

Dariusz Parzelski

(Szkoła Wyższa Psychologii Społecznej, Warszawa)

Andrzej Nowak

(Wydział Psychologii, Uniwersytet Warszawski)

Zaangażowanie w sport w ujęciu teorii dynamicznej psychologii społecznej

W mechanizmach psychologicznych lokuje się jeden z głównych czynników odpowiedzialnych za odniesienie sukcesów w sporcie. Spośród wielu badanych elementów psychologicznych zaangażowanie w sport odgrywa – naszym zdaniem – rolę kluczową. Decyduje ono nie tylko o osiągnięciu mistrzowskich wyników, lecz także o pozostawaniu w sporcie lub rezygnacji z niego.

Zaangażowanie pełni funkcje kontrolne w życiu jednostki. Organizuje ono myśli, działania i potrzeby psychologiczne podmiotu we wszystkich sferach życia. Chociaż wiele tradycyjnych teorii motywacji można odnieść do zaangażowania, nie pozwalają one jednak ująć podstawowej właściwości – dodatniego sprzężenia zwrotnego charakterystycznego dla zaangażowania w sport. Przez pojęcie to można rozumieć proces regulacji myśli i zachowań zawodnika związanych ze sportem. Wysoki poziom zaangażowania prowadzi do szerszego udziału jednostki w sporcie, co przekłada się z reguły na lepsze wyniki sportowe. Niski poziom zaangażowania oznacza słabe kontakty jednostki ze światem sportu i powoduje mierne wyniki sportowe zawodnika. Można zatem powiedzieć, że zaangażowanie jest procesem dynamicznym, w którym istotną rolę odgrywają funkcje sprzężenia zwrotnego.

W takim ujęciu zaangażowanie można rozumieć jako stabilny punkt równowagi. Możliwe jest opisanie różnych typów zaangażowania w sport jako takich kombinacji czynników, które w dłuższym okresie znajdują się w stanie równowagi.

Dlaczego warto badać zaangażowanie w sport?

Sport wyczynowy wymaga od zawodnika pełnego zaangażowania w uprawianą dyscyplinę. Oznacza to w dużej mierze rezygnację z życia towarzyskiego, hobby, często rodziny i nauki. Całe życie zawodnika podporządkowane zostaje sportowi. Powoduje to, że staje się on specyficznym stylem życia jednostki. W przypadku sportu wyczynowego uprawianie dyscypliny nie ogranicza się jedynie do ćwiczeń technicz-

nych. Poza zwykłym treningiem zawodnik poświęca wiele czasu na treningi uzupełniające, tj. basen, bieganie, siłownię. Wolny czas przeznaczają na poszukiwanie informacji o uprawianej dyscyplinie lub o swoich idolach. Często trening i zajęcia związane ze sportem zajmują zawodnikowi nawet do kilkunastu godzin dziennie przez ponad 250 dni w roku. Zaangażowanie jest tak duże, że brak czasu nie pozwala na podejmowanie nauki czy posiadanie hobby.

W zamian za poświęcenie zawodnik otrzymuje różnego typu gratyfikacje. Należy do nich m.in. bogate życie społeczne w gronie kolegów i koleżanek sportowców, nierzadko prowadzące do bliskich związków. Częste wyjazdy krajowe i zagraniczne są dla wielu osób możliwe jedynie dzięki uprawianiu sportu. Dla najlepszych zawodników uprawianie sportu oznacza awans społeczny oraz życie na wyższym poziomie materialnym. Z tego powodu styl życia sportowca jest bardzo konkurencyjny w stosunku do „życia nie w sporcie” i może rekompensować ponoszone nakłady.

Proponowany model zaangażowania w sport

Zasadnicze znaczenie dla pojęcia zaangażowania w sport ma zrozumienie potrzeb zawodnika i sposobów ich zaspokajania na gruncie sportu. Chodzi o zaspokajanie tak oczywistych w sporcie potrzeb, jak potrzeba osiągnięć, władzy, aktywności fizycznej, ale także potrzeb społecznych, takich jak: potrzeba przyjaźni, bliskich związków, niezależności czy akceptacji.

