

# Anetta Jaworska

---

## Aktywność fizyczna w zakładach karnych a podstawowe wymiary osobowości mężczyzn odbywających karę pozbawienia wolności

---

Resocjalizacja Polska (Polish Journal of Social Rehabilitation) 9, 137-157

---

2015

Artykuł został opracowany do udostępnienia w internecie przez Muzeum Historii Polski w ramach prac podejmowanych na rzecz zapewnienia otwartego, powszechnego i trwałego dostępu do polskiego dorobku naukowego i kulturalnego. Artykuł jest umieszczony w kolekcji cyfrowej [bazhum.muzhp.pl](http://bazhum.muzhp.pl), gromadzącej zawartość polskich czasopism humanistycznych i społecznych.

Tekst jest udostępniony do wykorzystania w ramach dozwolonego użytku.

Anetta Jaworska

Akademia Pomorska w Słupsku

## Aktywność fizyczna w zakładach karnych a podstawowe wymiary osobowości mężczyzn odbywających karę pozbawienia wolności

**Abstrakt:** Artykuł dotyczy aktywności fizycznej (AF) w zakładach karnych, rozumianej jako ponadspoczynkowy wysiłek energetyczny wykonywany przez skazanych w czasie wolnym. Celem badań było ustalenie osobowościowych korelatów AF mężczyzn odbywających karę pozbawienia wolności. W badaniach zastosowano metody kwestionariuszowe. Jedną grupę stanowili mężczyźni osadzeni w placówkach penitencjarnych ( $N = 121$ ), którzy wykazują aktywność fizyczną, a grupę porównawczą osadzeni nieaktywni fizycznie ( $N = 128$ ) w wieku od 22 do 55 lat. Wyniki badań pokazały, że więźniowie systematycznie uczestniczący w programach z zakresu kultury fizycznej i sportu odznaczają się wyższą stabilnością emocjonalną ( $p < 0,05$ ) oraz wyższym poziomem ekstrawersji ( $p < 0,05$ ). Nie różnią się natomiast poziomem psychotyzmu ( $p = 0,80$ ). Poniższe opracowanie jest fragmentem większych badań dotyczących psychologicznych korelatów aktywności fizycznej w zakładach karnych.

**Słowa kluczowe:** aktywność fizyczna, zakład karny, osobowość.

### Wprowadzenie

Długoterminowe pobyty w jednostkach penitencjarnych, poprzez swoje wielokrotnie już opisywane w polskiej i światowej literaturze przedmiotu deprywacyjne, stygmatyzujące i destrukcyjne osobowościowo działanie (zob. np.: Goffman 1975; Stanik 1976, 1977; Merton 1982; Waligóra 1984; Ciosek 1996, 2001, 2003; Krane, Miles 2000; Chojnacka, Karczewski 2003; Wysocka 2008; Przybyliński 2010)

często mają negatywne, a nawet pogłębiające kryminogenność skutki. Ujemne następstwa izolacji penitencjarnej zostały także dobrze udokumentowane w prowadzonych na świecie badaniach empirycznych (zob. np.: Bukstel, Kilman 1980; Jose-Kampfner 1990; Haney 1997). W większości badacze zgodni są, że nie w każdym przypadku izolacja więzienna prowadzi do pejoratywnych osobowościowo skutków, a efekt uwięzienia zależy do złożonej interakcji czynników biorących udział w oddziaływaniu na uwięzionego człowieka. Jedną z możliwości zmiany deprywacyjnych i frustracyjnych warunków odbywania kary może być 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.

## Aktywność fizyczna w zakładach karnych

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. Choć osoby te często charakteryzuje brak nawyku pracy, niechęć do nauki i brak potrzeby korzystania z kultury, nierzadko chętnie podejmują one AF (Poklek 2009). Współcześnie, oddziaływania penitencjarne oparte na AF zostały włączone w proces resocjalizacji osób odbywających karę pozbawienia wolności po roku 1989. Na możliwość (a nawet konieczność) prowadzenia w zakładach karnych zajęć z zakresu kultury fizycznej wskazują Wzorcowe reguły minimalne postępowania z więźniami (2003, s. 15), w których napisano: *Młodzi więźniowie oraz inni będący w odpowiednim wieku i kondycji fizycznej, otrzymają w czasie przeznaczonym na ćwiczenia fizyczne możliwość wykonywania ćwiczeń sportowych i rekreacyjnych. W tym celu należy zapewnić odpowiednią przestrzeń, urządzenia i wyposażenie.* Tymczasem Rozporządzenie Ministra Sprawiedliwości z dnia 14 sierpnia 2003 r. w sprawie sposobów prowadzenia oddziaływań penitencjarnych w zakładach karnych i aresztach śledczych, opisujące zasady pracy penitencjarnej, nie wskazuje kultury fizycznej jako środka oddziaływania penitencjarnego (Dz.U. Nr 151 z 2003 r. poz. 1469). Na możliwości oddziaływań penitencjarnych poprzez uczestnictwo skazanych w zajęciach z zakresu kultury fizycznej i sportu wskazuje jednak Kodeks karny wykonawczy (Dz.U. Nr 90 z 1997, poz. 557 z późn. zm.), traktując wychowanie fizyczne oraz wychowanie sportowe jako formy spędzania czasu wolnego oraz pobudzania aktywności społecznej skazanych (art. 135 § 1) oraz stwierdzając: *W zakładzie karnym typu zamkniętego skazani, o których mowa w art. 88a § 2, odbywają karę w następujących warunkach: skazani mogą uczyć się, pracować, bezpośrednio uczestniczyć w nabożeństwach, spotkaniach religijnych i nauce religii oraz korzystać z zajęć kulturalno-oświatowych, z zakresu*

*kultury fizycznej i sportu, tylko w oddziale, w którym są osadzeni (art. 88b pkt 3) oraz: zajęcia kulturalno-oświatowe i sportowe oraz nauczanie organizuje się w obrębie zakładu karnego (art. 90 pkt 3); W zakładzie karnym typu półotwartego: skazani mogą brać udział w organizowanych przez administrację poza terenem zakładu karnego grupowych zajęciach kulturalno-oświatowych lub sportowych (art. 91 pkt 4); W zakładzie karnym typu otwartego: skazani mogą brać udział w organizowanych przez administrację, poza terenem zakładu karnego, grupowych zajęciach kulturalno-oświatowych lub sportowych (art. 92 pkt 4 i 5).*

Posiadana przez jednostki penitencjarne baza rekreacyjno-sportowa nie wygląda zadowalająco, należy jednak dostrzec, że w większości jednostek znajdują się świetlice do zajęć sportowych, a znaczna ich część ma samodzielne boiska sportowe. Jednostki, które takich boisk nie mają, wykorzystują do tego celu place spacerowe.

W zakresie preferencji, jakie dominują wśród osób odbywających karę pozbawienia wolności, największym zainteresowaniem cieszą się takie sporty, jak: piłka nożna, koszykówka oraz sporty walki (głównie boks) (Poklek 2005). Wśród innych dyscyplin z zakresu aktywności fizycznej w niektórych zakładach karnych skazani mają także możliwość uczestniczenia w zajęciach nordik walking oraz uprawiać kajakarstwo (w Zakładzie Karnym w Czarnem aktywność ta jest połączona z aktywnością ekologiczną – sprzątaniem lasów, sprzątaniem brzegów rzek) i biegi (powstają kluby biegacza). Znacznym zainteresowaniem cieszą się także zajęcia na siłowni, choć za ich zdecydowanie słabą stroną należy uznać brak wykwalifikowanych trenerów (lub trenerów w ogóle), którzy wdrożyliby wśród skazanych sporty siłowe, jako formę rozwoju (fizycznego i psychicznego), a nie strategię „zbrojenia się” w siłę w celach nie zawsze wskazujących na ich charakter resocjalizacyjny. Uczestnictwo skazanego w zajęciach sportowych wymaga uzyskania zgody zarówno administracyjnej, jak i medycznej. Zgoda obejmuje na ogół możliwość uczestniczenia przez skazanego w zajęciach sportowych nie częściej niż dwa razy w tygodniu po 2 godziny (lub dodatkowo w dni wolne od pracy). Najszerszy do tej pory opis programów obejmujących zajęcia sportowe na terenie jednostek penitencjarnych w Polsce zawiera praca pod redakcją Moniki Marczak (2009).

