

Sylwia Toczek-Werner

Z badań nad znaczeniem aktywności rekreacyjnej dla człowieka

Prace Naukowe. Kultura Fizyczna 4, 209-223

2001

Artykuł został zdigitalizowany i 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, gromadzącej zawartość polskich czasopism humanistycznych i społecznych.

Tekst jest udostępniony do wykorzystania w ramach dozwolonego użytku.

Sylwia Toczek-Werner

Z BADAŃ NAD ZNACZENIEM AKTYWNOŚCI REKREACYJNEJ DLA CZŁOWIEKA

Przesłanki teoretyczne

W ostatnim czasie obserwuje się ożywione zainteresowanie polskich specjalistów z różnych dziedzin wiedzy zajęciami wypełniającymi czas wolny współczesnego człowieka. Wynika to, po pierwsze ze światowej tendencji ukierunkowania badań naukowych na poszukiwanie skutecznych sposobów modyfikowania konsumpcyjnych zachowań ludzi, po drugie zaś z zaobserwowania szczególnego związku sposobów wykorzystania tego czasu z jakością życia jednostki i grupy.

Wyjątkowego znaczenia nabiera dziś przekonanie, że zajęcia w czasie wolnym powinny przede wszystkim sprzyjać zdrowiu i socjalizacji, stanowić źródło satysfakcji i samorealizacji. Stanowisko takie ma swoje uzasadnienie w sytuacji w jakiej znalazł się obecnie człowiek. Jego osobnicza równowaga, która zależy od progu indywidualnej wrażliwości biologicznej i psychicznej oraz od rozmiarów zewnętrznej agresji, ulega permanentnemu zakłócaniu. Chronobiologię organizmu człowieka, tzn. jego wewnętrzny zegar biologiczny, regulujący w sposób naturalny funkcjonowanie ludzkiego ciała, zaburza w sposób bardzo istotny nagromadzenie takich szkodliwych czynników, jak: wszechobecny hałas, przyspieszony rytm życia przy pogarszającej się jego higienie, siedzący charakter pracy i wypoczynku, brak aktywności sportowej, niedosypianie, przemęczenie, uzależnienia itp. (Barnier 1992). Od człowieka wymaga się coraz lepszej współpracy, zwiększonej odpowiedzialności, gotowości ponoszenia ryzyka, zdolności do szybkiego przystosowania się do nowych zadań i nowych sytuacji życiowych, a także podnoszenia na coraz wyższy poziom własnych kwalifikacji. Z tego powodu coraz częściej konieczne jest ciągle dokończanie się, trwające niekiedy nawet całe życie. To zaś wy-

maga od ludzi mobilności, psychicznej odporności na zmiany w pracy i w życiu osobistym. W takiej złożonej sytuacji człowiek zmuszony jest często do dokonywania ważnych i trudnych wyborów, np. między odpowiedzialnością a ryzykiem (Drozdowski 1997).

Wszystko to nie pozostaje bez wpływu na socjalną stronę bytowania człowieka. Współczesna grupa społeczna wydaje się w coraz mniejszym stopniu zdolna do zapewnienia każdemu ze swoich członków utrzymania i ochrony. Jednostka traci poczucie własnej tożsamości i staje się coraz słabsza (Nowak 1991). Rozpad rodziny, mnożenie się rozwodów, wybór życia w samotności, opuszczenie ludzi starych, pojawienie się bardzo ubogich, wzrost bezrobocia, przestępczość będąca wynikiem trudności adaptacyjnych, przenoszenie się z miejsca na miejsce w poszukiwaniu pracy, ciągła rywalizacja – wszystko to sprzyja narastającemu poczuciu braku bezpieczeństwa i stabilności.

Zjawiskiem kompensacyjnym wobec zagrożeń współczesnego życia jest rekreacyjna działalność ruchowa. Jej narodzin i dynamicznego rozwoju słusznie upatruje się w złym dostosowaniu człowieka do warunków środowiska, w którym żyje. Konieczność radzenia sobie z jego wymaganiami ujawnia szczególne znaczenie tego środka, „wybiegające” poza dziedzinę wyłącznie biologicznego oddziaływania na organizm, i nakazuje dostrzegać jego osobowe i społeczne korzyści z perspektywy całego cyklu życiowego człowieka — od dzieciństwa do późnej starości.