O istocie modelu zaangażowania w sport (Parzelski 2000; 2003) nie decydują pojedyncze elementy, ale układ powiązanych czynników – myśli, potrzeb i działań jednostki oraz wpływy i wymagania środowiska zewnętrznego. Wzajemne relacje między elementami takiego układu umożliwiają zaspokojenie coraz większej liczby potrzeb jednostki przez sport, jednocześnie uniemożliwiając ich zaspokojenie poza sportem. Dochodzi do sytuacji, w której zaspokajanie potrzeb przenosi się z różnych dziedzin życia jednostki (szkoła, praca, rodzina) na teren sportu. Ujawnia się w ten sposób następująca zależność: im więcej elementów życia jednostka łączy ze sportem, tym bardziej jest w niego zaangażowana. Jednocześnie zawodnik, będąc silniej zaangażowany, zaczyna zaspokajać coraz więcej swoich potrzeb życiowych poprzez sport, osiągając lepsze rezultaty. Stopień zaspokojenia potrzeb jednostki zaczyna być regulowany przez odnoszenie sukcesów w sporcie. Z kolei osiągnięte wyniki zależą zwrotnie od stopnia realizacji potrzeb jednostki przez sport.

Kontekst teoretyczny – teoria dynamicznej psychologii społecznej

Do zrozumienia, jak różnorodne czynniki psychologiczne i społeczne składają się na system zaangażowania w sport wykorzystana zostanie teoria dynamicznej psychologii społecznej (Nowak, Vallacher 1998). Według tej teorii, jednostka traktowana jest jako zbiór wielu połączonych ze sobą elementów zmieniających się w czasie. Dotychczas nie badano w tej perspektywie teoretycznej złożonej sytuacji sportowej.

Według Vallachera i Nowaka (1997), układ dynamiczny jest zestawem wzajemnie powiązanych elementów podlegającym zmianie. Główną cechą tego typu układów jest zdolność do ewolucji w czasie (Nowak, Vallacher 1998). Relacje między zmiennymi przybierają postać pętli sprzężenia zwrotnego. Ten proces jest sprzeczny z „tradycyjną naturą sprawstwa, która zakłada asymetryczny, jednokierunkowy związek między przyczyną i efektem” (Nowak, Vallacher 1998). Zdaniem Bandury (1986; za Nowak, Vallacher 1998), dwukierunkowa przyczynowość stanowi podstawę zjawisk psychologii społecznej. Ewolucja układu dynamicznego może się odbywać nawet wówczas, gdy brakuje wpływów zewnętrznych. Wynika to z faktu, że mechanizm sprzężeń zwrotnych w układach dynamicznych wystarcza do tworzenia trwałej dynamiki, a zmiana stanu takiego układu nie wymaga wpływów zewnętrznych. Jeśli zaś czynniki zewnętrzne spowodują zmianę układu, to dzieje się to poprzez interakcje z wewnątrznie generowaną dynamiką (Nowak, Vallacher 1998). Wewnątrznie generowana dynamika oznacza możliwość zmiany stanu systemu mimo braku wpływu, a niekiedy nawet wbrew naciskom czynników zewnętrznych. Szczególnym przypadkiem wewnątrznie generowanej dynamiki jest utrzymanie stałego stanu na przekór wpływom zewnętrznym.

Zgodnie z tym rozumieniem, funkcjonowanie zawodnika w sporcie można przedstawić jako układ dynamiczny rozwijający się w czasie. W języku teorii dynamicznej psychologii społecznej zależność pomiędzy treningiem i sukcesem można opisać jako mechanizm powiązanych ze sobą pętli sprzężeń zwrotnych. Oznaczałoby to, że trening prowadzi do sukcesu i większego zaangażowania w sport, a sukces zwrótnie oddziałuje na wielkość i jakość treningu – powoduje przejawianie coraz to nowych form aktywności (np. rozpoczęcie treningu ogólnorozwojowego, siłowego, pływania, treningu mentalnego). Proces ten przyczynia się do większego zaangażowania oraz bardzo często do uzyskania lepszych wyników. W efekcie coraz więcej sfer funkcjonowania jednostki będzie miało ścisły związek z działalnością sportową.

Newsten (1994) twierdzi, że każdy układ dynamiczny dąży do pewnej stałości interakcji między elementami tworzącymi go. Innymi słowy, układy złożone cha-

rakteryzują się tym, że mają na celu osiągnięcie stabilnych punktów równowagi¹, które odpowiadają optymalnemu funkcjonowaniu systemu. Pełnią one funkcję regulacyjną dla układu dynamicznego.