Aktywność fizyczna znalazła swoje miejsce w metodach resocjalizacji twórczej promowanych przez Marka Konopczyńskiego (2006). Głównym przesłaniem tej metody jest kształtowanie nowych parametrów tożsamościowych, które pozwolą osobom niedostosowanym społecznie na pełnienie innych od dotychczasowych ról społecznych. Nabywanie kompetencji sportowych i aktywność fizyczna, ma służyć w tym wypadku nie tylko zaspokojeniu potrzeby stymulacji, zapobiegania agresji i wzbudzania ducha sportowej rywalizacji, ale stać się formą aktywizacji twórczej i możliwości społecznego zaprezentowania swoich atutów w formie akceptowanej kulturowo, co ma przyczynić się do zmiany postrzegania skazanych przez społeczeństwo. Ważnym elementem tak prowadzonej resocjalizacji jest jednoczesna aktywizacja intelektualna oraz wyzwalanie procesów twórczych. Wśród

najważniejszych atutów wychowania przez sport Konopczyński (2006) wymienia: wzrost dynamiki ustrojowej, wrażenia estetyczne, wrażenia intelektualne, pozytywne przeżycia emocjonalne (wywodzące się ze współdziałania i współzawodnictwa), wzrost poczucia bezpieczeństwa, rozwój świadomości mocy sprawczej w życiu, wzrost zaradności życiowej, jasne cele działania. Zmiana tożsamości wychowanka związana z uprawianiem sportu wiąże się także ze wzrostem szacunku do siebie i wiary we własną skuteczność, a także postrzeganiem siebie jako człowieka ambitnego. To pozytywne nastawienie do siebie zwiększa prawdopodobieństwo pozytywnego nastawienia do innych ludzi (Motow 2006). Ponadto wzmocnienia pozytywne, jakie niesie resocjalizacja przez sport, przyczyniają się do: wzrostu poczucia własnej wartości, zmiany atrybucji siebie, wzrostu zdolności do rozwiązywania problemów w sposób społecznie akceptowany, uzyskania sprawności i kondycji fizycznej, a także wyuczenia działań prozdrowotnych. Szeroko rozumiana aktywność fizyczna przyczynia się także do polepszenia zdrowia fizycznego poprzez poprawę wskaźników morfofunkcjonalnych organizmu, zwiększenie sprawności ruchowej i wydolności układów ciała (oddechowego, krwionośnego, immunologicznego, mięśniowego) (Gilewicz 1989; Drabik 1996). Istotne jest w tym zakresie także odpowiednie żywienie zapewniające optymalne ilości składników odżywczych oraz rezygnacja z wszelkich używek.

## Osobowość a aktywność fizyczna – przegląd badań empirycznych

Zgodnie z teoriami czynnikowymi, osobowość opiera się na dynamicznej organizacji określonej liczby cech, determinujących zachowanie człowieka, których liczba, w zależności od przyjętej teorii, na ogół oscyluje pomiędzy trzy a pięć. Analiza podstawowych struktur osobowości przyjęta w tej pracy traktuje osobowość w kategoriach trzech, określonych przez Hansa Jorgena Eysencka, cech: ekstrawersji–introwersji, neurotyczności i psychotyizmu (zob.: np. Stanik 2013). Zdaniem Eysencka osobowość stanowi względnie trwałą organizację *charakteru, temperamentu, intelektu i właściwości fizycznych, które determinują specyficzne sposoby przystosowania się do otoczenia* (za: Brzozowski, Drwał 1995, s. 9). W teorii Eysencka osobowość i temperament są traktowane jako terminy bliskoznaczne, choć w swym zasadniczym zrębie teoria osobowości Eysencka należy do tych teorii, które posiadają status teorii temperamentu. Tak też przyjęto definiowanie osobowości w tym opracowaniu.

Do trzech podstawowych czynników osobowości należą wspomniane już: neurotyczność (N), ekstrawersja–introwersja (E–I) oraz psychotyyczność (P). Struktura wymienionych elementów osobowości jest hierarchiczna – w ich skład wchodzi czynniki pierwszego rzędu, a w dalszej kolejności skorelowane nawyki i akty behawioralne (Strelau, Doliński 2011). Merytoryczną podstawą tworzenia teorii uczy-

nił Eysenck założenie o reaktywności autonomicznego układu nerwowego oraz szybkości i trwałości reakcji (Hall i in. 2006). Pierwsza z nich łączona jest z neurotycznością, druga zaś z ekstrawersją. W niesprzyjających przystosowaniu warunkach środowiska, wysoka reaktywność może łączyć się z rozwojem neurotyzmu (brakiem stabilności emocjonalnej), natomiast trudność tworzenia reakcji warunkowych może być związana z rozwojem ekstrawersji. U osób o wysokim poziomie neurotyczności oraz wysokim poziomie ekstrawersji mogą rozwijać się zaburzenia psychopatyczne (charakterystyczne dla większej niż w przypadku ogółu społeczeństwa populacji osób odbywających karę pozbawienia wolności). Możemy zatem mówić o dwóch rodzajach ekstrawersji (za: Pospiszyl 1992, s. 205): *ekstrawersji dobrego przystosowania* („łgnięcie do ludzi”, „ekstrawersja społeczna”) oraz *ekstrawersji złego przystosowania* (impulsywność i brak samokontroli). W przypadku *ekstrawersji złego przystosowania* mamy do czynienia z osobami impulsywnymi, przejawiającymi niekontrolowaną agresję, nieprzejawiającymi lęku, poczucia winy, niezdolnymi do wglądu wewnętrznego. Nasilenie neurotyczności, ekstrawersji i psychotyizmu wykazuje względnie dużą trwałość w ciągu całego życia jednostki (za: Brzozowski, Drwal 1995).

W dotychczasowych badaniach nad osobowością osób zaangażowanych w aktywność sportową wyróżnia się kilka kierunków (Turosz, Storko 2002): a) obejmujących określenie typu osobowości sportowców; b) określenie zależności pomiędzy wynikami sportowymi a cechami osobowości; c) poszukiwanie cech osobowości, stanowiących element selekcji zawodniczej; d) określanie wpływu aktywności fizycznej na kształtowanie się cech osobowości. W rozważaniach prowadzonych w tej pracy istotnym z punktu widzenia jej założeń kierunkiem badań są te wymienione jako pierwszy oraz jako ostatni. Dokonując przeglądu dotychczasowych badań nad osobowością osób zaangażowanych w aktywność sportową trudno jednak znaleźć jednoznaczne rozstrzygnięcie tej kwestii. Większość badań prowadzonych w Polsce i na świecie wykorzystywała do pomiaru osobowości sportowców wymiary Wielkiej Piątki: Ekstrawersję, Ugodowość, Sumiennność, Neurotyczność i Otwartość na doświadczenia oraz rzadziej opisane powyżej wymiary Wielkiej Trójki.

W wielu badaniach, psychotyizm, ekstrawersja i neurotyczność odgrywają pewną rolę w aktywności fizycznej. Wymiary te okazują się korelatami aktywności fizycznej mierzonej nie tylko w grupach sportowców wyczynowych, lecz także ludzi wykazujących na co dzień umiarkowaną aktywność. W badaniu Eysencka, Niasa i Coxa (1982) wykazano, że osoby uprawiające sport istotnie różnią się od osób nieuprawiających żadnej dyscypliny sportu pod względem nasilenia wszystkich trzech wymiarów osobowości. Sportowcy odznaczają się wyższym poziomem ekstrawersji i psychotyizmu oraz niższym niż w populacji osób nieuprawiających sportu poziomem neurotyczności. Cechy te różnicowały także sportowców osiągających wysokie wyniki, od tych o gorszych osiągnięciach sportowych w analogiczny do przedstawionego powyżej sposób: wyższa ekstrawersja i psychotyczność

oraz niższa neurotyczność. Jednocześnie okazało się, że zależność pomiędzy neurotycznością a sukcesem sportowym jest krzywoliniowa: najlepsze wyniki osiągają osoby o średnim poziomie nasilenia tej cechy. Nasilenie poszczególnych wymiarów osobowości ma także znaczenie dla wyboru określonej dyscypliny sportu. W cytowanych badaniach okazało się, że osoby introwertywne znacznie częściej wybierają sporty indywidualne, podczas gdy ekstrawertycy preferują gry zespołowe.

Przegląd badań empirycznych przeprowadzony przez Kajtna i współpracowników (2004) pozwala natomiast na stwierdzenie, że osoby uprawiające regularnie sport odznaczają się średnio wyższym niż przeciętny poziomem sumienności oraz stabilności emocjonalnej. W świetle tych badań sportowcy okazali się także posiadać wyższą od osób nieuprawiających żadnej dyscypliny sportu otwartością na doświadczenia oraz ekstrawersją. Nie odnotowano natomiast różnic pomiędzy sportowcami a niesportowcami w zakresie cechy ugodowości. Niektóre badania (Turosz, Storko 2002) wskazują nawet, że zawodnicy niektórych dyscyplin sportu, np. piłka nożna, odznaczają się wyższym poziomem agresywności. Warto zauważyć, że w wielu dyscyplinach zachowanie sportowców jest ukierunkowane na spowodowanie krzywdy lub zadanie cierpienia innym. Zachowania antyspołeczne wydają się zatem w sporcie dość powszechne.

