



Marta Szczypińska

Akademia Wychowania Fizycznego Józefa Piłsudskiego w Warszawie

POSTAWA NADMIERNIE WYMAGAJĄCA I NIEKONSEKWENTNA RODZICÓW A LĘK I POCZUCIE WŁASNEJ SKUTECZNOŚCI U ZAWODNIKÓW W SPORCIE KWALIFIKOWANYM

Cel badań. Powodzenie w sporcie oraz postawa wobec uprawianej dyscypliny zależą od środowiska rodzinnego. Rodzice uczą dziecko właściwych postaw i motywują do podejmowania kolejnych wyzwań. Celem pracy było sprawdzenie różnic międzypłciowych w retrospektywnej ocenie postaw rodzicielskich, lęku i poczucia własnej skuteczności u zawodników w sporcie kwalifikowanym. Kolejny cel stanowiło określenie, czy istnieją u tych zawodników korelacje pomiędzy retrospektywną oceną postaw rodzicielskich a lękiem i poczuciem własnej skuteczności. **Materiał i metody.** Grupa badana obejmowała 53 zawodniczki i 46 zawodników AZS AWF Warszawa. Uczestników proszono o wypełnienie 3 kwestionariuszy (KPR-Roc, STAI, GSES). Na podstawie uzyskanych wyników przeprowadzono porównanie oraz wyznaczono korelacje. **Wyniki.** Zaobserwowano istotne różnice międzypłciowe w zakresie skali Ojciec – postawa nadmiernie ochraniająca ($p < 0,05$), lęku jako cechy ($p < 0,05$) i poczucia własnej skuteczności ($p < 0,05$). Wystąpił też ujemny związek między postawą akceptacji u matki a lękiem jako stanem ($p < 0,05$) oraz między postawą autonomii u matki a lękiem jako stanem ($p < 0,05$) w grupie kobiet. Postawa niekonsekwentna ojca była dodatnio związana z lękiem jako cechą ($p < 0,05$). Postawa niekonsekwentna matki korelowała z lękiem jako stanem ($p < 0,01$) i lękiem jako cechą ($p < 0,05$). Stwierdzono ujemną korelację postawy autonomii ojca z lękiem jako cechą ($p < 0,01$). **Wnioski.** Zawodniczki praktycznie nie różniły się od zawodników w sporcie kwalifikowanym pod względem oceny retrospektywnej postaw rodzicielskich, występowały natomiast różnice w skali lęku jako cechy i w poczuciu własnej skuteczności. Postawa nadmiernie wymagająca oraz niekonsekwentna rodziców korelowały z lękiem dodatnio, natomiast postawa autonomii i akceptacji – ujemnie.

Słowa kluczowe: postawy rodzicielskie, lęk, poczucie własnej skuteczności, sport akademicki

WPROWADZENIE

Rodzina ma wpływ na każdą aktywność człowieka. Wszyscy ludzie, wywodząc się z dowolnej rodziny, noszą w sobie utarte nawyki, pewien zasób wiedzy i style reagowania nabywane od wczesnego dzieciństwa. Rozwój psychiczny jednostki to proces wmieszany w kontekst, w jakim się odbywa (środowiska, rodziny, kultury). Członkowie rodziny są

Praca wpłynęła do Redakcji: 12.03.2018

Zaakceptowano do druku: 24.04.2018

Adres do korespondencji: Marta Szczypińska, Zakład Pedagogiki i Psychologii, Katedra Nauk Humanistycznych i Społecznych, Akademia Wychowania Fizycznego Józefa Piłsudskiego, ul. Marymoncka 34, 00-968 Warszawa, e-mail: martaszczypinska1601@gmail.com

Jak cytować:

Szczypińska, M. (2018). Postawa nadmiernie wymagająca i niekonsekwentna rodziców a lęk i poczucie własnej skuteczności u zawodników w sporcie kwalifikowanym. *Rozprawy Naukowe AWF we Wrocławiu*, 62, 79–93.

także dla siebie nawzajem układem odniesienia, stanowią wzory aktywności i zachowań. Rodzina jest też źródłem różnorodnych doświadczeń społecznych. Człowiek, który wychowuje się w rodzinie, przyswaja sobie nie tylko wzorce interpretowania i symbolizacji doświadczeń, lecz także te dotyczące uczuć i ocen wartości. Uczy się również rozmaitych ról społecznych oraz opanowuje społeczne i moralne zasady postępowania (Maszorek-Szymala i Sławek, 2010; Przetacznik-Gierowska i Tyszkowa, 2009).

Cattell (Siek, 1982) definiuje postawę jako pewną tendencję do zachowania się w specyficzny sposób wobec jakiejś osoby, sytuacji czy problemu, czyli, ogólniej mówiąc, jakiegoś przedmiotu, na który jest skierowana. Można rozumieć, że postawa rodzicielska to tendencja do zachowania się w pewien określony sposób w stosunku do dziecka. Postawę rodzicielską Ziemska (1975) określa jako „nabytą strukturę poznawczo-dążeniowo-afektywną, ukierunkowującą zachowanie się rodziców wobec dziecka” (s. 42), Rembowski (1972) natomiast jako „całościową formę ustosunkowania się rodziców do dzieci, do zagadnień wychowawczych itp., ukształtowaną podczas pełnienia funkcji rodzicielskich” (s. 55).

Powodzenie w sporcie oraz postawa wobec uprawianej dyscypliny zależą od środowiska rodzinnego. Rodzice uczą dziecko pewnych wartości i właściwych postaw oraz motywują do podejmowania kolejnych wyzwań. Dzięki temu dziecko ochoczo rozpoczyna aktywność fizyczną, która jest dla niego przede wszystkim zabawą, ale umożliwia także poznanie nowych kolegów i rozwijanie określonych umiejętności (Łuszczynska, 2011). Dzieci przejmują od rodziców nawet prezentowane przez nich postawy wobec aktywności fizycznej. Oprócz tego to właśnie rodzice odpowiadają za pierwsze kontakty dzieci ze sportem. Niestety nawet pośród tych rodziców, którzy pozwalają dzieciom należeć do szkolnej drużyny sportowej, nie wszyscy wspierają swoje pociechy w aktywności fizycznej – niektórzy im nawet w tej aktywności wadzą (Prasek i Parzelski, 2006).

Granica między nastrojem pozytywnie wpływającym na rozwój dziecka a klimatem oddziałującym nieprzychylnie jest płynna. Można sądzić, że atmosferę sprzyjającą dziecku charakteryzują miłość, ciepło, czułość, tolerancja, zaufanie oraz szacunek. Natomiast negatywna atmosfera jest jej przeciwieństwem – brakuje w niej wymienionych czynników lub są one niewystarczająco nasilone. Środowisko oraz postawy rodzicielskie wywierają silny wpływ na dojrzewanie osobowości u dzieci, a później u dorosłych. Zdrowe życie rodzinne chroni przed zaburzeniami emocjonalnymi, pomaga też przeciwdziałać ogólnym zaburzeniom psychicznym (Kołakowski, 2014; Ziemska, 1973). Konsekwencje postępowania rodziców z dziećmi są więc bardzo szerokie, warto zatem przyjrzeć się rodzajom postaw rodzicielskich, które mają wpływ, pozytywny lub negatywny, na klimat w rodzinie (Ziemska, 1975).

