

PSYCHOSPOŁECZNY MODEL DZIAŁANIA W KULTURZE FIZYCZNEJ – UJĘCIE INTERAKCYJNE

Można uznać, że stan aktywności jest dla każdego człowieka stanem normalnym, i że aktywność stanowi jedną z wartości i należy do zasadniczych przejawów życia¹. Jeśli przyjąć taki punkt widzenia, to wydaje się oczywiste, że kultura fizyczna jako przejaw życia społecznego stwarza szczególnie dobrą okazję do wszechstronnej aktywności. W większości przyjmowanych koncepcji kultury fizycznej wskazuje się bowiem, że jest ona nie tylko zintegrowanym i utrwalonym systemem działań w dziedzinie dbałości o rozwój i sprawność fizyczną, zdrowie, urodę czy cielesno-ruchową doskonałość, lecz także systemem wartości i oddziaływań wychowawczych, kształtujących postawy prospołeczne i morale jej uczestników².

Należy też wskazać, że w społecznej strukturze kultury fizycznej nie istnieje tradycyjny podział na twórców i konsumentów kultury. Człowiek nie może być bowiem w tym przypadku wyłącznie biernym uczestnikiem – może uczestniczyć w kulturze fizycznej aktywnie lub wcale³. Tak więc próba objaśnienia interakcyjnego modelu działania w kulturze fizycznej w ujęciu strukturalno-społecznym powinna w szczególności sposób uwzględniać jej podmiotowy, tj. psychospołeczny charakter⁴.

¹ T. Tomaszewski (1985), Człowiek jako podmiot i człowiek jako przedmiot. W: J. Reykowski [red.], *Studia z psychologii emocji, motywacji i osobowości*, Wrocław; Z. Skorny (1989), *Mechanizmy regulacyjne ludzkiego działania*, Warszawa.

² A. Wohl (1968), *Społeczne problemy kultury fizycznej*, Warszawa; H. Grabowski (1990), *O kształceniu i wychowaniu fizycznym*, Kraków; Z. Krawczyk [red.] (1997), *Encyklopedia kultury polskiej XX wieku. Kultura fizyczna, sport*, Warszawa; W. Osiński (2002), *Zarys teorii wychowania fizycznego. Podręczniki, 47*, Poznań.

³ H. Grabowski (1990), dz. cyt.

⁴ J. Topolski (1989), Aktualne problemy metodologiczne nauk społecznych. W: Tenże, *Nauki społeczne a kultura fizyczna. Seria: Monografie Nr 267*, Poznań; Z. Zaleski (1991), *Psychologia zachowania celowego*, Warszawa.

Zanim taką próbę podejmiemy, wyjaśnijmy pokrótce kilka związanych z tym kwestii podstawowych, dotyczących psychologicznych koncepcji działania w ogóle i pojęcia działania w kulturze fizycznej.

Psychospołeczne koncepcje działania w kulturze fizycznej

Wśród różnych elementów składowych każdej aktywności można wyróżnić: zachowanie jako przejaw reaktywności oraz zachowanie celowe (intencjonalne) nastawione na osiągnięcie zamierzonego wyniku, określane jako czynność⁵. Jeśli czynności zmierzają do wywołania zmian przedmiotowych, zaplanowanych i wykonywanych w określonej perspektywie czasowej, to w ich ramach wyróżniamy działanie i wreszcie, gdy działanie jest ukierunkowane i uporządkowane w systemie działań, można mówić o działalności. I chociaż takie usystematyzowane ujmowanie ludzkiej aktywności może wydawać się nazbyt sformalizowane, to jednak w znacznym stopniu ułatwia ono zrozumienie znaczenia elementów tworzących interakcyjny model działania w kulturze fizycznej. Dodajmy jeszcze, że działanie to odbywa się zawsze w określonej sytuacji, rozumianej jako układ wzajemnych stosunków podmiotu z elementami jego środowiska w określonym czasie.

Warto też skonstatować, że wśród ogólnych, psychologicznych teorii ludzkiego działania, co także z powodzeniem można odnieść do działania w kulturze fizycznej, wyróżnia się najczęściej trzy zasadnicze kategorie: personologiczne, sytuacjonistyczne i interakcjonistyczne⁶. W pierwszej grupie znajdują się teorie kładące nacisk na czynniki podmiotowe (np. cechy, struktury psychiczne, wewnętrzne dyspozycje, właściwości psychiczne itp.) jako główne źródło zmienności działania, przy jednoczesnym zminimalizowaniu czynników sytuacyjnych. Skrótowo model owej koncepcji można zapisać: $D = f(P)$, gdzie: działanie (D) jest w określony sposób zdeterminowane (f) przez właściwości podmiotu (P). Model ten znany jest jako koncepcja personologiczna, a jej przykładem może być m.in. introspekcjonizm⁷.

Należy zgodzić się z faktem, że cechy podmiotowe w ogólnym modelu działania mają niewątpliwie ogromne znaczenie, jednak pomijanie czy minimalizo-

⁵ T. Tomaszewski [red.] (1976), *Psychologia*, Warszawa.