Niektóre badania wskazują także nie tylko na związki podstawowych cech osobowości z zawodowym/nastawionym na wyniki uprawianiem sportu, ale także z tendencją do wykonywania regularnych ćwiczeń fizycznych. Badacze amerykańscy (Bogg, Roberts 2004) wykazali istotne korelacje pomiędzy ilością wydatku energetycznego przeznaczanego na ćwiczenia fizyczne w ciągu tygodnia a takimi cechami osobowości, jak: ekstrawersja, sumiennosc i neurotyczność, przy czym korelacja ta okazała się pozytywna w przypadku ekstrawersji i sumiennosci, a ujemna w przypadku neurotyczności. W zakresie cech Wielkiej Piątki, najsilniejszym korelatem aktywności sportowej, niemal we wszystkich badaniach, okazywała się sumiennosc (Rhodes, Smith 2006; Gallagher i in. 2012), natomiast w obszarze Wielkiej Trójki każdy z jej wymiarów (Eysenck i in. 1982).

Podobnie jak w przypadku aktywności fizycznej i jej licznych przejawów, także w przypadku osób popełniających rozmaite formy przestępstw, nie daje się ustalić jednego profilu osobowości dla całej grupy przestępców. W zakładach karnych na całym świecie przebywają osoby o osobowości tak różnej, jak rozmaite są jej formy w świecie ludzi wolnych. Nie da się jednak pominąć faktu, że osobowość sprawców przestępstw znacznie częściej przybiera wymiary patologiczne. Psychologowie osobowości zaproponowali do tej pory liczne, dobrze sformułowane teorie łączące osobowość z przestępczością i innymi formami zachowań antyspołecznych (zob. np.: Eysenck 1977; Cloninger 1987; Zuckerman 1989). Wiele z tych teorii opiera się jednak na modelach osobowości, które były już w przeszłości krytykowane jako niewystarczające (Krueger i in. 1994). W ciągu ostatnich 40 lat naukowcom udało się jednak wykazać międzysytuacyjną i stabilną w czasie zgodność psychicznych właściwości człowieka, które były wykorzystywane także



w badaniach kryminologicznych. Do metod najczęściej wykorzystywanych przez kryminologów do pomiaru cech osobowości sprawców przestępstw od lat służy Kwestionariusz Osobowości Eysencka (EPQ). Szczególne znaczenie dla rozróżnienia osób podatnych na dokonywanie przestępstw i nieprzestępców ma zawarta w kwestionariuszu skala psychotyczności (P). Skala ta była standaryzowana na grupie uwięzionych przestępców, jednak i to budzi znaczne wątpliwości wśród wielu badaczy (Krueger i in. 1994). Głównym zastrzeżeniem, jakie wysuwa się pod kątem możliwości zdiagnozowania przestępczości na podstawie cech osobowości, jest właśnie fakt, że pomiaru tych cech dokonuje się w instytucjach penitencjarnych, tymczasem samo uwięzienie może (i często tak się staje) przyczynić się do aberracji osobowości.

W zakresie próby ustalenia osobowościowego profilu sprawców przestępstw w wielu badaniach analizowano związki pomiędzy psychotycznością, ekstrawersją i neurotycznością a impulsywnością (Herrero, Colom 2008). Uzyskane wyniki pozwalają potwierdzić umiarkowaną korelację impulsywności z psychotycznością oraz w mniejszym stopniu z ekstrawersją i neurotycznością. Szczególny związek przestępczości z psychotyzyzmem wynika z faktu dodatnich korelacji tego wymiaru z patologicznymi rysami osobowości (Stanik 2013): wrogością, agresywnością, impulsywnością, chłodem uczuciowym oraz gruboskórnością. Psychotyzyzm pozostaje zatem w pozytywnym związku z demoralizacją i asocjalnością. Badania pokazują także, że psychotyczność i neurotyczność są negatywnie skorelowane z poziomem socjalizacji. W populacji osób przejawiających skłonność do przestępstw (oraz skłonnych do podejmowania wysokiego ryzyka) w wielu badaniach dowodzi się występowania wyższych niż przeciętnie poziomów ekstrawersji i psychotyczności. Badania te wskazują na występowanie wyższego nasilenia tych cech, nie tylko wśród osób skłonnych do zachowań agresywnych, ale także skłonnych do każdego innego ryzyka społecznego, a zatem obejmują populacje przestępców, niezależnie od charakteru dokonanego przestępstwa. Wiele dostępnych danych na temat korelacji pomiędzy osobowością a zachowaniami antysocjalnymi wskazuje natomiast, że silnie skorelowany dodatnio z przestępczością jest wymiar labilności emocjonalnej (Verona i in. 2001). Zgodnie z badaniami Eysencka oba wymiary osobowości (neurotyczność i ekstrawersja) tworzą jednak swoistą kontaminację cech, prowadzącą do nowej jakości i związanej z określonym charakterem przestępstw. Ustalenia ogólne wskazują, że najwyższym wskaźnikiem ekstrawersji oraz neurotyczności charakteryzują się osoby dokonujące czynów chuligańskich oraz gwałtów, a najniższym osoby dokonujące jedynie kradzieży (Stanik 2013).

Rozpatrując znaczenie podstawowych wymiarów osobowości oraz wzajemnej kombinacji wszystkich trzech cech w rozwoju zachowań przestępczych, należy podkreślić, że we współczesnych badaniach na polu psychologii i kryminologii odchodzi się od poszukiwań wyizolowanych czynników osobowościowych jako jedynych predyktorów zachowań przestępczych, poszukując zespolonych czynników ryzyka (Stanik 2007).



## Metody i procedury badawcze

Badania przeprowadzono na terenie 16 jednostek penitencjarnych w Polsce, przy pomocy zatrudnionych w nich funkcjonariuszy służby więziennej. Badania przeprowadzono w ramach działalności Polskiego Towarzystwa Penitencjarnego. Pierwotnie procedura badania poprzedzona była celowym doбором próby badawczej. Funkcjonariusze byli proszeni o wytypowanie skazanych biorących regularny (co najmniej roczny) udział w zajęciach sportowych, a następnie o celowe dobranie grupy podobnej pod względem takich zmiennych, jak: wiek, długość wyroku, wykształcenie, stan zdrowia i aktywność zawodowa.

Ostatecznie badaniami objęto 249 skazanych mężczyzn w wieku od 22 do 55 lat. Wśród badanych 128 osób przejawiało w jednostkach penitencjarnych regularną aktywność fizyczną (potwierdzoną udziałem w zajęciach sportowo-rekreacyjnych) od co najmniej roku, a kolejnych 121 osób nie było zainteresowanych żadną formą zajęć z zakresu kultury fizycznej i sportu oferowanych przez jednostki penitencjarne. Obie grupy skazanych nie różniły się między sobą w sposób istotny statystycznie pod względem zmiennych, takich jak: czas pozostały do końca wyroku, długość pobytu w jednostce penitencjarnej (kary średnioterminowe i długoterminowe), wykształcenie, przeszłość kryminalna (pierwszy raz karany/recydywista penitencjarny), wiek, odbywanie kary w systemie programowego oddziaływania lub systemie zwykłym. Zmienne te zostały wyodrębnione jako zmienne kontrolne z uwagi na ich relacje ze zmiennymi wynikowymi.

Większość respondentów to mężczyźni z wykształceniem podstawowym/gimnazjalnym i zawodowym (każda z tych grup ponad 45%), niecałe 8% badanych stanowili natomiast osadzeni z wykształceniem średnim. Większość mężczyzn (56,2%) do chwili badania przebywała w jednostce penitencjarnej poniżej 2 lat, a większości z nich (57,8%) do końca wyroku pozostały mniej niż 3 lata. Co piąty uczestniczący w badaniach skazany (20,5%) odbywał wyrok po raz pierwszy, pozostali zaś to recydywiści penitencjarni. Dane te posłużą jako podstawa do określenia wstępnych zależności pomiędzy charakterystyką formalną a aktywnością fizyczną skazanych.

W celu określenia wstępnych różnic pomiędzy badanymi w zakresie aktywności fizycznej przeprowadzono jednoczynnikową analizę wariancji ANOVA (tab. 1).