Postawy rodzicielskie według Ziemskiej (1973) mogą mieć różne kierunki i siłę, mogą być pozytywne lub negatywne. Ważną cechą charakterystyczną postaw jest plastyczność. Wielu badaczy za najważniejszą cechę postaw uznaje ładunek uczuciowy (Plopa, 2012). Postawy pozytywne predysponują do zachowań wspierających lub polepszających stan dziecka, podczas gdy postawy negatywne – do zachowań nieprzychylnych wobec obiektu (Czapiński, Manstead i Hewstone, 2001).

Istotną jest retrospektywna ocena postaw rodzicielskich dokonywana przez dziecko, albowiem na jego wychowanie i przystosowanie bardziej ważki i bezpośredni wpływ ma stworzony na podstawie spostrzeżeń obraz rodziców. Plopa (2012) uważa, że znacząca jest nie tylko informacja o ustosunkowaniu się rodziców względem dziecka, lecz także nadanie jej subiektywnego znaczenia przez odbiorcę. Retrospektywna ocena własnego

rodzica dokonywana przez dorosłe dziecko jest pozbawiona wymiaru egocentrycznego; cechuje ją większy stopień obiektywizmu, gdyż uwzględnia ona perspektywę czasu.

Fredricks i Eccles (2004) stwierdzili w badaniach podłużnych, że przekonania matki i ojca na temat wartości i użyteczności angażowania się w sport przez dziecko tłumaczą przekonania dzieci o ich kompetencjach i umiejętnościach sportowych. Według badaczy rodzice bardziej cenią zaangażowanie w sport syna niż córki, udzielają więcej wsparcia w aktywności sportowej synowi niż córce, wyżej oceniają kompetencje sportowe syna niż córki.

Lęk jest zjawiskiem powszechnym w życiu człowieka, więc można się go spodziewać wtedy, gdy doznania jednostki wykraczają poza normę (Kępiński, 2005). Karolczak-Biernacka (1996) opisuje lęk jako nieprzyjemną emocję, uczucie przykre, stan z cechami obawy, roztrzęsienia i przerażenia, ale – w odróżnieniu od strachu – powstały bez wyraźnej przyczyny. Jest to reakcja na subiektywne zagrożenie przy braku obiektywnych czynników zagrażających. Charakteryzuje się wzmożonym napięciem mięśni szkieletowych oraz przykrymi reakcjami wegetatywnymi. Wrażenia te zaburzają naturalny rytm reagowania jednostki i determinują nieadekwatną odpowiedź na działające bodźce. Dla osoby przeżywającej lęk chroniczny charakterystyczne jest uczucie ciągłego zmęczenia, irytacji, zamartwianie się i utrata odwagi, kompulsywność myśli i reakcji (Siek, 1993).

Według teorii Lazarusa i Hanina (Hanin, 2000) istnieją kluczowe stany emocjonalne w sporcie, powiązane z wykonaniem zadania i zachowaniem sportowców. Są nimi: lęk, gniew, smutek, dezaprobata, radość, szczęście, zainteresowanie i zaskoczenie. Do najczęściej badanych emocji charakterystycznych dla współzawodnictwa sportowego należy lęk, który pojawia się zarówno przed rozpoczęciem rywalizacji, jak i w jej trakcie. Jest on wszechobecny w życiu zawodowym każdego sportowca (Krawczyński, 2004).

Przy analizie lęku i jego wpływu na ludzką działalność w pierwszej kolejności bierze się pod uwagę jego intensywność (Anshel, 1995). W tym wymiarze przyjmuje się korzystny wpływ lęku na poziomie umiarkowanym (zgodnie z prawem Yerkesa-Dodsona). W tej koncepcji optymalny poziom lęku ma charakter przystosowawczy i pozytywnie oddziałuje na funkcjonowanie sportowca. Nadmierny lęk z kolei dezorganizuje, obniży zaś – powoduje demobilizację i zniechęcenie.

Jednym z ważniejszych emocjonalnych determinantów wykonania w sporcie jest lęk przed porażką. Ma on komponent emocjonalny (lęk przed współzawodnictwem), jak i motywacyjny (unikanie sytuacji, w których można odczuwać wstyd w przypadku poniesionej porażki) (Łuszczynska, 2011). Źródłem lęku mogą być nieodpowiednie strategie rodzicielskie (np. krytycyzm, karanie i groźba). Strategie polegające na kontroli oraz duże oczekiwania rodziców były bardziej typowe dla rodzin, w których u młodego sportowca następował silny wzrost lęku przed porażką (Sagar, Lavallee i Spray, 2007).

W koncepcji społeczno-poznawczej przekonania o własnej skuteczności są bezpośrednio związane z zachowaniem (Bandura, 2007). Gdyby zmianę zachowania ująć w kategoriach procesu, własna skuteczność w podtrzymaniu zachowania powinna być bodźcem stanowiącym podstawowy wyznacznik utrzymywania zachowania (Łuszczynska, 2004). Poczucie własnej skuteczności rośnie dzięki odnoszonym sukcesom, perswazjom werbalnym oraz reakcjom zwrotnym związanym z działaniem (Jarvis, 2003). Odzwierciedla ono kompetencje człowieka, jego wyposażenie w środki pozwalające przeprowadzić celowe działania. Różnicuje jednostki w zakresie myślenia, odczuwania i działania (Juczynski, 2000). Uważa się, że przekonanie, iż działanie doprowadzi do pożądanego wyniku, jest czymś szerszym niż przekonanie o możliwości poradzenia sobie. Własna skuteczność stanowi warunek konieczny, ale niewystarczający do podjęcia dzia-

łań (Oleś, 2003). Poczucie skuteczności jest czynnikiem motywacyjnym i daje człowiekowi perspektywę decyzji, czy rozpocząć intencjonalne zachowanie, ile zainwestować w nie wysiłku oraz jak wiele czasu poświęcić, jeżeli pojawią się utrudnienia w realizacji danego zachowania. Jednostki o wysokiej ocenie własnej skuteczności wybierają bardziej ambitne zadania (Bandura, 2007).

Przekonanie o własnej skuteczności ma wpływ na to, w jaką sytuację człowiek się zaangażuje, ile wysiłku w nią zainwestuje i jak bardzo uporczywie będzie dążył do realizacji określonego celu. Jednostki starają się unikać aktywności i środowisk, które mogłyby przerastać ich możliwości, dlatego wybierają sytuacje, w których mogą podlegać ocenie. Im wyższy poziom poczucia skuteczności, tym trudniejszych zadań człowiek się podejmuje (Bandura, 2007).

CEL BADAŃ

Celem pracy było sprawdzenie różnic w retrospektywnej ocenie postaw rodzicielskich, lęku i poczucia własnej skuteczności pomiędzy zawodnikami i zawodniczkami w sporcie kwalifikowanym. Kolejny cel stanowiło określenie, czy istnieją korelacje pomiędzy retrospektywną oceną postaw rodzicielskich a lękiem i poczuciem własnej skuteczności u zawodników i zawodniczek w sporcie kwalifikowanym.

