



Karolina Kostorz^{1*}, Anna Gniezińska²

¹ AKADEMIA WYCHOWANIA FIZYCZNEGO IM. JERZEGO KUKUCZKI W KATOWICACH

² AKADEMIA WYCHOWANIA FIZYCZNEGO JÓZEFA PIŁSUDSKIEGO W WARSZAWIE

SAMOCENA A ZACHOWANIA AGRESYWNE U DZIECI 10–12-LETNICH TRENUJĄCYCH REKREACYJNIE SZTUKI WALKI

Abstract

Self-esteem and aggressive behaviors in children aged 10–12 practicing recreational martial arts

Background. The purpose of the study was to analyze aggressive behaviors and self-esteem in children aged 10–12 practicing recreational martial arts. **Material and methods.** Children aged 10–12 who attend martial arts classes as well as children who do not attend such classes were tested. A questionnaire was used as the diagnostic method. Buss and Perry Aggression Questionnaire according to Amity Institute (2005) and Morris Rosenberg's self-esteem scale were used. **Results.** It was found that children aged 10–12 who practice recreational martial arts demonstrate statistically significantly lower level of hostility and significantly higher self-esteem than their non-practicing peers. Stronger effects of martial arts classes were observed in girls. In children practicing martial arts, there was also moderate correlation between the level of self-esteem and physical as well as verbal aggression and the general level of aggression. Average negative correlation between positive self-esteem and anger or hostility was found in boys. **Conclusions.** The study can contribute to the development of pedagogy and psychology. It can be used by physical education teachers, coaches and instructors conducting recreational martial arts classes.

Key words: martial arts, self-esteem, aggression, children, recreation

Słowa kluczowe: sztuki walki, samoocena, agresja, dzieci, rekreacja

WPROWADZENIE

Zdaniem Aronsona (Aronson 1987, Aronson i wsp. 1997), jeśli zamierza się doprowadzić do tego, by jednostka nie popełniała czynów społecznie nieaprobowanych, należy dążyć do podwyższenia jej samooceny. Ze względu na swoją filozofię, zasady moralne, dążenie do doskonałości i mistrzostwa w różnych dziedzinach życia zajęcia sztuk walki stwarzają wyjątkową możliwość szerokiego oddziaływania wychowawczego. Trudno w jakiegokolwiek innej aktywności ruchowej, „[...] o lepsze doświadczenie cielesności własnej i drugiej osoby i o uczenie się poszanowania ciała i osoby w ogóle” (Kalina i Jagiełło 2000, s. 5). Kiedy jednak formułowane są postulaty wprowadzenia zajęć z elementami sztuk walki do szkolnego wychowania fizycznego, a także zachęcania dzieci do rozpoczęcia treningów

w czasie wolnym, nie brak głosów sprzeciwu. Obawy rodziców, ale również pedagogów i psychologów dotyczą przede wszystkim możliwości eskalacji agresji zarówno w szkole, jak i poza jej murami. Oczywiście z wielu względów obawy te nie mają uzasadnienia. Należy jednak zwrócić uwagę na to, że liczba badań podejmowanych w obszarze tych form rekreacji ruchowej jest relatywnie mała w porównaniu z liczbą badań prowadzonych w obrębie innych dyscyplin oraz na brak jednoznacznych wyników. Kompetentne wykorzystanie sportów i sztuk walki w edukacji dzieci i młodzieży z pewnością może powodować obniżenie lęku i agresywności, poprawę społecznego funkcjonowania oraz respektowania norm etycznych (Trulson 1986, Jasiński i wsp. 2000, Dąbrowski i wsp. 2002, Dżereń 2002, Cynarski 2006). Zgodnie z przyjętymi zasadami budo (Jaskólski 2000) wydawałoby się, że socjalizacja zachowań lękowych i agresywnych oparta na twardych regułach i zasadach treningu sztuk walki

* Autor korespondencyjny

wpływa na ich poziom, który powinien być statystycznie istotnie mniejszy niż w grupie porównawczej – młodzieży niećwiczącej. Warto jednak podkreślić, że wyniki analiz są często niespójne, a w niektórych przypadkach całościwie ze sobą sprzeczne. Przeprowadzono badania i wykazano, że poziom lęku i agresywności negatywnie wyróżnia grupy młodzieży trenujące sztuki walki na tle ich rówieśników, którzy w przeszłości takich form aktywności nie podejmowali (Jasiński i wsp. 2002).

CEL BADAŃ

Nie ulega wątpliwości, że zaobserwować można ogólnościatowe przemiany obejmujące wszystkie dziedziny życia. Zmiany dokonujące się we współczesnym świecie oddziałują i na sferę behawioralną, i na sferę poznawczo-emocjonalną człowieka. Powstają zatem pytania: Jaki obecnie poziom zachowań agresywnych przejawiają dzieci 10–12-letnie uprawiające rekreacyjnie sztuki walki w odniesieniu do grupy kontrolnej i wartości normatywnej? Czy dzieci trenujące sztuki walki charakteryzuje wyższa samocena w porównaniu z normą populacyjną oraz z samocena rówieśników nietrenujących walki wręcz? Czy pozytywny obraz siebie przyczynia się do obniżenia agresji u badanych nastolatków? Czy efekty wpływu zajęć z elementami sztuk walki różnią się w zależności od płci dziecka?