Wyniki analizy pokazały, że

- a) nie wystąpiły istotne różnice w poziomie aktywności fizycznej w zależności od przeszłości kryminalnej badanych ( $p = 0,329$ ); daje się jednak zauważyć, że wśród osób karanych po raz pierwszy dominuje intensywny poziom aktywności fizycznej, zaś recydywiści penitencjarni preferują aktywność umiarkowaną; oni też, częściej niż pierwszy raz karani, ćwiczą w celach;

Tabela 1. Suma wydatku energetycznego (wyrażonego w metaminutach) w zależności od wieku osadzonych, ilości czasu do końca wyroku, dotychczasowej długości odbywanego wyroku oraz przeszłości kryminalnej

	Wiek (N = 249)		Ilość czasu do końca wyroku (N = 249)		Dotychczasowa długość odbytej kary (N = 249)		Przeszłość kryminalna (N = 249)	
	< 30 N = 123	> 30 N = 126	< 1 rok N = 140	> 1 rok N = 109	< 2 lata N = 144	> 2 lata N = 101	P N = 51	R N = 198
M META- MINUT	2565,98	2675,95	2323,86	3004,09	2334,13	3004,44	2382,51	2683,22
SD	2094,72	1816,98	1818,40	2065,54	1971,32	1909,08	2021,91	1939,01
F	0.20		7.61		3.82		0.96	
p	n.i.		$p < 0.01$		$p < 0.05$		n.i.	

Źródło: badania własne.

b) poziom aktywności fizycznej jest natomiast różnicowany w zależności od ilości czasu jaką skazani spędzili w zakładzie karnym odbywając bieżący wyrok ( $p < 0,01$ ); niższy ogólny poziom aktywności wykazują osoby, które spędziły do tej pory w zakładzie poniżej 2 lat pozbawienia wolności; skazani ci także w większym stopniu deklarują nieregularne, choć bardziej intensywne ćwiczenia, niż regularne, codzienne ćwiczenia umiarkowane i chodzenie. Wydaje się zatem, że początkowa faza uwięzienia nie sprzyja podejmowaniu regularnej aktywności fizycznej, a nieregularne formy intensywnych ćwiczeń stanowią formę rozładowania napięcia; prawdopodobną przyczyną bardziej regularnej aktywności fizycznej w dalszej części odbywania kary jest powolna adaptacja do środowiska więziennego i próba łagodzenia skutków izolacji;

c) istotne różnice statystyczne w zakresie poziomu aktywności fizycznej wystąpiły także pomiędzy grupami skazanych, którym do końca wyroku pozostały mniej niż dwa lata lub więcej niż dwa lata ( $p < 0,05$ ); w tym ujęciu, większy ogólny wydatek energetyczny, a także większą intensywność ćwiczeń przejawiają skazani, którym do końca odbywania kary pozostało ponad dwa lata.

W tabeli 2 ukazano dodatkowo statystyki opisowe dotyczące ogólnego odsetka skazanych przejawiających niski, umiarkowany i wysoki poziom aktywności fizycznej podczas odbywania kary.

Przed przystąpieniem do analizy warto zwrócić uwagę, że średni poziom wydatku energetycznego wśród osób pozbawionych wolności jest ogólnie niższy niż w przypadku mężczyzn nieprzebywających w środowisku izolacyjnym (zob. np.: Wang i in. 2011).

Tabela 2. Średnie poziomy wydatku energetycznego w grupach skazanych przejawiających niski, umiarkowany i wysoki poziom intensywności ćwiczeń fizycznych

Poziom aktywności fizycznej	N	%	METAMINUTY			
			M	SD	Min.	Max.
Niska	113	45,4	1210,43	654,11	396,00	3406,00
Umiarkowana	88	35,3	3507,55	1668,30	876,00	6600,00
Intensywna	48	19,3	4658,00	1548,70	1596,00	6600,00
OGÓŁEM:	249	100	2621,63	955,91	396,00	6600,00

Źródło: badania własne.

Analiza częstości wykazała, że przejawianie intensywnego wysiłku fizycznego podczas pobytu w zakładzie karnym deklaruje 19,3% wszystkich respondentów. Wśród skazanych mężczyzn, podających uprawianie intensywnych ćwiczeń fizycznych, dominują sporty siłowe – 74% wszystkich respondentów określających swój wysiłek jako intensywny przejawia go w postaci ćwiczeń na siłowni i podnoszenia ciężarów. Wśród pozostałych osób ćwiczących intensywnie 16% uprawia biegi a 10% – sporty walki (boks). Wszyscy osadzeni przejawiający intensywny wysiłek fizyczny osiągnęli średni tygodniowy poziom  $M = 4658$  metaminut (MET) ( $SD = 1548,7$ ). Maksymalnym wynikiem MET w tej grupie badanych był poziom 6600 metaminut tygodniowo. Na ten ogólny poziom składa się jednak nie tylko czas poświęcony na intensywną aktywność fizyczną, ale także czas wykorzystany na inne (umiarkowane) ćwiczenia fizyczne oraz na chodzenie. Osadzeni deklarujący intensywny wysiłek fizyczny podejmują go od 2 do 5 dni w tygodniu, od jednej do dwóch godzin każdorazowo. Najwięcej (56% wszystkich badanych deklarujących intensywne ćwiczenia) wykonuje je 3 razy w tygodniu.

Uprawianie umiarkowanej aktywności fizycznej deklaruje natomiast ponad 35% biorących udział w badaniu mężczyzn. Średni poziom MET wynosi w tej grupie  $M = 3507,55$  ( $SD = 1668,30$ ), a minimalny wynik to 876 MET. Wynik maksymalny nie różni się natomiast istotnie od wyniku osiągniętego w grupie osadzonych przejawiających wysoki poziom aktywności fizycznej. Osadzeni uprawiający umiarkowane ćwiczenia fizyczne najczęściej deklarują wykonywanie ich 5 razy w tygodniu (36% badanych). W zakresie rodzajów aktywności fizycznej wśród ćwiczeń o umiarkowanej intensywności pojawiają się: ćwiczenia ogólnorozwojowe wykonywane w celi (pompki, przysiady, rozciąganie) – 76% osób deklarujących umiarkowaną aktywność gra w tenisa stołowego (24%), gry zespołowe (siatkówka, koszykówka, piłka nożna) – 21%, pływanie kajakami (3,2%), nordik walking (3,2%) – procenty nie sumują się do stu ponieważ znaczna część osadzonych deklarowała udział w więcej niż jednym rodzaju umiarkowanej aktywności fizycznej.

Wśród wszystkich badanych mężczyzn ponad 45% nie podejmuje żadnej świadomej aktywności fizycznej, a formą wydatkowania energii są wśród nich przede wszystkim spacery oraz chodzenie po celi. Znaczna część badanych należących do grupy o niskim poziomie AF wykonuje jedynie sporadyczne formy ponadspoczynkowego wysiłku. Średni poziom MET w tej grupie badanych wyniósł  $M = 1210,43$  metaminut ( $SD = 654,11$ ), jednak najniższa wartość MET wyniosła w tej grupie 396, co odpowiada jedynie dwóm godzinom spaceru w tygodniu. Wśród grupy badanych przejawiających niskie formy aktywności znajdowali się jednak i tacy, którzy spacerowali i chodzili po celi każdego dnia przez kilka godzin, a ich ogólny wydatek energetyczny wyniósł 3406 MET. Żadna z osób należących do tej grupy nie podejmowała jednak żadnych ćwiczeń fizycznych poza chodzeniem ani nie uczestniczyła w żadnych zajęciach z zakresu kultury fizycznej i sportu.

Warto także zwrócić uwagę na poziom deklarowanego poziomu braku jakiegokolwiek aktywności wśród badanej grupy skazanych. Pięćdziesiąt procent osób biorących udział w badaniach deklaruje, że 3 do 5 godzin dziennie (poza nocnym wypoczynkiem) spędza siedząc lub leżąc bez żadnego zajęcia. Aż 22,90% badanych spędza czas siedząc lub leżąc przez 10 i ponad 10 godzin w ciągu dnia (w tym 3,6% osób nawet 16 godzin). Jedynie 12,5% badanych mężczyzn deklaruje, że na beczynnym leżeniu/siedzeniu w ciągu dnia spędza 2 lub mniej niż 2 godziny.

## Problem i hipoteza

Zaprezentowany powyżej przegląd badań dość jednoznacznie wskazuje, że osoby dokonujące przestępstw odznaczają się średnio wyższym poziomem psychotyczności i neurotyczności. Niejednoznaczne są natomiast związki przestępczości z ekstrawersją, choć wiele badań wskazuje tu na korelację pozytywną. Niejednoznaczność badań w zakresie korelacji z ekstrawersją występuje także w odniesieniu do osób uprawiających sport, choć i w tym wypadku związki są na ogół wykazywane jako pozytywne. Wśród sportowców, podobnie jak u sprawców przestępstw, stwierdzono wyższy poziom psychotyzmu. Odwrotnie natomiast niż w przypadku przestępców, sportowcy charakteryzują się niższym poziomem neurotyczności.

