

dr Anetta Jaworska

Psychologiczne korelaty aktywności fizycznej mężczyzn odbywających karę pozbawienia wolności

Praca doktorska pod kierunkiem prof. UG, dr hab. Mieczysława Cioska

Streszczenie

Zakłady karne, jako instytucje silnie krytykowane od ponad stu lat, nie tylko nie łagodzą problemów osobowych i społecznych, ale niejednokrotnie je wzmacniają, prowadząc do dalszej destrukcji osobowości i postaw antyspołecznych osób w nich osadzonych. Długoterminowe pobyty w jednostkach penitencjarnych, poprzez swoje deprivacyjne i stygmatyzujące działanie często mają negatywne, a nawet pogłębiające kryminogenność skutki. Jedną z możliwości zmiany deprivacyjnych i frustracyjnych warunków odbywania kary może stanowić rozwój inicjatyw penitencjarnych w postaci programów związanych z aktywnością fizyczną (AF). Z uwagi na swoje walory osobotwórcze, AF wydaje się potencjalną szansą na przeniesienie uzyskanych rezultatów na funkcjonowanie społeczne w świecie ludzi wolnych. Uniwersalność AF, polega na tym, że w przeciwieństwie do wielu innych metod oddziaływań penitencjarnych, jest ona całkowicie akceptowana przez skazanych, niezależnie od stopnia ich demoralizacji, czy nawet przynależności podkulturowej.

W badaniach nad poszukiwaniem związków pomiędzy aktywnością fizyczną mężczyzn odbywających karę pozbawienia wolności a jej psychologicznymi korelatami zastosowano metody kwestionariuszowe, w którym jedną grupę stanowili mężczyźni osadzeni w pałaczkach penitencjarnych ($N=121$), którzy wykazują aktywność fizyczną, a grupę porównawczą osadzeni nieaktywni fizycznie ($N=128$) w wieku od 22 do 55 lat. Większość

respondentów to mężczyźni z wykształceniem podstawowym lub gimnazjalnym oraz zawodowym (ponad 90%).

W pracy przyjęto rozumienie AF, jako ponadspoczynkowego wysiłku energetycznego, wykonywanego w czasie wolnym oraz jako działań podejmowanych przez skazanych z uwagi na biologiczne i psychologiczne potrzeby wynikające z warunków pobytu w warunkach izolacji.

Celem pracy było ustalenie wybranych psychologicznych korelatów aktywności fizycznej mężczyzn odbywających karę pozbawienia wolności. Badania mają charakter korelacyjny, a zatem ich zadaniem nie było określanie kierunku ewentualnych zależności pomiędzy AF a pozostałymi zmiennymi, a jedynie wskazanie ewentualnych związków wraz z próbą ich wyjaśnienia

W badaniach zastosowano zmodyfikowany dla potrzeb badań w środowisku zakładów penitencjarnych Międzynarodowy Kwestionariusz Aktywności Fizycznej (International Physical Activity Questionnaire) – IPAQ oraz szereg wystandaryzowanych kwestionariuszy do pomiaru poszczególnych korelatów AF. Mierzony kwestionariuszem IPAQ poziom AF jest oceniany na podstawie tygodniowego zużycia energii - MET (*Metabolic Equivalent of Work*)

Analizę badań podzielono na dwie uzupełniające się części: uwarunkowania AF oraz jej skutki w zakresie kształtowania dobrostanu człowieka. Pierwsza część analiz obejmuje korelacje AF z takimi zmiennymi jak: motywacja do uczestniczenia w ćwiczeniach fizycznych, podstawowe cechy osobowości oraz źródło umiejscowienia kontroli. Zadaniem drugiej części analizy jest ukazanie związków AF ze z czynnikami wchodzącymi w skład dobrostanu psychicznego: samooceną, poziomem depresji oraz sensem życia.

