

WPROWADZENIE

Zawodnik przechodząc poszczególne etapy rozwoju sportowego (etap próbowania, specjalizacji, inwestowania) stopniowo zwiększa swój poziom sportowy. Zaczynając postrzegać uprawianą aktywność fizyczną jako dominującą w swoim życiu i dającą możliwość na wszechstronny rozwój, który jest związany z rozwojem umiejętności i podnoszeniem swoich kompetencji oraz na osiąganie wyników na najwyższym poziomie (pobijanie rekordów, zdobywanie medali) (Czechowski, 2014). Natomiast mniej zwraca uwagę na kwestie, które na wcześniejszych etapach były istotne (więcej aktywności w obszarze innych dyscyplin, racjonalny podział między zabawą a treningiem), (por.: Rozwojowy Model Udziału w Sporcie, J. Côté i wsp., 2003). Dużą rolę w jego codziennym treningu zaczyna odgrywać samoregulacja, dzięki której sam organizuje swój proces uczenia się, a co za tym idzie może on wdrażać i rozwijać planowane zachowania, aby osiągnąć własne cele (Brown, 1998; De Jong, Simons, 1988; Zimmermann, 2002, 2013).

CEL

Celem badania było (a) sprawdzenie jak zawodnicy w zależności od wieku i płci postrzegają sukces oraz (b) jak postrzeganie sukcesu i poczucie własnej skuteczności jest zależne od poziomu sportowego.

MATERIAŁY I METODY

Przed rozpoczęciem badań uzyskano zgodę Komisji Bioetycznej. W badaniach wzięło udział 42 pływaków wyczynowych z jednego klubu sportowego (20 kobiet, 22 mężczyzn; $m_w=16,1$). Każdy z badanych został poproszony o udział w 2 testach sprawności (200 m stylem zmiennym, 400 metrów stylem dowolnym) oraz udzielenie informacji na temat swojego „stylu pływackiego” i ostatnio uzyskanego czasu, na podstawie czego można było określić poziom sportowy poszczególnych zawodników. Oprócz tego badanie obejmowało wypełnienie kwestionariusza osobowego oraz kwestionariusza poczucia własnej skuteczności (Schwarzer, Jerusalem, 1992). W analizie wykorzystano metodę jakościową i ilościową.

WYKRES 1



WYNIKI

TABELA 1

	15 lat	16 lat	17-18 lat
Rozwój i osiągnięcia	7	8	9
Osiągnięcia (rekordy, medale)	8	5	5

TABELA 2

	kobiety	mężczyźni
Rozwój i osiągnięcia	9	14
Osiągnięcia (rekordy, medale)	11	8

TABELA 3

Poziom sportowy	Rozwój i osiągnięcia	Osiągnięcia (rekordy, medale)
wysoki	75%	25%
średni	40%	60%
niski	69%	31%

TABELA 4

	kobiety		mężczyźni	
	15	16-18	15	16-18
Rozwój i osiągnięcia	4	6	3	11
Osiągnięcia (rekordy, medale)	2	8	6	2

TABELA 5

poziom sportowy	wysoki	średni	niski
poczucie własnej skuteczności	3,30	3,13	2,93

TABELA 6

Poziom sportowy	doszkalanie teoretyczne	
	tak	nie
wysoki	12	4
średni	5	7
niski	6	8

18/42 zawodników uważa, że jedynym celem i możliwym sukcesem jest zdobywanie medali i pucharów oraz bicie rekordów jako wyznaczników posiadanej formy i przewagi nad innymi. Pozostali za sukces uznają nie tylko osiągnięcia ale również wszechstronny rozwój (samodoskonalenie, nowe kontakty interpersonalne, dobrą formę, większą samodyscyplinę itp. (wykres 1). U starszych zawodników można dostrzec większe położenie nacisku na wszechstronny rozwój i osiągnięcia, niż na same osiągnięcia (tab.1). Mężczyźni w większym stopniu stawiają na rozwój i osiągnięcia, natomiast kobiety w podobnym stopniu na wszechstronny rozwój połączony z osiągnięciami jak i na same osiągnięcia (tab.2). Kobiety w wieku 16-18 lat w największym stopniu kładą nacisk na osiągnięcia. Z kolei 11/13 mężczyzn w wieku 16-18 stawia na połączenie rozwoju i osiągnięć natomiast młodszy bardziej stawiają na osiągnięcia (tab.4). Zawodnicy z najwyższym i najniższym poziomem sportowym w największym stopniu stawiają na połączenie wszechstronnego rozwoju z uzyskiwaniem osiągnięć (75%). Natomiast zawodnicy posiadający średni poziom sportowy są najbardziej ukierunkowani na uzyskiwanie jak największych osiągnięć (tab.3). Wyniki na 4-stopniowej skali poczucia własnej skuteczności pokazują, że zawodnicy o najwyższym poziomie sportowym posiadają wyższe poczucie własnej skuteczności, niż pozostali zawodnicy (tab.5). Dodatkowe analizy wykazały, że zawodnicy, którzy prezentują wysoki poziom sportowy chętniej w przeciwieństwie do zawodników o niższym poziomie doszkalają się w zakresie treningu pływackiego (regulaminy, filmy, książki) (tab.6).