W związku z próbą udzielenia odpowiedzi na postawione pytania, niewielką liczbą rozważań naukowych w zakresie tej problematyki, a także możliwością wykorzystania wyników w edukacji dzieci podejmujących aktywność fizyczną o charakterze rekreacyjnym oraz w ramach szkolnego wychowania fizycznego przeprowadzono badania przedstawione w dalszej części artykułu.

MATERIAŁ I METODY BADAŃ

Badania prowadzono od listopada 2014 r. do kwietnia 2015 r. wśród 75 dzieci 10–12-letnich podzielonych na dwie grupy: trenującą (eksperymentalną) i kontrolną. Dzieci uczestniczyły w badaniach dobrowolnie. Dobór nastolatków do poszczególnych grup był losowy. Z grupy kontrolnej wyłączono jednak dzieci praktykujące obecnie lub w przeszłości jakąś sztukę lub sport walki. Dobór respondentów w grupie eksperymentalnej wiązał się z podejmowaniem przez dzieci aktywności fizycznej jedynie o charakterze rekreacyjnym. Warunkiem udziału w badaniach była pisemna zgoda rodziców (opiekunów prawnych), dyrekcji szkoły (w przypadku grupy kontrolnej) oraz trenera (instruktora) prowadzącego zajęcia sztuk walki (w odniesieniu do grupy eksperymentalnej).

Powyższe kryteria i warunki uczestnictwa w badaniach spowodowały, że w grupie eksperymentalnej ($N = 40$) znalazły się dzieci uprawiające rekreacyjnie sztuki walki (w wymiarze 2 razy po 90 minut w ciągu tygodnia) w Jastrzębiu-Zdroju ($N = 15$) i Wodzisławiu Śląskim ($N = 25$). Grupę kontrolną ($N = 35$) tworzyły dzieci, które nigdy nie trenowały żadnej walki wręcz i uczęszczały do szkół podstawowych na terenie Jastrzębia-Zdroju ($N = 16$) i Mszany ($N = 19$). Procentowy udział dziewcząt i chłopców z podziałem na grupę trenującą i kontrolną przedstawiono w tabeli 1.

W grupie kontrolnej ($N = 35$) zdecydowaną większość badanych stanowiły dziewczęta ($N = 25$), tj. 71,43%, a wśród dzieci trenujących sztuki walki ($N = 40$) – chłopcy ($N = 23$), tj. 57,50%.

Podczas badania posłużono się metodą sondażu diagnostycznego z użyciem testów psychologicznych. Zastosowano standaryzowane narzędzia badawcze. Do pomiaru

Tab. 1. Badani ze względu na płeć

Płeć	Grupa trenująca		Grupa kontrolna		Ogółem	
	N	(%)	N	(%)	N	(%)
Dziewczęta	17	40,48	25	59,52	42	100
Chłopcy	23	69,70	10	30,30	33	100

zachowań agresywnych wykorzystano anoniemowy Kwestionariusz Agresji Bussa i Perry'ego w wersji Amity (BPAQ) (Buss i Perry 1992) w wersji przygotowanej przez Instytut Amity (Siekierka 2005). Kwestionariusz zawierał 29 twierdzeń sformułowanych w celu pomiaru czterech skal agresji, tj. agresji fizycznej – 9 pozycji, agresji słownej – 5 pozycji, a także gniewu – 7 pozycji i wrogości – 8 pozycji. Ogólny wskaźnik agresji stanowił sumę wyników uzyskanych w zakresie poszczególnych skal. Respondenci w przypadku każdego z twierdzeń wskazywali, w jakim stopniu jest ono dla nich prawdziwe, używając 5-stopniowej skali Likerta (1 – zupełnie do mnie nie pasuje, 2 – trochę do mnie nie pasuje, 3 – trudno powiedzieć, 4 – trochę do mnie pasuje, 5 – całkowicie do mnie pasuje). Otrzymane wyniki porównywano z wartością normatywną opracowaną przez Tucholską (1998).

Do badania ogólnego poziomu samooceny wykorzystano Skalę Samooceny (Self-Esteem Scale) opracowaną przez Rosenberga w polskiej adaptacji Dzwonkowskiej, Lachowicz-Tabaczek i Łaguny (Łaguna i wsp. 2007). Samoocena jest w tym przypadku rozumiana jako względnie stała dyspozycja świadomej postawy (pozytywnej lub negatywnej) wobec własnego ja. Zastosowana skala składała się z 10 twierdzeń. Dziecko wskazywało, w jakim stopniu zgadza się z każdym z nich, używając 4-stopniowej skali Likerta (1 – zdecydowanie zgadzam się, 2 – zgadzam się, 3 – nie zgadzam się, 4 – zdecydowanie nie zgadzam się). Do pomiaru poziomu samooceny wykorzystano obliczenia skali zaproponowane przez Rosenberga. Możliwe do uzyskania wyniki mieściły się w przedziale 0–30 punktów. Suma punktów stanowiła wskaźnik ogólnego poziomu samooceny. Interpretację wyników przyjęto za Rosenbergiem (<http://www.winnorton.com/college/psych/psychsci/media/rosenberg.htm>), w której sugeruje się, że uzyskanie poniżej 15 punktów świadczy o niskim poziomie samooceny, wartość normatywna obejmuje przedział 15–25 punktów, a wynik wynoszący powyżej 25 punktów wskazuje na wysoki poziom samooceny.