⁶ S. Kowalik, J. Brzeziński (1991), *Diagnoza kliniczna*. W: H. Sęk [red.], *Spółeczna psychologia kliniczna*, Warszawa.

⁷ K. Zamiara (1995), *Materiały z historii psychologii*, Poznań; R. Stachowski (2000), *Historia współczesnej myśli psychologicznej. Od Wundta do czasów najnowszych*, Warszawa.

wanie czynników sytuacyjnych nie wydaje się słuszne. Zwłaszcza w przypadku podejmowania aktywności w kulturze fizycznej, w której poza podmiotem w realizacji danego celu ważną zmienną są również oddziaływania środowiskowe. Dotyczy to m.in. oddziaływania sytuacji społecznej (np. rodziny – głównie przez proces wychowania w zakresie kultury fizycznej, wpływający na rozwój potrzeb, motywów i postaw w tym zakresie – oraz innych osób i organizacji współuczestniczących w kulturze fizycznej podmiotu), a także czynników naturalnych, takich jak stan pogody, infrastruktura, obiekty sportowe itp.

Druga kategoria teorii działania w omawianej klasyfikacji obejmuje z kolei te z nich, które są przeciwieństwem koncepcji personologicznych, kładą bowiem nacisk na czynniki sytuacyjne (środowiskowe). Określa się je jako sytuacjonistyczne, a ich istotę można zawrzeć w postaci zapisu: $D = f(S)$, gdzie: działanie (D) jest zależne (f) od określonych bodźców sytuacyjno-środowiskowych (S). Model ten, znany też jako klasyczny behawioryzm⁸, opiera się na teorii bodźca – reakcji (S–R) i z pewnością nie wystarcza do opisu czynności związanych z aktywnością w kulturze fizycznej. Według omawianej formuły aktywność ta ograniczałaby się jedynie do jej reaktywnej formy i byłyby raczej zbiorem prostych zachowań, zaś wykonanie zadania ruchowego przypadkowym skutkiem mechanicznych reakcji na bodźce. Tymczasem aktywność człowieka w kulturze fizycznej to wynik jego intencjonalnego działania, na które składają się określone, często złożone czynności psychoruchowe.

Trzecią kategorię wśród wyróżnionych koncepcji działania stanowią teorie interakcjonistyczne. Na pierwszy plan wśród źródeł zmienności zachowania wysuwają one działania interakcji czynników podmiotowych i sytuacyjnych⁹. Zaprezentowany model myślenia można zilustrować zapisem: $D = f(P \ S)$, gdzie: działanie (D) zależy (f) od wzajemnych interakcji podmiotu i sytuacji (P \ S).

Ostatnia z omawianych koncepcji, którą można też nazwać interakcyjną¹⁰, wydaje się najlepiej opisywać psychospołeczny charakter aktywności w kulturze fizycznej. Uwzględnia ona bowiem zarówno czynniki podmiotowe, w tym właściwości psychiczne osoby uczestniczącej w kulturze fizycznej, m.in. jej sferę percepcyjną oraz potrzeby, motyw, postawy, a także główne wymiary sytuacyjne związane z kulturą fizyczną, ukształtowane przez konkretną jej odmianę (sport wyczynowy, wychowanie fizyczne, ruchową aktywność rekreacyjną i in.).

⁸ K. Zamiara (1995), *Materiały z historii psychologii*, Poznań.

⁹ B. Ekehammar (1974), *Interactionism in Personality from a Historical Perspective*, *Psychological Bulletin*, nr 81; W. Łukaszewski (2000), *Motywacja w najważniejszych systemach teoretycznych*. W: J. Strelau [red.], *Psychologia*, t. 2, Gdańsk.

¹⁰ H. Gasiul (1998), „Zewnątrz-wewnątrzoparcie” jako podstawa interpretacji różnic w rozwoju psychospołecznym, *Studia z psychologii w KUL*, Lublin, t. 9, ss. 11-36.

Koncepcja interakcyjna uwzględnia relacje, jakie zachodzą między podmiotem (jego właściwościami) a sytuacją (jej wymiarami) i, co najważniejsze, bierze pod uwagę wpływ podejmowanej aktywności na dalszy jej przebieg i ostateczny efekt (sportowy, edukacyjny czy rekreacyjny). Dlatego naszym zdaniem najpełniej może opisywać psychospołeczne uwarunkowania aktywności w kulturze fizycznej. Główni teoretycy omawianego tu paradygmatu¹¹ sprowadzili możliwe interpretacje pojęcia „interakcja” do dwóch podstawowych znaczeń. Pierwsze mówi o „interakcji dynamicznej” między elementami zbioru składającego się z podmiotu, sytuacji i działania, która ma charakter procesualny. Mamy tu do czynienia z opisem, objaśnieniem i przewidywaniem wzajemnego oddziaływania środowiska na jednostkę i odwrotnie, w ujęciu heurystycznym. Z kolei według drugiego „mechanistycznego” ujęcia interakcji współoddziaływanie wymienionych elementów (sytuacji, podmiotu i działania) ma sens statystyczny, a jego pomiar dokonuje się według algorytmu wyznaczonego przez analizę statystyczną danych.