Rodzaje dynamiki zaangażowania w sport

Używając języka teorii dynamicznej psychologii społecznej (Nowak, Vallacher 1998; Vallacher, Nowak 1997) oraz modelu zaangażowania w sport (Parzelski 2000; 2003), można opisać cztery główne typy dynamiki zaangażowania w sport:

PROFESJONALIZM. Mianem profesjonalisty określa się zawodników o wysokich, powtarzanych w miarę regularnie osiągnięciach sportowych. Zawodnicy należący do tego typu bardzo dużo czasu przeznaczają na uprawianie sportu lub czynności z nim związanych (trening uzupełniający, zajęcia z psychologiem, poszukiwanie informacji o uprawianej dyscyplinie sportu). Sport dla takiej osoby jest dominującą dziedziną życia, dla której gotowa jest wszystko poświęcić. Jest zdolna do dowolnych wyrzeczeń, aby odnieść sukces. Stanowi to jedyny sposób, zwłaszcza w takim wysoko kompetytywnym środowisku, żeby wygrać. Inaczej mówiąc, pojawia się kwestia sportu nie jako realizacji potrzeb, ale realizacji potrzeb pod warunkiem uprawiania sportu. Tak więc sport nie jest tu narzędziem zaspokojenia potrzeb jednostki. System wyznacza ramy, w jakich potrzeby jednostki mogą być zaspokojone lub muszą zostać okrojone.

ZAPAL. Ten typ dynamiki prezentują zawodnicy zajmujący się sportem na w miarę wysokim poziomie, lecz nieosiągający regularnych sukcesów. Sport jest sposobem zaspokajania różnych potrzeb jednostki – potrzeb kontaktów towarzyskich, aprobaty społecznej, aktywności fizycznej, materialnych (podróże, nagrody), seksualnych, niezależności, prestiżu społecznego, własnej wartości. Sport jest wykonywany dopóty, dopóki zaspokaja potrzeby jednostki. Gdy dostępne stają się inne sposoby realizacji potrzeb albo sport przestaje zaspokajać potrzeby jednostki, wówczas zaprzestaje ona uprawiania sportu. Uprawianie sportu zależy też od tego, jak osoba zaspokaja potrzeby, czy gdy pojawią się lepsze możliwości, to bez większego wahania „wyjdzie” ona ze sportu. Uprawianie sportu można porównać do wykonywania określonego zawodu. Sport jest niejako narzędziem do realizacji potrzeb.

AMATORSTWO. Amatorami są osoby zajmujące się sportem w miarę regularnie, głównie z powodu wysokiej potrzeby aktywności fizycznej. Osoby te bardzo lubią daną czynność: uwielbiają biegać, pływać, jeździć na rowerze. Jednostki takie

¹ W terminologii układów dynamicznych te stany równowagi nazywa się atraktorami (por. Schuster 1994; Nowak, Vallacher 1998).

rzadko rywalizują na zawodach, zajmując się sportem dla własnej przyjemności. Sport stanowi dla nich uzupełnienie innych ważnych obszarów ich życia. Osoby często uprawiają sport pod wpływem innych: przyjaciół, rodziny, bo taką formę spędzania czasu preferują w ich środowisku. Uprawianie sportu można w tym wypadku odczytywać jako czynność samonagradzającą. Nagroda związana jest z trenowaniem, aktywnością fizyczną. Jednostka unika porównywania i sprawdzania się z innymi, ponieważ wejście w rygor zewnętrznych ocen może „zabić” radość z uprawiania sportu u jednostki i doprowadzić do rezygnacji z treningów.

PROFESJONALNE AMATORSTWO. Do tego typu zalicza się osoby aktywnie zajmujące się sportem na wysokim poziomie, a jednocześnie silnie zaangażowane w konkurencyjne formy aktywności, np.: sport i pracę zawodową; sport i rodzinę; sport i naukę.

Głównym mechanizmem stabilizującym układ lub decydującym o wyborze danej formy aktywności jest antycypowanie zaspokojenia potrzeb jednostki w przyszłości. W zależności od tego, gdzie w perspektywie będzie mogła zrealizować własne potrzeby, będzie ona dążyć do określonego punktu równowagi. Jednostka jest silnie zaangażowana w sport, jeśli ma poczucie, że będzie dzięki temu zaspokajać swoje potrzeby w przyszłości.

Opis części metodologicznej

Prezentowany projekt ma na celu wykazanie, iż jednym z podstawowych czynników decydujących o powodzeniu w sporcie jest typ zaangażowania jednostki.

Pytania badawcze

Problemy badawcze wynikające z przedstawionych rozważań teoretycznych można ująć w formie następujących pytań:

1. Czy można wyróżnić grupy sportowców ze względu na typ dynamiki zaangażowania w sport?
2. Czy określony typ dynamiki zaangażowania w sport łączy się z konkretnym poziomem osiągnięć sportowych?