MATERIAŁ I METODY

Badania przeprowadzono w Akademii Wychowania Fizycznego w Warszawie podczas treningów poszczególnych sekcji klubu AZS AWF Warszawa. Udział w badaniu był anonimowy oraz dobrowolny, a dobór do grup losowy. Grupę badaną stanowiło 99 zawodników AZS AWF Warszawa. W literaturze sportowców takich nazywa się półprofesjonalistami (*semi-professionals*), ponieważ trenują oni kilka razy w tygodniu, startują w zawodach, turniejach i ligach, lecz nie uzyskują z tego dostatecznie dużo pieniędzy, aby nazwać się zawodowcami. Stanowią oni pomost pomiędzy amatorami a zawodowcami; biorą udział w sporcie kwalifikowanym (Gabbett, 2003). Przebadano 53 zawodniczki i 46 zawodników. Wiek uczestników mieścił się w przedziale 18–30 lat. Wszyscy trenowali co najmniej 2 razy w tygodniu. Przebadano zawodników trenujących tenis ziemny, pływanie, piłkę siatkową, piłkę ręczną, lekkoatletykę, zapasy, szermierkę, kulturystykę, judo, piłkę nożną. Sportowców prosiło o wypełnienie 3 kwestionariuszy: (1) KPR-Roc; (2) *State-Trait Anxiety Inventory* (STAI); (3) skalę uogólnionej własnej skuteczności (GSES, *General Self-Efficacy Scale*). Badanie przeprowadzono w formie grupowej. Na podstawie uzyskanych wyników dokonano porównania oraz wyznaczono korelacje. Średni czas badania z użyciem łącznie wszystkich kwestionariuszy wynosił około 20–30 minut.

Kwestionariusz KPR-Roc autorstwa Plopy (2008) przeznaczony jest do badania relacji między rodzicem a jego dorosłym dzieckiem subiektywnie oceniającym okres dzieciństwa. Kwestionariusz składa się z 2 części: Kwestionariusza retrospektywnej oceny postaw matki oraz Kwestionariusza retrospektywnej oceny postaw ojca.

Plopa wyodrębnił 6 wymiarów opisujących relacje między rodzicem a dzieckiem. Są to: akceptacja, odrzucenie, autonomia, niekonsekwencja, nadmierne ochranianie i nadmierne wymagania:

- Akceptacja. Osoba badana zapamiętała rodzica jako bezwarunkowo ją akceptującego. Rodzic stwarzał klimat, który sprzyjał swobodnej wymianie uczuć. Dziecko ocenia swój kontakt z rodzicem jako przyjemny, bezpieczny, satysfakcjonujący i radosny. Z perspektywy czasu rodzic oceniany jest przez dziecko jako mający właściwy autorytet, wspierający, ale nie narzucający się.
- Odrzucenie. Dorosłe już dziecko ma wrażenie, że nie było akceptowane przez rodzica. Zapamiętało relacje z rodzicem jako chłodne, pozbawione dialogu i emocjonalnej więzi. Rodzic traktował dziecko z dystansem. Z perspektywy dorosłego dziecka wydaje się, że było obojętne dla rodzica.
- Postawa nadmiernie wymagająca. Dorosły zapamiętał rodzica jako osobę wymagającą bezwzględnego posłuszeństwa. Rodzic posługiwał się głównie nakazami, zakazami i karami. Nie tolerował sprzeciwu. Brak osiągnięć dziecka częstokroć spotykał się z krytyką. Dorosłe dziecko ocenia swojego rodzica jako chłodnego oraz trudnego w kontakcie, lecz uważa, że zależało mu, aby dziecko stało się w przyszłości kimś wartościowym.
- Postawa autonomii. Dziecko samodzielnie rozwiązywało problemy. Opiekun zachowywał racjonalną tolerancję na błędy dziecka. Rodzic został zapamiętany jako elastyczny, rozumiejący, że dziecko czasami potrzebuje prywatności. Rodzic był zainteresowany życiem dziecka, ale nie ingerował w nie zbyt mocno.
- Postawa niekonsekwentna. Dorosłe dziecko zapamiętało rodzica jako osobę zmienną, nerwową w wyrażaniu swojego zdania oraz uczuć. Bieżący stan rodzica przenosił się na relacje interpersonalne w rodzinie. Rodzic oceniany jest jako kochający, lecz niepotrafiący budować spokojnego, relaksującego klimatu w rodzinie.
- Postawa nadmiernie ochraniająca. Rodzic nadmiernie ingerował w osobiste sprawy dziecka, pragnąc wiedzieć wszystko. Był zatroskany o swoje dziecko i miał przekonanie, że trzeba się nim opiekować przez całe życie. Opiekun nie potrafił uświadomić sobie potrzeby doświadczenia swobody przez dziecko. Utrudniał dziecku budowanie własnej tożsamości (Płopa, 2008).

Kwestionariusz STAI pozwala wskazać osoby o niskim lub wysokim poziomie lęku rozumianego jako stała dyspozycja wewnętrzna (cecha) oraz lęku postrzeganego jako stan, który pojawia się w reakcji na różne bodźce zewnętrzne. Kwestionariusz STAI odwołuje się do rozróżnienia między lękiem jako przejściowym i sytuacyjnym stanem jednostki a lękiem będącym względnie stałą cechą osobowości (Sosnowski, Wrześniewski i Jaworowska, 2008).

Skala GSES bada siłę ogólnego przekonania człowieka co do skuteczności radzenia sobie z trudnymi sytuacjami i przeszkodami (Juczyński, 2009).

WYNIKI

W pracy obliczono statystyki opisowe (średnia i odchylenie standardowe) oraz sprawdzono normalność rozkładów (testem Kołmogorowa-Smirnowa) dla zmiennych: retrospektywna ocena rodziców, lęk oraz poczucie własnej skuteczności. Porównano też różnice międzypłciowe w zakresie tych zmiennych oraz związku pomiędzy poszczególnymi zmiennymi. Do analizy statystycznej wykorzystano pakiet statystyczny IBM SPSS Statistics w wersji 22.

W przypadku zmiennych dotyczących odczuć kobiet: Matka – postawa akceptacji/odrzućenia, Matka – postawa autonomii, Ojciec – postawa akceptacji/odrzućenia oraz Ojciec – postawa niekonsekwentna, które nie mają rozkładu normalnego, zastosowano test U Manna-Whitneya oraz współczynnik korelacji ρ -Spearmana. Kształt rozkładu pozostałych zmiennych w grupie kobiet był natomiast zbliżony do rozkładu normalnego.

W grupie mężczyzn zmienne: Matka – postawa akceptacji/odrzućenia, Matka – postawa autonomii oraz Ojciec – postawa nadmiernie wymagająca miały rozkłady odbiegające kształtem od rozkładu normalnego. Zastosowano dla nich test U Manna-Whitneya oraz współczynnik korelacji ρ -Spearmana. Istotność testu Kołmogorowa-Smirnowa dla pozostałych zmiennych przekraczała natomiast wartość 0,05, co wskazuje na rozkład normalny.

Lęk jako cecha oraz poczucie własnej skuteczności miały rozkład normalny zarówno w grupie kobiet, jak i w grupie mężczyzn. Lęk jako stan nie miał rozkładu normalnego.

Do zweryfikowania pytania badawczego zakładającego różnice międzypłciowe w zakresie badanych zmiennych wykorzystano test t -Studenta oraz test U Manna-Whitneya (w zależności od kształtu rozkładu zmiennych oraz spełnienia innych założeń testu t -Studenta).

Jak wynika z danych zawartych w tabeli 1, wystąpiły istotne różnice międzypłciowe w zakresie skali Ojciec – postawa nadmiernie ochraniająca ($t(97) = 2,518$; $p < 0,05$). Oznacza to, że zawodniczki ($M = 30,14$; $SD = 8,18$) oceniały swoich ojców jako istotnie bardziej nadmiernie ochraniających niż zawodnicy ($M = 26,28$; $SD = 6,73$). W przypadku pozostałych postaw nie stwierdzono istotnych różnic. Dla pozostałych zmiennych, które nie miały rozkładu normalnego (mierzone testem U Manna-Whitneya), nie wykryto żadnych istotnych różnic. W odniesieniu do grupy normalizacyjnej zawodniczki i zawodnicy uzyskali średnie wyniki oceny retrospektywnej postaw rodzicielskich – głównie pomiędzy 5 i 6 stenem.