Potwierdzone przytoczonymi badaniami fakt podobieństwa niektórych cech oraz zdecydowanych różnic w zakresie innych z podstawowych wymiarów osobowości pomiędzy sportowcami i przestępcami, stał się impulsem do sformułowania pytania o podstawowe wymiary osobowości mężczyzn, którzy zarówno dopuszczają się przestępstw, jak i systematycznie uczestniczą w zajęciach sportowych. Interesujące poznawczo wydało się, czy podobna pomiędzy sportowcami i przestępcami cecha osobowości – psychotyzm, osiągnie jeszcze wyższy poziom u więźniów-sportowców oraz czy korelujący pozytywnie z przestępczością wymiar neurotyczności – będzie odznaczał się niższym poziomem u więźniów

uprawiających sport. Interesujący wydał się wreszcie, niejednoznacznie określony w dotychczasowych badaniach, związek pomiędzy ekstrawersją a sportem i przestępczością.

**P.1:** Jakie są średnie różnice w podstawowych wymiarach osobowości mężczyzn odbywających karę pozbawienia wolności w zależności od przejawiania przez nich lub nieprzejawiania aktywności sportowej?

**H.1:** Mężczyźni uczestniczący w zajęciach sportowych podczas odbywania kary pozbawienia wolności będą różnili się w zakresie podstawowych wymiarów osobowości od osadzonych nieaktywnych fizycznie.

**H.1.a:** Z uwagi na ujemną korelację sportu z neurotycznością zakłada się, że więźniowie uprawiający sport będą odznaczali się średnio niższym poziomem neurotyczności od skazanych nieaktywnych fizycznie.

**H.1.b:** Z uwagi na niejednoznaczne, lecz wykazywane związki pomiędzy ekstrawersją a sportem i przestępczością zakłada się, że więźniowie uprawiający sport będą odznaczali się średnio wyższym poziomem ekstrawersji od skazanych nieaktywnych fizycznie.

**H.1.c:** Z uwagi na udokumentowane przez Eysencka związki psychotyczności zarówno ze sportem, jak i przestępczością, zakłada się, że poziom tej cechy będzie większy u przestępców-sportowców, a zatem więźniowie uprawiający sport będą odznaczali się wyższym poziomem psychotyzmu od skazanych nieaktywnych fizycznie.

## Narzędzie badawcze

W badaniach zastosowano EPQ-R – S.B.G. Eysenck, H.J. Eysenck, P. Barret, w adaptacji polskiej P. Brzozowskiego i R.Ł. Drwala: *Eysenck Personality Questionnaire – Revised* (EPQ-R). Wskaźniki rzetelności dla kwestionariusza w wersji polskiej wynoszą dla skal neurotyzmu (N) i ekstrawersji (E) około 0,80, a dla skali psychotyzmu 0,60–0,70. Kwestionariusz nie powinien zatem być przeznaczony do diagnozy indywidualnej. Dobrze spełnia on natomiast swoje zadanie w przypadku diagnozy osobowości w badaniach naukowych (Brzozowski, Drwal 1995).

W badaniu zastosowano zmodyfikowany dla potrzeb badań w środowisku zakładów penitencjarnych **Międzynarodowy Kwestionariusz Aktywności Fizycznej** (International Physical Activity Questionnaire) – IPAQ – wersja krótka (za: Mata i in. 2012). Kwestionariusz ten stanowi popularne narzędzie do badania aktywności fizycznej z możliwością porównywania wyników w skali międzynarodowej. Mierzony kwestionariuszem poziom aktywności fizycznej jest oceniany na podstawie tygodniowego zużycia energii – MET (*Metabolic Equivalent of Work*) – metabolicznego równoważnika pracy (Biernat i in. 2007). Każdy rodzaj czynności uwzględnionej w kwestionariuszu posiada przypisaną mu wartość MET, mnożoną następnie przez średni czas jej trwania (z uwzględnieniem dni tygodnia i średniej liczby minut w ciągu dnia). I tak, każdy określony rodzaj aktywności fizycznej

przeliczano na odpowiednie jednostki: minuty łagodnej aktywności fizycznej mnożono przez 3,3, minuty umiarkowanej aktywności fizycznej przez 4,0, a minuty intensywnego wysiłku fizycznego razy 8,0 – obliczając tzw. metaminuty (np. dla 10 minut umiarkowanej aktywności fizycznej – 4 razy 10).

## Wyniki

Wyniki badań opartych na kwestionariuszu Eysencków i Berreta pozwoliły na określenie podstawowych wymiarów osobowości osób badanych: neurotyczności (N), ekstrawersji–introwersji (E–I) i psychotyczności (P), przy uwzględnieniu wyników w skali kłamstwa (K). Analiza ukazała niski poziom wyników uzyskanych przez badanych mężczyzn w skali kłamstwa (2 sten), niezależnie od poziomu ich aktywności fizycznej. Wynik ten oznacza, że średnio badani skazani wykazują niską potrzebę aprobaty społecznej lub też brak tendencji do pokazywania się w korzystnym świetle, a wyniki pozostałych skal można uznać za wiarygodne. Interpretacji wyników dokonano przy uwzględnieniu skali stenowej, gdzie wyniki 1–4 oznaczają niski poziom nasilenia cechy, wyniki 5–6 – przeciętny, a wyniki 7–9 należy uznać za wysokie (zob.: Brzozowski, Drwal 1995, s. 73).

Pierwszym elementem analizy uczyniono wymiar neurotyczności (zob.: tab. 3). W zakresie wyników tego wymiaru nie było jednorodności wariancji, wynikającej z faktu, że w grupie skazanych aktywnych fizycznie dominował przeciętny wynik 5-go stena ( $Do = 5$ ), uzyskany przez 40,6% skazanych uprawiających sport, natomiast w grupie osób nieaktywnych dominował wynik wysoki – 7 sten ( $Do = 7$ ), który uzyskało 32,2% badanych. Brak założonej równości wariancji uwzględniono przy zaprezentowanej poniżej analizie statystycznej.

Tabela 3. Poziom neurotyczności (w stenach) mężczyzn odbywających karę pozbawienia wolności, aktywnych i nieaktywnych fizycznie

	Skazani aktywni fizycznie (N = 128)		Skazani nieaktywni fizycznie (N = 121)		Wynik t Studenta	Poziom istotności
	M	SD	M	SD		
Neurotyczność	5,77	1,31	6,23	1,81	-2,32	$p < 0,05$

Źródło: badania własne.

Zarówno skazani aktywni, jak i nieaktywni fizycznie, uzyskali średnio przeciętne wyniki w skali neurotyczność (5–6 sten), co należy interpretować jako przejawiane w zachowaniu umiarkowane zrównoważenie emocjonalne. Wyrażone w stenach wyniki wymiaru neurotyczności okazały się jednak, wśród skazanych uczestniczących w zajęciach z zakresu kultury fizycznej i sportu, w sposób istotny niższe niż w przypadku więźniów niewykazujących świadomej aktywności

fizycznej  $t(217,463) = -2,32; p < 0,05$ . Wynik ten wskazuje między innymi, że mężczyźni uprawiający sport w zakładzie karnym odznaczają się większą niż w przypadku nieaktywnych fizycznie odpornością na działanie stresu. Uzyskali oni średni wynik 5,77 stena ( $SD = 1,31$ ), podczas, gdy średnia grupy nieaktywnych fizycznie wyniosła  $M = 6,23, SD = 1,81$ , co przekracza wynik przeciętny i zbliża się do wyników wysokich.

Kolejnym z analizowanych wymiarów Wielkiej Trójki był wymiar ekstrawersji-introwersji. Średnią wyników znormalizowanych uzyskanych w skali E-I w obu badanych grupach zaprezentowano w tabeli 4.

Tabela 4. Poziom ekstrawersji (w stenach) mężczyzn odbywających karę pozbawienia wolności, aktywnych i nieaktywnych fizycznie

	Skazani aktywni fizycznie (N = 128)		Skazani nieaktywni fizycznie (N = 121)		Wynik t Studenta	Poziom istotności
	M	SD	M	SD		
Neurotyczność	6,44	1,35	6,03	1,52	2,22	$p < 0,05$

Źródło: badania własne.