Opis metody badania

Badanie zakładało wyróżnienie poszczególnych typów zaangażowania w sport oraz sprawdzenie związku pomiędzy typem dynamiki zaangażowania w sport a wynikami sportowymi osiąganymi przez zawodnika. Badanie opierało się na porównaniu grup naturalnych. Zmienne miały postać zmiennych o charakterze różnic

indywidualnych. Sportowców badano jednorazowo, wykorzystując komputer osobisty i ankiety.

Uczestnicy badania

W badaniu wzięło udział 70 zawodników reprezentujących zróżnicowany poziom sportowy, od amatorów po zawodników o niskim, umiarkowanym oraz wysokim poziomie. Grupę zawodników o wysokim poziomie sportowym stanowili członkowie kadry narodowej w danej dyscyplinie, reprezentanci Polski na Igrzyska Olimpijskie w Atenach w 2004 roku, zaś grupę zawodników o niskim poziomie – osoby rywalizujące na zawodach rangi krajowej oraz członkowie sekcji AZS SWPS i AZS UW. Badani zawodnicy uprawiali dyscypliny o wymiernym sposobie oceniania wyniku (punkty, czas, odległość), np. pływanie, judo, szermierkę. Mężczyźni stanowili 59% badanej próby, a średni wiek badanych wynosił 20 lat ($SD = 3,2$). Zawodnicy deklarowali pięć treningów tygodniowo; minimalnie 2, zaś maksymalnie 13. W badanej próbie przeważali zawodnicy (83%) uprawiający indywidualne dyscypliny sportu.

Zmienne i wskaźniki

Zmienną zależną w badaniu był prezentowany poziom sportowy. Do jego pomiaru wykorzystano Ankiety Osiągnięć Sportowych. Składała się ona z 20 pytań, na które badani udzielali odpowiedzi „TAK” lub „NIE”. Większa liczba punktów wskazywała na wyższy poziom sportowy badanych zawodników.

Zmienną niezależną stanowił typ zaangażowania jednostki w sport. Zawodników kwalifikowano do jednego z wymienionych uprzednio typów dynamiki zaangażowania w sport, biorąc za podstawę diagnozę stanów równowagi określanych w komputerowej analizie wypowiedzi uczestnika badania, dotyczącej udziału sportu w typowym schemacie dziennych aktywności.

Przebieg badania

Badanie – zatytułowane „Ja w sporcie” – miało charakter indywidualnego spotkania. Na wstępie uczestnicy badania podpisywali zgodę na wzięcie w nim udziału. Pierwsza część polegała na samodzielnym nagraniu przez uczestników badania odpowiedzi na pytania: „Opowiedz najdokładniej jak potrafisz, jak wygląda Twój typowy dzień. Opisz, czym się najczęściej zajmujesz i ile ci to zabiera czasu”. Po zapoznaniu badanych z instrukcją etapu pierwszego i działaniem programu nagrywanego osoba prowadząca badanie opuszczała pomieszczenie na czas nagrania wypowiedzi. Zabieg ten miał na celu podkreślenie anonimowości badania, zachowanie standardowych warunków badawczych oraz zmniejszenie wpływu obecności innych osób (w tym wypadku eksperymentatora). Nagrywając wypowiedź, badani

wykorzystywali komputer i podłączony do niego mikrofon. Maksymalny czas wypowiedzi wyniósł 5 minut.

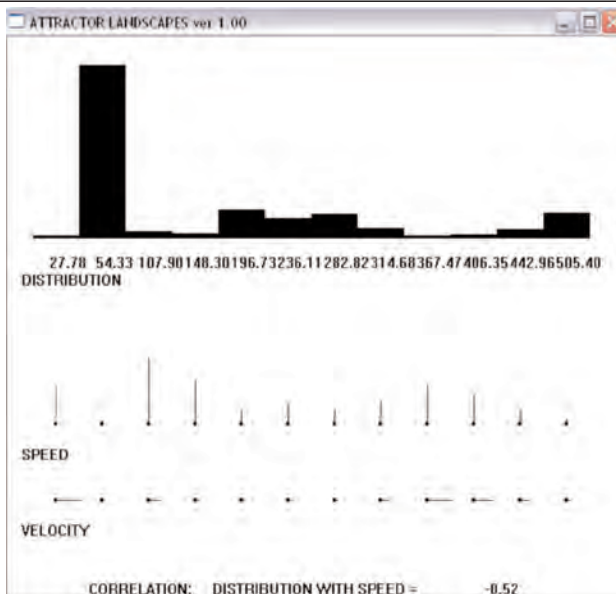
Kiedy badany zakończył wypowiedź, prowadzący badanie wracał do pomieszczenia. Następnie zapoznawał badanego z instrukcją drugiej części, polegającej na ocenie własnych wypowiedzi, wykonując „zadanie myszy komputerowej” (por. Krejtz 2003; Nowak, Vallaher 1998). Instrukcja (wyświetlano ją na ekranie monitora komputerowego) informowała badanego o tym, iż jest to zadanie treningowe, że w kolejnym etapie badania będzie oceniał, w jakim stopniu formy aktywności przez niego wymienione łączą się ze sportem, wykorzystując do tego program komputerowy, z którym obecnie się zapozna. Instrukcja wyjaśniała, że badany usłyszy z głośników uprzednio nagrany swoją wypowiedź, a na ekranie zobaczy dwa symbole: białe kółko na środku ekranu oraz wskaźnik myszy komputerowej. Wskaźnik myszy badany winien zbliżyć do środka ekranu wtedy, kiedy będzie mówić o rzeczach silnie związanych ze sportem, odsuwać od środka ekranu w dowolnym kierunku wtedy, kiedy będzie mówił o działaniach słabo związanych ze sportem lub wcale z nim niezwiązanymi.

