

F O R U M M Ł O D Y C H

MAGDALENA WIZŁA

Uniwersytet Warszawski, Wydział Psychologii

POZYTYWNE ZACHOWANIA RYZYKOWNE A POSTRZEGANIE CZASU WŚRÓD OSÓB CHODZĄCYCH PO GÓRACH¹⁾

Streszczenie: Artykuł dotyczy grupy osób chodzących po górach jako przedstawicieli osób podejmujących zachowania ryzykowne pozytywne (ZRP), czyli akceptowane w społeczeństwie. Celem badania jest sprawdzenie, czy osoby chodzące po górach przejawiają więcej zachowań ryzykownych o charakterze pozytywnym, czy negatywnym (ZRN) oraz czy inaczej postrzegają czas. Badanie przeprowadzono przez Internet za pomocą kwestionariuszy. Analizy potwierdziły hipotezę o wyższej skłonności do ryzyka wśród osób chodzących po górach oraz większej liczbie ZRP, ale nie ZRN. Zaskakujący okazał się brak różnicy w natężeniu perspektywy przyszłej. Co więcej, turyści górscy przejawiają silniejszą perspektywę hedonistyczną oraz niższą przeszłą negatywną. Średni wskaźnik DBTP jest wśród nich niższy, co świadczy o bardziej zrównoważonej orientacji temporalnej. Najsilniej z optymalnym postrzeganiem czasu jest powiązana negatywnie perspektywa

przeszła negatywna. Wykazano silne pozytywne korelacje pomiędzy skłonnością do ryzyka a ZRP. Negatywna korelacja występuje pomiędzy perspektywą przyszłą a zachowaniami ZRN, ale nie pozytywnymi. Na szczególną uwagę zasługuje fakt, że korelacja pomiędzy perspektywą terażniejszą hedonistyczną a częstotliwością podejmowania ZRP wystąpiła jedynie wśród turystów górskich. Kierunkiem dalszych badań może być analiza innych specyficznych grup, a także dalsza eksploracja środowiska osób chodzących po górach pod względem czynników osobowościowych, stylów poznawczych, korzyści czerpanych z przynależności do grupy i angażowania się w aktywność sportową oraz struktury tożsamości.

Słowa kluczowe: zachowania ryzykowne pozytywne, zachowania ryzykowne negatywne, orientacja temporalna, chodzenie po górach, skłonność do ryzyka.

WPROWADZENIE

Zachowania ryzykowne niosą zagrożenie dla dóbr osobistych (zdrowia psychicznego lub fizycznego, statusu materialnego) człowieka, który takie zachowania przejawia. Mimo to zachowania ryzykowne są podejmowane przez osoby w różnym wieku i z różnym natężeniem. W okresie dorastania i wczesnej młodości obserwujemy ich najwyższe nasilenie (Brodbeck, Bachmann, Croudace, Brown, 2013). Według psycho-

Adres do korespondencji: m.wizla@student.uw.edu.pl, ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-9899-5197>.

¹⁾ Badanie zostało przeprowadzone, a artykuł napisany pod opieką naukową dr hab. Grażyny Katry.

logów wiąże się to z rozwojem jednostki w tej fazie życia i wyzwaniem, przed jakimi staje. Jest to czas budowania swojej tożsamości (Marcia, 1980), osiągnięcia autonomii, zdobywania popularności wśród rówieśników (Brodbeck i in., 2013; Jessor, Jessor, 1977; Mahalik i in., 2013; Obuchowska, 1996; Ostaszewski, 2014) i uwolnienia się spod kurateli rodzicielskiej (Arnett, 2000; Smetana, 1995). Zachowania ryzykowne spełniają istotną rolę w rozwoju osoby, jej tożsamości, osobowości, kompetencji społecznych oraz w rozwoju poznawczym, emocjonalnym i fizycznym. Służą poznawaniu siebie, jak również zaspokojeniu potrzeby poszukiwania doznań (Zuckerman, 1994), która jest rozumiana jako cecha indywidualna, nazywana przez Ryszarda Studenckiego (2004) skłonnością do ryzyka motywującą jednostkę do poszukiwania takiego środowiska, takich sytuacji i takich zdarzeń, które dostarczają jej silnych przeżyć. W przypadku tego typu osób mamy zjawisko nakładania się prawidłowości rozwojowych i indywidualnych. Ta grupa osób jest w szczególności narażona na podejmowanie zachowań ryzykownych.

Zachowania ryzykowne, chociaż z definicji niosą większe zagrożenie dla podmiotu, mogą mieć także charakter „pozytywny”. Inaczej mówiąc, mogą być podejmowane np. po odpowiednim przygotowaniu osoby (skoki ze spadochronem), często wymagają działań dodatkowych, mających na celu zmniejszenie prawdopodobieństwa negatywnych skutków (skoki na bungee). Takie działania, podobnie jak wspomniane wcześniej, jak i takie, którym nie towarzyszą czynności przygotowawcze czy zabezpieczające, ale które mogą być niebezpieczne i pomimo to są akceptowane społecznie (udział w demonstracjach) należą do zachowań ryzykownych pozytywnych. W przypadku zachowań ryzykownych pozytywnych (ZRP) występuje przynajmniej „ciche przyzwolenie” na ich występowanie, podczas gdy zachowania ryzykowne negatywne (ZRN) nie znajdują aprobaty w oczach społeczeństwa oraz instytucji opartych na aurytecie dorosłych. Reasumując, zachowania ryzykowne można podzielić na negatywne i pozytywne (Boles, Biglan, Smolkowski, 2006; Hansen, Breivik, 2001).