Stan badań nad działalnością rekreacyjną ludzi w różnych etapach życia w pełni upoważnia do postawienia tezy, że jest ona tą formą aktywności społecznej, w której występuje największa różnorodność zachowań. Wynika to z faktu, że dzięki niej realizuje się najwięcej podstawowych potrzeb ludzkich. Oczywiście jest jednak, że każdy etap w życiu człowieka wywołuje odmienne potrzeby i jednocześnie narzuca pewne ograniczenia w zachowaniach. Dotyczy to także zmieniających się potrzeb zaspokajanych w zachowaniach rekreacyjnych (Wolańska 1994, Winiarski 1989).

Kelly (1974, 1981), zastanawiając się nad społecznym znaczeniem czynności rekreacyjnych z punktu widzenia cyklu życia człowieka, stawia tezę, iż w młodości służą one do poszukiwania własnej tożsamości, we wczesnych latach dojrzałych wiążą się głównie z rolą rodziców, później z pracą i środowiskiem zawodowym, a w ostatnim etapie życia przede wszystkim z zaspokajaniem potrzeb interpersonalnych, rozbijających monotonię życia i towarzyszącą jej beczynność.

Na poszczególnych etapach cyklu życiowego człowiek może występować w wielu rolach, z którymi wiążą się różne wpływy społeczne i poszukiwania rekreacyjne (Preston, Taylor 1981). W okresie np. wychowywania dzieci preferencje rekreacyjne kształtują się często pod wpływem potrzeb wieku dzie-

cięcego i z konieczności koncentrują się na formach łatwych i dostępnych (West, Merriam 1970). Na tym samym etapie cyklu życiowego zespół tych ról może prowadzić do uprawiania różnorodnych form rekreacji (np. niektóre formy rekreacji uprawia się z rodziną, inne z przyjaciółmi). Teoria kręgu osobistych kontaktów zakłada tezę, że indywidualne preferencje rekreacyjne kształtują się pod wpływem tzw. grupy partnerskiej, to znaczy kontaktów z ludźmi stanowiącymi otoczenie danej osoby (rodzina, przyjaciele, bliscy sąsiedzi i koledzy z pracy). Dzieje się tak dlatego, że w takiej grupie występuje silna tendencja do podporządkowania się jednostki obowiązującym w grupie normom i wartościom, dlatego też mają one ogromny wpływ na jej osobiste decyzje rekreacyjne.

Jakość rekreacji ruchowej nabiera jednak zawsze charakteru indywidualnego. Od jednostki zależy, czy stosowana aktywność ma dla niej sens jako zabawa, przygoda czy inne przeżycie fizyczne, emocjonalne czy intelektualne. Każde podejmowane przez człowieka zajęcie rekreacyjne stanowi dla niego pewien zbiór wartości, zaspokajających cały system jego potrzeb. Uważa się, że dlatego ludzie wybierają takie a nie inne zajęcia, ponieważ odpowiadają one nie na jedną, ale na całą „wiązaną potrzeb”, które chcą zaspokoić w danym czasie (Holloway, Robinson 1997).

W rozważaniach teoretycznych wysuwa się przypuszczenie, że ludzie wybierają te zachowania, które lepiej zaspokajają ich potrzeby, nawet wtedy, kiedy potrzeb tych sobie nie uświadamiają. Wynika to niejako z zaobserwowanego faktu, że ludzie zazwyczaj nie podejmują się jakiejś czynności dla niej samej, lecz dla rozwiązania jakiegoś problemu. Na przykład uczestnictwo w spływie kajakowym nie jest dla człowieka celem samym w sobie, lecz np. pozwala mu zademonstrować swoją sprawność i umiejętności. Zabawy towarzyskie i gry zaspokajają potrzebę przynależności i miłości, gdyż człowiek traktuje takie zajęcia jako doskonałą okazję do poznania nowych przyjaciół. Rejsy statkiem zapewniają odmianę osobom osamotnionym, które potrzebują zmiany otoczenia, aby uciec od zmartwień. Jogging czy pływanie dystansowe pozwala utrzymać dobrą formę i zachować ją na przyszłość, zaś wspinaczka wysokogórska – osiągnąć sukces w walce z samym sobą.