Kwestionariusze zawierały również metryczkę dotyczącą wieku i płci respondenta. Otrzymane wyniki zostały wykorzystane do analizy zachowań agresywnych i samooceny

oraz korelacji między badanymi zmiennymi w grupie eksperymentalnej i kontrolnej oraz dziewcząt i chłopców.

Podstawowej analizie danych dokonano, wykorzystując statystyki opisowe dla całej próby, a także z podziałem na grupę trenującą i kontrolną oraz dziewczęta i chłopców. Obliczono średnią (\bar{x}), odchylenie standardowe (SD), wskaźnik zmienności (V) oraz skośność (As). Miernikiem koncentracji stosowanym w czasie badania był wskaźnik kurtozy (Ku). Normalność rozkładów zmiennych sprawdzono na podstawie testu W Shapiro-Wilka, a jednorodność wariancji – na podstawie testu Levene'a oraz testu Browna i Forsythe'a. W celu weryfikacji istotności różnic ze względu na charakter rozkładów zmiennych, specyfikę badań jakościowych oraz liczebność próby zastosowano nieparametryczny test U Manna-Whitneya. Do porównania poziomu zachowań agresywnych w stosunku do wartości normatywnej został wykorzystany test istotności – „różnica między dwiema średnimi”, który jest dostępny w programie Statistica. Różnice statystycznie istotne oszacowano dla $p \leq 0,05$. Siła współzależności między zmiennymi została określona na podstawie współczynnika korelacji rang p -Spearmana. Przyjęto poziom istotności $\alpha = 0,05$. Do analizy wykorzystano program komputerowy Microsoft Office Excel 2007 oraz Statistica w. 12 firmy StatSoft.

WYNIKI

Z otrzymanych danych sporządzono tabele dla parametrów opisowych, kształtu rozkładu analizowanych zmiennych uzyskanych w grupie trenującej i kontrolnej. Wyniki zostały przedstawione w tabeli 2 i 3.

Podczas badania wystąpiły przypadki rozkładów asymetrycznych (skośnych). Jeśli przyjmując, że skośność (As) należy do $<-1, 1>$, gdy rozkład badanej zmiennej jest umiarkowanie asymetryczny, to z tabeli 2 i 3 wynika, że wszystkie zmienne należą do tego przedziału zarówno w przypadku grupy eksperymentalnej, jak i kontrolnej. Rozkład zmiennych dla których otrzymano wartości bezwzględne As w przedziale $<0, 0,2>$ można uznać za symetryczny. Wskaźnik kurtozy (Ku) w od-

Tab. 2. Statystyki opisowe badanych zmiennych dla grupy trenującej

Badana zmienna	\bar{x}	SD	V	As	Ku
Samoocena	23,98	2,02	8,42	-0,65	0,61
Gniew	15,85	2,02	12,74	-0,04	-0,53
Agresja fizyczna	20,90	3,81	18,25	-0,24	-0,33
Wrogość	18,03	2,03	11,27	-0,23	0,25
Agresja słowna	12,60	2,35	18,66	-0,60	0,11
Ogólny wskaźnik agresji	67,38	6,01	8,92	-0,11	0,11

V – współczynnik zmienności, As – skośność, Ku – wskaźnik kurtozy

Tab. 3. Statystyki opisowe badanych zmiennych dla grupy kontrolnej

Badana zmienna	\bar{x}	SD	V	As	Ku
Samoocena	19,94	5,34	26,75	-0,02	-0,70
Gniew	17,09	4,87	28,47	0,28	0,76
Agresja fizyczna	20,43	7,50	36,73	0,58	-0,58
Wrogość	23,17	6,74	29,09	0,17	-0,80
Agresja słowna	13,57	4,13	30,45	0,00	-0,44
Ogólny wskaźnik agresji	74,26	18,77	25,28	0,16	0,06

V – współczynnik zmienności, As – skośność, Ku – wskaźnik kurtozy

Tab. 4. Istotność różnic dla dziewcząt i chłopców względem grupy trenującej i kontrolnej

Płeć	Badana zmienna	Grupa trenująca		Grupa kontrolna		Wartość <i>p</i>
		\bar{x}	SD	\bar{x}	SD	
Dziewczęta	samoocena	25,06	0,97	20,48	5,29	0,003
	gniew	15,76	1,30	16,76	5,36	0,14
	agresja fizyczna	17,41	2,48	19,44	7,83	0,98
	wrogość	18,94	1,85	23,28	6,54	0,03
	agresja słowna	11,29	2,57	13,44	4,75	0,16
	ogólny wskaźnik agresji	63,41	4,82	72,92	20,69	0,05
Chłopcy	samoocena	23,17	2,23	18,60	5,48	0,03
	gniew	15,91	2,45	17,90	3,41	0,14
	agresja fizyczna	23,48	2,23	22,90	6,31	0,50
	wrogość	17,35	1,92	22,90	7,58	0,02
	agresja słowna	13,57	1,65	13,90	2,02	0,77
	ogólny wskaźnik agresji	70,30	5,09	77,60	13,14	0,32

Oznaczone wartości są istotne statystycznie dla $p \leq 0,05$.

niesieniu do wszystkich zmiennych w obu grupach należy do $\langle -1,1 \rangle$, co wskazuje, że koncentracja wokół średniej jest zadowalająca.

