

# LIFE AND MOVEMENT

W bieżącym numerze:

- Aktywność ruchowa w resocjalizacji
- Wodne Ochotnicze Pogotowie Ratunkowe od środka – analiza protokołów z posiedzeń władz centralnych
- Podręczny sprzęt w ratownictwie wodnym
- Wybór kierunku studiów – nie takie proste jak się zdaje
- Ratownictwo Wodne Rzeczypospolitej – nowy podmiot w ratownictwie wodnym



**dr Robert Poklek**

Centralny Ośrodek Szkolenia Służby Więziennej w Kaliszu

**RODZAJ AKTYWNOŚCI FIZYCZNEJ A POZIOM SYNDROMU AGRESJI  
WIĘŹNIÓW W ZALEŻNOŚCI OD TYPU ZAKŁADU KARNEGO**

**A TYPE OF PHYSICAL ACTIVITY LEVEL OF PRISONERS AGGRESSION  
SYNDROME DEPENDING ON THE TYPE PENAL DEPARTMENT**

**Streszczenie**

Wpływ uprawiania sportu przez więźniów na ich agresję jest różnie, czasami sprzecznie, interpretowany w literaturze. Sport może eliminować negatywne zachowania i kształtować pożądane postawy. Jednak pojawia się pytanie, czy każdy rodzaj aktywności fizycznej ma pozytywny wpływ na przestępców i zmniejsza ich agresję. W artykule przedstawiono wyniki badań, zależności między różnymi formami aktywności fizycznej (gry zespołowe, sporty indywidualne, kulturystyka), a poziomem nasilenia syndromu agresji. Badania testem Inwentarz Psychologiczny Syndromu Agresji objęły 939 więźniów z 20 jednostek penitencjarnych. Raport pokazuje zróżnicowany wpływ dyscyplin sportu podejmowanych w warunkach zmniejszonej lub zwiększonej izolacji w więzieniu, na poziom agresji wśród więźniów.

**Słowa kluczowe**

penitencjarna kultura fizyczna, aktywność fizyczna skazanych, rekreacja więźniów, resocjalizacja, agresja

**Abstract**

The influence of sport on prisoners aggression is interpreted in a different, even contradictory way in the literature. Sport can eliminate negative behaviour and shape required attitudes. However, the questions appears if every kind of physical activity has a positive influence on delinquents and reduces their aggression. This article presents the results of research on relationships between different forms of physical activity (team games, individual sports, body-building) with the level of aggression syndrome. The research with the psychological test on syndrome of aggression covered 939 prisoners from 20 prisons. The report shows a varied influence of sports disciplines taken up in conditions of reduced or increased isolation in prison on aggression among prisoners.

**Key words**

penitentiary physical culture, physical activity of convict, recreation of prisoners, resocialization, aggression

## Wstęp

Zajęcia z kultury fizycznej wraz z innymi zajęciami kulturalno – oświatowymi stanowią atrakcyjny środek oddziaływań penitencjarnych (Poklek 2005) i istotny czynnik wypełniania w sposób akceptowany społecznie czasu wolnego więźniów (Dobrzeńcki 1998, Poklek 2009b). Zajęcia sportowe mają znaczne walory terapeutyczne, ponieważ rozładowują napięcie, wzmacniają mechanizmy kontroli wewnętrznej, przyczyniają się do rozwoju antycypacji konsekwencji swoich czynów oraz kształtują społecznie pożądane postawy osób niedostosowanych społecznie (Czajkowska, Golema, Popieluch 1967, Fiutko, 1966, 1967, Sas-Nowosielski 2002, Skoczylas, 1992). Uzasadnia to przypuszczenie, że dobrze zorganizowana aktywność fizyczna więźniów jest ważnym środkiem resocjalizacji w warunkach izolacji więziennej (Muravov 2002, Rejzner 1995, 1997, 1998, 2002, Żukowska 2002). Sami więźniowie bardzo cenią sobie możliwość uprawiania sportu w warunkach więzienia i dostrzegają wartości nie tylko sprawnościowe, ale i pozasportowe z podejmowania aktywności fizycznej (Poklek 2009c). Nie brakuje też głosów przeciwnych, sugerujących negatywne wpływy sportu na zachowania agresywne i postawy zawodników (Cynarski 2002, Goldstein, 1986, Kalina, 1991, Patterson, 1974, Russell 1981, 1993, Szmajke, 1993, Wann, Branscombe 1990).