Po wyjaśnieniu wątpliwości badany uruchamiał treningowy program „myszy komputerowej”, w którym ekran wyglądał jak we właściwej części eksperymentu, a jedyną różnicą było to, że badany nie słyszał własnego nagrania. Mógł on swobodnie poruszać myszą komputerową, zapoznając się z działaniem tej procedury. Ponownie eksperymentator wyjaśniał wątpliwości uczestnika badania i odpowiadał na ewentualne pytania. Kiedy badany nie zgłaszał wątpliwości co do procedury badania, eksperymentator instruował go, w jaki sposób uruchomić właściwy program badania i wychodził z pomieszczenia na czas wykonywania zadania.

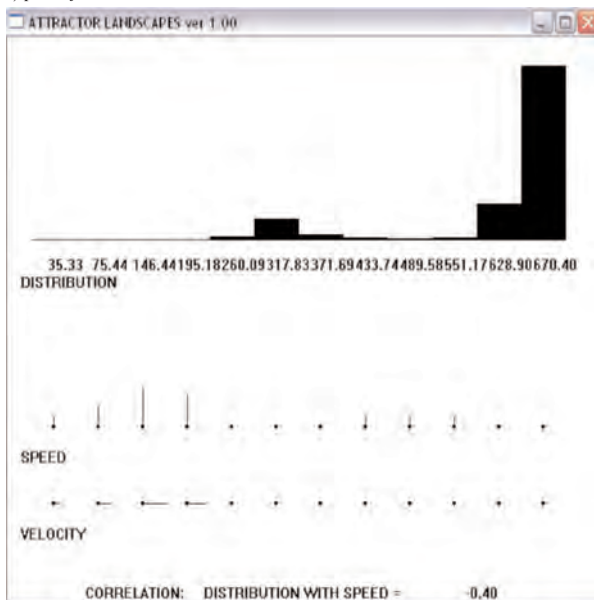
Eksperymentator powracał do pomieszczenia po zakończeniu przez uczestników procedury „myszy komputerowej”. Ostatni etap polegał na wypełnieniu przez badanych Ankiety Osiągnięć Sportowych. Następnie prowadzący podziękował uczestnikom badania za wzięcie w nim udziału oraz odpowiadał na ewentualne pytania.

Wyniki

Celem badania – jak już wskazywano – było sprawdzenie związku pomiędzy dynamiką układu ujawnianą przez zawodnika a osiąganymi wynikami sportowymi. Zapis ruchów myszą przez badanego w „zadaniu myszy komputerowej” zamieniono na szeregi czasowe za pomocą programu „Analyser” opracowanego przez Borkowskiego. Następnie otrzymane szeregi czasowe poddano analizie komputerowej, stosując program poszukujący punktów równowagi systemu; program ten posługuje się zależnościami wynikającymi z założeń teorii dynamicznej psychologii społecznej (por. Parzelski 2000; Johnson, Nowak 2002). Ryc. 1 obrazuje poszczególne typy dynamiki zaangażowania w sport uzyskane dzięki zastosowaniu tego programu.