Ze względu na charakter rozkładów zmiennych, specyfikę badań jakościowych oraz liczebność próby w celu zweryfikowania istotności różnic między badanymi zmiennymi względem grupy trenującej i kontrolnej z podziałem na płeć zastosowano nieparamet-

tryczny test U Manna–Whitneya. Statystyki opisowe oraz wartości *p* oceniające istotności różnic pomiędzy wartościami średnich zawarto w tabeli 4.

W odniesieniu do dziewcząt statystycznie istotne różnice między grupą trenującą i kontrolną w przypadku samooceny ($p < 0,003$), wrogości ($p < 0,03$). U chłopców wystąpiły istotne różnice względem grup w

odniesieniu do samooceny ($p < 0,03$) oraz wrogości ($p < 0,02$). Mimo że nie zostały zaobserwowane statystycznie istotne różnice, warto zwrócić uwagę, że dzieci z grupy trenującej uzyskały niższą wartość średniej niż dzieci z grupy kontrolnej w odniesieniu do wszystkich skal agresji, z wyjątkiem agresji fizycznej u chłopców. W tym przypadku ćwiczących sztuki walki charakteryzował wyższy jej poziom. Posiłkując się ponownie testem U Manna-Whitneya, porównano wyniki uzyskane w Skali Samooceny Rosenberga względem grupy trenującej i kontrolnej niezależnie od płci. Okazało się, że dzieci uczestniczące w rekreacyjnych zajęciach sztuk walki charakteryzowała zdecydowanie wyższa samoocena. Otrzymano poziom istotności $p < 0,0004$. Stwierdzono także, że w grupie trenującej płeć istotnie różnicowała wynik samooceny ($p < 0,004$). Wyższy jej poziom osiągnęły dziewczęta. W grupie kontrolnej natomiast nie wykazano statystycznie istotnej różnicy w postrzeganiu siebie w zależności od płci dziecka.

W celu określenia siły współzależności między poziomami poszczególnych zmiennych Kwestionariusza Agresji Bussa i Perry'ego oraz Skali Samooceny Rosenberga wykorzy-

stano współczynnik korelacji rang ρ -Spearmana. Wyniki dla poszczególnych grup zostały zaprezentowane w tabelach 5–8.

Zaobserwowano umiarkowane ($0,3 < |\rho| < 0,5$) korelacje ujemne między samooceną a agresją fizyczną i słowną oraz ogólnym wskaźnikiem agresji. Ponadto stwierdzono przeciętne ($0,3 < |\rho| < 0,5$) zależności dodatnie między gniewem a agresją słowną oraz między nią a agresją fizyczną. Okazało się także, że agresja fizyczna jest umiarkowanie ujemnie skorelowana z wrogością. Nie dziwi to, że zaobserwowano wysokie ($0,5 < |\rho| < 0,7$) oraz bardzo wysokie ($0,7 < |\rho| < 0,9$) korelacje dodatnie między ogólnym wskaźnikiem agresji a gniewem oraz agresją fizyczną i słowną. Najbardziej zaskakujący był brak choćby przeciętnej zależności między wrogością a ogólnym wskaźnikiem agresji ($p = 0,09$). Analogiczne analizy zostały przeprowadzone w grupie kontrolnej. Otrzymane wyniki zaprezentowano w tabeli 6.

W przeciwieństwie do grupy trenującej w grupie kontrolnej samoocena była umiarkowanie ($0,3 < |\rho| < 0,5$) dodatnio skorelowana z agresją słowną. Na szczególną uwagę zasługują wysokie i bardzo wysokie zależności między pozostałymi rodzajami agresji a gnie-

Tab. 5. Korelacje między badanymi zmiennymi dla grupy trenującej

Badana zmienna	SES	Gniew	Agresja fizyczna	Wrogość	Agresja słowna
Gniew	-0,26				
Agresja fizyczna	-0,38	0,19			
Wrogość	0,05	0,06	-0,34		
Agresja słowna	-0,31	0,39	0,42	-0,04	
Ogólny wskaźnik agresji	-0,45	0,62	0,72	0,09	0,76

SES – Skala Samooceny

Oznaczone wartości są istotne statystycznie na poziomie istotności $\alpha = 0,05$.