Pierwszym, wartym odnotowania faktem empirycznym w zakresie wymiaru ekstrawersji jest uplasowanie ogólnych średnich wyników w zakresie wyników przeciętnych i wysokich. Obie indagowane grupy skazanych uzyskały średnie wyniki nieco powyżej wyników przeciętnych ( $M = 6,44, SD = 1,35$  – aktywni fizycznie;  $M = 6,03, SD = 1,52$  – nieaktywni fizycznie). Mężczyźni aktywni fizycznie uzyskali jednak wynik istotnie wyższy od osób nieuczestniczących w zajęciach z zakresu kultury fizycznej i nieuprawiających żadnego sportu,  $t(247) = 2,22, p < 0,05$ , co wskazuje na możliwość przejawiania przez nich większej tendencji do impulsywności, a jednocześnie potrzebę ciągłego ruchu, zmiany i zamiłowania do pracy. Znaczenie tego faktu, w połączeniu z przeciętną i wysoką neurotycznością, zostanie omówione w części dyskusyjnej.

Ostatnim analizowanym wymiarem spośród przyjętych za Eysenkiem trzech podstawowych, był poziom psychotyczności. Wyniki tej skali obrazuje tabela 5.

W celu przetestowania hipotezy o różnicach w poziomie psychotyczności pomiędzy skazanymi aktywnymi i nieaktywnymi fizycznie, zastosowano test t-Studenta. Wyniki analizy pokazały jednak brak istotnych różnic pomiędzy grupami w tym zakresie  $t(247) = -1,76; p = 0,80$ .

Obie grupy uzyskały średni wynik w skali psychotyczności oscylujący w górnych granicach wyniku przeciętnego i dolnych granicach wyniku wysokiego (odpowiednio:  $M = 6,12, SD = -2,06; M = 6,59, SD = 2,07$ ). Pomiędzy grupami zachowana była jednorodność wariancji (test Levene'a = 0,02,  $p = 0,88$ ). Mediana wyników w obu grupach znalazła się na początku przedziału wyników wysokich ( $Me = 7$ ). Warto także odnotować, że w obu grupach występował także



skrajnie wysoki wynik psychotyczności – 9 stenów. Częstość pojawiania się tak wysokiego wyniku oscylowała w granicach 12% wszystkich skazanych – niezależnie od badanej grupy. W wyniku analiz należy zatem potwierdzić, uwarunkowaną osobowościowo, tendencję do zachowań asocjalnych i antysocjalnych wśród osób odbywających karę pozbawienia wolności. Wyniki nie pozwalają jednak na odrzucenie hipotezy zerowej dla wymiaru psychotyizmu. Nie uzyskano bowiem istotnych różnic pomiędzy mężczyznami, którzy popełnili przestępstwa, a jednocześnie są aktywni lub nieaktywni sportowo.

Tabela 5. Poziom psychotyczności (w stenach) mężczyzn odbywających karę pozbawienia wolności, aktywnych i nieaktywnych fizycznie

	Skazani aktywni fizycznie (N = 128)		Skazani nieaktywni fizycznie (N = 121)		Wynik t Studenta	Poziom istotności
	M	SD	M	SD		
Neurotyczność	6,12	2,06	6,59	2,07	-1,76	$p = 0,80$

Źródło: badania własne.

Obok analizy czynnikowej w zakresie ustalenia uwarunkowań aktywności fizycznej mężczyzn odbywających karę pozbawienia wolności zastosowano także analizę regresji wielokrotnej. Analizę przeprowadzono w celu ustalenia możliwości przewidzenia poziomu metaminut aktywności fizycznej na podstawie podstawowych wymiarów osobowości (tab. 6).

Tabela 6. Analiza regresji wielokrotnej pomiędzy podstawowymi cechami osobowości a aktywnością fizyczną

Zmienna wyjaśniana	Zmienne objaśniające	R	R <sup>2</sup>	Skorygowane R <sup>2</sup>	beta	Błąd standardowy oszacowania	F zmiany	Istotność F zmiany
Aktywność fizyczna	ekstrawersja	0,21	0,51	0,47	0,21	910	13,16	$p < 0,001$
	neurotyczność	0,24	0,60	0,52	-0,11	905	2,34	$p < 0,05$
	psychotyczność	0,26	0,68	0,56	0,09	899	2,17	$p = 0,08$

Źródło: badania własne.

Analizę regresji liniowej wielokrotnej przeprowadzono przy zastosowaniu metody hierarchicznej. Sama ekstrawersja okazała się korelować z AF więźniów na poziomie  $r = 0,21$ , natomiast łącznie z neurotycznością ekstrawersja koreluje z poziomem aktywności fizycznej więźniów na poziomie  $r = 0,26$ . Korelacja ta wzrosła dodatkowo przy wprowadzeniu zmiennej *psychotyczność*, jednak zmiana ta okazała się nieistotna statystycznie ( $p = 0,08$ ). Łącznie oba predyk-

tory (ekstrawersja i neurotyczność) wyjaśniają 60% wariacji AF, podczas gdy sama ekstrawersja wyjaśnia jedynie 51%. Zmiana ta jest istotna statystycznie,  $F(1,246) = 2,34$ ,  $p < 0,01$ . Przy dwóch predyktorach zmniejsza się także nieco błąd standardowy oszacowania z 910 metaminut AF do 905.

Oba predyktory pozwalają w sposób istotny przewidzieć poziom aktywności fizycznej, a siła ich wpływu jest zbliżona. Korelują one z AF więźniów słabo, ale istotnie. Ekstrawersja okazała się korelować pozytywnie, natomiast neurotyczność ujemnie, co oznacza, że wraz z wyższym poziomem ekstrawersji i niższym poziomem neurotyczności jednocześnie istnieje szansa przejawiania przez więźniów większej AF. Efekt ten jest jednak obciążony błędem 905 metaminut w górę i w dół.

Na intensywność wykonywanych ćwiczeń fizycznych w zakładzie karnym nie wpływa natomiast poziom psychotyczności więźniów. Choć przy wprowadzeniu tej zmiennej poziom korelacji podstawowych cech osobowości z AF więźniów dodatkowo się zwiększył, związek ten okazał się jednak nieistotny.

## Dyskusja i wnioski

Reasumując zaprezentowane powyżej wyniki należy zauważyć, że wysokie wyniki w skali neurotyczności, ekstrawersji i psychotyzmu, przy jednocześnie niskich wynikach w skali kłamstwa, wskazują na skłonność indagowanych do przestępczości, niezależnie od tego, czy zajmują się, czy nie zajmują się aktywnością fizyczną. Można zatem uznać, że zaangażowanie w AF nie ma związku z mniejszą lub większą tendencją do zachowań społecznych i antyspołecznych. Jednocześnie jednak pomiędzy grupami skazanych aktywnych i nieaktywnych fizycznie pojawiły się ciekawe różnice osobowościowe.

W odniesieniu do hipotezy 1a można stwierdzić, że mężczyźni odbywający karę pozbawienia wolności i uprawiający regularną aktywność fizyczną odznaczają się istotnie wyższą stabilnością emocjonalną od skazanych nieaktywnych fizycznie. Więźniowie biorący udział w zajęciach z zakresu kultury fizycznej i sportu wyróżniają się nieco mniejszą skłonnością do niepokoju, rozdrażnienia i niezadowolenia oraz mniejszą chaotycznością reakcji emocjonalnych. Wynik ten potwierdza dotychczasowe, prowadzone zarówno na świecie, jak i w Polsce badania, dotyczące korelacji neurotyczności z uprawianiem sportu (zob.: Eysenck i in. 1982; Kajtna i in. 2004; Bogg, Roberts 2004; Marks i in. 2012). Okazuje się, że także w warunkach izolacji więziennej, w populacji osób popełniających przestępstwa, wśród tych którzy uprawiają sport występuje wyższa stabilność emocjonalna niż wśród osób biernych fizycznie. Należy jednak podkreślić, że wszyscy badani więźniowie uzyskali średnio w skali neurotyczności wyniki oscylujące na granicy wyników przeciętnych i wysokich, co jest zgodne z wynikami dotychczasowych badań nad związkami pomiędzy przestępczością a neurotycznością (zob.: Verona i in. 2001; Herrero, Colom 2008).

Neurotyczność nie pozostaje bez związku z pozostałymi wymiarami osobowości, silnie zaznaczone są zwłaszcza jej powiązania z wymiarem ekstrawersji. Z jednej strony, połączenie neurotyczności z wysoką i średnią ekstrawersją prowadzi do zachowań asocjalnych, z drugiej, w biegunowo różnym wypadku, połączenie neurotyczności z introwersją może być przyczyną zachowań typu dystymicznego, prowadząc do lęku i depresji. Zaprezentowane powyżej wyniki badań ukazały ponadprzeciętny poziom ekstrawersji wśród wszystkich badanych więźniów. Fakt ten potwierdza doniesienia tych badaczy, którzy dowodzili do tej pory pozytywnych korelacji pomiędzy przestępczością a ekstrawersją (Eysenck 1977), choć niektóre z prowadzonych na świecie badań nie potwierdzają tego związku (Herrero, Colom 2008).