Wyniki badań pokazały, że najważniejszą rolę w zakresie uczestniczenia w ćwiczeniach fizycznych na terenie zakładów karnych odgrywa motywacja do

podtrzymywania zadowolenie i satysfakcji z życia, a ćwiczenia stanowią głównie formę rozrywki i sensownego zapelnienia czasu. Ważnymi motywami podejmowania ćwiczeń są także motywy utrzymywania kontaktów z szerszą grupą ludzi. Więźniowie uprawiający regularną AF okazali się odznaczać wyższą stabilnością emocjonalną ($p < 0,05$) oraz wyższym poziomem ekstrawersji ($p < 0,05$). Nie różnią się natomiast poziomem psychotyzmu ($p = 0,80$). Ponadto skazani aktywni fizycznie odznaczają się średnio wyższym poziomem wewnętrznego umiejscowienia kontroli ($p < 0,001$). Badania ukazały także dwustronną, umiarkowaną ujemną korelację pomiędzy tygodniowym wydatkiem energetycznym wynikającym ze świadomej aktywności ruchowej a poziomem depresji wśród skazanych ($r = -0,36$, $p < 0,001$). Wykazano także, że więźniowie aktywni fizycznie posiadają silniejszą potrzebą poszukiwania sensu życia ($p < 0,01$), nie odznaczają się jednak wyższym poczuciem sensu ($p = 0,16$). Więźniowie aktywni fizycznie posiadają wyższą samoocenę w zakresie swoich walorów fizycznych, psychicznych i społecznych, uznając siebie za mężczyzn atrakcyjnych fizycznie, szanowanych, sumiennych, uczciwych i zdolnych ($p < 0,01$) w większym zakresie niż skazani nieaktywni fizycznie, co jednak nie zawsze stanowi samoocenę adekwatną do rzeczywistości.

Abstract

Prisons as the most criticized institutions for over a hundred years, not only not solve the personal and social problems, but often increase them, leading to the further destruction of antisocial personality of prisoners. Long-term stay in prison often are negative and even developing crime effects. One possible change negative results staying in prison conditions may be the development of initiatives in the form of prison connected with physical activity (PA). PA could be a potential opportunity to better functioning prisoners in an environment free people, after leaving prison. PA versatility lies in the fact that, in contrast to many other penitentiary methods, it is completely accepted by the convicts, regardless of their degree of demoralization, or even belonging to the criminals groups.

In studies on the search about relationships between physical activity of inmates and its psychological correlates were used questionnaire methods. One group consisted of men incarcerated in prisons (N=121) who are physical activity, and a comparison group consisted of physically inactive inmates (N=128). They were aged from 22 to 55 years. Most of the respondents are the men with primary or lower secondary and vocational education (over 90%).

In this study adopted the understanding of PA, as deliberately planned energy effort, carried out in their free time, and as the actions taken by convicted because of the biological and psychological needs arising out of conditions of stay in isolation.

The aim of the study was to establish some psychological correlates of physical activity of the imprisonment men. Studies are correlational so their task was not determining the direction of the relationship between PA and other variables, but an indication of possible compounds and attempt to explain them.

In the studies were used modified for research in an environment of penal institutions International Physical Activity Questionnaire (IPAQ) and a series of standardized questionnaires to measure individual correlates of PA. Measured IPAQ questionnaire PA level is evaluated on the basis of weekly energy - MET (Metabolic Equivalent of Work).

Analysis of the research was divided into two complementary parts: determinants of PA and its effects on the development of human welfare. The first part of the analysis includes the PA correlations with variables such as motivation to participate in physical exercise, basic personality traits and the locus of control. The purpose of the second part of the analysis is to show the compounds PA with factors belonging to the psychological well-being: self-esteem, level of depression, and the meaning of life.

The results showed that the most important role in participation in physical exercises in prison is motivation to achieve a life satisfaction. Exercises are primarily a form of entertainment and meaningful full time. The important motifs to doing exercises are also keeping in touch with a wider group of the people. Prisoners cultivating regular physical activity proved to be characterized by greater emotional stability ($p < 0.05$) and higher levels of extraversion ($p < 0.05$). But they not differed of psychoticism level ($p = 0.80$). Also physically active prisoners have a higher level of internal locus of control ($p < 0.001$). The study also showed bilateral moderate negative correlation between weekly energy effort (resulting from deliberate physical activity) and the level of depression among physically active convicts ($r = -0.36$, $p < 0.001$). It was also shown that the physically active prisoners have a stronger need to search for the meaning of life ($p < 0.01$), but did not have a higher sense of meaning in life ($p = 0.16$). Prisoners physically active have a higher self-esteem in terms of their values physical, psychological and social. They consider themselves as men physically attractive, respectable, conscientious, honest and talented ($p < 0.01$) greater extent than sentenced physically inactive, but this is not always a self adequate to reality.