Z rozwiązywaniem życiowych problemów poprzez działalność rekreacyjną związane jest zaspokajanie także takich potrzeb, jak: potrzeba dawania i otrzymywania uczuć, potrzeba miłości własnej, potrzeba rozpoznawania przez innych naszych zdolności i statusu, potrzeba szacunku. Istnieje również potrzeba panowania nad środowiskiem i jego zrozumienia (Holloway i Robinson 1997).

Potrzeby kreują ogólną tendencję do rekreacyjnego zachowania się. Konkretny rodzaj tego zachowania określany jest natomiast przez motyw. Ujmu-

jąc to inaczej, Beard i Ragheb (1980) mówią, iż motywy wyrażają się w indywidualnych preferencjach różnych form rekreacji. Przy czym, jak twierdzi Pearce (1982), nie sam charakter i atrakcyjność danej formy rekreacji są motywujące, ale szeroko pojęta zdolność danej formy do pełnego zaspokojenia różnych potrzeb człowieka.

Jak widać z powyższych rozważań, motywy zachowań rekreacyjnych mogą być ogólne i szczegółowe. Może to być ogólna chęć poszukiwania spokoju i wytchnienia, zdobywania odmiennych doświadczeń, odczuwania przyjemności, ale także mogą człowiekiem kierować własne motywy, aby podjąć właśnie takie, a nie inne działanie, w tym miejscu i czasie.

Nie zawsze jednak preferencje przekształcają się w zachowanie rekreacyjne. Wynika to z faktu, iż możliwość rekreacji jest często ograniczona, np. przez czas i koszty (Kunicki 1984).

Chcąc odpowiedzieć na pytanie, dlaczego ludzie wybierają różne formy rekreacji, trzeba rozważyć wartości, jakie im oferują dane formy, oraz motywy skłaniające do ich uprawiania. Czyli rozpoznać znaczenie, jakie ludzie przypisują określonemu rekreacyjnemu zachowaniu. Zadanie to jest bardzo złożone, bowiem rekreacyjne zachowanie się człowieka nie jest tylko prostą funkcją motywacji i preferencji. Wiadomo już dziś, że liczba i wzajemne relacje między zmiennymi wpływającymi na wybór rodzaju zajęć rekreacyjnych są wyjątkowo złożone, między innymi dlatego, że tak jak na każde inne, tak i na tego typu zachowanie zawsze wpływa kontekst społeczny, w którym to zachowanie zachodzi. Kontekst ten zmienia się na poszczególnych etapach cyklu życiowego człowieka (Mercer 1976). Każda zatem próba wyjaśnienia znaczenia zajęć rekreacyjnych dla ludzi powinna uwzględniać również rolę człowieka w tym cyklu (Wolańska 1994). Dodatkową kwestią jest tu znaczenie środowiska fizycznego, zwłaszcza przyrodniczego, którego modyfikujący wpływ na zachowanie ludzkie nie ulega dziś żadnej wątpliwości (Krzyśko 1996).

Niemniej, szukając źródeł ludzkich preferencji zajęć rekreacyjnych, badacze sugerują, iż rekreacyjne zachowania są odbiciem podstawowej struktury osobowości jednostki (Krzyśko 1996). Moss (1976) stwierdza nawet, że istnieje bardziej ścisły związek rodzaju rekreacyjnego zachowania się z osobowością niż z takimi społecznymi zmiennymi, jak: wiek, płeć czy klasa społeczna. Podobne stanowisko reprezentują Driver i Knopf (1978).

Bardzo skromny stan empirycznych badań w naszym kraju nad znaczeniem zajęć rekreacyjnych dla człowieka daje podstawę do pilnego zainteresowania się tym zagadnieniem specjalistów różnych dziedzin wiedzy, w tym

jednej z nauk o kulturze fizycznej - teorii rekreacji fizycznej. Wystarczająco uzasadniają to przedstawione we wstępie argumenty, które stały się także genezą badania prezentowanego w tym artykule.

Ogólna charakterystyka badania

W badaniu posłużono się znaną w literaturze przedmiotu tezą, że każda jednostka posiada własny program rekreacyjnego zachowania się, zbudowany na złożonych wzajemnych relacjach między przekonaniem a postawami, które „rodzą się” w wyniku posiadanej wiedzy i poglądów (lit.). Uważa się jednak, że na program ten głównie wpływa sposób, w jaki jednostka postrzega swoje potrzeby psychologiczne. Przyjmuje się założenie, że wiedza na ten temat jest punktem wyjścia do odkrycia znaczenia, jakie jednostka przypisuje rekreacyjnemu zachowaniu się.