Z danych przedstawionych w tabeli 2 wynika, że wystąpiły istotne różnice międzypłciowe pod względem lęku jako cechy ($t(97) = 2,645$; $p < 0,01$). Kobiety ($M = 40,89$; $SD = 9,32$) charakteryzowały się istotnie wyższym poziomem lęku jako cechy w porów-

Tab. 1. Różnice międzypłciowe w zakresie retrospektywnej oceny rodziców (test t -Studenta)

Postawy	Kobiety ($n = 53$)		Steny	Mężczyźni ($n = 46$)		Steny	t	p
	M	SD		M	SD			
Matka – postawa nadmiernie wymagająca	27,34	8,28	5	28,36	6,39	6	-0,670	0,504
Matka – postawa niekonsekwentna	22,91	8,65	5	23,78	7,64	5	-0,524	0,601
Matka – postawa nadmiernie ochraniająca	36,47	7,96	7	35,22	5,92	6	0,868	0,387
Ojciec – postawa autonomii	37,10	8,11	6	37,41	6,55	6	-0,209	0,835
Ojciec – postawa nadmiernie ochraniająca	30,14	8,18	5	26,28	6,73	5	2,518	0,013

t – wartość testu t -Studenta, p – prawdopodobieństwo testowe

1–3 sten – wyniki niskie, 4–6 sten – wyniki średnie, 7–9 sten – wyniki wysokie

Tab. 2. Różnice międzypłciowe w zakresie lęku jako cechy (test *t*-Studenta)

	Kobiety (<i>n</i> = 53)		Steny	Mężczyźni (<i>n</i> = 46)		Steny	<i>t</i>	<i>p</i>
	<i>M</i>	<i>SD</i>		<i>M</i>	<i>SD</i>			
	Lęk jako cecha	40,89	9,32	5	36,11	8,54	4	2,645

t – wartość testu *t*-Studenta, *p* – prawdopodobieństwo testowe

naniu z mężczyznami (*M* = 36,11; *SD* = 8,54). W odniesieniu do grupy normalizacyjnej zawodniczki miały średni poziom lęku jako cechy (5 sten), natomiast mężczyźni otrzymali wynik niski (4 sten).

Jak wskazują dane zawarte w tabeli 3, w zakresie lęku jako stanu nie zaobserwowano istotnych różnic pomiędzy badanymi kobietami i mężczyznami.

Dane przedstawione w tabeli 4 odzwierciedlają istotne różnice pomiędzy kobietami a mężczyznami w zakresie poczucia własnej skuteczności ($t(97) = 2,278$; $p < 0,05$). Mężczyźni (*M* = 32,96; *SD* = 4,28) charakteryzowali się istotnie wyższym poziomem tej zmiennej w porównaniu z kobietami (*M* = 31,02; *SD* = 4,17). Zarówno kobiety, jak i mężczyźni w odniesieniu do grupy normalizacyjnej uzyskali wysokie wyniki dotyczące poczucia własnej skuteczności (7 i 8 sten).

W celu sprawdzenia, czy występują istotne związki pomiędzy retrospektywną oceną rodziców a lękiem oraz poczuciem własnej skuteczności w grupach kobiet i mężczyzn, przeprowadzono analizę korelacji. W przypadku par zmiennych o rozkładzie normalnym obliczono współczynnik *r*-Pearsona, natomiast dla zmiennych, których rozkład nie był normalny, obliczono współczynnik ρ -Spearmana. Tabela 5 zawiera dane dla grupy kobiet, a tabela 6 – mężczyzn.

Tab. 3. Różnice międzypłciowe w zakresie lęku jako stanu (test U Manna-Whitneya)

	Kobiety (<i>n</i> = 53)		Mężczyźni (<i>n</i> = 46)		<i>Z</i>	<i>p</i>
	średnia ranga	suma rang	średnia ranga	suma rang		
Lęk jako stan	55,07	2918,5	44,16	2031,5	-1,886	0,059

Z – wartość testu U Manna-Whitneya, *p* – prawdopodobieństwo testowe

Tab. 4. Różnice międzypłciowe w zakresie poczucia własnej skuteczności (test *t*-Studenta)

	Kobiety (<i>n</i> = 53)		Steny	Mężczyźni (<i>n</i> = 46)		Steny	<i>t</i>	<i>p</i>
	<i>M</i>	<i>SD</i>		<i>M</i>	<i>SD</i>			
	GSES	31,02	4,17	7	32,96	4,28	8	-2,278

t – wartość testu *t*-Studenta, *p* – prawdopodobieństwo testowe

Dane w tabeli 5 pozwalają stwierdzić, że w grupie kobiet wystąpił ujemny związek między postawą akceptacji/odrzućenia u matki a lękiem jako stanem ($\rho = -0,328$; $p < 0,05$). Zatem im wyższy wynik w skali postawy akceptacji/odrzućenia u matki, tym niższy poziom lęku jako stanu. Zaobserwowano również umiarkowaną ujemną korelację pomiędzy postawą autonomii matki a lękiem jako stanem ($\rho = -0,331$; $p < 0,05$), a także umiarkowaną dodatnią zależność między postawą nadmiernie wymagającą ojca a lękiem jako cechą ($r = 0,309$; $p < 0,05$). Ponadto postawa niekonsekwentna ojca okazała się dodatnio związana z lękiem jako cechą ($\rho = 0,278$; $p < 0,05$).

Jak wskazują dane przedstawione w tabeli 6, w grupie mężczyzn istniał umiarkowany dodatni związek postawy niekonsekwentnej matki z lękiem jako stanem ($r = 0,488$; $p < 0,01$) i lękiem jako cechą ($r = 0,316$; $p < 0,05$). Stwierdzono także umiarkowaną ujemną korelację postawy autonomii ojca z lękiem jako cechą ($r = -0,431$; $p < 0,01$).

Tab. 5. Analiza korelacji – retrospektywna ocena rodziców a lęk i poczucie własnej skuteczności (kobiety)

Zmienna	Korelacja/ istotność	Lęk jako stan	Lęk jako cecha	Poczucie własnej skuteczności
Matka – postawa akceptacji/odrzućenia	ρ p	-0,328* 0,016	-0,132 0,347	0,179 0,199
Matka – postawa autonomii	ρ p	-0,331* 0,016	-0,192 0,169	0,063 0,654
Ojciec – postawa nadmiernie wymagająca	ρ p	-0,025 0,863	0,309* 0,027	-0,103 0,472
Ojciec – postawa niekonsekwentna	ρ p	0,161 0,259	0,278* 0,048	-0,154 0,281

* $p < 0,05$

Tab. 6. Analiza korelacji – retrospektywna ocena rodziców a lęk i poczucie własnej skuteczności (mężczyźni)

Zmienna	Korelacja/ istotność	Lęk jako stan	Lęk jako cecha	Poczucie własnej skuteczności
Matka – postawa niekonsekwentna	ρ p	0,488** 0,001	0,316* 0,034	-0,204 0,178
Ojciec – postawa autonomii	ρ p	-0,267 0,073	-0,431** 0,003	0,070 0,646

* $p < 0,05$; ** $p < 0,01$

DYSKUSJA

Badania przeprowadzane na potrzeby niniejszej pracy zostały podjęte w celu sprawdzenia, czy postawy rodzicielskie wiążą się z lękiem oraz poczuciem własnej skuteczności u zawodników w sporcie kwalifikowanym oraz czy istnieją różnice międzypłciowe w zakresie tych zmiennych.