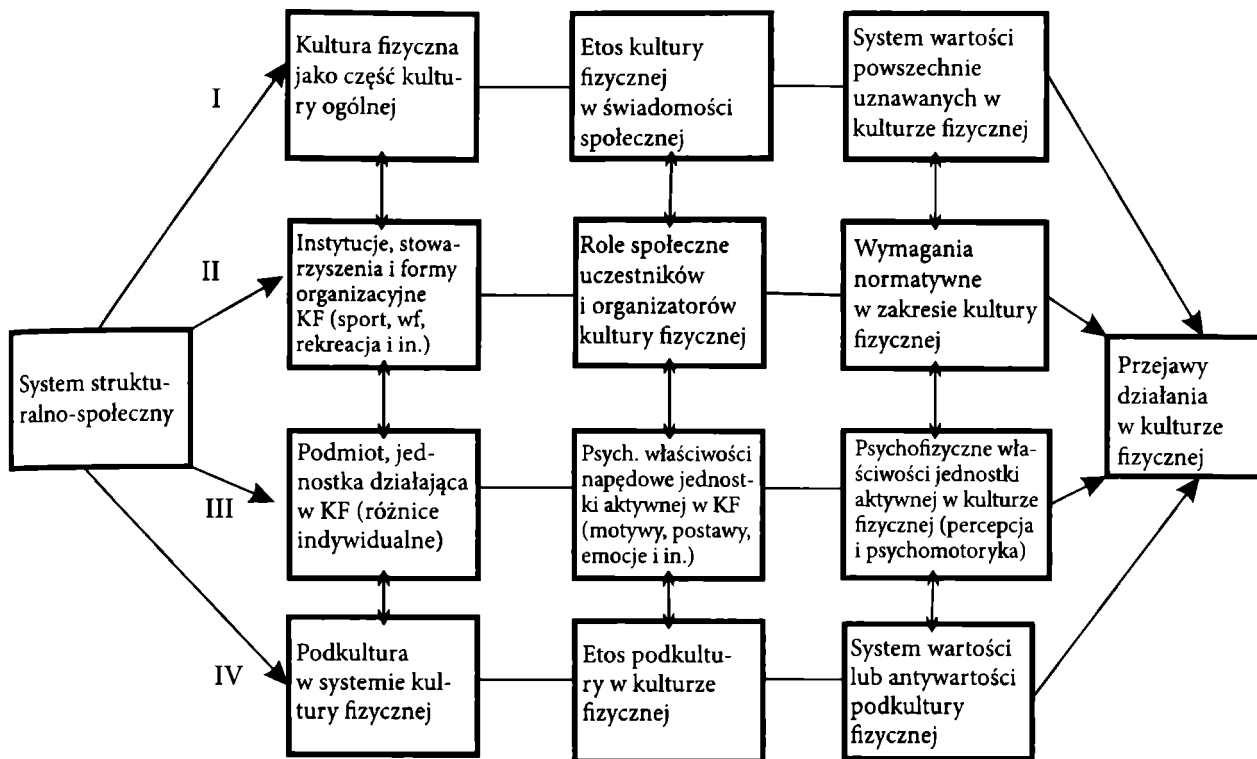
Nurt szeroko rozumianej interakcyjnej teorii działania w naukach społecznych może więc stanowić właściwą wykładnię dla pełniejszego opisu zarówno ukrytych, jak i obserwowalnych zachowań i czynności człowieka, związanych z aktywnością w kulturze fizycznej. Pozwala bowiem uwidocznic istotną rolę w tej aktywności, zarówno zmiennych sytuacyjnych, jak i przede wszystkim właściwości podmiotowych, bowiem to właśnie człowiek jako podmiot, posiadający m.in. określone dyspozycje, potrzeby, motywy i postawy, ostatecznie decyduje o wyborze konkretnej formy działania w kulturze fizycznej. To on oddziałuje na sytuację, poszukując w niej stosownych wymiarów psychospołecznych, niezbędnych dla realizacji własnych celów sportowych, edukacyjnych czy rekreacyjnych¹².

Powyższe przejawy działania w kulturze fizycznej usytuowane są zawsze w specyficznym, zintegrowanym systemie strukturalno-społecznym, w którym można wyróżnić cztery główne płaszczyzny: ideologiczną, instytucjonalno-organizacyjną, psychologiczną i podkulturową¹³.

¹¹ D. Magnusson (1981), *Toward a Psychology of Situations. An Interactional Perspective*, New Jersey; N.S. Endler (1983), *Interactionism Comes of Age*. W: M.P. Zanna, E.T. Higgins, C.P. Herman [red.], *Consistency in Social Behavior*, New Jersey; J. Brzeziński (1986), *A Statistical Model of Data Analysis in Interactional Psychology. Comments on the Quantitative Analysis of the Scores of the „S-R” Inventory of Anxiousness*, *Poznań Studies in the Philosophy of the Sciences and the Humanities*, t. 9; J. Brzeziński (1989), *Eksperymentalne badanie zmian – metodologiczne problemy stosowania pretestu zmiennej zależnej*, *Przegląd Socjologiczny*, nr 37.