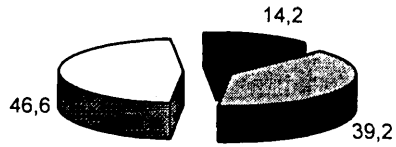
Zamierzeniem prezentowanego badania była próba rozpoznania psychologicznych warunków rekreacyjnego zachowania się. Artykuł dotyczy tylko pewnego zakresu jego wyników i koncentruje się zasadniczo na motywacjach i preferencjach rekreacyjnych związanych z dojrzałym wiekiem człowieka. Koncentruje się przy tym głównie na zachowaniach związanych z tzw. rekreacją czynną. Postawiono w nim następujące pytania:

- Jakich wartości poszukują ludzie w zachowaniach rekreacyjnych?
- Jakie motywy nimi kierują w wyborach rodzaju rekreacyjnego zachowania się?
- Jakie rodzaje zachowań rekreacyjnych wybierają?

W celu zebrania interesującego nas materiału informacyjnego wykorzystano ustne i pisemnie wypowiedzi ludzi oraz obserwację ich rekreacyjnych zachowań.

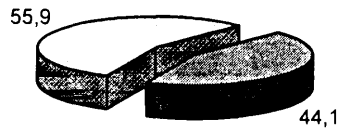
Materiałem badawczym było 620 osób powyżej 18 roku życia, pracujących zawodowo, obu płci, korzystających z rekreacji w czasie pobytów urlopowych, w najbardziej intensywnie turystycznie wykorzystywanych ośrodkach wypoczynkowych wybranych trzech regionów Polski. Strukturę badanego zbioru według niektórych cech przedstawiają rysunki do 1 do 4.

18-34 lata 35-54 lata 55 i więcej lat



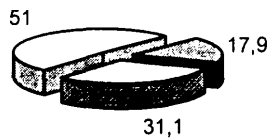
Rys. 1. Osoby badane według wieku [%]

kobiety mężczyźni

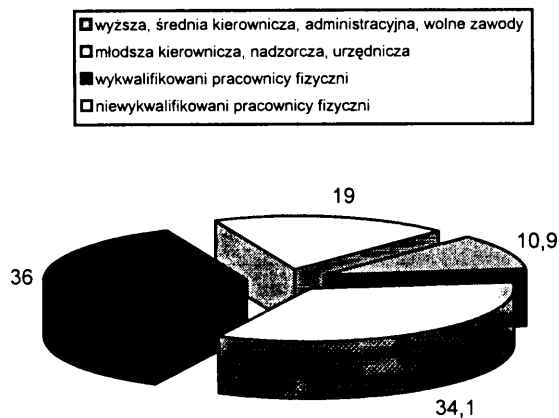


Rys. 2. Osoby badane według płci [%]

wolny – wolna żonaty – zamężna bez dzieci
żonaty – zamężna z dziećmi



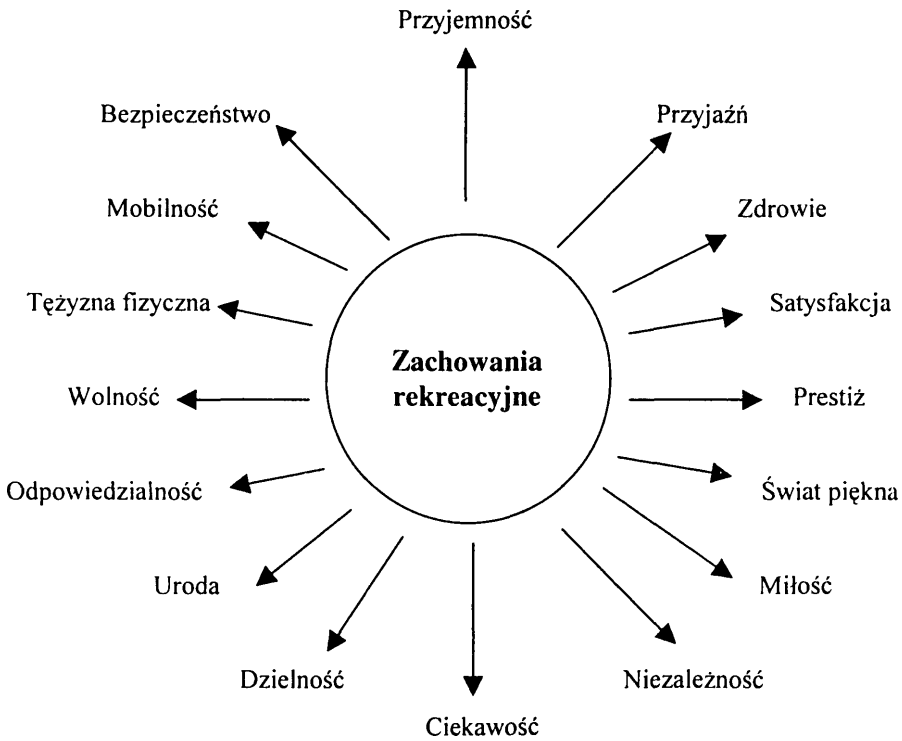
Rys. 3. Osoby badane według sytuacji rodzinnej [%]