Wyniki przeprowadzonej analizy różnic między zawodnikami a zawodniczkami pod względem retrospektywnej oceny postaw rodzicielskich w sposób istotny różnicują te grupy pod względem postawy rodzicielskiej: Ojciec – postawa nadmiernie ochraniająca ($p < 0,05$). Oznacza to, że zawodniczki ($M = 30,14$; $SD = 8,18$) oceniają swoich ojców jako istotnie bardziej nadmiernie ochraniających niż zawodnicy ($M = 26,28$; $SD = 6,73$). Porównania zawodników i zawodniczek pod względem pozostałych postaw rodzicielskich przyniosły wyniki nieistotne statystycznie. Grupy były zbliżone do siebie pod względem wieku, zainteresowań czy kierunku studiów. Jednorodność badanych grup wyrażała się również w uprawianiu sportu na poziomie akademickim. Badanie zademonstrowało, że rodzice przebadanych sportowców byli oceniani raczej pozytywnie. W większości uzyskali wyniki umiarkowane (5–6 sten), czyli takie, które są pożądane wychowawczo. W badaniu, które przeprowadzili Brand i wsp. (2011), porównano młodych elitarnych szwajcarskich sportowców oraz ich nietreningujących rówieśników pod względem percepcji stylów rodzicielskich. Zebrane dane pozostają w zgodzie z wcześniejszymi przedstawionymi doniesieniami o różnicach między płciami. Dziewczeta, bez względu na to, czy chodzi o sportsmenki czy nie, uzyskiwały odmienne rezultaty w zakresie pozytywnych (wyższe od chłopców) i negatywnych (niższe od chłopców) stylów wychowania prezentowanych przez matkę. Pozytywne style wychowania u ojca nie były różnicowane ze względu na płeć uczestników, a negatywne tak – dodatkowo tendencja była podobna do zanotowanej dla matek. W badaniu opisanym w niniejszym artykule jedynie w przypadku zawodniczek ojcowie okazywali się nadmiernie wymagający. Oznacza to, że rodzic zbyt mocno ingerował w osobiste sprawy dziecka, pragnąc wszystko wiedzieć. Ojciec był zatroskany o swoje dziecko i miał przekonanie, że trzeba się nim opiekować przez całe życie. Nie umiał sobie uświadomić, że dziecko ma potrzebę doświadczenia swobody. Utrudniał mu budowanie własnej tożsamości (Plopa, 2008). Postawa nadmiernie chroniąca powoduje przesadny infantylnizm. Może również doprowadzić do rozwoju zaburzeń obsesyjno-kompulsywnych (Hacıomeroglu i Karanci, 2014). Dziecko może przejawiać nadmierną pewność siebie, być roszczeniowe oraz egoistyczne (Ziemska, 1973). Potwierdzają to badania, które przeprowadzili Kolburan, Comert, Narter i Izosen (2012) – wyniki w skali nadmiernie ochraniającej postawy ojca były tu wyższe u dziewcząt w porównaniu z chłopcami.

Przeprowadzone badania wskazują, że istnieją różnice pomiędzy zawodnikami a zawodniczkami w sporcie kwalifikowanym w skali lęku jako cechy ($p < 0,01$). Kobiety ($M = 40,89$; $SD = 9,32$) charakteryzują się istotnie wyższym poziomem lęku jako cechy niż mężczyźni ($M = 36,11$; $SD = 8,54$), lecz nie ma różnic międzypłciowych pod względem nasilenia lęku jako stanu. Lęk jako cecha zawodniczek w odniesieniu do grupy normalizacyjnej jest umiarkowany (średni), natomiast u zawodników jego nasilenie jest niskie (4 sten). W naszej kulturze mniej aprobowane jest odczuwanie lęku przez mężczyzn niż przez kobiety. Możliwe więc, że badani sportowcy nie przyznawali się do lęku (Sosnowski i wsp., 2008). Prawdopodobnie różnica ta może się też wiązać ze sposobem wychowywania kobiet. Uważa się, że kobiety są bardziej wrażliwe i bojaźliwe. Inaczej niż w przy-

padku córek, u synów wzmacnia się zachowania przywódcze i asertywne (Maccoby, 2000), które dobrze korespondują z kulturowym stereotypem silnego i niezależnego mężczyzny. Włączenie takiego stereotypu do relacji z synem może również skutkować podejmowaniem praktyk wychowawczych, które według rodziców zagwarantują ukształtowanie osoby silnej psychicznie, skoncentrowanej w obliczu trudności raczej na zadaniu niż na własnych emocjach. W efekcie zarówno matki, jak i ojcowie mają obawy, że okazywanie nadmiernej czułości synom może ich „zepsuć”, i nieco częściej niż w przypadku córek stosują wobec nich styl wychowania autorytarny, a nawet liberalno-niekochający (Dominiak-Kochanek, Frączek i Konopka, 2012). Kim i wsp. (2000) oraz Plaisier i wsp. (2008) również podkreślają wyższy poziom lęku u kobiet niż u mężczyzn.

Porównując zawodników i zawodniczki pod względem poczucia własnej skuteczności, ustalono znaczące statystycznie różnice między nimi. Mężczyźni ($M = 32,96$; $SD = 4,28$) charakteryzują się istotnie wyższym poziomem tej zmiennej niż kobiety ($M = 31,02$; $SD = 4,17$). Lewtak i Smolińska (2011) badały uogólnione poczucie własnej skuteczności u lekarzy rodzinnych. Tu także poczucie własnej skuteczności było wyższe wśród mężczyzn. Również w badaniu Byry (2011) mężczyźni uzyskali wyższe wyniki w zakresie zmiennej poczucia własnej skuteczności. Jednak badania normalizacyjne testu (Juczyński, 2000) oraz badania Gapińskiej, Tartas, Walkiewicza i Majkowicza (2008) wskazują na brak różnic międzypłciowych dla tej zmiennej. Zarówno u zawodników, jak i u zawodniczek zanotowano wysokie wyniki w odniesieniu do poczucia własnej skuteczności (7 i 8 sten) w porównaniu z grupą normalizacyjną. Wysokie poczucie własnej skuteczności u badanych sportowców świadczy o posiadaniu przez tę grupę odpowiednich zasobów osobistych, niezbędnych, by sprostać stawianym wymaganiom oraz poradzić sobie w trudnych sytuacjach. Przekonania o własnej skuteczności wpływają na ocenę własnych zasobów w trudnych, często stresujących sytuacjach oraz na wybór intencji działania. Im silniejsze jest poczucie własnej skuteczności, tym bardziej wzrasta zaangażowanie i tym ambitniejsze cele stawia sobie człowiek. Według Bandury (2007) poczucie własnej skuteczności zmniejsza antycypacyjne niepokoje, lecz również, dzięki oczekiwaniom sukcesu, wpływa na raz podjęty proces działania zaradczego. Oczekiwanie własnej skuteczności mówi o tym, jak wiele wysiłku jednostka będzie wkładać w działanie i jaką wytrwałością będzie się odznaczać. Im wyższe poczucie własnej skuteczności, tym aktywniejsze będą wysiłki. Ludzie, którzy nie zaprzestaną wykonywania czynności subiektywnie szkodliwych, zyskają doświadczenie korekcyjne, które umocni ich poczucie skuteczności (Bandura, 2007). Grześkowiak i Siwy-Hudowska (2016) potwierdzają, że uprawianie sportu sprzyja doświadczaniu pozytywnych zmian w sobie. Może skutkować podniesieniem poczucia własnej skuteczności, a wtedy pozwala lepiej myśleć o sobie i efektywniej realizować cele, które są ważne dla jakości życia jednostki.