Podejmowanie określonej aktywności, świadomej, intencjonalnej wiąże się ze zdolnością do wybiegania w przyszłość i przewidywania potencjalnych konsekwencji swoich decyzji i swoich działań. Jest to szczególnie istotne w przypadku zaangażowania się w działania niebezpieczne, zagrażające, czyli zachowania ryzykowne (ZR) (Caffray, Schneider, 2000; Joireman, Shaffer, Balliet, Strathman, 2012; Katra, 2008, 2016b).

Interesujące jest także pytanie, czy inne orientacje temporalne, tj. przeszłościowa i teraźniejsza, mogą mieć znaczenie dla podejmowania ZR. Dotychczasowe życie człowieka może obfitować w zdarzenia negatywne lub pozytywne. W pierwszym przypadku jednostka może poszukiwać sposobów odreagowania swoich frustracji lub kompensowania porażek i niepowodzeń poprzez zachowania ryzykowne. Natomiast w drugim pozytywna przeszłość może dodawać odwagi i wiary w siebie, niekiedy niezweryfikowanej, w swoją moc i swoje możliwości, jak również osłabiać zdolność do realnego oceniania ryzyka. Z kolei osoby osadzone w teraźniejszości mogą szukać przyjemnych wrażeń i przygód, jakich mogą dostarczyć zachowania ryzykowne lub też może być im obojętne, do jakich skutków prowadzą zachowania ryzykowne.

Koncepcją, która uwzględnia wachlarz orientacji temporalnych, jest teoria Philipa Zimbardo i Johna Boyda (1999, 2009). W swojej koncepcji uwzględniają oni trzy podstawowe nastawienia do czasu, które nazywane są przeszłą, teraźniejszą i przyszłą perspektywą czasową. Różnicują je także pod względem zabarwienia emocjonalnego, co prowadzi do wyróżnienia sześciu rodzajów orientacji temporalnej: perspektywy przeszłościowej negatywnej, perspektywy przeszłościowej pozytywnej, perspektywy teraż-

niejszej hedonistycznej i fatalistycznej. Ukierunkowanie ku przyszłości nazywają perspektywą przyszłą. Występują różnice indywidualne pomiędzy ludźmi w natężeniu każdego z tych wymiarów oraz, zdaniem autorów, ważne jest zachowanie równowagi pomiędzy wyodrębnionymi perspektywami (Zimbardo, Boyd, 1999, 2009). Koncentracja na konkretnych wymiarach czasu wpływa na postrzeganie świata oraz kształtowanie relacji z rzeczywistością i każda z nich może mieć znaczenie w podejmowaniu decyzji o ZR (Katra, 2016a, 2016b; Zimbardo, Boyd, 2009).

Podsumowując dotychczasowe rozważania, potrzeba poszukiwania wrażeń określa preferencje do ZR i determinuje ich nasilenie. Jednakże zmienne poznawczo – motywacyjne – mogą tę zależność modyfikować. W prezentowanych badaniach wzięto pod uwagę rolę orientacji czasowej, która może wzmacniać lub osłabiać skłonność do ZR i ich nasilenie. Wydaje się, że szczególne znaczenie może mieć przyszłościowa perspektywa czasowa. Osoba o rozwiniętej perspektywie przyszłościowej stawia sobie cele oddalone w czasie, lepiej rozumie związek pomiędzy bieżącymi działaniami a przyszłymi osiągnięciami, ma wyższą świadomość dalszych konsekwencji swoich zachowań (Lens, Paixão, Herrera, Grobler, 2012; Zimbardo, Boyd, 1999). Te mechanizmy psychologiczne powinny chronić jednostkę przed zbyt pochopnym i bezrefleksyjnym angażowaniem się w sytuacje ryzykowne.

W centrum naszego zainteresowania znalazła się grupa młodych dorosłych osób chodzących „wyczynowo” po górach. Są to osoby dorosłe, które wybrały jako aktywność rekreacyjną, niejednokrotnie wielodniowe, wędrowanie z całym dobytkiem w plecaku, w separacji od cywilizacji, niezależnie od warunków pogodowych. Osoby te ściśle współpracują z organizacjami kształcącymi przewodników górskich. Na przykładzie tej grupy szukamy odpowiedzi na pytanie, czy osoby podejmujące ZRP charakteryzuje specyficzny profil temporalny w ujęciu Zimbardo i Boyda (2009), który może pełnić ochronną rolę przed podejmowaniem zachowań ryzykownych negatywnych (Katra, 2016b, 2017).

Wiele badań wskazuje na powiązania między wydzielaniem dopaminy a postrzeganiem czasu przez człowieka (Meck, 1996). Ten sam neuroprzekaznik odgrywa istotną rolę w podejmowaniu zachowań ryzykownych (Zuckerman, Kuhlman, 2000), co może wskazywać na częściowo wspólne podłoże biologiczne skłonności do ryzyka oraz orientacji temporalnej i zwraca uwagę na badanie oraz określenie relacji pomiędzy nimi.

Zimbardo oraz Boyd (2015) postulują również istnienie optymalnego profilu temporalnego, będącego najbardziej korzystnym dla funkcjonowania w społeczeństwie postrzeganiem relacji czasowych. Twierdzą, że zrównoważona perspektywa wymaga umiejętnego przełączania się, w zależności od zadania, pomiędzy perspektywą przeszłą pozytywną, terażniejszą hedonistyczną oraz przyszłą, aby harmonijnie realizować swój potencjał. Najbardziej aktualne dane dotyczące wartości natężenia poszczególnych wymiarów czasowych w optymalnym profilu temporalnym na podstawie badań populacji są dostępne na stronie internetowej <http://www.thetimeparadox.com/surveys/>.