Rys. 4. Osoby badane według grupy socjoekonomicznej[%]

Wyniki badania

Trudną próbę ustalenia najważniejszych wartości, które wpłynęły na decyzje badanych w zakresie rodzaju rekreacyjnego zachowania się oraz konkretnych treści tych wartości, przeprowadzono drogą wyłonienia ich możliwych rodzajów z niezwykle zróżnicowanych informacji, przekazanych w sposób pośredni i bezpośredni przez uczestników badania. Otrzymany zbiór (rys. 5) jest zatem zbiorem zidentyfikowanych przez samych badanych wartości subiektywnych będących przejawem ich indywidualnych przekonań. Należy w tym miejscu zaznaczyć, że wartości te rozpatrywane są tu zarówno w kontekście potrzeb jednostki, jak też w kontekście jej działania, wiążą się więc z samym rodzajem podejmowanego zachowania oraz z przeżyciem jego wartości.



Rys. 5. Wartości poszukiwane przez badanych w zachowaniach rekreacyjnych

Zebrane dane i poczynione spostrzeżenia sugerują, że w świadomości badanych bytują różnorodne wartości. Ze względu na ich subiektywny charakter można je tylko ogólnie zinterpretować, na podstawie funkcjonujących teorii potrzeb ludzkich. Niewątpliwie ujawnione wartości odpowiadają nie jednej, lecz całej „wiązance” potrzeb, do których zaspokojenia dążą badani w rekreacyjnych zachowaniach. Odnosząc je do typologii potrzeb Masłowa (1984), można stwierdzić, że odpowiadają one zasadniczo wszystkim ich kategoriom: potrzebom samorealizacji, potrzebom uznania, potrzebom społecznym, potrzebom bezpieczeństwa oraz potrzebom fizjologicznym. Nie rozpoznano jednak, na tym etapie badania, które z ujawnionych wartości są dla badanych pierwszoplanowe, które zaś drugoplanowe. Uzyskanie takiej informacji wymagałoby zbadania np. „siły ich intensywności” i wiązałoby się z koniecznością zastosowania jednej z technik skalowania. W prezentowanym badaniu

tego jednak nie wykonano. Niemniej pewną wiedzę na ten temat uzyskamy w toku dalszych rozważań, które dotyczyć będą motywów i preferencji w zakresie zajęć rekreacyjnych. Z teoretycznych rozważań podanych na wstępie opracowania wiemy bowiem, że istnieje ścisły związek znaczeniowy pomiędzy potrzebami jednostki, wartościami, których poszukuje, dokonywanymi wyborami form zachowań oraz kierującymi nimi motywami. Można z dużym prawdopodobieństwem przyjąć, że ujawnione w badanej zbiorowości wartości znajdują swój wyraz i w motywacji, i w preferencjach rekreacyjnych, i w formułowanych celach.

Mówiąc więc poniżej o motywach, które kierowały wyborami rodzajów zachowań rekreacyjnych w badanej zbiorowości, będziemy ujmować je jako dążenia tych ludzi do uzyskania lub utrzymania danych wartości, mówiąc językiem potocznym – dążenia do określonych celów.

Jakie czynniki odegrały w tym główną rolę w przypadku badanej zbiorowości, przedstawia tabela 1.