W odniesieniu do hipotezy 1b można stwierdzić istotnie wyższy poziom ekstrawersji wśród skazanych przejawiających w jednostkach penitencjarnych zaplanowaną i regularną aktywność fizyczną, od tych uwięzionych przestępców, którzy podczas odbywania kary pozostają bierni fizycznie. Wskazuje to na związki ekstrawersji osób skłonnych do przestępczości z jednoczesną ich skłonnością do uprawiania sportu. Wysoka ekstrawersja wiąże się z tendencją do poszukiwania wrażeń, bycia w ciągłym ruchu. Potrzeba zmiany i wyzwania stanowi względnie trwałą czynnik osobowości badanych zaangażowanych w aktywność sportową, co wynika zapewne z wyższego poziomu energii wśród ekstrawertyków i wyższej wśród nich potrzeby działania. Ponieważ wysoki poziom energii powoduje konieczność jej skierowania na świat zewnętrzny, mężczyźni aktywni fizycznie w zakładzie karnym okazali się charakteryzować wyższymi wynikami w wymiarze ekstrawersji od tych biernych fizycznie. Ekstrawertyków znamionuje tendencja do poszukiwania bodźców i zachowania cechującego się brakiem zahamowań. Ta tendencja, prowadząc do zachowań aspołecznych, okazała się jednocześnie właściwością sprzyjającą szukaniu innego rodzaju aktywności. Fakt ten potwierdza dotychczasowe badania nad pozytywnymi związkami pomiędzy ekstrawersją a aktywnością fizyczną (Eysenck i in. 1982; Kajtna i in. 2004; Bogg, Roberts 2004).

W tym miejscu warto powrócić do rozróżnienia ekstrawersji dobrego i złego przystosowania (Pospiszyl 1992). Oczywiście, ekstrawersja osób popełniających przestępstwa ma związek z zachowaniami antyspołecznymi. Być może jednak ekstrawersja sportowców jest ekstrawersją dobrego przystosowania i sprzyja rozwojowi zachowań społecznie akceptowanych. Przypuszczenie to może wskazywać kierunek dalszych badań nad cechami osobowości (zwłaszcza ekstrawersją) przestępców uprawiających sport. Nie można jednak zaprzeczyć, że także część sportowców wykazuje zachowania aspołeczne i agresywne (Turosz, Storko 2002) – być może zatem aktywność sportowa części przestępców odbywających karę pozbawienia wolności jest w warunkach izolacyjnych formą zastępowania agresji.

Z uwagi na wykazane związki ekstrawersji, zarówno z przestępczością, jak i uprawianiem sportu w warunkach zakładu zamkniętego, warto wyznaczyć kierunki dalszych badań, sprawdzających siłę efektów głównych: sportu i przestęp-

czości oraz wyjaśniających rolę sportu w zachowaniach przestępców, niemających w jednostkach penitencjarnych dostatecznych możliwości przejawiania zachowań antyspołecznych. Być może sport stanowi realną alternatywę dla ekstrawertyków uwikłanych w zachowania przestępcze i agresywne (choć nie należy wykluczyć, że byłby to sport agresywny).

Interpretacja zaprezentowanych badań pozwala także na odniesienie się do poziomu psychotyczności przestępców aktywnych i nieaktywnych fizycznie. Okazało się, że średnio wszyscy badani więźniowie odznaczają się wyższym od przeciętnego poziomem psychotyczności, a wśród wielu z nich psychotyczność znajdowała się w przedziale wyników wysokich. Zgodnie z wcześniejszymi badaniami (Eysenck 1977; Herrero, Colom 2008) wykazano, że osoby skłonne do zachowań antyspołecznych osiągają wysokie wyniki na skali psychotyczności. Jednocześnie nie udało się potwierdzić hipotezy 1c, zakładającej, że poziom psychotyczności będzie wyższy u przestępców uprawiających sport, co nie potwierdza dotychczasowych badań nad pozytywnymi związkami sportu z psychotycznością (Eysenck i in. 1982). Brak zależności może być tu jednak pozorny, należy bowiem pamiętać, że osiągnięte wyniki należą do wyników ponadprzeciętnych, niezależnie od przejawiania lub nieprzejawiania aktywności fizycznej. Psychotyczność może być odzwierciedleniem skłonności do przeciwstawiania się społecznym normom i nonkonformizmu. W przypadku jej patologicznej formy mamy do czynienia z przestępczością, co potwierdziły badania.

Ograniczeniem zaprezentowanych powyżej badań jest ich charakter korelacyjny. Z uwagi na przyjęte w badaniach podstawy teoretyczne dotyczące określonych przez Eysencka cech osobowości uznano, że badane cechy temperamentu stanowią raczej predyktory niż wynik udziału w zajęciach sportowych na terenie zakładów karnych. Przedstawiona przed ukazaniem się tego artykułu, dokonana przez Recenzentów konstruktywnie krytyczna ocena przedstawionych badań wskazuje, że „z prezentowanych wyników badań można wyprowadzić przewrotny wniosek, że aktywność sportowa osób odbywających karę pozbawienia wolności rozwija cechy osobowości służące nie tyle ich resocjalizacji, co utrwalaniu predyspozycji przestępczych”. Dla klarowności zaprezentowanych wyników istotne wydaje się zatem podkreślenie, że omawiane cechy osobowości mają charakter względnie trwałe, a ich zmiana, także w przebiegu działań resocjalizacyjnych wydaje się nie tylko trudna, ale z uwagi na ich w znacznej części uwarunkowany biologicznie charakter może okazać się niemożliwa. Warto jednak pamiętać, że współczesna wiedza o temperamencie, nie dokonuje już podziału na ten o trudnym lub łatwym charakterze, lecz kładzie nacisk na warunki środowiskowe, które są korzystne dla prawidłowego kształtowania zachowania osób posiadających określony zespół cech. Sportowcy (nie tylko w zakładach karnych) odznaczają się często nonkonformizmem i małą wrażliwością na normy społeczne (Eysenck i in. 1982), co w warunkach wolnościowych potwierdzają np. upadła legenda Lance Armstronga, podejrzenia o doping Rafaela Nadala oraz agresja w sporcie: obelgi werbalne,

agresja fizyczna: Pepe (Real Madryt), de Jongs (Manchester City). Wydaje się, że problem zachowań społecznych nie tkwi zatem w samych cechach osobowości, tylko warunkach środowiskowych do ich przejawiania. Znaczenie powyżej zaprezentowanych badań dla praktyki resocjalizacyjnej w zakładach karnych opiera się zatem nie na przekonaniu, że zajęcia sportowe oferowane skazanym posiadają moc zmiany ich podstawowych cech osobowości, lecz na uwzględnieniu tych cech przy oferowaniu programów penitencjarnych opartych na kulturze fizycznej i sporcie. Nawet bowiem przy niekorzystnym z punktu widzenia socjalizacji układzie podstawowych cech osobowości, wynikające z nich tendencje behawioralne, dzięki odpowiednio dobranym działaniom sportowym, mogą zacząć być przejawiane w osiągnięciach sportowych, zamiast w działalności przestępczej (na co mamy także dowód np. w przypadku wielu wybitnych bokserów). Na zakończenie warto także podkreślić, że w przytoczonych badaniach zaprezentowano jedynie związki aktywności fizycznej w zakładach karnych z trzema podstawowymi cechami temperamentu, określonymi jako predyktory aktywności fizycznej. Osobowość obejmuje oczywiście szerszy wymiar cech, bardziej podatnych na zmiany, a duża część z nich (np. samoocena, źródło umiejscowienia kontroli, poczucie sprawczości, depresyjność, poczucie sensu życia) w znacznym stopniu może być wynikiem, a nie przyczyną podejmowania aktywności fizycznej, co może być wykorzystane jako istotny moderator resocjalizacji przez sport w zakładach karnych. Te obszary osobowości wykraczają jednak poza zakres tego artykułu i będą częścią innych publikacji autorki.

### Abstract: Physical activity in prisons and the basic personality dimensions of imprisonment men

This article applies to physical activity (PA) in prisons. In studies on the search about relationships between physical activity of inmates and its personality 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%). Studies have shown that prisoners regularly participating in programs in the field of physical culture and sports have a higher emotional stability ( $p < 0.05$ ) and higher levels of extraversion ( $p < 0.05$ ). There are different levels while psychoticism ( $p = 0.80$ ). This paper is a section of larger studies on the psychological correlates of physical activity in prisons.

**Key words:** physical activity, prison, personality.

## Bibliografia

- [1] Biernat E., Stupnicki R., Gajewski A.K., 2007, *Międzynarodowy Kwestionariusz Aktywności Fizycznej (IPAQ)* – wersja polska, „Wychowanie Fizyczne i Zdrowotne”, nr 6–7.