Zostało podjętych wiele prób operacjonalizacji zrównoważonej perspektywy czasowej, z których najbardziej trafnym wydaje się wskaźnik odchylenia od zrównoważonej perspektywy czasowej (Deviation from Balanced Time Perspective, DBTP) (Stolarski, Bitner, Zimbardo, 2011). Wskaźnik ten koreluje na przykład z podwyższoną satysfakcją z życia, pozytywnym afektem, wdzięcznością, a także obniżonym negatywnym afektem. Ponadto okazał się najlepszym predyktorem subiektywnego poczucia dobrostanu (Zhang, Howell, Stolarski, 2013).

Podsumowując, celem badania jest sprawdzenie, czy grupa osób chodzących po górach różni się istotnie statystycznie od grupy kontrolnej liczbą przejawianych zachowań ryzykownych o charakterze pozytywnym oraz negatywnym, postrzeganiem czasu na osi przeszłość, teraźniejszość i przyszłość oraz stopniem zrównoważenia perspektywy czasowej w porównaniu z osobami w tym samym wieku, ale nieuprawiającymi systematycznie żadnych ewidentnie ryzykownych aktywności. Ponadto spodziewano się, że pasjonaci turystyki górskiej przejawiają wyższy poziom skłonności do ryzyka i podejmują więcej zachowań ryzykownych pozytywnych, jak również negatywnych. Będą charakteryzowali się także wyższym nasileniem perspektywy teraźniejszej hedonistycznej i fatalistycznej, niższą przyszłościową perspektywą czasową, a ich profil temporalny będzie bardziej odbiegał od zrównoważonego profilu temporalnego.

METODA

Uczestnicy badania

W badaniu wzięło udział 119 osób (66 kobiet, 53 mężczyzn). Grupę zaangażowaną w działalność turystyczną stanowiły 52 osoby (28 kobiet, 24 mężczyzn) w wieku od 19 do 43 lat ($M = 26,154$; $SD = 4,464$). Osoby zostały dobrane celowo w zależności od deklarowanej współpracy z organizacjami studenckimi zrzeszającymi przewodników górskich oraz sympatyków. Grupa porównawcza liczy 67 osób (38 kobiet, 29 mężczyzn) w wieku od 20 do 39 lat ($M = 23,985$; $SD = 2,936$). Podczas doboru do grupy była kontrolowana aktywność sportowa oraz jej rodzaj. Z analizy zostały wykluczone osoby chodzące po górach i uprawiająca systematycznie jakąkolwiek ryzykowną aktywność sportową. Osoby do grupy kontrolnej zostały dobrane z szerszej próby według podobieństwa pod względem demograficznym do grupy, będącej w centrum zainteresowania autorki.

Procedura i narzędzia

Badanie zostało umieszczone w Internecie w postaci Formularza Google. Uczestnicy badaniami były za zadanie wypełnić 3 kwestionariusze.

Kwestionariusz Postrzegania Czasu Zimbardo (ZTPI) (Zimbardo, Boyd, 2009) służy do ustalenia profilu temporalnego badanego na 5 wymiarach: przeszłość (perspektywa przeszła pozytywna i negatywna), teraźniejszość (perspektywa teraźniejsza hedonistyczna i fatalistyczna oraz przyszłość (perspektywa przyszła)²⁾. Kwestionariusz jest ogólnie dostępny i powszechnie wykorzystywany, również w wersji polskiej.

Kwestionariusz Aktywności autorstwa Grażyny Katry został adaptowany na potrzeby obecnego badania. Pierwotnie był on wykorzystywany w grupie młodzieży, dlatego część pozycji została zmodyfikowana, aby był on dostosowany do wieku badanych. Kwestionariusz składa się z 17 propozycji postępowania będących odpowiedzią na pytanie „Jak często zdarza Ci się podejmować takie zachowanie?”. Osiem dotyczy częstotliwości występowania zachowań ryzykownych pozytywnych (ZRP), czego przykładem

²⁾ Do pomiaru perspektywy przyszłej transcendentalnej służy osobne narzędzie *Kwestionariusz Postrzegania Czasu Przyszłego Transcendentalnego* (TFTPI; Zimbardo, Boyd, 2009) niewykorzystany w tym badaniu.

jest pozycja „Uprawiać sporty, które podnoszą poziom adrenaliny” oraz dziewięciu negatywnych, np. „Zażywać marihuanę lub inne narkotyki”. Wskaźnikiem skłonności do zachowań pozytywnych lub negatywnych jest suma punktów otrzymanych w odpowiedzi na pytania dotyczące tych zachowań, dla zachowań pozytywnych wynik może przyjmować wartości od 0 do 32, natomiast dla negatywnych od 0 do 36.

W celu pomiaru skłonności do ryzyka wykorzystano *Kwestionariusz Ryzyka* Ryszarda Studenskiego (2004).

Poziom zrównoważenia profilu temporalnego ustalono za pomocą wskaźnika odchylenia od zrównoważonej perspektywy czasowej (DBTP) (Zhang i in., 2013). Wskaźnik ukazuje rozbieżność pomiędzy natężeniem poszczególnych perspektyw u jednostki a optymalnymi wartościami. Istotną cechą wskaźnika jest to, że jest obliczany według formuły, która podkreśla paraboliczny wpływ odchyień od wartości optymalnych pojedynczych perspektyw na zrównoważenie całościowego profilu temporalnego.