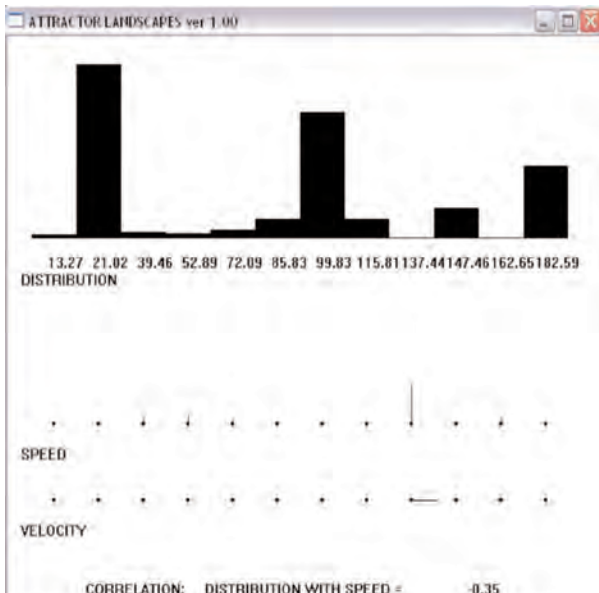


a) profesjonalizm

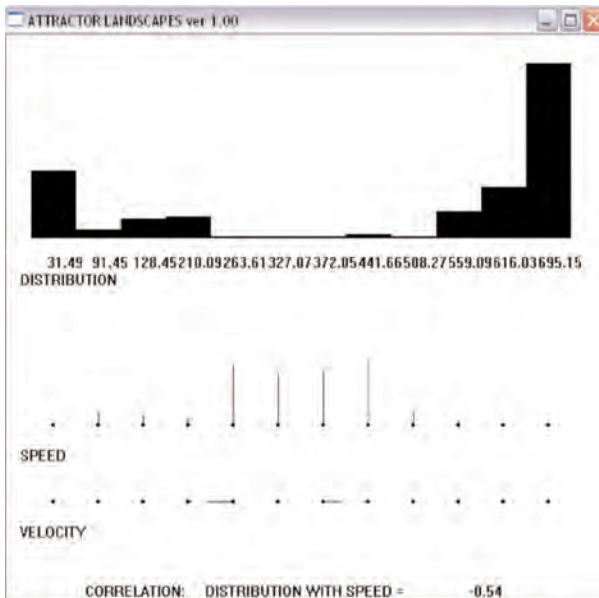


b) amatorstwo

Rycina 1. Typy zaangażowania w sport



c) zapal



d) profesjonalne amatorstwo

Cd. ryciny 1. Typy zaangażowania w sport

Na podstawie analizy szeregów czasowych każdego z badanych zawodników przydzielono do jednego z typów zaangażowania w sport. W kategoryzacji uwzględniano wskaźniki dynamiki systemu, tj. rozkład wyników, przyspieszenie i prędkość układu. Teoria dynamicznej psychologii społecznej zakłada, iż w pobliżu punktu równowagi systemu układ wykazuje niską prędkość (*speed*) oraz obserwacje kumulujące się w danym obszarze rozkładu (*distribution*). Lewa strona poszczególnych rysunków odpowiada małym odległościom, prawa zaś dużym odległościom kursora myszy w „zadaniu myszy komputerowej”. Nagromadzenie wyników po lewej stronie rozkładu oznacza, że badani zawodnicy mówili głównie o treściach silnie związanych ze sportem (ryc. 1a). Na obecność punktu równowagi w tym obszarze wskazują także niskie wartości wektorów prędkości układu.

Z kolei ryc. 1b prezentuje badanych należących do typu zaangażowania amatorstwo. Obserwacje zgromadzone są po prawej stronie rozkładu, co oznacza w „zadaniu myszy komputerowej” słabe związki wypowiedzianych treści ze sportem. Dodatkowo wektory prędkości układu wskazują na obecność punktu równowagi systemu po prawej stronie rozkładu.

Inaczej wygląda sytuacja w przypadku zaangażowania typu zapal (ryc. 1c). Wyniki gromadzą się w różnych rejonach rozkładu, wskazując, że badany mówił o treściach silnie i słabo związanych ze sportem, a także niełączyących się z nim. Potwierdzają to także wartości wektorów prędkości układu.

W przypadku zaangażowania typu profesjonalne amatorstwo (ryc. 1d) obserwacje zgromadzone są w dwóch obszarach – po lewej i po prawej stronie rozkładu. Osoba badana mówiła zatem albo o sporcie, albo o rzeczach ze sportem niezwiązanych pod żadnym względem.

Ponadto kilku wypowiedzi badanych zawodników nie można było przypisać do konkretnego typu zaangażowania w sport. W związku z tym przydzielono ich do typu nieokreślone zaangażowanie. Liczebność poszczególnych grup ilustruje tab. 1.