¹² T. Sosnowski (1980), *Interakcjonizm i niektóre problemy psychologii różnic indywidualnych*, *Przegląd Psychologiczny*, nr 4; Z. Zaleski (1991), *Psychologia zachowania celowego*, Warszawa; R.C. Mannel, D.A. Kleiber (1997), *A Social Psychology of Leisure*, PA.

¹³ J.W. Getzels (1969), *A Social Psychology of Education*. W: G. Lindzey, E. Aronson [red.], *Handbook of Social Psychology*, New York.



Ryc. 1. Strukturalno-społeczny system działania w kulturze fizycznej (na podstawie Getzels 1969).

Pierwsza ideologiczna płaszczyzna obejmuje kulturę fizyczną jako część kultury ogólnej, jej etos i system uznawanych wartości¹⁴. Druga płaszczyzna rozciąga się w obszarze instytucjonalno-organizacyjnym, uwzględniającym strukturę stowarzyszeń, organizacji i głównych form kultury fizycznej (m.in. sportu wyczynowego, wychowania fizycznego i rekreacji ruchowej) oraz pełnionych przez jej uczestników ról społecznych, zgodnie z obowiązującymi normami. Elementami trzeciej, psychologicznej, płaszczyzny omawianej struktury są wszelkie właściwości podmiotowe (różnice indywidualne) uczestników kultury fizycznej. Należą do nich zarówno procesy napędowe (m.in. motywy, potrzeby, emocje i postawy) oraz instrumentalne właściwości psychofizyczne jednostki (m.in. psychomotoryka i percepcja). Ostatnia, czwarta, to płaszczyzna podkulturowa, w której dominują grupowe lub lokalne systemy wartości i norm, zarówno w odniesieniu do sensu kultury fizycznej, jej etosu jak i systemu wartości. Podkultura w tym ujęciu nie musi kojarzyć się jedynie z działaniem antyspołecznym, jak to jest w licznych przypadkach tzw. subkultur kibicowskich, a może stanowić wzbogacenie specyficznych form i przejawów kultury fizycznej (ryc. 1).

¹⁴ Jan Paweł II (1985), *List apostolski: Do młodych całego świata z okazji Międzynarodowego Roku Młodzieży*, z 31 marca 1985 r.; Z. Dziubiński (2014), *Sport w perspektywie salezjańskiej*, Warszawa.

W omawianym systemie składniki (płaszczyzny) kultury fizycznej wzajemnie się przenikają i integrują, dając w efekcie określone jej przejawy (efekty działania). Jednak wydaje się, że będą one w każdym przypadku przyjmować postać typową dla konkretnej formy kultury fizycznej, np. sportu wyczynowego, wychowania fizycznego czy ruchowej aktywności rekreacyjnej.

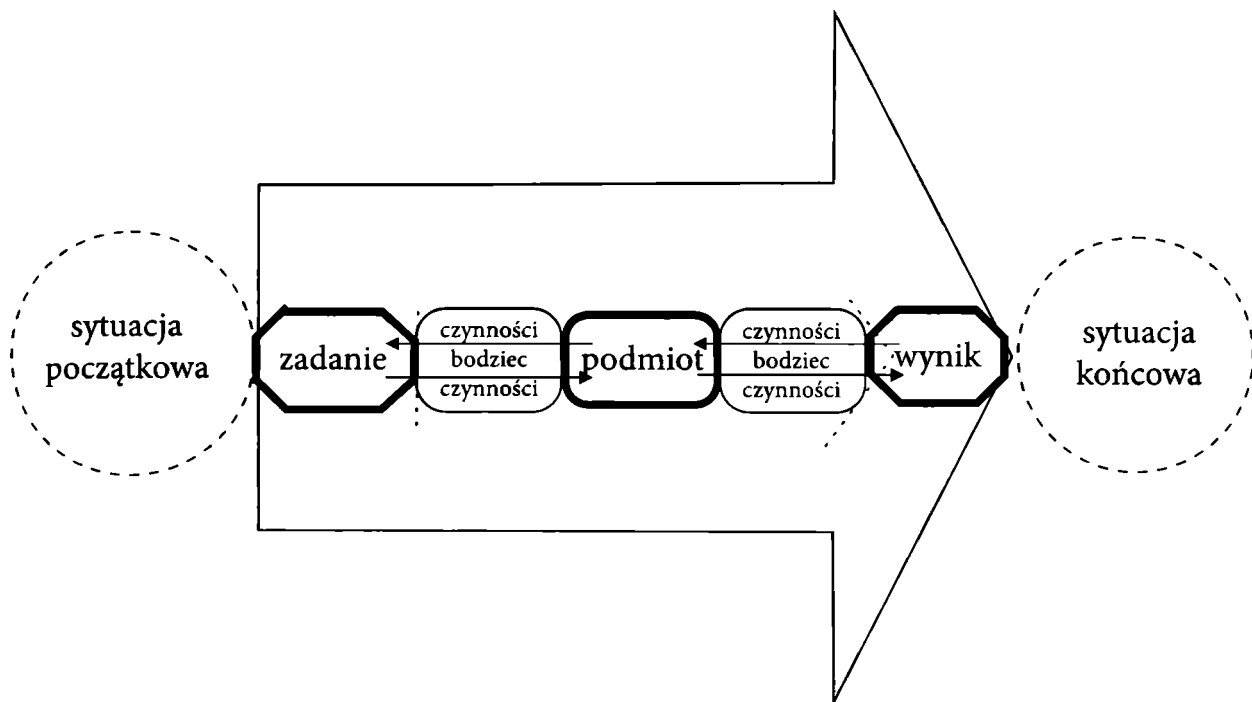
Psychospołeczny model kultury fizycznej w ujęciu interakcyjnym, weryfikacja empiryczna

