie wykorzystane śmiech i humor wydają się odgrywać rolę skutecznej strategii walki ze stresem również w sytuacji sportowej.

Tekst Katarzyny Prasek i Dariusza Parzelskiego pt. „Postawy rodziców młodych zawodników wobec sportu” dotyczy delikatnej kwestii, jaką jest udział rodziców w życiu sportowym młodych zawodników, podejmując próbę przeanalizowania wybranych typów rodziców sprawiających trudności w świetle teorii stylów wychowawczych i postaw rodzicielskich.

Joanna Rogala w tekście pt. „Sport wyczynowy a syndrom wypalenia” zajmuje się tym niebezpiecznym zjawiskiem, które dotyczy coraz szerszego grona zawodników i trenerów. Syndrom wypalenia to realne zagrożenie dla osób wyczynowo uprawiających sport. Tekst ten może być pomocny w rozpoznawaniu tego syndromu i w zapobieganiu jego powstawaniu.

Część II kończy artykuł Barbary Jakubiec pt. „Psychologia tańca – psychologia sportu czy psychologia sztuki?”. Dotyczy on tańca towarzyskiego i próbuje odnaleźć odpowiedź na postawione w tytule pytanie. Z jednej strony bowiem taniec towarzyski, jako sztuka, żywa rzeźba, jest bardzo widowiskową formą tańca estradowego, z drugiej zaś zawiera w sobie element rywalizacji o miano najlepszego na turniejach tanecznych. Odpowiedź na zadane pytanie nie jest łatwa.

Ostatnią, III część książki zatytułowano „Sport z perspektywy trenera”. W opracowaniu Bogusława Tołwińskiego pt. „Kałos kagathos” – Piękny i dobry – fundamenty życia i treningu w triathlonie” przedstawiono filozofię treningu i psychologii sportu z perspektywy trenera. Autor opisuje własne doświadczenia pracy z zawodnikami oraz fundamentalne zasady, jakimi w niej powinien kierować się trener. Wydaje się, że zasady te można także przenieść na grunt współpracy psychologa z zawodnikami.

Mam nadzieję, że ten krótki przegląd zawartości książki, ukazujący bogactwo prezentowanej problematyki, zachęci Czytelnika do zapoznania się z jej treścią.

Psychologia sportu to młoda, dopiero rozwijająca się dziedzina. Łączy w sobie wiele gałęzi psychologii stosowanej i pedagogiki, ale czerpie także z doświadczeń trenerów i zawodników. Jest silnie zdeterminowana specyfiką środowiska sportowego. Kiedy o zwycięstwie decydują ułamki sekund lub centymetry, każdy członek drużyny musi dać z siebie wszystko, a praca zaczyna się wiele miesięcy, nawet lat przed startem.

Pragniemy, aby prezentowana książka przybliżyła wiedzę na temat psychologii sportu szerszemu gronu czytelników, a przede wszystkim zawodnikom, trenerom i działaczom sportowym. Marzymy, aby wiedza z zakresu psychologii sportu była przydatna w budowaniu sukcesów polskich sportowców.