Tabela 1. Zaangażowanie w sport

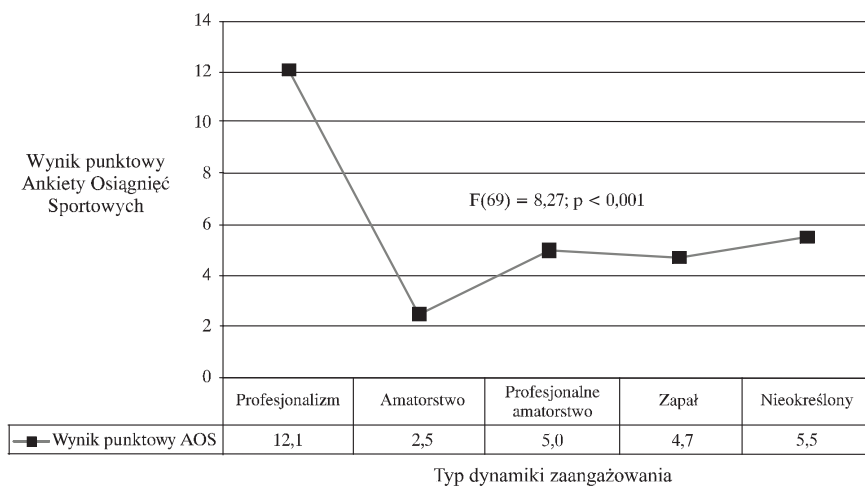
Typ zaangażowania	Profesjonalizm	Amatorstwo	Zapal	Profesjonalne amatorstwo	Nieokreślony
Liczebność	8	13	20	24	5

Powyższe wyniki świadczą o możliwości wyróżnienia poszczególnych typów zaangażowania w sport w grupie realnie trenujących sportowców. Innymi słowy, grupy wyselekcjonowane ze względu na poziom zaangażowania w sport tworzą naturalną taksonomię osób uprawiających sport.

W celu udzielenia odpowiedzi na pytanie, czy poszczególne typy zaangażowania w sport związane są z konkretnym poziomem osiągnięć, posłużono się jedno-

czynnikową analizą wariancji. Czynnikiem był typ dynamiki zaangażowania w sport, a zmienną wyjaśnianą – poziom sportowy zawodnika mierzony za pomocą Ankiety Osiągnięć Sportowych. Uzyskane wyniki potwierdzają hipotezę o związku typu zaangażowania w sport z osiąganymi wynikami – $F(69) = 8,27; p < 0,001$. Zależność tę obrazuje ryc. 2.

Wykonany test Post hoc Scheffe'a wskazuje na istotną statystycznie różnicę w wynikach Ankiety Osiągnięć Sportowych jedynie pomiędzy typem profesjonalizm a pozostałymi typami dynamiki zaangażowania. Różnice w wynikach Ankiety Osiągnięć Sportowych pomiędzy pozostałymi typami zaangażowania w sport okazały się nieistotne.



Rycina 2. Wyniki Ankiety Osiągnięć Sportowych zawodników wyodrębnionych ze względu na typ dynamiki zaangażowania w sport

Dyskusja wyników

Wyniki badań wskazują, że można wyróżnić cztery niezależne typy dynamiki zaangażowania w sport. Każdy z nich charakteryzuje się innymi właściwościami. Do tej pory w psychologii mówiono (Czapiński 1980a, 1980b, 1985; Lewicka 1993; Scanlan 1993a, 1993b) o wysokim bądź niskim poziomie zaangażowania w daną czynność. Niskie zaangażowanie w sport oznaczało słabe wyniki, wysokie zaś wiązało się z dobrymi wynikami sportowymi. Jednak tego rodzaju myślenia nie udało się jednoznacznie potwierdzić, przynajmniej w zakresie sportu (por. Scanlan i in. 1993a; 1993b).

Uzyskane wyniki wskazują, że dużo większe znaczenie od poziomu zaangażowania w sport zawodnika ma dominujący typ tego zaangażowania. Szczególnie istotny wynik prezentują analizy statystyczne. Jedynie zawodnicy zaliczani do typu zaangażowania profesjonalizm mogą osiągać regularnie wysokie wyniki sportowe. Wydaje się, że pozostałe typy dynamiki zaangażowania – tak zapał, jak i amatorstwo – nie gwarantują skuteczności działania. Wyniki te potwierdzają słuszność teoretycznych rozważań o tym, że jedynie całkowite poświęcenie się działalności sportowej pozwala na odnoszenie sukcesów na poziomie mistrzowskim, że taki rodzaj zaangażowania może być skutkiem traktowania sportu i osiągnięć w nim jako wartości autonomicznej, gdzie znaczenie mają samo uprawianie sportu i uzyskane w nim wyniki, a nie inne korzyści. Inne typy zaangażowania zapewniają utrzymanie zawodników w obszarze sportu, ale łączą się zwykle z niższymi wynikami sportowymi. Możliwe również, że zawodnicy niemający innych rodzajów motywacji do uprawiania sportu (np. motywacji społecznej) nie uzyskują dobrych wyników i po prostu rezygnują ze sportu.