Tab. 6. Korelacje między badanymi zmiennymi dla grupy kontrolnej

Badana zmienna	SES	Gniew	Agresja fizyczna	Wrogość	Agresja słowna
Gniew	0,11				
Agresja fizyczna	0,20	0,56			
Wrogość	-0,01	0,62	0,21		
Agresja słowna	0,43	0,74	0,73	0,51	
Ogólny wskaźnik agresji	0,21	0,87	0,77	0,69	0,89

SES – Skala Samooceny

Oznaczone wartości są istotne statystycznie na poziomie istotności $\alpha = 0,05$.

wem oraz między nimi a agresją słowną. Wykazano wysokie i bardzo wysokie korelacje dodatnie między ogólnym wskaźnikiem agresji a wszystkimi skalami kwestionariusza, tj. gniewem, wrogością, agresją fizyczną i słowną.

W celu udzielenia odpowiedzi na postawione w pracy pytanie badawcze dotyczące zależności między badanymi zmiennymi w zależności od płci wykorzystano ponownie współczynnik korelacji rang Spearmana. Obliczono siły współzależności badanych

Tab. 7. Korelacje między badanymi zmiennymi dla dziewcząt

Badana zmienna	SES	Gniew	Agresja fizyczna	Wrogość	Agresja słowna
Gniew	0,08				
Agresja fizyczna	0,15	0,56			
Wrogość	-0,12	0,54	0,28		
Agresja słowna	0,18	0,67	0,64	0,54	
Ogólny wskaźnik agresji	0,03	0,83	0,76	0,68	0,87

SES – Skala Samooceny

Oznaczone wartości są istotne statystycznie na poziomie istotności $\alpha = 0,05$.

Tab. 8. Korelacje między badanymi zmiennymi dla chłopców

Badana zmienna	SES	Gniew	Agresja fizyczna	Wrogość	Agresja słowna
Gniew	-0,42				
Agresja fizyczna	0,24	0,20			
Wrogość	-0,39	0,40	-0,12		
Agresja słowna	0,00	0,61	0,39	0,15	
Ogólny wskaźnik agresji	-0,23	0,86	0,46	0,55	0,72

SES – Skala Samooceny

Oznaczone wartości są istotne statystycznie na poziomie istotności $\alpha = 0,05$.

Tab. 9. Istotność różnic dla dziewcząt i chłopców trenujących sztuki walki względem wartości normatywnej

Płeć	Badana zmienna	Grupa trenująca		Wartość normatywna*		Wartość p
		\bar{x}	SD	\bar{x}	SD	
Dziewczęta	gniew	15,76	1,30	19,2	4,9	0,003
	agresja fizyczna	17,41	2,48	18,9	5,7	0,15
	wrogość	18,94	1,85	21,8	4,7	0,008
	agresja słowna	11,29	2,57	14,5	2,9	0,0001
	ogólny wskaźnik agresji	63,41	4,82	74,3	13,4	0,0006
Chłopcy	gniew	15,91	2,45	19,1	4,6	0,0009
	agresja fizyczna	23,48	2,23	22,9	6,4	0,34
	wrogość	17,35	1,92	23,6	5,1	0,0001
	agresja słowna	13,57	1,65	15,7	3,0	0,0007
	ogólny wskaźnik agresji	70,30	5,09	81,4	14,8	0,0003

* Źródło: Badania własne z wykorzystaniem: Tucholska (1998), Pomiar agresji: Kwestionariusz Agresji A. Bussa i M. Perry'ego, *Studia z Psychologii w Katolickim Uniwersytecie Lubelskim*, 9, 375. Oznaczone wartości są istotne statystycznie na poziomie istotności $\alpha = 0,05$.

zmiennych dla dziewcząt i chłopców bez podziału na grupę trenującą i kontrolną. Wyniki korelacji dla dziewcząt przedstawiono w tabeli 7, a dla chłopców – w tabeli 8.

W przypadku dziewcząt został odnotowany brak korelacji między samooceną a pozostałymi zmiennymi. W odniesieniu do chłopców natomiast zaobserwowano umiarkowane korelacje ujemne między samooceną a gniewem i wrogością. W przypadku dziewcząt stwierdzono wysokie i bardzo wysokie zależności między gniewem, agresją słowną oraz ogólnym wskaźnikiem agresji a wszystkimi pozostałymi zmiennymi Kwestionariusza Agresji. Należy podkreślić, że u obu płci nie wykazano nawet przeciętnej korelacji między agresją fizyczną a wrogością. U chłopców nie zostały stwierdzone także istotne zależności między agresją fizyczną a gniewem oraz agresją słowną i wrogością.

Ważnym aspektem badań było również porównanie poziomu samooceny u dzieci trenujących w odniesieniu do norm populacyjnych. W tym celu wykorzystano interpretację wyników zaproponowaną przez Rosenberga. Okazało się, że wysoką samoocenę (powyżej 25 punktów uzyskanych w Skali Samooceny) zaobserwowano u 35,29% dziewcząt i 13,04% chłopców. Warto zaznaczyć, że niskiej samooceny (poniżej 15 punktów zdobytych w kwestionariuszu) nie stwierdzono u żadnego dziecka uprawiającego sztuki walki.