Kolejnym etapem badań było ustalenie związków, jakie mogą zachodzić pomiędzy retrospektywną oceną postaw rodzicielskich a lękiem u zawodniczek w sporcie kwalifikowanym. Stwierdzono także dodatnią zależność między postawą nadmiernie wymagającą u ojca a lękiem jako cechą ($r = 0,309$; $p < 0,05$). Należy przez to rozumieć, że wraz ze wzrostem oceny ojca jako osoby wymagającej bezwzględного posłuszeństwa zwiększa się też poziom lęku jako cechy. Rodzic posługiwał się głównie nakazami, zakazami i karami. Często nie brał pod uwagę możliwości dziecka. Brak osiągnięć dziecka zwykle spotykał się z krytyką (Plopa, 2008). Postawa nadmiernie wymagająca może powodować brak wiary w siebie, niepewność i lęklivość oraz wywoływać ataki paniki (Bandelow i wsp., 2002; Witkowska, 2013; Ziemska, 1973). Możliwe, że dziecko nie było nigdy chwalone,

a za brak sukcesów spotykała je kara. Prawdopodobnie duża presja na wynik sportowy napawała zawodniczkę lękiem.

Ponadto postawa niekonsekwentna ojca dodatnio wiąże się z lękiem jako cechą ($\rho = 0,278$; $p < 0,05$). Zatem im bardziej ojciec jest oceniany jako osoba labilna, łatwo zmieniająca opinie czy decyzje, tym wyższy poziom lęku jako cechy obserwuje się u badanych kobiet. Dorosłe dziecko zapamiętało rodzica jako osobę zmienną, nerwową w wyrażaniu swojego zdania oraz uczuć. Bieżący stan rodzica przenosił się na relacje interpersonalne w rodzinie (Plopa, 2008). Zawodniczki nie wiedziały, czego tak naprawdę mają się po ojcu spodziewać. Powodowało to niepewność sytuacji i mogło prowokować lęk.

W grupie kobiet wykazano ujemny związek pomiędzy postawą akceptacji/odrzućenia u matki a lękiem jako stanem ($\rho = -0,328$; $p < 0,05$). Zależność ta jest umiarkowana. Zatem im wyższy wynik w skali postawy akceptacji/odrzućenia u matki, tym niższy poziom lęku jako stanu. Osoba badana zapamiętała matkę jako akceptującą ją bezwarunkowo. Matka stwarzała klimat, który sprzyjał swobodnej wymianie uczuć. Była otwarta na spontaniczne zachowania dziecka. Dziecko ocenia swój kontakt z rodzicem jako przyjemny i bezpieczny. Dorosłe dziecko ma poczucie, że dla rodzica obcowanie z nim było źródłem satysfakcji oraz radości. Z perspektywy czasu rodzic oceniany jest przez dziecko jako mający właściwy autorytet, wspierający, ale nie narzucający się. Kiedy bowiem dziecko jest akceptowane, kochane i szanowane, ma mniejsze powody, aby odczuwać lęk. Zostaje też wyposażone w bardziej skuteczne narzędzia do radzenia sobie ze stresem oraz lękiem (Jankowska, 2014; Ryś, 2011).

Zaobserwowano również umiarkowaną ujemną korelację pomiędzy postawą autonomii matki a lękiem jako stanem ($\rho = -0,331$; $p < 0,05$). Oznacza to, że kobiety pamiętające swoją matkę jako rodzica akceptującego potrzebę autonomii charakteryzują się niższym poziomem lęku jako stanu. Rodzic jest zapamiętany jako elastyczny, rozumiejący, że dziecko czasami potrzebuje prywatności. W konfliktach matka starała się przedstawiać różne alternatywne sposoby postępowania i ich skutki (Plopa, 2008). Prawdopodobnie doprowadziło to dziecko do samodzielności i poczucia zdania na siebie (choć wiedziało ono, że zawsze może liczyć na matkę). Potrafi ono poradzić sobie w cięższych, lękowych sytuacjach. Według Jankowskiej (2014) największy wpływ na ukształtowanie się stałej dyspozycji reagowania lękiem dorosłych już dzieci ma postawa nadmiernego wymagania u matki i ojca, a także postawa niekonsekwentna, zwłaszcza matki, która jest szczególnie destrukcyjna dla córek.

W grupie mężczyzn, jak wynika z badań, istnieje dodatni związek postawy niekonsekwentnej matki z lękiem jako cechą ($r = 0,316$; $p < 0,05$) oraz lękiem jako stanem ($r = 0,488$; $p > 0,05$). Oznacza to, że im wyższa ocena matki jako osoby zmiennej i nerwowej, tym wyższy poziom lęku jako stanu i cechy. Dorosłe dziecko zapamiętało rodzica jako osobę zmienną, nerwową w wyrażaniu swojego zdania oraz uczuć. Bieżący stan rodzica przenosił się na relacje interpersonalne w rodzinie (Plopa, 2008). Zawodnicy, tak samo jak zawodniczki, nie wiedzieli, czego tak naprawdę mają się po matce spodziewać. Powodowało to niepewną sytuację rodzinną, która mogła prowokować lęk.

Stwierdzono także umiarkowaną ujemną korelację postawy autonomii ojca z lękiem jako cechą ($r = -0,431$; $p < 0,01$). Oznacza to, że badani mężczyźni, którzy oceniają swojego ojca jako osobę szanującą potrzebę autonomii u dziecka, wykazują niższy poziom lęku jako cechy. Rodzic jest zapamiętany jako elastyczny, ponieważ rozumiał, że dziecko czasami potrzebuje prywatności. W konfliktach rodzic starał się przedstawiać różne alternatywne sposoby postępowania i ich skutki (Plopa, 2012). Prawdopodobnie sprawiło to,

że dziecko, dzięki konieczności bycia samodzielnym, potrafi poradzić sobie w cięższych, lękowych sytuacjach. Wyniki te zostały częściowo potwierdzone w badaniach Jankowskiej (2014), która twierdzi, że głównie postawa rodzicielska matki wpływa na generowanie lęku u dziecka – zarówno u córek, jak i u synów.

Na podstawie przeprowadzonych badań nie udało się ustalić związków pomiędzy retrospektywną oceną postaw rodzicielskich a poczuciem własnej skuteczności u zawodniczek i zawodników w sporcie kwalifikowanym. Może to oznaczać, że postawy rodzicielskie nie mają wpływu na poczucie własnej skuteczności w analizowanych grupach – poczucie to zostało wypracowane na podstawie doświadczeń, a nie stylu wychowawczego rodziców (Bandura, 2007). Ogólnie uważa się, że sportowców cechują wysokie wartości tej zmiennej. Wychodząc na arenę sportową, powinni przecież być (i pewnie są) pewni swoich umiejętności i przekonani o zwycięstwie (Łuszczynska, 2004). Poczucie własnej skuteczności w sporcie jest aktywnie zmieniającą się właściwością osobniczą. Jej zmienność będzie rezultatem konkretnej sytuacji – można np. grać dobrze podczas treningów, a źle w czasie zawodów. Ponadto słabe poczucie własnej skuteczności, poza oddziaływaniem na poziom gry, może również wpłynąć na pojawienie się niepożądanych emocji, takich jak niepokoje (Vealey i Chase, 2008). Doświadczenie wcześniejszych sukcesów w zawodach zwiększa poczucie własnej skuteczności, natomiast powtarzające się porażki mogą wpłynąć na obniżenie tego poczucia (Chase, Ewing, Lirgg i George, 1994). Jednak według Mroczkowskiej (1995) im silniejsze poczucie własnego sprawstwa, tym większe oczekiwanie przyszłego sukcesu, mniejsza zaś skłonność do reagowania lękiem i stosowania strategii zabezpieczania się na wypadek porażki.