Podsumowanie

Omówione badanie prezentuje nowy sposób podejścia do problemu zaangażowania zawodników w sport. Dotychczas brakowało klasyfikacji typów dynamiki zaangażowania. Do tej pory niektórzy badacze traktowali je jako zmienną, którą można opisać na kontinuum; jeden jego kraniec oznacza niskie, a drugi wysokie wyniki. Ujęcie zaangażowania w sport w cztery niezależne typy pozwala zrozumieć przyczyny różnic w wynikach osiąganych przez zawodników. Dokładne określenie różnych typów zaangażowania w sport, a także związku typów zaangażowania z wynikami w sporcie i mechanizmów utrzymania zawodników w sporcie w każdym z typów zaangażowania wymaga dalszych badań. Wydaje się jednak, że spojrzenie na zawodników z perspektywy typu zaangażowania w sport może pozwolić na sformułowanie specyficznych zaleceń do pracy trenera, gdyż jego metody pracy z zawodnikiem mogą zależeć od typu zaangażowania jednostki w sport. Można także przypuszczać, że przedstawiona tu teoria będzie przydatna do opisu innych form aktywności, np. pracy twórczej czy też naukowej.

Bibliografia

- Czapiński, J. (1980a). Podatność na zaangażowanie a względna siła wpływu pozytywnych i negatywnych ocen własnych na zmianę postaw wobec znanych osób. *Studia Psychologiczne*, t. XIX/1, s. 21–31.

- Czapiński, J. (1980b). The effect of involvement tendency and judgment valence on interpersonal attitude change. *Polish Psychological Bulletin*, vol. 11 (1), s. 53–59.
- Czapiński, J. (1985). Zaangażowanie jako mechanizm rozwoju wartości podmiotowych. *Studia Psychologiczne*, 23.
- Johnson, S. Nowak, A. (2002). Dynamical patterns in bipolar depression. *Personality & Social Psychology Review*, vol. 6(4), s. 380–387.
- Krejtz, K. (2003). *Dynamika Ja. Regulacyjne funkcje globalnych własności Ja w strumieniu autorefleksji*. Niepublikowana rozprawa doktorska napisana pod kierunkiem prof. dr. hab. A. Nowaka, Wydział Psychologii UW.
- Lewicka, M. (1993). Mechanizm zaangażowania i kontroli w działaniu człowieka. [W:] M. Kofta (red.), *Psychologia aktywności: zaangażowanie, sprawstwo, bezradność*. Poznań: Wydawnictwo Nakom, s. 15–62.
- Newsten, D. (1994). The perception of coupling of behavior waves. [W:] R.R. Vallacher, A. Nowak (red.), *Dynamical Systems in Social Psychology*. San Diego, CA: Academic, s. 139–167.
- Nowak, A. Vallacher, R. (1998). *Dynamical social psychology*. New York: The Guilford Press.
- Parzelski, D. (2000). *Dynamika sukcesu i porażki w sporcie. Zaangażowanie w sport w ujęciu dynamicznej psychologii społecznej*. Niepublikowana praca magisterska napisana pod kierunkiem prof. dr. hab. A. Nowaka, Wydział Psychologii UW.
- Parzelski, D. (2003). Wpływ zaangażowania zawodników w sport na osiągnięte wyniki sportowe. [W:] T. Rychta, M. Guskowska (red.), *Wkład nauk humanistycznych do wiedzy o kulturze fizycznej*. Tom III. *Psychologia sportu*. Warszawa: PTNKF, s. 110–114.
- Scanlan in. (1993a) – Scanlan, T., Carpenter, P., Schmitd, G., Simons, J., Keeler, B. An introduction to the sport commitment model. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 15, s. 1–15.
- Scanlan in. (1993b) – Scanlan, T., Carpenter, P., Schmitd, G., Simons, J., Keeler, B. The sport commitment model. Measurement development for the youth-sport domain. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 15, s. 15–38.
- Schuster, H.G. (1984). *Deterministic chaos*. Vienna: Physik Verlag.
- Vallacher, R. Nowak, A. (1997). The emergence of dynamical social psychology. *Psychological Inquiry*, 8, s. 73–96.