Badanie miało charakter korelacyjny. W centrum zainteresowania znajdowało się szczególnie ustalenie predyktorów odpowiedzialnych za większość wariancji w grupie zajmującej się turystyką górską. Ustalenie tych zmiennych mogłoby stanowić pierwszy krok w kierunku badań nad określeniem potencjalnej przyczynowości występujących pomiędzy zmiennymi. Jeżeli udało się wykazać taką zależność, umożliwiłoby to przejście do kolejnego etapu: próby opracowania oddziaływań w celu ich zmiany i w konsekwencji zmniejszenia liczby zachowań ryzykownych negatywnych wśród młodych dorosłych.

WYNIKI

Analizy statystyczne zastosowane do weryfikacji hipotez

Badanie ma charakter korelacyjny i polega na porównaniu obu grup badanych pod względem wskazanych zmiennych. W celu wykonania analiz statystycznych korzystano oprogramowania IBM SPSS® (wersja: SPSS, PS Imago 4). Do porównania grup wykorzystano test t-Studenta oraz jego nieparametryczny odpowiednik – test Kołmogorowa-Smirnova, natomiast w analizie korelacji odpowiednio test r-Pearsona i test *rho* Spearmana. Siłę efektu różnic między grupami określono za pomocą wskaźnika d Cohena. Przeprowadzono także analizę regresji w celu zaproponowania modeli pozwalających na przewidywanie zachowań ryzykownych pozytywnych oraz negatywnych.

Analiza korelacji

Analizę wyników rozpoczęto, po weryfikacji normalności rozkładów, od ustalenia zależności pomiędzy wybranymi zmiennymi, które zaprezentowano w tabeli 1. Okazało się, że związek pomiędzy pozytywnymi i negatywnymi zachowaniami ryzykownymi ma umiarkowany charakter, i jest silniejszy w grupie osób chodzących po górach. Występują także bardzo silne pozytywne korelacje pomiędzy tendencją do ryzyka a ZRP w obu grupach oraz istotny statystycznie związek z ZRN – słabszy w G1 i umiarkowany w G2.

Zależności pomiędzy poszczególnymi perspektywami czasowymi a ZR są zróżnicowane. W obu grupach występuje korelacja pomiędzy tendencją do ryzyka a perspektywą terazniejszą hedonistyczną, jednak w grupie pasjonatów turystyki górskiej jest ona silna,

natomiast w grupie porównawczej słaba. W obu grupach występuje negatywna umiarkowana korelacja pomiędzy perspektywą przyszłą a ZRN, ale nie występuje zależność pomiędzy koncentracją na przyszłości a zachowaniami ryzykownymi pozytywnymi.

Zweryfikowano również zależności pomiędzy profilem temporalnym uczestników badania a perspektywami czasowymi. Okazało się, że najsilniej z odchyleniem od zrównoważonego profilu temporalnego wiąże się perspektywa przeszła negatywna (tab. 1). Inaczej mówiąc, na wskaźnik odchylenia od zrównoważonego profilu temporalnego negatywny wpływ ma przeszłościowa negatywna perspektywa czasowa, zarówno w grupie „chodździarzy”, jak i „nie-chodździarzy”. Kolejną perspektywą czasową warunkującą zrównoważenie, a właściwie słabszą równowagę temporalną, jest perspektywa terażniejsza fatalistyczna. Warto zauważyć, że występuje negatywny związek pomiędzy wspomnianym wskaźnikiem a perspektywą przeszłą pozytywną, ale tylko w grupie kontrolnej ($r_{\text{rho Spearmana}} = -0,367$, $p = 0,026$, $N = 67$).

Na szczególną uwagę zasługuje fakt, że korelacja między perspektywą terażniejszą hedonistyczną a częstotliwością podejmowania ZRP występuje jedynie w grupie osób chodzących po górach.

TABELA 1.
Korelacje pomiędzy wybranymi zmiennymi występujące w obu grupach

Para zmiennych	Grupa					
	Eksperymentalna – G1			Kontrolna – G2		
	Współczynnik korelacji	p	Interpretacja siły korelacji	Współczynnik korelacji	p	Interpretacja siły korelacji
TZR – ZRP	0,727**	0,000	bardzo silna	0,712	0,000	bardzo silna
TZR – ZRN	0,309	0,003	bardzo słaba	0,455	0,000	umiarkowana
ZRN – FTP	-0,316	0,023	umiarkowana	-0,321	0,008	umiarkowana
ZRN – ZRP	0,477	0,000	umiarkowana	0,327	0,007	umiarkowana
PNTP – DBTP	0,740	0,000	bardzo silna	0,796	0,000	bardzo silna
PFTP – DBTP	0,588	0,000	silna	0,540	0,000	silna

* $r_{\text{rho Spearmana}}$; ** r Pearsona; † skróty wyjaśnione w tekście

Porównanie grup

Porównania pomiędzy grupami przedstawiono na rysunku 1. Zgodnie z oczekiwaniami osoby zajmujące się turystyką górską (G1) ($M_1 = 42,492$; $SD_1 = 20,318$) przejawiają wyższą skłonność/tendencję do ryzyka (TZR) niż osoby z grupy kontrolnej, które nie uprawiają żadnego ryzykownego sportu (G2) ($M_2 = 24,094$; $SD_2 = 17,479$; $t(117) = 5,304$; $p < 0,05$). Różnica między grupami może być interpretowana jako duża ($d = 0,884$). Analizy potwierdziły również dużo częstsze ($d = 1,059$) występowanie zachowań ryzykownych pozytywnych w grupie osób uprawiających turystykę górską (G1: $M_1 = 14,3846$; $SD_1 = 5,48850$; G2.: $M_2 = 8,1194$; $SD_2 = 4,67269$; $K-S = 2,768$; $p < 0,05$ ³⁾). Nasilenie

³⁾ Ze względu na brak normalnego rozkładu w przypadku testowanej zmiennej w analizie wykorzystano nieparametryczny odpowiednik testu t-Studenta – test Kołmogorova-Smirnova.