W celu porównania poziomu zachowań agresywnych dzieci uprawiających rekreacyjnie sztuki walki i wartości normatywnej opracowanej przez Tucholską (1998) zastosowano test istotności – „różnica między dwiema średnimi” dostępny w programie Statistica. Za pomocą testu W Shapiro–Wilka sprawdzono normalność rozkładów zmiennych z podziałem względem płci. W przypadku ogólnego wskaźnika agresji u dziewcząt ($p < 0,04$) oraz agresji fizycznej u chłopców ($p < 0,03$) rozkład nie był zbliżony do normalnego. Statystyki opisowe oraz poziom istotności p różnic między wartościami średnich zawarto w tabeli 9.

W stosunku do wartości normatywnej stwierdzono, niezależnie od płci, statystycznie istotnie niższy poziom w przypadku gniewu, wrogości, agresji słownej oraz ogólnego wskaźnika agresji. U obu płci został zaob-

serwowany brak istotnych różnic w odniesieniu do agresji fizycznej. Warto jednak podkreślić, że chłopcy uzyskali wyższy jej poziom w porównaniu z normą populacyjną.

DYSKUSJA

Bez wątplenia zadaniem pedagogów, nauczycieli, ale także trenerów i instruktorów jest przekazywanie swoim wychowankom elementarnych wartości, krzewienie idei patriotycznych, kształtowanie pozytywnego obrazu własnej osoby i wzrostu pewności siebie. Wiek szkolny to okres, który niezwykle sprzyja nabywaniu nowych umiejętności i nawyków, jak i modelowaniu postaw oraz zachowań, które rzutują na przyszłe życie. Nie ulega wątpliwości również to, że obowiązująca w sztukach walki dyscyplina, układ hierarchiczny, pisane i niepisane kodeksy moralne, regulamin dojo (sali gimnastycznej), szacunek dla nauczyciela (trenera-mistrza) i partnera, a nawet miejsca ćwiczeń stwarzają ogromne możliwości pozytywnego formowania charakteru adeptów (Cynarski 2006). Świadomość powyższych faktów skłoniła autorki do przeprowadzenia badań dotyczących zachowań agresywnych i samooceny dzieci 10–12-letnich uprawiających rekreacyjnie sztuki walki.

Na podstawie analizy wyników wykazano, że w przypadku obu płci statystycznie istotnie wyższy poziom samooceny prezentują dzieci trenujące w czasie wolnym sztuki walki niż grupa kontrolna. Przedstawione rezultaty pozostają zatem w zgodzie z wcześniejszymi wynikami badań, podczas których korzystniejsze postrzeganie siebie zaobserwowano u osób uprawiających różne formy aktywności fizycznej w porównaniu z takimi, które nie podejmują rekreacyjnie aktywności ruchowej (Kościelak i Maroszek 1998). Przeprowadzone badania potwierdzają także wyniki innych prac badawczych, w których wykazano, że wraz z nabywaniem nowych umiejętności i poprawą sprawności motorycznej następuje przyrost poziomu samooceny (Kruczkowski i wsp. 1999). Warto zwrócić uwagę, że płeć różnicowała wynik Skali Samooceny w przypadku grupy eksperymentalnej. Okazało się, że większe korzyści

oddziaływania zajęć zaobserwowano u dziewcząt. Uprawianie sztuk walki przyczyniło się u nich bowiem do większego niż u chłopców pozytywnego postrzegania siebie, dodało pewności i wiary w swoje możliwości. Zupełnie nieistotna natomiast była zmienna płęć w odniesieniu do grupy kontrolnej.

Jeden z kluczowych aspektów badań stanowiło również poszukiwanie odpowiedzi na pytanie: Czy wysoka samoocena może przyczynić się do obniżenia zachowań agresywnych? W celu udzielenia choćby częściowej odpowiedzi na nie obliczono siłę współzależności między wynikami uzyskanymi w Skali Samooceny i Kwestionariuszu Agresji w grupie trenującej i kontrolnej oraz dziewcząt i chłopców. Uwzględniając zaobserwowane korelacje, można stwierdzić, że u dzieci uczestniczących w zajęciach sztuk walki wysoka samoocena umiarkowanie przyczyniła się do obniżenia agresji fizycznej i słownej, a w konsekwencji także ogólnego wskaźnika agresji. W grupie chłopców natomiast okazało się, że pozytywny obraz siebie korzystnie oddziaływał na zmniejszenie gniewu i wrogości. Warto jednak podkreślić, że w grupie kontrolnej odnotowano dodatnią korelację pomiędzy samooceną i agresją słowną. Ponadto w grupie dziewcząt pozytywne postrzeganie siebie nie wpływało na żadną zmienną Kwestionariusza Agresji. Rezultaty wykonanych badań potwierdzają częściowo wyniki innych prac, w których wykazano, że podwyższenie samooceny przyczyniło się do tego, że osoba nie popełniała czynów społecznie nieaprobowanych, niemoralnych, związanych z przemocą i użyciem siły fizycznej (Aronson 1987, Aronson i wsp. 1997).

Na podstawie przeprowadzonych badań wykazano silną korelację gniewu z pozostałymi wymiarami zachowań agresywnych w grupie kontrolnej oraz wśród dziewcząt i chłopców. Wyniki te pozostają zatem w zgodzie z wcześniejszymi rezultatami badań, podczas których zauważono, że ludzie są bardziej skłonni do agresji (zarówno werbalnej, jak i fizycznej), gdy odczuwają gniew (Buss i Perry 1992). Najbardziej zaskakujące było natomiast stwierdzenie umiarkowanej korelacji ujemnej między agresją fizyczną a wrogością w grupie eksperymentalnej.