Tabela 1. Główne motywy wyboru rodzaju rekreacyjnego zachowania się

Motywy	Liczba odpowiedzi	Procent
Odczuwanie przyjemności, radości, szczęścia	410	66,1
Odmiana, przeżycie czegoś nowego	375	60,5
Bycie z rodziną, przyjaciółmi	366	59,0
Wytchnienie od codziennych ograniczeń	348	56,1
Wykorzystanie swoich umiejętności	279	45,0
Utrzymanie dobrej formy	228	36,8
Zademonstrowanie swoich możliwości i umiejętności	205	33,0
Zdobycie nowych doświadczeń, informacji i umiejętności	205	33,0
Poznanie nowych ludzi	170	27,4
Zrozumienie natury	158	25,5
Odtworzenie sił psychicznych i fizycznych	139	22,4
Osiągnięcie sukcesu w walce z samym sobą	119	19,2
Konfrontacja z innymi	87	14,0
Przeżycie romansu	68	11,0
Przekraczanie granic	19	3,0

Uwaga: Większa liczba odpowiedzi niż badanych wynika z możliwości podania więcej niż jednego motywu.

Tabela 2. Preferencje w zakresie zajęć rekreacyjnych

Rodzaj	Liczba Odpowiedzi	Procent
Spacery	502	81,0
Plażowanie i kąpiele	392	63,2
Zbieranie darów przyrody	296	47,8
Górskie wędrówki piesze	242	39,0
Rejsy statkiem	179	28,9
Samochodowe wycieczki poznawcze	150	24,2
Pływanie kajakiem, rowerem wodnym	120	19,4
Dalsze wędrówki wodne	118	19,0
Obserwacje przyrody	114	18,4
Gry sportowe (siatkówka, tenis, koszykówka, piłka nożna)	109	17,6
Windsurfing	92	14,8
Wycieczki rowerowe	90	14,5
Spotkania towarzyskie („grile”, pikniki, gry stolikowe, zabawy taneczne)	85	13,7
Zajęcia w parkach rozrywki	76	12,2
Żeglarstwo (śródlądowe i morskie)	71	11,4
Gry rekreacyjne (kręgle, ping-pong, bilard, rzutki, golf)	67	10,8
Wędkowanie	59	9,5
Jogging	56	9,0
Biegi przełajowe	51	8,2
Kibicowanie	36	5,8
Gimnastyka, aerobik	34	5,5
Przejażdżki samochodem dla samej przyjemności jazdy	29	4,7
Kolarstwo górskie	28	4,5
Jeździectwo	20	3,2
Jazda na nartach wodnych	18	2,9
Wspinaczki górskie i skałkowe	16	2,6
Latanie na lotniach, motolotniach, paragliding	13	2,1
Myślistwo	7	1,1
Nurkowanie	5	0,8
Pływanie dystansowe w wodach otwartych	5	0,8
Sportowe rybołówstwo morskie	4	0,6
Penetracja jaskiń	4	0,6
Skoki bungee	3	0,5
Surfing z latawcem	3	0,5
Latanie szybowcem	3	0,5

Uwaga: Większa liczba odpowiedzi niż badanych wynika z możliwości podania więcej niż jednego rodzaju zajęć.

Analizując uporządkowaną według popularności występowania w badanej grupie listę głównych motywów zachowań rekreacyjnych, trzeba zauważyć, że urlopowicze, wybierając zachowania, dążyli do zaspokojenia więcej niż jednej potrzeby, doświadczenia więcej niż jednej wartości. Sposoby zaspokajania odczuwanych przez badanych potrzeb zostały przedstawione w tabeli 2. Określono je mianem preferencji z zakresu zajęć rekreacyjnych, informujących o tym, jakie zajęcia są przez badanych wybierane najchętniej, w konkretnie istniejących, rzeczywistych warunkach pobytu urlopowego.

Tabela przedstawia występowanie najbardziej rozpowszechnionych w badanej zbiorowości zajęć rekreacyjnych w czasie urlopu. Wskazuje na ich zróżnicowany pod względem treści i miejsca realizacji charakter. Daje również pewien obraz zasięgu poszczególnych zajęć (co wyrażono w procentach wskazujących na miejsce danego zajęcia wśród ogółu badanych). W końcu informuje o tym, jakie zajęcia nadają ton spędzaniu aktywnego urlopu przez badanych. Należy zwrócić tu uwagę na jedno szczególnie charakterystyczne spostrzeżenie. Wszystkie wybierane przez badanych zajęcia mają związek w wykorzystywaniu środowiska przyrodniczego. Nawet takie zajęcia, jak: gimnastykowanie się czy spotkania towarzyskie, realizowane są przez badanych poza pomieszczeniem, w bezpośrednim kontakcie z naturą. Choć tego nie analizowano, to można przypuszczać, że środowisko przyrodnicze jest dla badanych określonym dobrem, które stwarza im szczególne możliwości dla poszukiwania i przeżywania ważnych dla nich wartości.