Dotychczasowe rozważania pozwalają na stwierdzenie, że aktywność w kulturze fizycznej to aktywność podlegająca określonym regułom psychospołecznym, zawartym w interakcyjnym modelu „organizm – świat”, który można przedstawić w formie zapisu¹⁵:

Stp [Z (S – O – R) W] Stk

gdzie sytuacja początkowa (Stp), z której wynika potrzeba przystosowania lub działania, połączona jest z zaprojektowaną jako wynik odpowiedniej czynności sytuacją końcową (Stk) – ciągiem zdarzeń, w których mechanizm regulacyjny przebiega z zasadniczym udziałem podmiotu (O) oraz wykreowanych przez niego celów i zadań (Z), ukierunkowanych na osiągnięcie zamierzonego wyniku (W). Aktywność w kulturze fizycznej wpisana w reguły omawianej teorii może być więc rozpatrywana jako działanie, w którym uczestniczy podmiot ze swoimi właściwościami i intencjonalnie zaplanowanymi zadaniami, które będą miały dla niego znaczenie bodźca (S), wywołującego określone czynności i ich efekty odpowiednie dla podejmowanej formy kultury fizycznej (R). Ogólny schemat omawianego modelu ilustruje ryc. 2.

¹⁵ T. Tomaszewski (1985), dz. cyt.



Ryc. 2. Model interakcyjnej koncepcji teorii czynności – sytuacji (por. Walczak 2009).

Przydatność omawianej koncepcji dla analizy efektywnego działania w kulturze fizycznej polega na możliwości ukazania, że działanie to jest ciągiem ukierunkowanych czynności, do opisu których nie wystarczy, jak sądzą niektórzy, wspomniana behawiorystyczna formuła bodziec-reakcja (S – R). Realizacja zadań związanych z kulturą fizyczną jest bowiem intencjonalnym działaniem podmiotu, a więc człowieka z jego indywidualnymi właściwościami psychofizycznymi i osobistymi preferencjami. Poznanie tych podmiotowych właściwości i preferencji oraz wymiarów sytuacyjnych, typowych dla poszczególnych form kultury fizycznej, a nade wszystko występujących między nimi interakcji, jest naszym zdaniem właściwą drogą dla opisu, objaśnienia i przewidywania skutecznego uczestnictwa w kulturze fizycznej.

Z powyższego modelu wynika, że właściwości psychiczne człowieka oraz wymiary sytuacyjne określonej formy kultury fizycznej, w której on uczestniczy, są ze sobą silnie powiązane, decydując o jej skutkach (efektach): rekreacyjnych, sportowych czy edukacyjnych. Podejście takie byłoby zgodne z interakcyjną formułą badawczą zawierającą się w odpowiedzi na dwa podstawowe pytania: 1) jakie informacje o właściwościach psychospołecznych osób podejmujących aktywność w kulturze fizycznej są potrzebne do określenia ich wpływu na efektywność tego działania? i 2) jakie informacje o wymiarach sytuacyjnych kultury fizycznej są ważne w wyjaśnianiu i prognozowaniu jej efektu sportowego, edukacyjnego czy rekreacyjnego?