Rodzice powinni zaspokajać potrzeby emocjonalne, fizyczne, społeczne i psychologiczne dziecka. Przejawiają w tym zakresie odpowiednie postawy rodzicielskie, które można sprowadzić do strategii wychowania i kontrolowania dzieci. Wzorzec interakcji rodzic-dziecko jest istotnym czynnikiem stabilizującym bądź zaburzającym rozwój podstawowych struktur psychicznych dziecka (Plopa, 2012).

Przeprowadzone badania pozwoliły, chociaż w części, scharakteryzować grupę sportowców na przykładzie zawodników AZS. Ponadto na podstawie wyników starano się ustalić, czy istnieją zależności pomiędzy retrospektywną oceną postaw rodzicielskich a lękiem i poczuciem własnej skuteczności. Przedstawione wyniki i wnioski mogą być inspiracją do podjęcia dalszych badań w celu scharakteryzowania i lepszego poznania psychiki sportowca.

Celem niniejszej pracy było pokazanie, jak ważni dla wykształcenia zdrowego, szczęśliwego sportowca są rodzice oraz proces wychowawczy. Trzeba pamiętać, że aby zawodnik dobrze funkcjonował zarówno w sporcie, jak i w życiu, jest mu potrzebne wsparcie rodziców. Być może w niedalekiej przyszłości kluby sportowe będą organizowały spotkania z rodzicami małych sportowców – pozwoliłoby to wzmocnić ich przekonanie o istotnej roli, jaką odgrywają w karierze, ale przede wszystkim w życiu swoich dzieci.

WNIOSKI

Przedmiotem niniejszej pracy było zbadanie, czy postawa rodzicielska wpływa na lęk i poczucie własnej skuteczności u zawodników w sporcie kwalifikowanym. Starano się również udowodnić, że istnieją różnice międzypłciowe w zakresie wyżej wymienionych zmiennych. Wnioski z badań są następujące:

1. Zawodniczki nie różnią się od zawodników pod względem oceny retrospektywnej postaw rodzicielskich. Wyjątkiem jest nadmiernie ochraniająca postawa ojca.
2. W porównaniu z zawodnikami zawodniczki uzyskują istotnie wyższe wyniki w skali lęku jako cechy.
3. Zawodnicy mają istotnie wyższe poczucie własnej skuteczności niż zawodniczki.
4. Stwierdzono także umiarkowaną dodatnią zależność między postawą nadmiernie wymagającą u ojca a lękiem jako cechą. Ponadto postawa niekonsekwentna ojca jest dodatnio związana z lękiem jako cechą.
5. Nie udało się ustalić występowania związków postaw rodzicielskich z poczuciem własnej skuteczności u zawodniczek i zawodników.
6. W grupie mężczyzn istnieje umiarkowany dodatni związek postawy niekonsekwentnej u matki z lękiem jako stanem i lękiem jako cechą. Stwierdzono także umiarkowaną ujemną korelację między postawą autonomii ojca a lękiem jako cechą.

BIBLIOGRAFIA

- Anshel, M.H. (1995). Anxiety. W: T. Morris, J. Summers (red.), *Theory, applications and issues* (ss. 29–62). Brisbane: John Wiley and Sons.
- Bandelow, B., Späth, C., Tichauer, G.A., Broocks, A., Hajak, G., Rüther, E. (2002). Early traumatic life events, parental attitudes, family history, and birth risk factors in patients with panic disorder. *Comprehensive Psychiatry*, 43(4), 269–278, doi: 10.1053/comp.2002.33492.
- Bandura, A. (2007). *Teoria społecznego uczenia się*. Warszawa: PWN.
- Brand, S., Gerber, M., Beck, J., Kalak, N., Hatzinger, M., Pühse, U., Holsboer-Trachslers, E. (2011). Perceived parenting styles differ between genders but not between elite athletes and controls. *Adolescent Health, Medicine and Therapeutics*, 2, 9–14, doi: 10.2147/AHMT.S16992.
- Byra, S. (2011). Poczucie własnej skuteczności w kontekście radzenia sobie w sytuacjach trudnych kobiet i mężczyzn z nabytą niepełnosprawnością ruchową. *Medycyna Ogólna i Nauki o Zdrowiu*, 17(3), 127–134.
- Chase, M.A., Ewing, M.E., Lirgg, C.D., George, T.R. (1994). The effects of equipment modification on children's self-efficacy and basketball shooting performance. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 65(2), 159–168, doi: 10.1080/02701367.1994.10607611.
- Czapiński, J., Manstead, A.S.R., Hewstone, M. (red.) (2001). *Encyklopedia Blackwella – psychologia społeczna*. Warszawa: Jacek Santorski & Co.
- Dominiak-Kochanek, M., Frączek, A., Konopka, K. (2012). Styl wychowania w rodzinie a aprobata agresji w życiu społecznym przez młodych dorosłych. *Psychologia Wychowawcza*, 1–2, 66–85.
- Fredricks, J.A., Eccles, J.S. (2004). Parental influences on youth involvement in sports. W: M.R. Weiss (red.), *Developmental sport and exercise psychology: a lifespan perspective* (ss. 144–164). Morgantown: Fitness Information Technology.
- Gabbett, T.J. (2003). Incidence of injury in semi-professional rugby league players. *British Journal of Sports Medicine*, 37(1), 36–44, doi: 10.1136/bjism.37.1.36.
- Gapińska, B., Tartas, M., Walkiewicz, M., Majkiewicz, M. (2008). Poczucie własnej skuteczności a lęk i depresja u pacjentów po zabiegu wyłonienia stomii jelitowej. *Współczesna Onkologia*, 12(2), 84–89.
- Grześkowiak, B., Siwy-Hudowska, A. (2016). Temperament, poczucie własnej skuteczności i jakość życia kobiet regularnie uprawiających sport w porównaniu z kobietami nieaktywnymi fizycznie. *Journal of Education, Health and Sport*, 6(6), 359–374, doi: 10.5281/zenodo.55761.
- Haciomeroglu, B., Karanci, A. (2014). Perceived parental rearing behaviours, responsibility attitudes and life events as predictors of obsessive compulsive symptomatology: test of a cognitive