DYSKUSJA

Sport wyczynowy wiąże się z osiągnięciami na najwyższym poziomie (Gracz, 1998; Côté, 2003), nie mniej jednak wyniki badań wskazują, że wielu zawodników (57%) postrzega sukces nie tylko jako osiągnięcia sportowe, ale widzi go szerzej, jako rozwój (samodoskonalenie się, nawiązywanie kontaktów społecznych itp.). Stanowi to potwierdzenie tego, że w sport wpisany jest cel osiągania doskonałości psychofizycznej oraz wszechstronny rozwój (Czechowski, 2014). Dogłębniejsze analizy wyników pokazały, że najbardziej nastawieni na rozwój są zawodnicy, którzy posiadają najwyższy poziom sportowy (75%) lub są płci męskiej i znajdują się w przedziale wiekowym 16-18 lat (68%). Poza tym wyniki wykazały, że im wyższe poczucie własnej skuteczności, tym zawodnicy mają wyższy poziom sportowy (2,93/4; 3,13/4; 3,30/4), co świadczy o tym, że postrzeganie siebie jako osoby kompetentnej umożliwia większe angażowanie się w podejmowane działania, a co za tym idzie większe osiągnięcia (Łuszczynska, 2012; Bandura, 2007).

WNIOSKI

1. Starsi zawodnicy w większym stopniu pojmują sukces jako połączenie możliwości rozwoju, samodoskonalenia się i osiągania wysokich wyników.
2. Kobiety, a w szczególności 16 – 18 letnie w większym stopniu stawiają na uzyskiwanie osiągnięć, niż mężczyźni.
3. Zawodnicy o średnim poziomie sportowym w dużym stopniu za sukces uważają osiągnięcia, pozostali o wysokim i niskim poziomie sportowym traktują sukces jako coś szerszego pojętego (samodyscyplina, relacje, osiągnięcia, dobra sprawność fizyczna).
4. Zawodnicy o wysokim poziomie sportowym deklarują wyższe poczucie własnej skuteczności, niż pozostali zawodnicy.
5. Zawodnicy znajdujący się na najwyższym poziomie sportowym w większości doszkalają się w zakresie uprawianej dyscypliny sportu.

BIBLIOGRAFIA

1. Bandura A., (2007), Teorie społecznego uczenia się, Warszawa, PWN.
2. Brown, J. M. (1998), Self-regulation and the addictive behaviors, [w:] W. R. Miller & N. Heather (red.), Treating addictive behaviors, New York: Plenum Press, 61-74.
3. Côté, J., Baker, J., Abernethy B., (2003), From play to practice: a developmental framework for the acquisition of expertise in team sport, [w:] J.L. Starkes, K.A. Ericsson (red.), Expert performance in sports: advances in research on sport expertise, Champaign, IL: Human Kinetics, 89-113.
4. Czechowski J., (2014), Sport szansą społecznego rozwoju człowieka, Society and Economics 1(1), 7-19.
5. De Jong F.P.C.M., Simons P.R.J., (1988), Self-regulation in text processing, European Journal of Psychology of Education, 2, 177-190.
6. Gracz J. (1998), Psychospołeczne uwarunkowania aktywności sportowej człowieka, AWF Poznań.
7. Jerusalem M., Schwarzer R., (1992), Self – efficacy as a resource factor in stress appraisal processes, [w:] R. Schwarzer (red.), Self – efficacy: Thought control of action, Washington, DC: Hemisphere, 195-213.
8. Łuszczynska, A. (2012), Psychologia sportu i aktywności fizycznej. Zagadnienia kliniczne, Warszawa, PWN
9. O’Cathain A., (2009), Mixed Methods Research in the Health Sciences: A Quiet Revolution, Journal of Mixed Methods Research, 3: 3-6.
10. Zimmermann B.J. (2002), Becoming a Self-Regulated Learner: An Overview, Theory Into Practice, 41(2):64-70.
11. Zimmermann B.J. (2013), From Cognitive Modeling to Self-Regulation: A Social Cognitive Career Path, Educational Psychologist, 48(3).