Kontynuując tok rozważań nad mechanizmem kształtowania się w badanej zbiorowości zachowań rekreacyjnych, podjęto próbę określenia celów, które — być może — są podstawą dla rozpoznanych w prezentowanym badaniu rodzajów zajęć rekreacyjnych i które określają niejako sens ich występowania. W tym względzie posłużono się opisaną w literaturze przedmiotu klasyfikacją (Krzymowska-Kostrowicka 1997).

Tabela przedstawia przybliżone relacje między celami a rodzajami zajęć rekreacyjnych występujących w badanej zbiorowości urlopowiczów. Podana w jednej z jej rubryk wartość liczbowa określa ilość typów zajęć realizujących cele zidentyfikowane w przeprowadzonym badaniu. W rzeczywistości jest ona prawdopodobnie zależna bardziej od skali oferty w zakresie usług rekreacyjnych występującej w miejscu urlopowego pobytu badanych niż autentycznych pragnień. Dotychczasowy stan wiedzy zaleca ostrożność w interpretowaniu tak złożonych danych. Uważa się, że powiązania, jakie istnieją pomiędzy różnymi zajęciami rekreacyjnymi wybieranymi przez ludzi a rodzajami podstawowych, z góry określonych celów aktywności rekreacyjnej, nie są jednoznaczne. I jednoznaczne najczęściej być nie mogą. Wynika to, jak tłumaczy literatura przedmiotu, z występowania zjawiska sprzężenia celów: głównego – związanego z potrzebami pierwszorzędnymi i dodatkowych, wywołanych potrzebami drugorzędnymi. Taki stan rzeczy nadaje zajęciom, które są tym celom przypisywane, wielofunkcyjnego charakteru, często jednak na coś ukierunkowanego.

Tabela 3. Cele realizowane przez zajęcia rekreacyjne

Cele	Zajęcia	Liczba
Sportowo-wyczynowy (kondycyjny, poznawczy)	Narciarstwo wodne Gry sportowe Kolarstwo górskie Windsurfing Żeglarstwo Pływanie motorówkami, skuterami Wspinaczki górskie i skałkowe Latanie na lotniach Penetracja jaskiń Skoki bungee Latanie szybowcem Sportowe rybołówstwo morskie	12
Wypoczynkowo-zabawowy (restytucyjny, poznawczy)	Kibicowanie Przejażdżki samochodem Zabawy towarzyskie Rejsy statkiem Gry rekreacyjne Zajęcia w parkach rozrywki Jeździectwo Nurkowanie Surfing z latawcem	9
Wypoczynkowo-kondycyjny (poznawczy)	Wycieczki rowerowe Pływanie kajakiem, rowerem wodnym Górskie wędrówki piesze Wędrówki wodne Jogging Gimnastyka Pływanie dystansowe Biegi przełajowe	8
Wypoczynkowo-użytkowy (restytucyjny)	Zbieranie darów przyrody Wędkowanie Myślistwo	3
Wypoczynkowo-restytucyjny	Plażowanie i kąpiele Spacery	2
Wypoczynkowo-poznawczy (restytucyjny)	Obserwacje przyrody Wycieczki samochodowe	2

W przypadku prezentowanego badania daje się zauważyć, że większość typów zajęć ma charakter kilkufunkcyjny i jest ukształtowana przez kilka celów, przy czym najbardziej uwidocznionym jest cel wypoczynkowy. Można sądzić że ten cel głównie określa sens istnienia w analizowanych programach urlopowych, większości typów zajęć rekreacyjnych.