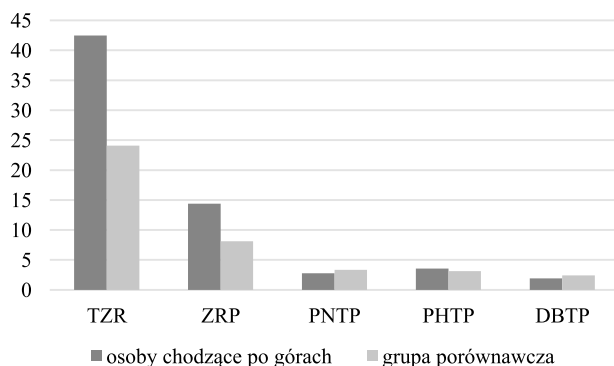
zachowań ryzykownych negatywnych nie różnicuje tych grup. Występowanie ZRP jest generalnie wyższe w całej badanej próbie w stosunku do zachowań ryzykownych negatywnych (ZRP – 10,86; ZRN – 6,49; $N = 119$).

Hipoteza dotycząca perspektywy terażniejszej została potwierdzona częściowo. Oznacza to, że osoby chodzące po górach cechuje wyższe natężenie perspektywy terażniejszej hedonistycznej ($G1.: M_1 = 3,560; SD_1 = 0,540; G2.: M_2 = 3,140; SD_2 = 0,482; K-S = 1,705; p < 0,05$), ale nie fatalistycznej. Siła efektu różnicy pomiędzy grupami ma charakter średni ($d = 0,767$). Oznacza to, że górcy chodzący przejawiają silniejsze nastawienie na przeżywanie przyjemnych doznań tu i teraz niż osoby z grupy kontrolnej.

Przeciwnie do założeń, nie wykazano różnic w natężeniu perspektywy przyszłej. Uczestnicy badania (chodzący i nie-chodzący) charakteryzują się podobnym stopniem rozwinięcia przyszłościowej perspektywy czasowej (FTP), która, jak wykazano we wcześniejszych badaniach, koreluje ujemnie z podejmowaniem ZR (Zimbardo, Boyd, 1999). Należy jednak podkreślić, że w tych badaniach (jak i wielu innych) uwzględniano jedynie ZRN.

Zaskakującym wynikiem, nieprzewidzianym w hipotezach, jest obniżona perspektywa przeszła negatywna u pasjonatów turystyki górskiej (PNTP) ($M_1 = 2,776; SD_1 = 0,851$) w porównaniu do grupy kontrolnej ($M_2 = 3,325; SD_2 = 0,912; K-S = 1,634; p < 0,05$). Siła efektu różnicy pomiędzy grupami ma charakter średni ($d = 0,595$). Osoby chodzące po górach (G2) mają bardziej pozytywny obraz przeszłości, przeżyli lub/i pamiętają więcej zdarzeń przyjemnych w stosunku do osób z grupy kontrolnej.

Analiza profilu temporalnego wykazała niższy wskaźnik odchylenia od zrównoważonej perspektywy czasowej u osób chodzących po górach, co wskazuje na bardziej optymalne postrzeganie czasu ($G1.: M_1 = 1,904; SD_1 = 0,577; G2.: M_2 = 2,414; SD_2 = 0,661; t(117) = -4,409; p < 0,05$). Różnica ta cechuje się średnią siłą efektu ($d = 0,758$). Można powiedzieć, że osoby zajmujące się turystyką górską są bardziej nastawione na terażniejszość i na przyjemne doświadczenia oraz rzadziej powracają myślami do negatywnych przeszłych wydarzeń (mogły też mniej takich zdarzeń doświadczyć) w porównaniu do przeciętnego przedstawiciela społeczeństwa.



RYSUNEK 1. Istotne statystycznie różnice pomiędzy wskazanymi zmiennymi

Źródło: wyniki badań własnych.

Analiza regresji

Przeprowadzono również analizę regresji, aby stworzyć modele pozwalające na przewidywanie zachowań ryzykownych pozytywnych oraz negatywnych w grupie osób zajmujących się turystyką górską oraz wśród przedstawicieli ogólnej populacji.

Grupa 1. Model, w którym zmienną zależną jest częstotliwość podejmowania zachowań ryzykownych pozytywnych, istotnymi predyktorami okazały się skłonność do ryzyka i częstotliwość podejmowania zachowań negatywnych ($F = 38,269$; $p < 0,05$). Oba te czynniki pozwalają na przewidywanie 61% zmienności ($R^2 = 0,610$). Natężenie perspektywy terażniejszej hedonistycznej okazało się w tym modelu nieistotne, co oznacza, że jego rola przy uwzględnieniu tendencji do zachowań ryzykownych oraz natężenia zachowań ryzykownych negatywnych jest znikoma.

Analizy pozwoliły również na uzyskanie istotnego statystycznie modelu dla zachowań ryzykownych negatywnych ($F = 17,071$; $p < 0,05$). W modelu istotność statystyczną osiągnęły następujące predyktory: natężenie perspektywy przyszłej oraz częstotliwość podejmowania zachowań ryzykownych pozytywnych. Model pozwala na przewidywanie 41% ($R^2 = 0,411$) wariacji.