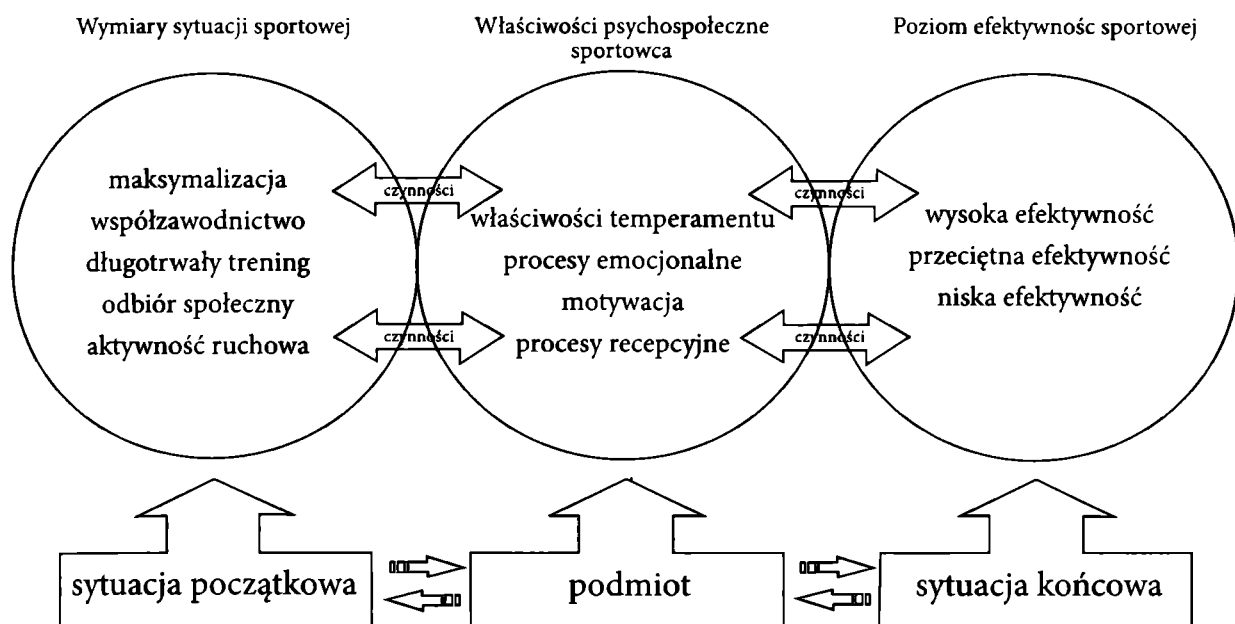
Poniżej przedstawiono próbę empirycznej weryfikacji postawionych kwestii, opartą na ukierunkowanych badaniach teoriopoznawczych. Dotyczyły one opisu i objaśnienia podstawowych wymiarów sytuacyjnych, ich interakcji psychospołecznych z podmiotem oraz efektów jego działania w wybranych formach kultury fizycznej. Rozwiązanie postawionego problemu badawczego było możliwe dzięki wyodrębnieniu zmiennych, decydujących o efektywnej realizacji specyficznych zadań kultury fizycznej (m.in. sportowych, edukacyjnych, rekreacyjnych). Do analizy tych zmiennych zastosowano, jak wyżej wspomniano, ujęcie interakcyjne¹⁶, które polegało na: 1) opisie psychospołecznych wymiarów sytuacyjnych (zmiennych niezależnych kontekstowych), specyficznych dla danej formy kultury fizycznej (sportu wyczynowego, szkolnego wychowania fizycznego czy rekreacji ruchowej), 2) opisie, objaśnieniu, przewidywaniu oraz odpowiednim kształtowaniu głównych właściwości psychicznych i czynności podmiotu kultury fizycznej (zmiennych niezależnych głównych), mediatorów, dzięki którym może on jak najlepiej przystosować się do specyficznych wymiarów sytuacyjnych, 3) racjonalnej ocenie efektów działania w kulturze fizycznej (zmiennych zależnych), która mogłaby stać się zachętą i wskazaniem dla podjęcia kolejnych czynności w tym zakresie w celu podniesienia ich efektywności.

Szczegółowy opis omawianej interakcyjnej formuły badawczej znajdzie czytelnik w podanej wyżej literaturze. W tym miejscu przedstawimy jedynie jej ujęcie modelowe, odnoszące się do trzech wspomnianych form działania w kulturze fizycznej, tj. sportu wyczynowego, szkolnego wychowania fizycznego i rekreacji ruchowej (ryc. 3-5).

Pierwszy z omawianych modeli przedstawia przestrzeń zmiennych odnoszących się do sportu wyczynowego (ryc. 3). Wyodrębniono w nim pięć podstawowych zmiennych (wymiarów) sytuacyjnych, typowych dla tej formy kultury fizycznej. Należą do nich: maksymalizacja działania, współzawodnictwo, długotrwały trening, odbiór społeczny i aktywność ruchowa (sytuacja początkowa). Następnie oczekiwane wyniki, które sprowadzają się do jak najwyższej efektywności działania (sytuacja końcowa) oraz psychospołeczne właściwości podmiotu, do jakich w omawianym kontekście zaliczono właściwości temperamentalne, procesy emocjonalne, motywację osiągnięć i procesy percepcyjne. Dodajmy, że przebieg interakcji podmiotowo-sytuacyjnych (czynności) będzie

¹⁶ J. Gracz (1998), *Psychospołeczne uwarunkowania aktywności sportowej człowieka. Seria: Monografie Nr 332*, Poznań; K. Majewska (2003), *Psychospołeczne wymiary prototypu sytuacyjnego w aktywności rekreacyjnej*. W: T. Rychta, M. Głuszkowska [red.], *Wkład nauk humanistycznych do wiedzy o kulturze fizycznej*, Warszawa; M. Walczak (2009), *Psychospołeczne uwarunkowania narciarstwa rekreacyjnego, praca doktorska AWF*, Kraków; M. Tomczak (2013), *Styl rywalizacji a efektywność działania w sportach walki – analiza psychologiczna*, Poznań.

zawsze uzależniony od dyscypliny sportu, generującej specyficzny dla niej prototyp sytuacyjny¹⁷