Zakończenie

Próba odpowiedzi na pytanie, jak istotne jest dla badanej grupy ludzi korzystanie z rekreacji, lub inaczej, jakie znaczenie ma dla nich aktywność rekreacyjna, wymaga niewątpliwie zanalizowania wielu innych elementów wiedzy o zachowaniach ludzkich, między innymi tego, który dotyczy środowiska fizycznego, uważanego za tzw. zewnętrzny warunek sprawczy zachowania. Środowisko fizyczne, zwłaszcza naturalne, jest bowiem cennym dostarczycielem różnorodnych, pozytywnych bodźców wywołujących określone reakcje, mające wpływ na takie lub inne zachowanie. Temat fizycznych cech środowiska wyznaczających zachowania nie został jednak podjęty przy okazji prezentowanego opracowania. Przedstawione wyniki dotyczą tylko wybranych, związanych z osobowością właściwości zachowań rekreacyjnych ludzi przebywających w tym środowisku. Należy je postrzegać jedynie jako przyczynek pogłębiający zainteresowania badawcze, ukierunkowane na poszukiwanie odpowiedzi na pytanie o znaczenie zajęć rekreacyjnych dla ludzi.

Literatura

- Barnier M. (1992) *Atlas wielkich zagrożeń*, WNT, Warszawa.
- Beard J., Ragheb M. (1980) *Measuring leisure satisfaction*, Journal of Leisure Research 12.
- Driver B., Knopf R. (1978) *Personality, outdoor recreation, and expected consequences*, [w:] K. Craik, G. Mc Kechnie (red.) *Personality and the environment*, Sage Publications Ltd., London.
- Drozdowski Zb. (1997) *O ewolucji ludzkiej pracy przelomu tysiącleci i co z tego wynika dla kultury fizycznej*, [w:] D. Umiasowska (red.) *Aktywność ruchowa ludzi w różnym wieku*, Uniwersytet Szczeciński.
- Holloway J., Robinson Ch. (1997) *Marketing w turystyce*, PWE, Warszawa.
- Kelly J. (1974) *Socialization toward leisure: a developmental approach*, Journal of Leisure Research 6.

- Kelly J. (1981) *Social benefits of outdoor recreation – Introduction*. Department of Leisure Studies, University of Illinois at Urbana Champaign.
- Krzyszowska-Kostrowicka A. (1997) *Geoekologia turystyki i wypoczynku*, PWN, Warszawa.
- Krzyśko M. (1996) *Osobowość a środowisko fizyczne*, [w:] M. Nakonieczny, P. Mogula (red.) *Problemy środowiska i jego ochrony*, Uniwersytet Śląski, Katowice.
- Mercer D. (1976) *Motivational and social aspects of recreation behaviour*, [w:] I. Altman i J. Wohlwill (red.) *Human Behaviour and Environment*, Plenum Press, New York.
- Nowak J. (1991) *Problemy socjalne i ich rozwiązywanie w aglomeracji przemysłowej*, [w:] J. Materne (red.) *Wychowanie wobec problemów współczesności*, Wydawnictwo Wyższej Szkoły Pedagogicznej, Zielona Góra.
- Pearce P. (1982) *The Social Psychology of Tourist Behaviour*, Pergamon, Oxford.
- Preston H., Taylor S. (1981) *The family life cycle, leisure activities and residential area evaluation*, Canadian Geographer 25.
- Rapoport R., Rapoport R. (1975) *Leisure and the Family Life Cycle*, Routledge and Kegan Paul, Henley.
- West P.C., Merriam L.C. (1970) *Outdoor recreation and family cohesiveness*, Journal of Leisure Research 2.
- Winiarski W.R. (1989) *Wstęp do teorii rekreacji*, AWF, Kraków.
- Wolańska T. (1994) *Rekreacja ruchowa*, AWF, Warszawa.

SUMMARY

Sylvia Toczek-Werner

This article concerns research on the meaning of recreation activity to a human being. It searches for answers to the question why people choose such, and not other forms of recreation. This question has not been asked so far in empirical researches in Poland. They were concentrated on finding out where people go for recreation, when and in what way. No one thought it's meaning over from the point of view of the individual needs of a human being. The question why people go for recreation was regarded in this article as particularly interesting and essential for understanding the recreational behaviour of

a human being. It is assumed that in order to discover the meaning which an individual attributes to recreational behaviour, how an individual perceives his or her own psychological needs in this scope should be recognized. The following answers served this task:

- ◆ What kind of values do people search for in recreational behaviour?
- ◆ What motives drive them in choosing the type of recreational behaviour?
- ◆ What kind of recreational behaviour do they choose?

In order to gather the information materials, verbal and written comments of 620 people over 18 years old of both genders, all working and recreationally engaged during holiday periods in selected holiday areas in Poland were used.