Niezwykle istotne w czasie przeprowadzonych badań było także porównanie po-

ziomu zachowań agresywnych dzieci trenujących w odniesieniu do grupy kontrolnej i wartości normatywnej. Po dokonaniu analizy wyników wykazano, że uczestniczenie w zajęciach rekreacyjnych z elementami sztuk walki istotnie przyczynia się w przypadku obu płci do niższego poziomu wrogości w porównaniu z rówieśnikami, którzy nie uprawiali nigdy żadnej walki wręcz. Ćwiczących charakteryzuje zatem mniejsze uczucie żalu, niechęci i niesprawiedliwości. Wrogość reprezentowała bowiem w Kwestionariuszu Agresji kognitywny komponent dziecięcych zachowań. Ponadto zaobserwowano, że u dziewcząt uczestniczenie w zajęciach sztuk walki istotnie obniżało również wynik ogólnego wskaźnika agresji. Bez wątplenia przeprowadzone badania udowodniły jednocześnie, że w porównaniu z normą populacyjną dzieci trenujące charakteryzuje istotnie niższy poziom wrogości, gniewu, agresji słownej oraz ogólnego wskaźnika agresji. Jedynie w przypadku agresji fizycznej różnice okazały się statystycznie nieistotne. Częściowo potwierdza to wyniki prac innych autorów, którzy wykazali m.in., że trening karate może mieć korzystny wpływ na kontrolowanie agresji wśród dorastających chłopców, podczas gdy u judoków nie stwierdzono takiego oddziaływania zajęć na sferę behawioralną (Ziaee i wsp. 2012).

WNIOSKI

Zainteresowanie podjętą w pracy problematyką jest istotne z wielu powodów. Po pierwsze, rezultaty badań przyczyniają się do rozwoju pedagogiki i psychologii. Po drugie, wykorzystanie zebranych danych może być pomocne dla nauczycieli wychowania fizycznego, trenerów i instruktorów prowadzących rekreacyjne zajęcia sztuk walki. Nie ulega wątpliwości także, że pozytywny obraz siebie dodaje pewności i podnosi wiarę we własne możliwości, co przekłada się na lepsze funkcjonowanie w społeczeństwie poprzez zapewnienie równowagi emocjonalnej i poprawę relacji interpersonalnych oraz na możliwość uzyskiwania wyższych wyników w nauce czy sporcie. Wszystko to sprawia, że badania dotyczące korzyści, jakie daje uprawianie sztuk

walki przez dzieci w wieku szkolnym, należy kontynuować. Wskazując możliwe obszary dalszych rozważań, warto jednocześnie zwrócić uwagę, że zarówno poziom samooceny, jak i zachowań agresywnych nie jest stały, ale charakteryzuje go pewna dynamika, zmienność w trakcie życia człowieka. Jedną z kluczowych ról odgrywają bowiem czynniki społeczne, środowiskowe i sytuacyjne. Ogromne znaczenie w kształtowaniu poczucia własnej wartości i reakcji emocjonalnych mają ogólnoswiatowe przemiany dokonujące się we wszystkich dziedzinach. Wpływają one i na sferę behawioralną, i poznawczo-emocjonalną człowieka. Świadomość powyższych faktów każe zatem z wielką ostrożnością podchodzić do rezultatów uzyskanych w konkretnym momencie. Nie mogą one być traktowane jako rozstrzygnięcia ostateczne. Powinny natomiast stanowić punkt wyjścia dalszych rozważań.

Stąd też zasadne byłoby przeprowadzenie longitudinalnych badań z zastosowaniem przekrojowo-sekwencyjnego schematu analiz. Wydłużenie perspektywy czasowej umożliwiłoby rozważenie rzeczywistego oddziaływania zajęć sztuk walki, porównanie poziomu zmiennych osobowościowych dzieci trenujących i z grupy kontrolnej, ale także ewentualnej zmiany poziomu samooceny i zachowań agresywnych pod wpływem treningu. Zaletą przedstawionych badań okazało się wykonanie ich w grupie dzieci z tego samego przedziału wiekowego i zamieszkujących na terenie sąsiadujących ze sobą miast. Warunki makrosystemu i czynniki społeczne były więc do siebie zbliżone, co pozwoliło na dokonanie odpowiednich porównań między wynikami grup. Fakty te niosą jednak ze sobą pewne ograniczenia i wady. Jedną z nich jest niemożność wyciągnięcia wniosków będących podstawą rekomendacji konkretnych działań przynajmniej na terenie kraju. Mając na uwadze to, że otrzymane wyniki odnoszą się do bardzo małej próby i że badaniami objęto zaledwie kilka pobliskich miast, zasadne jest dokonanie analogicznych analiz na terenie innych województw. Pozwoliłoby to na wyciągnięcie uniwersalnych wniosków odnoszących się do większej zbiorowości, a także porównanie rezultatów uzyskanych przez badaczy w innych krajach.