Grupa 2. Podobne analizy regresji w celu stworzenia modeli zostały również przeprowadzone dla grupy kontrolnej (G2). W przypadku zachowań ryzykownych pozytywnych 53% ($R^2 = 0,529$) wariacji wyników można przewidywać na podstawie modelu uwzględniającego jedną zmienną – skłonność do ryzyka ($F = 56,082$; $p < 0,05$). Natomiast w modelu przewidującym zachowania ryzykowne negatywne ($F = 19,797$; $p < 0,05$) predyktorami istotnymi jest perspektywa przyszła oraz skłonność do ryzyka. Zachowania ryzykowne pozytywne okazały się nieistotne. Model pozwala na przewidywanie 38% ($R^2 = 0,382$) wariacji.

DYSKUSJA

Badanie potwierdziło hipotezę o większej skłonności do ryzyka w grupie osób chodzących po górach, co w tej grupie przekłada się na wyższą częstotliwość podejmowania zachowań pozytywnych ryzykownych (podejmowanie ZRP – ryzykowne chodzenie po górach – było kryterium celowego doboru uczestników badania). Charakter tych różnic cechuje się dużą siłą efektu. Natomiast, przeciwnie do oczekiwań, badane grupy nie różniły się pod względem liczby zachowań ryzykownych negatywnych, co zostało omówione bardziej szczegółowo.

Interesujących danych dostarcza również analiza różnic w profilu temporalnym. Osoby chodzące po górach rzeczywiście przejawiają wyższy poziom natężenia perspektywy terażniejszej hedonistycznej (średnia siła efektu), natomiast nie występują różnice w perspektywie terażniejszej fatalistycznej, której nasilenie jest dość niskie w porównaniu do nasilenia pozostałych perspektyw. Ponadto w grupie będącej przedmiotem zainteresowania nie stwierdza się obniżonej perspektywy przyszłej, co może wiązać się z faktem, że ten rodzaj ZR, uznanych za pozytywne, wymaga przygotowań odpowiednich do potencjalnych następstw, w celu ich uniknięcia. Inaczej mówiąc, osoby charakteryzujące się wysoką skłonnością do ZR ukierunkują swoją aktywność w stronę ZRP, przygotowując się do nich poprzez przewidywanie kon-

sekwencji takich zachowań, co jest przejawem myślenia zwróconego w stronę przyszłości i podejmowanie działań im zapobiegających. Jednocześnie należy zauważyć, że w grupie eksperymentalnej odnotowuje się niższą perspektywę przeszłą negatywną. Wbrew oczekiwaniom osoby chodzące po górach charakteryzują się również bardziej optymalnym profilem temporalnym. Obie wspomniane zależności charakteryzują się średnią siłą efektu.

Dokonując analizy danych i zależności występujących w grupach i pomiędzy nimi nie możemy zapominać o specyficznym doborze grup, gdzie grupa porównawcza została uzyskana przez Internet. Taka strategia badawcza wiąże się z mniejszą wiarygodnością uczestników i ograniczoną możliwością monitorowania przebiegu badania.

Warto również zwrócić uwagę na fakt, że najsilniejszym predyktorem zrównoważonej perspektywy czasowej jest perspektywa przeszła negatywna oraz nieco słabszym, ale także istotnym statystycznie, perspektywa terażniejsza fatalistyczna. Oznacza to, że negatywne doświadczenia i obecne negatywne nastawienie do rzeczywistości są czynnikiem utrudniającym osiągnięcie zrównoważonej perspektywy czasowej. Warto zauważyć, że obie te perspektywy wykazują silne związki z psychopatologią (Van Bek, Berghuis, Kerkhof, Beekman, 2011).

Warto zwrócić uwagę na silniejszą korelację skłonności do ryzyka z zachowaniami pozytywnymi w grupie osób chodzących po górach, natomiast bardzo słabą z zachowaniami negatywnymi. Może to wskazywać na fakt, że osoby chodzące po górach w celu zaspokojenia potrzeby przeżywania wrażeń i dostarczania sobie wrażeń poprzez angażowanie się w sytuacje związane z ryzykiem wybierają inną alternatywę – aktywność akceptowaną społecznie, czyli chodzenie po górach. Potwierdzeniem dla modelu alternatyw mogą być badania, które wykazują, że w grupie młodocianych przestępców (których możemy uznać za przedstawicieli zachowań negatywnych) popełnianie czynów karalnych spełniało te same funkcje co podejmowanie ekscytujących zachowań akceptowanych, jednak ze względu na ograniczenia i brak dostępu do pozytywnych zachowań popełniali negatywne czyny (Robertson, 1994). Kolejny dowód mogą stanowić podobne wyniki uzyskiwane przez przestępców w badaniach skłonności do ryzyka zbliżone do osób angażujących się w sporty ekstremalne lub osoby wykonujące zawody podwyższonego ryzyka (Zuckerman, 1994).

Kierunkiem dalszych badań może być także analiza innych specyficznych grup, a także dalsza eksploracja środowiska osób chodzących po górach. Mimo wyższej skłonności do ryzyka i potwierdzenia korelacji pomiędzy dwoma rodzajami zachowań, w badanej grupie występowało jedynie więcej zachowań pozytywnych, ale nie negatywnych, co potwierdza hipotezę, że wyższą tendencję do zachowań ryzykownych osoby, wynikającą z uwarunkowań temperamentalnych, osoby te zaspokajają poprzez podejmowanie zachowań ryzykownych aprobowanych społecznie, które wymagają nie tylko uświadomienia sobie swoich potrzeb, lecz także rozumienia norm społecznych i dostępu do środków umożliwiających ich realizację. W prezentowanym badaniu uczestniczyły osoby dorosłe w wieku od 19 do 43 lat ($MG1 = 26,154$; $SD = 4,464$; $MG2 = 23,985$; $SD = 2,936$).