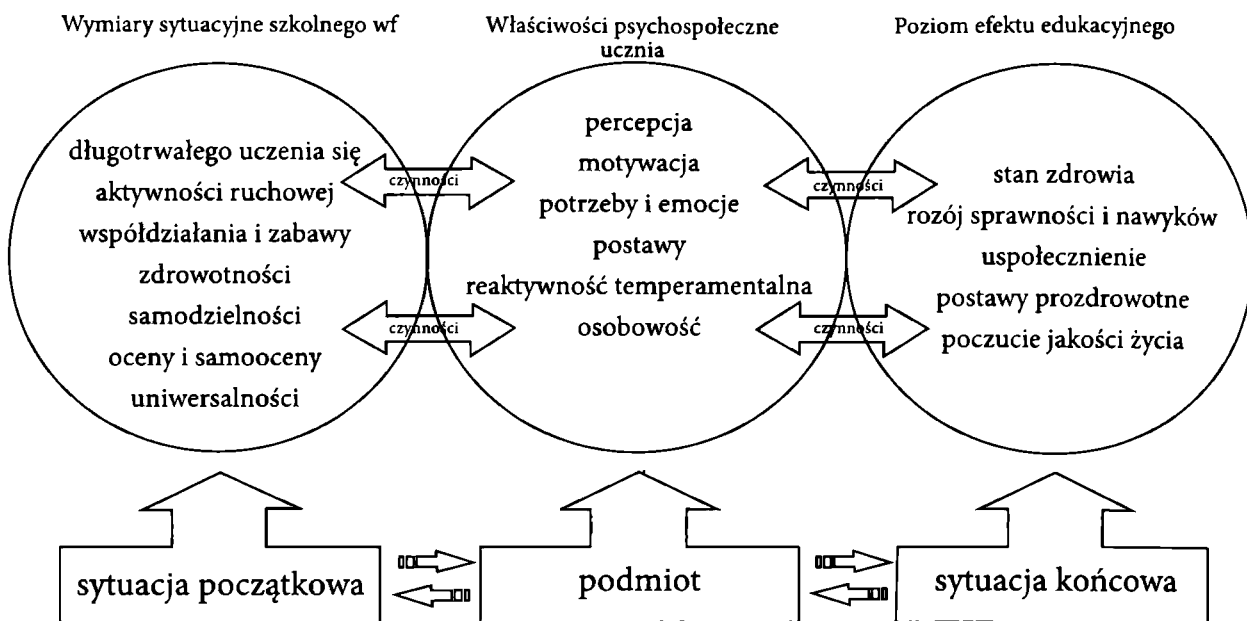


Ryc. 3. Interakcyjny model sportu wyczynowego jako formy działania w kulturze fizycznej.

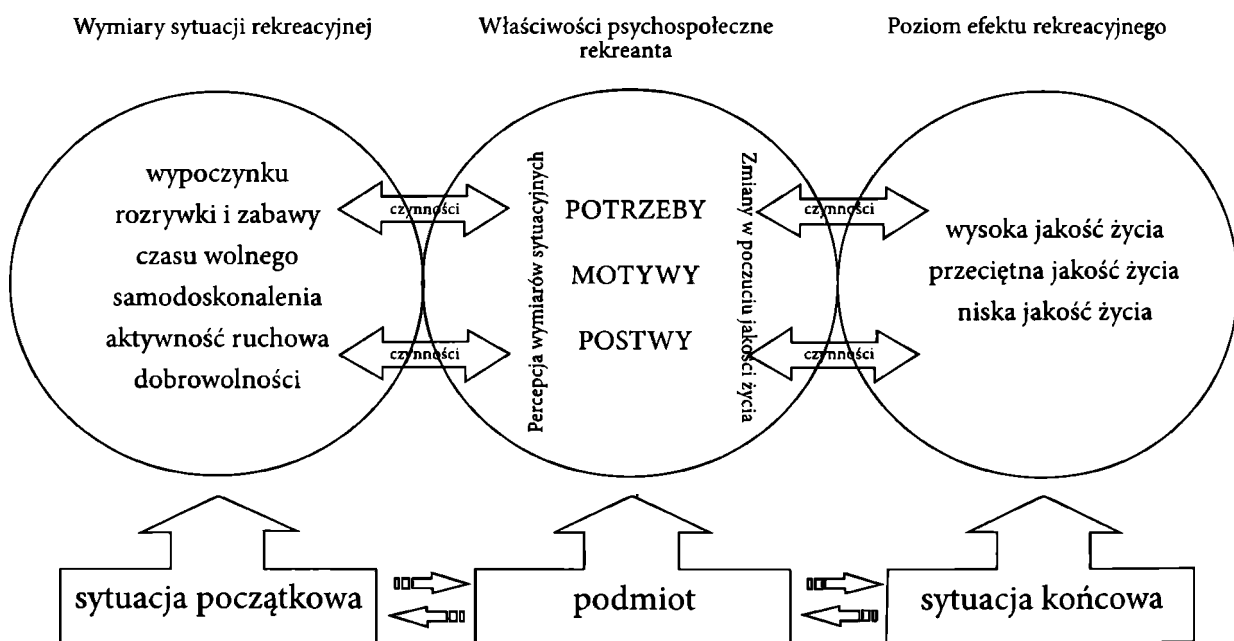
Kolejny model działania w kulturze fizycznej dotyczy szkolnego wychowania fizycznego (ryc. 4). Wśród zmiennych sytuacyjnych (sytuacja początkowa) wyodrębniono: długotrwałe uczenie się, aktywność ruchową, współdziałanie i zabawę, zdrowotność, samodzielność, ocenę i samoocenę, uniwersalność. Do oczekiwanych efektów edukacyjnych (sytuacja końcowa) zaliczono: stan zdrowia, rozwój sprawności i nawyków ruchowych, uspołecznienie, postawy prozdrowotne, poczucie jakości życia. Zaś wśród ważnych psychospołecznych zmiennych podmiotowych wskazano na percepcję, motywację, potrzeby i emocje, postawy oraz reaktywność temperamentalną i osobowość ucznia¹⁸.