Ponadto badania przeprowadzono wśród dzieci uprawiających sztuki walki rekreacyjnie, nieuczestniczących w zawodach sportowych. Istotne byłoby zatem dokonanie podobnych analiz wśród nastolatków trenujących sporty walki, jak np. judo, boks, karate, i porównanie ich wyników między respondentami w zależności od podejmowanej przez nich aktywności fizycznej. Uzyskane rezultaty mogłyby potwierdzić prace innych autorów. Pozwoliłoby to na pełne rozpoznanie problemu.

BIBLIOGRAFIA

- Aronson E. (1987), *Człowiek – istota społeczna*, PWN, Warszawa.
- Aronson E., Wilson T.D., Akert R.M. (1997), *Psychologia społeczna. Serce i umysł*, Zysk i S-ka, Poznań.
- Buss A., Perry M. (1992), *The Aggression Questionnaire*, *Journal of Personality and Social Psychology*, 63, 452–459.
- Cynarski W.J. (2006), *Recepcja i internalizacja etosu dalekowschodnich sztuk walki przez osoby ćwiczące*, UR, Rzeszów.
- Dąbrowski A., Majcher P., Cynarski W.J. (2002), *Socjalizacyjne i edukacyjne walory sportów walki – na przykładzie judo*, [w:] Dąbrowski A., Jasiński T., Kalina R.M. (red.), *Sporty walki w edukacji dzieci i młodzieży – perspektywa metodyczna*, Novum, Płock, 115–123.
- Dżereń J. (2002), *Reedukacja dzieci trudnych przez sporty walki*, [w:] Dąbrowski A., Jasiński T., Kalina R.M. (red.), *Sporty walki w edukacji dzieci i młodzieży – perspektywa metodyczna*, Novum, Płock, 127–130.
- <http://www.wwnorton.com/college/psych/psychsci/media/rosenberg.htm> [dostęp: 21.10.2014].
- Jasiński T., Kalina R.M., Zając T. (2000), *Porównanie lęku i agresywności młodzieży zróżnicowanej rodzajem treningu walki wręcz i innymi czynnikami środowiskowymi*, [w:] Kalina R.M., Jagiełło W. (red.), *Wychowawcze i utylitarne aspekty sportów walki*, AWF, Warszawa, 75–80.
- Jasiński T., Kalina R.M., Zając T. (2002), *Nasilenie lęku i agresywności u młodzieży uprawiającej różne formy sztuk walki na tle grupy porównawczej*, [w:] Dąbrowski A., Jasiński T., Kalina R.M. (red.), *Sporty walki w edukacji dzieci i młodzieży perspektywa metodyczna*, Novum, Płock, 171–183.
- Jaskólski E. (2000), *Rozwój osobowości i dyspozycyjności ciała w procesie pedagogicznego wykorzystania zasad budo*, [w:] Kalina R.M.,

- Jagiełło W. (red.), *Wychowawcze i utylitarne aspekty sportów walki*, AWF, Warszawa, 9–13.
- Kalina R.M., Jagiełło W. (2000), *Wychowawcze i utylitarne aspekty sportów walki*, AWF, Warszawa.
- Kościełak R., Maroszek K. (1998), *Poczucie umiejscowienia kontroli i samoocena a wynik sportowy*, [w:] Rychta T. (red.), *Osobowość a zachowanie celowe sportowców*, COS, Warszawa, 145–156.
- Kruczkowski D., Lipowski M., Danczewicz T. (1999), *Samoocena a poziom sprawności ogólnej zawodników gimnastyki sportowej*, *Trening*, 2–3, 260–265.
- Eaguna M., Lachowicz-Tabaczek K., Dzwonkowska I. (2007), *Skala samooceny SES Morrisa Rosenberga – polska adaptacja metody*, *Psychologia Społeczna*, 2 (04), 164–176.
- Siekierka I. (2005), *Kwestionariusz agresji A. Busa i M. Perry’ego*. <http://www.readbag.com/amity-pl-kwestionariusz-agresji-is> [dostęp: 28.10.2014].
- Trulson M.E. (1986), *Martial arts training: a novel „cure” for juvenile delinquency*, *Human Relation*, 39, 1131–1140.
- Tucholska S. (1998), *Pomiar agresji: Kwestionariusz Agresji A. Busa i M. Perry’ego*, *Studia z Psychologii w Katolickim Uniwersytecie Lubelskim*, 9, 369–378.
- Ziaee V., Lotfian S., Amini H., Mansournia M.-A., Memari A.-H. (2012), *Anger in Adolescent Boy Athletes: a Comparison among Judo, Karate, Swimming and Non Athletes*, *Iran J Pediatr*, 22 (1), 9–14.

Praca wpłynęła do Redakcji: 08.06.2015

Praca została przyjęta do druku: 07.10.2015

Adres do korespondencji:

Karolina Kostorz

Zakład Pedagogiki i Psychologii

Katedra Humanistycznych Podstaw Kultury Fizycznej

Akademia Wychowania Fizycznego im. Jerzego Kukuczki

ul. Mikołowska 72a

40-065 Katowice

e-mail: karolciakostorz@o2.pl