- [2] Bogg T., Roberts B.W., 2004, *Conscientiousness and Health-Related Behaviors: A Meta-analysis of the Leading Behavioral Contributors to Mortality*, „Psychological Bulletin”, nr 130.
- [3] Brzozowski P., Drwal R.Ł., 1995, *Kwestionariusz Osobowości Eysenka. Polska adaptacja EPQ-R. Podręcznik*, Pracownia Testów Psychologicznych Polskiego Towarzystwa Psychologicznego, Warszawa.
- [4] Bukstel Lee H., Kilman P.N., 1980, *Psychological Effects of Imprisonment on Confined Individuals*, „Psychological Bulletin”, nr 88(2).
- [5] Chojnacka M., Karczewski T., 2003, *Samouszkodzenia*, Centralny Ośrodek Szkolenia Służby Więziennej, Kalisz.
- [6] Cloninger C.R., 1987, *A Systematic Method for Clinical Description and Classification of Personality Variants*, „Archives of General Psychiatry”, nr 44.
- [7] Ciosek M., 1996, *Człowiek w obliczu izolacji więziennej*, Wydawnictwo Stella Maris, Gdańsk.
- [8] Ciosek M., 2001, *Psychologia sądowa i penitencjarna*, PWN, Warszawa.
- [9] Ciosek M., 2003, *Psychologia sądowa i penitencjarna*, Wydawnictwa Prawnicze Lexis Nexis, Warszawa.
- [10] Drabik J., 1996, *Aktywność fizyczna w edukacji zdrowotnej społeczeństwa*, Wydawnictwo Akademii Wychowania Fizycznego, Gdańsk.
- [11] Eysenck H.J., 1977, *Crime and Personality*, Routledge & Kegan Paul, London.
- [12] Eysenck H.J., Nias D.K., Cox D.N., 1982, *Advances in Behaviour Research & Therapy*, „Sport and Personality”, nr 4(1).
- [13] Gallagher P., Yancy W.S., Denisen J.J., Kuhnel A., Voils C.I., 2012, *Correlates of Daily Leisure-Time Physical Activity in a Community Sample: Narrow Personality Traits and Practical Barriers*, „Health Psychology”, nr 1(6).
- [14] Gilewicz Z., 1989, *Teoria wychowania fizycznego*, Wydawnictwo Sport i Turystyka, Warszawa.
- [15] Goffman E., 1975, *Charakterystyka instytucji totalnych. Elementy teorii socjologicznych. Materiały do dziejów współczesnej socjologii zachodniej*, PWN, Warszawa.
- [16] Hall C.S., Campbell J.B., Lindzey G., 2006, *Teorie osobowości*, PWN, Warszawa.
- [17] Haney C., 1997, *Psychology and the Limits to Prison Pain: Confronting the Coming Crisis in Eighth Amendment Law*, „Psychology, Public Policy, and Law”, nr 3(4).
- [18] Herrero O., Colom R., 2008, *Distinguishing Impulsive, Unsocialized Sensation Seeking: A Comparison Between Criminal Offenders and the General Population*, „Journal of Individual Differences”, nr 29(4).
- [19] Jose-Kampfner Ch., 1990, *Coming to Terms with Existential Death: An Analysis of Women's Adaptation to Life in Prison*, „Social Justice”, nr 17(2).
- [20] Kajtna T., Tusak M., Barić R., Burnik S., 2004, *Personality in High-Risk Sports Athletes*, „Kinesiology”, nr 36.
- [21] Karolczak-Biernacka B., 1986, *Studia nad zachowaniem się sportowca w sytuacji trudnej*, Wydawnictwo Sport i Turystyka, Warszawa.
- [22] Konopczyński M., 2006, *Metody twórczej resocjalizacji*, PWN, Warszawa.
- [23] Krane K.M., Miles J.R., 2000, *Why Public Health Must go to Jail*, „Large Jail Network Bulletin”, nr 12.
- [24] Krueger R.F., Schmutte P.S., Caspi A., Moffitt T.E., Campbell K., Silva Ph.A., 1994, *Personality Traits are Linked to Crime Among Men and Women: Evidence from a Birth Cohort*, „Journal of Abnormal Psychology”, nr 103(2).



- [25] Marczak M. (red.), 2009, *Resocjalizacyjne programy penitencjarne realizowane przez Służbę Więzienną w Polsce*, Oficyna Wydawnicza „Impuls”, Kraków.
- [26] Marks M., Supiński J., Bukowska K., 2012, *Osobowość zawodników polskiej kadry narodowej bobsleistów*, Rozprawy Naukowe AWF we Wrocławiu, nr 37.
- [27] Mata J., Thompson R.J., Jaegi S.M., Buschkuhl M., Jonides J., Gotlib I.H., 2012, *Walk on the Bright Side: Physical Activity and Affect in Major Depressive Disorder*, „Journal of Abnormal Psychology”, nr 121(2).
- [28] Merton R.K., 1982, *Teoria socjologiczna i struktura społeczna*, PWN, Warszawa.
- [29] Motow M., 2006, *Wychowawcze aspekty kultury fizycznej i jej wykorzystanie w resocjalizacji nieletnich*, „Lider”, nr 3.
- [30] Poklek R., 2005, *Oczekiwania i preferencje skazanych dotyczące zajęć sportowych*, „Przegląd Więziennictwa Polskiego”, nr 47–48.
- [31] Poklek R., 2009, *Specyficzne i niespecyficzne funkcje wychowania fizycznego resocjalizującego*, [w:] *Terapia w resocjalizacji*, cz. II: *Ujęcie praktyczne*, (red.) Rejzner A., Szczepaniak P., Wydawnictwo Akademickie „Żak”, Warszawa.
- [32] Pospiszyl K., 1992, *Psychopatia: istota, przyczyny i sposoby resocjalizacji antisocjalności*, PWN, Warszawa.
- [33] Przybyliński S., 2010, *Podkultura więzienna – wielowymiarowość rzeczywistości penitencjarnej*, Oficyna Wydawnicza „Impuls”, Kraków.
- [34] Rhodes R.E., Smith N.E.I., 2006, *Personality Correlates of Physical Activity: A Review and Meta-Analysis*, „British Journal of Sports Medicine”, nr 40.
- [35] Stanik J.M., 1976, *Psychologiczne problemy „drugiego życia” w warunkach izolacji*, „Prace Psychologiczne”, nr 8.
- [36] Stanik J.M., 1977, *Forms and Functions of Interpersonal Aggression among Inmates of a Correctional Institution*, „Polish Psychological Bulletin”, nr 8(4).
- [37] Stanik J.M., 2007, *Wybrane koncepcje i wyniki badań kryminologicznych a perspektywy resocjalizacji*, [w:] *Resocjalizacja*, (red.) Urban B., Stanik J.M., PWN, Warszawa.
- [38] Stanik J.M., 2013, *Psychologia sądowa*, PWN, Warszawa.
- [39] Strelau J., Doliński D., 2011, *Psychologia akademicka*, GWP, Gdańsk.
- [40] Turosz M., Storko M., 2002, *Profil i struktura osobowości, agresji i motywacji sportowej reprezentantek Polski w piłce nożnej*, „Sport Wyczynowy”, nr 7–8.
- [41] Waligóra B., 1984, *Deprywacja potrzeb u osób pozbawionych wolności*, [w:] *Problemy współczesnej penitencjarystyki w Polsce*, (red.) Hołyst B., Warszawa.
- [42] Wang F., DesMeules M., Luo W., Dai S., Lagace C., Morrison H., 2011, *Leisure-Time Physical Activity and Marital Status in Relation to Depression between Men and Women: A Prospective Study*, „Health Psychology”, nr 30(2).
- [43] Verona E., Patrick Ch.J., Joiner Th.E., 2001, *Psychopathy, Antisocial Personality, and Suicide Risk*, „Journal of Abnormal Psychology”, nr 110(3).
- [44] Wysocka E., 2008, *Diagnoza w resocjalizacji*, PWN, Warszawa.
- [45] Zuckerman M., 1989, *Personality in the Third Dimension: A Psychobiological Approach*, „Personality and Individual Differences”, nr 10.

## Źródła internetowe

- [46] Wzorcowe reguły minimum postępowania z więźniami, 2003, [http://www.hfhrpol.waw.pl/pliki/Wzorcowe\\_Reguły\\_Minimum\\_Postępowania\\_z\\_Wiezniami.pdf](http://www.hfhrpol.waw.pl/pliki/Wzorcowe_Reguły_Minimum_Postępowania_z_Wiezniami.pdf)