Wart podkreślenia jest fakt, że orientacja na przyszłość, która jest połączona z aktywnością prospektywną relacją pozytywnego sprzężenia zwrotnego (Katra, 2016c), w grupie „chodźarzy” nie jest obniżona, tzn. plasuje się na podobnym poziomie jak w grupie kontrolnej. Być może ten rodzaj zachowań ryzykownych (o czym już wspomniano), w tym wypadku, planowanie wypraw w góry, przygotowywanie się do nich

oraz staranne przeszkolenie przed ich organizacją z jednej strony wymagają rozwiniętej perspektywy przyszłościowej, z drugiej zaś ją wzbudzają, co sprawia, że nie występują wyraźne różnice pomiędzy grupami w zakresie budowania spojrzenia w przyszłość, nastawienia ku przyszłości. Niższe nasilenie perspektywy przyszłościowej obserwuje się u osób częściej niż inni podejmujących ryzyko negatywne.

Czynników ochronnych przed podejmowaniem negatywnych zachowań ryzykownych wśród osób zajmujących się chodzeniem po górach można szukać dalej w cechach osobowości, stylach poznawczych, korzyściach czerpanych z przynależności do grupy i angażowania się w aktywność sportową, a także w strukturze tożsamości. Na przykład badania wykazały, że osoby o wyższej skłonności do ryzyka charakteryzują się wyższą ekstrawersją oraz otwartością na doświadczenie a niższą neurotycznością, sumiennością i ugodowością (Nicholson, Soane, Fenton-O’Creevy, Willman, 2005). Metaanaliza związków pomiędzy cechami osobowości a perspektywami czasowymi wykazała najsilniejsze związki pomiędzy perspektywą przyszłą a sumiennością, przeszłą negatywną a neurotyzmem oraz terażniejszą hedonistyczną a ekstrawersją (Kairys, Liniauskaitė, 2015). Warto byłoby sprawdzić profile osobowościowe osób należących do badanej grupy, jako że specyficzny dobór grupy może ujawnić specyficzny typ osobowości. Być może osoby chodzące po górach cechują się wyższą sumiennością niż ludzie podejmujący inny rodzaj ryzyka. Może na to wskazywać brak obniżonej perspektywy przyszłej w stosunku do populacji ogólnej, która zazwyczaj jest niższa u osób podejmujących ryzyko. Badania potwierdzają skuteczność programów przygotowawczych zawierających ryzykowne aktywności (akceptowane społecznie) w rehabilitacji przestępców oraz osób nadużywających narkotyków (Hansen, Breivik, 2001). Gilbert J. i Elizabeth M. Botvin twierdzi (1992, za: Bobrowski, 2007), że przynależność do skoncentrowanych na sporcie organizacji może ograniczyć spożycie substancji psychoaktywnych.

Być może angażowanie osób z grup ryzyka w rekreacyjne chodzenie po górach w formie zorganizowanej wymagałoby wzbudzenia aktywności prospektywnej przy planowaniu przedsięwzięć oraz dostarczało wrażeń zaspokajających potrzebę doznań. Mogłoby to docelowo prowadzić do zmniejszenia liczby zachowań ryzykownych negatywnych jako konsekwencji wzmocnienia natężenia perspektywy przyszłej oraz zaproponowania alternatywy w postaci zachowań pozytywnych ryzykownych.

BIBLIOGRAFIA

- Arnett, J.J. (2000). Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties. *American Psychologist*, 55(5), 469.
- Boles, S., Biglan, A., Smolkowski, K. (2006). Relationships among negative and positive behaviours in adolescence. *Journal of Adolescence*, 29(1), 33–52.
- Botvin, G.J., Botvin, M. (1992) School-Based and Community-based Prevention Approaches. W: J.H. Lowinson, P. Ruiz, R.B. Millman (red.), *Substance Abuse: A comprehensive Textbook* (wyd. 2, s. 910–927). Baltimore: Williams & Wilkins Co.
- Bobrowski, K. (2007). Czas wolny a zachowania ryzykowne młodzieży. *Alkoholizm i Narkomania*, 20(3), 267–287.
- Brodbeck, J., Bachmann, M.S., Croudice, T.J., Brown, A. (2013). Comparing growth trajectories of risk behaviors from late adolescence through young adulthood: An accelerated design. *Developmental Psychology*, 49(9), 1732.
- Caffray, Ch.M., Schneider, S.L. (2000). Why do they do it? Affective motivators