- model. *Behavioural and Cognitive Psychotherapy*, 42(6), 641–652, doi: 10.1017/S1352465813000581.
- Hanin, Y.L. (2000). *Emotions in sport*. Champaign: Human Kinetics.
- Jankowska, M. (2014). Postawy rodzicielskie matki i ojca a lęk jako stan i lęk jako cecha u młodych dorosłych. *Kwartalnik Naukowy Fides et Ratio*, 4(18), 88–108.
- Jarvis, M. (2003). *Psychologia sportu*. Gdańsk: GWP.
- Juczyński, Z. (2000). Poczucie własnej skuteczności – teoria i pomiar. *Acta Universitatis Lodzianensis. Folia Psychologica*, 4, 11–23.
- Juczyński, Z. (2009). *Narzędzia pomiaru w promocji i psychologii zdrowia*. Warszawa: Pracownia Testów Psychologicznych Polskiego Towarzystwa Psychologicznego.
- Karolczak-Biernacka, B. (1996). Stres i lęk w sporcie wyczynowym. *Kultura Fizyczna*, 5–6, 5–9.
- Kępiński, A. (2005). *Psychopatologia nerwic*. Kraków: Wydawnictwo Literackie.
- Kim, K.A., Moser, D.K., Garvin, B.J., Riegel, B.J., Doering, L.V., Jadack, R.A., McKinley, S., Schueler, A.L., Underman, L., McErlean, E. (2000). Differences between men and women in anxiety early after acute myocardial infarction. *American Journal of Critical Care*, 9(4), 245–253.
- Kolburan, G., Comert, I.T., Narter, M., Izosen, H. (2012). Parental attitude perception in adolescents by gender. *Procedia – Social and Behavioral Sciences*, 47, 1299–1304, doi: 10.1016/j.sbspro.2012.06.815.
- Kołąkowski, A. (red.) (2014). *Zaburzenia zachowania u dzieci. Teoria i praktyka*. Sopot: GWP.
- Krawczyński, M. (2004). Osobowość, lęk i motywacja osiągnięć u zawodników I i II ligi piłki nożnej. W: M. Mikołajczyk (red.), *Korelaty psychologiczne aktywności ruchowej i sukcesów w sporcie. Z badań nad osobowością sportowców i studentów uczelni wychowania fizycznego* (ss. 57–63). Warszawa: AWF i PTNKiS, Sekcja Psychologii Sportu.
- Lewtak, K., Smolińska, J. (2011). Uogólnione poczucie własnej skuteczności a zachowania antyzdrowotne lekarzy rodzinnych na przykładzie palenia tytoniu. *Przegląd Epidemiologiczny*, 65(1), 115–121.
- Łuszczynska, A. (2004). *Zmiana zachowań zdrowotnych*. Gdańsk: GWP.
- Łuszczynska, A. (2011). *Psychologia sportu i aktywności fizycznej. Zagadnienia kliniczne*. Warszawa: PWN.
- Maccoby, E.E. (2000). Gender and relationships: a developmental account. W: W. Craig (red.), *Childhood social development: the essential readings* (ss. 199–219). Oxford: Blackwell Publishers.
- Maszorek-Szymala, A., Sławek, M. (2010). Charakterystyka czasu wolnego dzieci w wieku 10–12 lat zamieszkałych w małym mieście. W: B. Zawadzka (red.), *Uczestnictwo w kulturze fizycznej wyzwaniem naszych czasów* (ss. 209–222). Kielce: Wszechnica Świętokrzyska.
- Mroczkowska, H. (1995). Predictors of psychophysical functioning of Polish Olympic athletes. W: *Proceedings of the 9th European Congress of Sport Psychology*, cz. 1 (ss. 481–487).
- Oleś, P. (2003). *Wprowadzenie do psychologii osobowości*. Warszawa: Scholar.
- Plaisier, I., de Bruijn, J.G.M., Smit, J.H., de Graaf, R., ten Have, M., Beekman, A.T.F., van Dyck, R., Penninx, B.W.J.H. (2008). Work and family roles and the association with depressive and anxiety disorders: differences between men and women. *Journal of Affective Disorders*, 105(1–3), 63–72, doi: 10.1016/j.jad.2007.04.010.
- Plopa, M. (2008). *Kwestionariusz retrospektywnej oceny postaw rodziców (KPR-Roc)*. Warszawa: Vizja Press & IT.
- Plopa, M. (2012). *Rodzice a młodzież. Teoria i metoda badania*. Warszawa: Vizja Press & IT.
- Prasek, K., Parzelski, D. (2006). Postawy rodziców młodych zawodników wobec sportu. W: D. Parzelski (red.), *Psychologia w sporcie. Teoria, badania, praktyka* (ss. 109–120). Warszawa: UW.
- Przetacznik-Gierowska, M., Tyszkowa, M. (2009). *Psychologia rozwoju człowieka. Zagadnienia ogólne*. Warszawa: PWN.
- Rembowski, J. (1972). *Więzi uczuciowe w rodzinie*. Warszawa: PWN.
- Ryś, M. (2011). Kształtowanie się poczucia własnej wartości i relacji z innymi w różnych systemach rodzinnych. *Kwartalnik Naukowy Fides et Ratio*, 2(6), 64–83.
- Sagar, S., Lavallee, D., Spray, C. (2007). Why young elite athletes fear failure: consequences of failure. *Journal of Sports Sciences*, 25(11), 1171–1184, doi: 10.1080/02640410601040093.

- Siek, S. (1982). *Osobowość*. Warszawa: Akademia Teologii Katolickiej.
- Siek, S. (1993). *Pranie mózgu*. Warszawa: Akademia Teologii Katolickiej.
- Sosnowki, T., Wrześniewski, K., Jaworowska, A. (2008). *Inwentarz stanu i cechy lęku: polska adaptacja STAI*. Warszawa: Pracownia Testów Psychologicznych Polskiego Towarzystwa Psychologicznego.
- Vealey, R.S., Chase, M.A. (2008). *Knowing and growing youth sports*. Champaign: Human Kinetics.
- Witkowska, B. (2013). Percepcja postaw rodzicielskich a poziom samooceny dziewcząt z anoreksją psychiczną. *Psychiatria Polska*, 47(3), 397–409.
- Ziemska, M. (1973). *Postawy rodzicielskie*. Warszawa: WP.
- Ziemska, M. (1975). *Rodzina a osobowość*. Warszawa: WP.

ABSTRACT

An overly demanding and inconsistent parents' attitude and anxiety and self-efficacy in qualified sport competitors

Background. Success in sport depends on the family environment. The aim of the paper was to verify sex differences in the retrospective assessment of parental attitudes, anxiety, and self-efficacy in semi-professional competitors. Another goal consisted in checking if there were correlations between the retrospective assessment of parental attitudes and the anxiety and self-efficacy among semi-professional athletes. **Material and methods.** The research involved 99 athletes of AZS AWF Warsaw. They were asked to complete 3 questionnaires (KPR-Roc, STAI, GSES). On the basis of the results, a comparison was performed and correlations were determined. **Results.** Significant between-sex differences were observed in the scales of Father: an overly protective attitude ($p < 0.05$), anxiety as a trait ($p < 0.05$), and self-efficacy ($p < 0.05$). Among women, there was a negative relationship between mother's attitude of acceptance and mother's attitude of autonomy – and anxiety as a state ($p < 0.05$). Father's attitude of inconsistency turned out positively related to anxiety as a trait ($p < 0.05$). Mother's attitude of inconsistency correlated with anxiety as a state ($p < 0.01$) and anxiety as a trait ($p < 0.05$). A negative correlation was found between father's attitude of autonomy and anxiety as a trait ($p < 0.01$). **Conclusions.** Female semi-professional athletes practically did not differ from males in terms of the retrospective assessment of parental attitudes, but there were differences concerning anxiety as a trait and self-efficacy. An overly demanding and inconsistent parental attitude correlated positively with anxiety, while the attitude of autonomy and acceptance – negatively.

Key words: parental attitudes, anxiety, self-efficacy, academic sport