¹⁷ J. Gracz (1998), dz. cyt.; M. Tomczak (2013), dz. cyt.

¹⁸ M. Bronikowski (2008), *Podstawy prosomatyczne młodzieży gimnazjalnej jako efekt interwencji edukacyjnej w procesie wychowania fizycznego*, Poznań.



Ryc. 4. Interakcyjny model szkolnego wychowania fizycznego jako formy działania w kulturze fizycznej.



Ryc. 5. Interakcyjny model rekreacji ruchowej jako formy działania w kulturze fizycznej.

Ostatni z proponowanych modeli działania w kulturze fizycznej w ujęciu interakcyjnym dotyczy ruchowej aktywności rekreacyjnej (ryc. 5). Tworzą go takie zmienne sytuacyjne (sytuacja początkowa), jak: wypoczynek, rozrywka i zabawa, czas wolny, samodoskonalenie, aktywność ruchowa, dobrowolność. A także, jako efekt rekreacyjny (sytuacja końcowa), poczucie wysokiej, przeciętnej lub niskiej

jakości życia. Do ważnych psychospołecznych zmiennych podmiotowych zaliczono potrzeby, motywy i postawy¹⁹

Podsumowanie

Biorąc pod uwagę, jak ważne w procesie podnoszenia jakości życia jest działanie człowieka w kulturze fizycznej, podjęliśmy próbę psychospołecznej analizy tego działania w ujęciu interakcyjnym. Podejście takie pozwoliło m.in. na:

1. Opis wymiarów sytuacyjnych, w jakich może znaleźć się człowiek podczas działania w kulturze fizycznej w różnych jej formach. Dla osiągnięcia tego celu określono sytuacyjne wymiary występujące w sporcie wyczynowym, szkolnym wychowaniu fizycznym i ruchowej aktywności rekreacyjnej. Opis i objaśnienie tych wymiarów nie tylko poszerza ogólną wiedzę na temat psychospołecznych uwarunkowań kultury fizycznej, lecz może także przyczynić się do pogłębienia świadomości poznawczej w zakresie doboru jej formy do możliwości psychospołecznych poszczególnych osób.
2. Wskazanie, że w omawianym interakcyjnym modelu kultury fizycznej, poza wpływem psychospołecznych wymiarów sytuacyjnych oraz związanych z nią określonych efektów (m.in. sportowych, edukacyjnych i rekreacyjnych), podstawowe znaczenie mają wybrane właściwości psychospołeczne jej uczestników, a wśród nich szczególnie potrzeby i motywy ze względu na dynamizujący wpływ na czynności oraz postawy z uwagi na aspekt behawioralny, przejawiający się w podejmowaniu określonych form kultury fizycznej.
3. Określenie powiązań, jakie mogą zachodzić między podejmowaną formą kultury fizycznej, wybranymi właściwościami podmiotowymi jej uczestników oraz, co szczególnie ważne, poziomem oczekiwanych efektów. Dopasowanie wspomnianych właściwości do wymogów sytuacyjnych, występujących w danej formie aktywności w kulturze fizycznej, może wpływać na osiągnięcie przez podmiot satysfakcjonującego wyniku (sportowego, edukacyjnego czy rekreacyjnego).

Dobra orientacja w strukturze sytuacyjnej różnych form kultury fizycznej, właściwościach podmiotowych uczestników oraz jej psychospołecznych efektach, winna stać się udziałem trenerów i organizatorów sportu, nauczycieli wychowania fizycznego, rodziców, wychowawców i ekspertów kultury fizycznej. To

¹⁹ J. Gracz, K. Majewska (2006), Relationship between the Level of General Physical Activity and the Choice of a Motor Recreation Form, *Studies Physical Culture and Tourism*, t. 13, ss. 59-65; M. Walczak (2009), dz. cyt.; K. Majewska (2011), *Psychospołeczny sens rekreacji – w poszukiwaniu szczęścia*, Poznań.

przecież głównie oni kształtują określone wzorce czynności prosportowych czy prozdrowotnych w treningu, edukacji szkolnej i w czasie wolnym. To oni mają zasadniczy udział w rozwijaniu umiejętności zwalczania negatywnych skutków pracy, nauki czy stresu życia codziennego poprzez uczestnictwo w kulturze fizycznej.

Zaproponowana psychospołeczna analiza kultury fizycznej w ujęciu interakcyjnym stanowi próbę wyjścia naprzeciw zapotrzebowaniu społecznemu, wyrażającemu się w poszukiwaniu jak najlepszych środków osiągnięcia szeroko rozumianego dobrostanu i trwałego, ogólnego zadowolenia z życia.