- in adolescents' decisions to participate in risk behaviours. *Cognition and Emotion*, 14(4), 543–557.
- Hansen, E.B., Breivik, G. (2001). Sensation seeking as a predictor of positive and negative risk behaviour among adolescents. *Personality and Individual Differences*, 30(4), 627–640.
- Jessor, R., Jessor, S.L. (1977). Problem behavior and psychosocial development: A longitudinal study of youth. New York: Academic Press.
- Joireman, J., Shaffer, M.J., Balliet, D., Strathman, A. (2012). Promotion orientation explains why future-oriented people exercise and eat healthy: Evidence from the two-factor consideration of future consequences-14 scale. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 38(10), 1272–1287.
- Kairys, A., Liniauskaitė, A. (2015). Emotional processes in development and dynamics of individual time perspective. W: M. Stolarski, N. Fieulaine, W. van Beek (red.), *Time perspective theory; review, research and application* (s. 99–113). Switzerland: Springer.
- Katra, G. (2008). *Aktywność prospektywna młodzieży*. Warszawa: Wydawnictwo Instytutu Psychologii PAN.
- Katra, G. (2016a). Pozytywne i negatywne zachowania ryzykowne młodzieży a środowisko wychowawcze i wybrane cechy indywidualne. *Psychologia Wychowawcza*, 52(10), 7–31.
- Katra, G. (2016b). Superting the adolescents prospective activity. W: U. Tokarska (red.), *Applied psychology of time*. Warszawa: WN PWN.
- Katra, G. (2016c). Supporting the Adolescents Prospective Activity. W: U. Tokarska (red.), *Applied psychology of time* (s. 181–211). Warszawa: WN PWN.
- Katra, G. (2017). Modyfikowanie gotowości do zachowań ryzykownych u młodzieży o różnicowanym poziomie lęku poprzez wzbudzanie aktywności prospektywnej. *Psychologia Wychowawcza*, 54 (12), 97–107. doi: 10.5604/01.3001.0011.7858.
- Lens, W., Paixão, M.P., Herrera, D., Grobler, A. (2012). Future time perspective as a motivational variable: Content and extension of future goals affect the quantity and quality of motivation. *Japanese Psychological Research*, 3, 321–333.
- Mahalik, J.R., Levine Coley, R., McPheran Lombardi, C., Doyle Lynch, A., Markowitz, A.J., Jaffee, S.R. (2013). Changes in health risk behaviors for males and females from early adolescence through early adulthood. *Health Psychology*, 32(6), 685.
- Marcia, J.E. (1980). Identity in adolescence. *Handbook of Adolescent Psychology*, 9(11), 159–187.
- Meck, W.H. (1996). Neuropharmacology of timing and time perception. *Cognitive Brain Research*, 3(3–4), 227–242.
- Nicholson, N., Soane, E., Fenton-O’Creedy, M., Willman, P. (2005). Personality and domain-specific risk taking. *Journal of Risk Research*, 8(2), 157–176.
- Obuchowska, I. (1996). *Drogi dorastania: psychologia rozwojowa okresu dorastania dla rodziców i wychowawców*. Warszawa: WSiP.
- Ostaszewski, K. (2014). *Zachowania ryzykowne młodzieży w perspektywie mechanizmów resilience*. Warszawa: IPiN.
- Robertson, B.J. (1994). Leisure in the lives of male adolescents who engage in delinquent activity for excitement. *Journal of Park and Recreation Administration*, 12(4), 29–46.
- Smetana, J.G. (1995). Parenting styles and conceptions of parental authority during adolescence. *Child Development*, 66(2), 299–316.
- Stolarski, M., Bitner, J., Zimbardo, P.G. (2011). Time perspective, emotional intelligence and discounting of delayed awards. *Time & Society*, 20(3), 346–363.
- Studenski, R. (2004). *Ryzyko i ryzykowanie*. Katowice: Wydawnictwo UŚ.
- Van Beek, W., Berghuis, H., Kerkhof, A., Beekman, A. (2011). Time perspective, personality and psychopathology: Zimbardo’s time perspective inventory in psychiatry. *Time & Society*, 20(3), 364–374.
- Zhang, J.W., Howell, R.T., Stolarski, M. (2013). Comparing three methods to measure a balanced time perspective: The relationship between a balanced time per-

- spective and subjective well-being. *Journal of Happiness Studies*, 14(1), 169–184.
- Zimbardo, P.G., Boyd, J.N. (1999). Putting time in perspective: a valid, reliable individual-differences metric. *Journal of Personality and Social Psychology*, 77(6), 1271–1288.
- Zimbardo, P.G., Boyd, J. (2009). *Paradoks czasu*. Warszawa: WN PWN.
- Zimbardo, P.G., Boyd, J.N. (2015). Putting time in perspective: A valid, reliable individual-differences metric. W: *Time perspective theory; review, research and application* (s. 17–55). Springer, Cham.
- Zuckerman, M. (1994). *Behavioral expressions and biosocial bases of sensation seeking*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Zuckerman, M., Kuhlman, D.M. (2000). Personality and risk-taking: common bisocial factors. *Journal of Personality*, 68(6), 999–1029.

POSITIVE RISK BEHAVIORS AND TIME PERCEPTION AMONG MOUNTAINEERS

Abstract: The article concerns people engaged in hiking in the mountains as being the representatives of positive risk behaviour (PRB) (activities accepted by the members of society). The aim of the research is to determine whether people involved in hiking display significantly more risk behaviours, both positive and negative (NRB) and whether they perceive time in a different way. In the research participants were recruited and questionnaires were applied via the Internet. The analysis confirmed the hypothesis that hikers are characterised by a greater risk propensity and a greater number of activities recognised as PRB, but not NRB. Surprisingly no differences between future time perspective orientation were found. Moreover, people hiking in the mountains are characterised by higher measures of present hedonistic time perspective and lower past negative time perspective. Average value of DBTP is lower among them, which stands

for a more balanced time perception orientation. Past negative time perspective is most strongly correlated with a balanced time perspective. Strong positive correlations between risk propensity and PRB were found. A negative correlation was observed between future time perspective and NRB, but not PRB. It is important to note that the correlation between present hedonistic time perspective and frequency of PRB activities was found only among mountain tourists. Further research could concentrate on the analysis of other specific groups and further exploration of hikers' community concerning their personality and identity structures, cognitive styles, profits obtained from being a member of the group and engaging in sport.

Keywords: positive risk behaviour, negative risk behaviour, temporal orientation, mountain hiking, risk propensity.