W związku z różnorodnością dyscyplin sportowych proponowanych osadzonym nasuwa się pytanie, czy wpływ poszczególnych rodzajów aktywności fizycznej na poziom ich agresji jest jednakowy. Pytanie to jest ważne w świetle obserwacji personelu więziennego i opinii niektórych autorów opisujących niekorzystne wpływy wybranych dyscyplin sportowych na zachowania więźniów (Łapiński 2003, Poklek 2003, 2008, 2009a). Wśród penitencjarystów nie budzi bowiem zastrzeżeń fakt, że aktywność fizyczna jest niezbędnym środkiem oddziaływania resocjalizacyjnego (Sidor 2001), „istnieje tylko spór o to, czy każdy rodzaj sportu powinien być uprawiany przez skazanych” (Popławski, 1984, s. 74). Dość powszechnie kultura fizyczna utożsamiana jest przez więźniaków z ćwiczeniami ruchowymi, które wpływają głównie na wzrost sprawności fizycznej, co w warunkach więzienia spostrzegane jest jako potencjalne zagrożenie. W mniejszym stopniu rozpowszechnione jest przekonanie o korzyściach społecznych wynikających z aktywności fizycznej więźniów, zwłaszcza w zakresie redukcji agresji (Poklek 2011). Szczególnie istotne jest pytanie, czy popularne wśród więźniów treningi siłowe, zwiększające ich sprawność fizyczną, zwłaszcza siłę, a często z pominięciem rozwoju umiejętności społecznych, nie stanowią w efekcie zagrożenia dla społeczeństwa. Nieliczne jak dotąd badania wykazały zróżnicowany wpływ aktywności fizycznej na osobowość więźniów i ich funkcjonowanie w trakcie odbywania kary pozbawienia wolności – korzystny gier zespołowych i niekorzystny sportów siłowych (Łapiński 2006, Michniewicz 2004, 2005, Poklek 2001, 2006, 2009a).

Wobec powyższych argumentów uzasadnione jest prowadzenie badań w zakresie możliwości wykorzystywania kultury fizycznej w resocjalizacji osób pozbawionych wolności, które odpowiedziałyby na pytania stawiane przez praktykę penitencjarną.

## **Materiał i metoda**

Przedmiotem prezentowanych badań był związek między podejmowaniem przez osoby osadzone w zakładzie karnym aktywności fizycznej a poziomem nasilenia u nich agresji. Natomiast cel stanowiło empiryczne wykazanie zależności między rodzajem podejmowanej aktywności fizycznej a poziomem nasilenia syndromu agresji skazanych z uwzględnieniem wpływu typu zakładu karnego, w którym skazani odbywają karę. Przed badaniami postawiono następujące pytania:

1. Czy występuje związek między rodzajem aktywności fizycznej podejmowanej w trakcie odbywania kary a poziomem nasilenia agresji więźniów?
2. Czy na związek między rodzajem aktywności fizycznej a poziomem agresji wywiera wpływ typ zakładu karnego?

Na podstawie literatury przedmiotu, wcześniejszych badań z zakresu penitencjarnej kultury fizycznej oraz własnych obserwacji autora, postawiono hipotezy badawcze, których weryfikacja umożliwiłaby udzielenie odpowiedzi na zadane pytania badawcze:

1. Istnieje zależność między rodzajem aktywności fizycznej podejmowanej przez osadzonych a ich poziomem agresji. Aktywność fizyczna zespołowa oraz indywidualna, wpływa korzystnie na obniżenie poziomu nasilenia agresji więźniów, natomiast aktywność fizyczna siłowa, wpływa niekorzystnie podwyższając poziom agresji więźniów.
2. Typ zakładu karnego wywiera istotny wpływ na zależności pomiędzy aktywnością fizyczną a agresją. Więcej zależności występuje w zakładzie karnym typu zamkniętego ze względu na znaczny stopień izolacji i większą deprivację potrzeb.

Zmienną niezależną główną stanowiła aktywność fizyczna podejmowana w trakcie odbywania kary pozbawienia wolności. Za więźniów aktywnych fizycznie uznano osadzonych, którzy w trakcie badań uczestniczyli, od co najmniej roku w zajęciach sportowo – rekreacyjnych organizowanych przez administrację. W zakładach karnych proponuje się różne formy zajęć ruchowych i dyscypliny sportowe, dlatego zmienną niezależną główną podzielono na podzmiennie:

1. Aktywność fizyczna *zespołowa* – uprawianie gier zespołowych: piłki nożnej, siatkówki i koszykówki.
2. Aktywność fizyczna *indywidualna* – uprawianie tenisa stołowego, lekkoatletyki, gimnastyki, badmintonu
3. Aktywność fizyczna *siłowa* – uprawianie kulturystyki, podnoszenia ciężarów, wielobojów siłowych tzw. *Strongman*.
4. Aktywność fizyczna *zróżnicowana* – podejmowanie wszystkich dostępnych rodzajów aktywności fizycznej, czyli uprawianie zarówno sportów siłowych, jak i gier zespołowych i innych sportów indywidualnych dostępnych na terenie zakładu karnego

Wyróżnienie zmiennych cząstkowych podyktowane zostało zróżnicowanym udziałem procesów psychospołecznych w aktywności o charakterze zespołowym i indywidualnym, a także specyfiką dyscyplin sportowych uprawianych

przez więźniów. Wyodrębnienie spośród aktywności indywidualnej podziemnej w postaci aktywności o charakterze siłowym wynika z konieczności udzielenia konkretnej odpowiedzi dla praktyki penitencjarnej o wpływ sportów siłowych na poziom agresji więźniów. Rozpatrywanie związku występującego między agresją a podejmowaniem aktywności indywidualnej bez wyróżnienia sportów siłowych mogłoby zafałszować rzeczywiste zależności między tymi ostatnimi a poziomem agresywności badanych.

Zmienną zależną był poziom syndromu agresji mierzony standaryzowanym testem psychologicznym. Zmienna ta obejmuje oprócz ogólnego nasilenia syndromu agresji również kontrolę zachowań agresywnych, skłonności do odwetu, oraz kierunków nasilenia agresji – globalnej samoagresji (samoagresja emocjonalna i fizyczna), agresji ukrytej (wrogość wobec otoczenia i nieświadomione tendencje agresywne) i skierowanej na zewnątrz (agresja przemieszczona, pośrednia, słowna i fizyczna).

Zmienną niezależną uboczną był stopień izolacji więźniów w określonym typie zakładu. W polskim systemie penitencjarnym występują trzy typy zakładów karnych: zamknięty, półotwarty i otwarty. Typy zakładów różnią się stopniem zabezpieczenia, izolacji skazanych oraz wynikającymi z tego ich obowiązkami i uprawnieniami w zakresie poruszania się na terenie zakładu i poza jego obrębem. *Zakład karny typu zamkniętego* cechuje maksymalna izolacja skazanych. Ruch osadzonych po terenie odbywa się w sposób zorganizowany i pod dozorem, jest kontrolowany i ewidencjonowany, a co najważniejsze ograniczony jest do niezbędnych potrzeb. Praca wykonywana jest na terenie zakładu karnego, a jeżeli jest poza jego obrębem, musi być nadzorowana przez funkcjonariusza. Nauczanie, zajęcia kulturalno – oświatowe i sportowe odbywają się tylko na terenie zakładu. Skazani mogą korzystać z dwóch widzeń 60 minutowych w miesiącu, korespondencja, rozmowy podczas widzeń, rozmowy telefoniczne podlegają kontroli i cenzurze. *Zakład karny typu półotwartego* cechuje zmniejszona izolacja skazanych. Cele mieszkalne pozostają otwarte w porze dziennej, mogą być jednak zamknięte w porze nocnej; w wyznaczonych miejscach na terenie zakładu osadzeni mogą poruszać się swobodnie. Skazani mogą korzystać z trzech widzeń 60 minutowych w miesiącu, korespondencja, rozmowy podczas widzeń, rozmowy telefoniczne mogą, ale nie muszą podlegać kontroli. Skazanym zezwala się na uczestniczenie w nauczaniu i innych zajęciach organizowanych poza terenem zakładu, mogą oni również brać udział w organizowanych przez administrację zakładu grupowych zajęciach kulturalno – oświatowych i sportowych poza obrębem zakładu. Skazanym można udzielać przepustek raz na dwa miesiące, na okres nieprzekraczający 14 dni w roku. Badani świadomie nie objęto skazanych z zakładu typu otwartego, gdyż warunki odbywania w nim kary, z uwagi na szereg uprawnień, zbliżone są do wolnościowych (praca na zewnątrz bez konwojenta, nauka i zajęcia kulturalno-oświatowe i sportowe poza terenem bez kontroli administracji, 28 dni przepustek w ciągu roku, cele mieszkalne otwarte przez całą dobę, nieograniczona liczba widzeń z rodziną).

Badania przeprowadzono w terminie od marca 2002 do grudnia 2005 roku metodą eksperymentalną w oparciu o model *ex post facto* z wykorzystaniem techniki testowej.

W literaturze z zakresu metodologii badań spotyka się pojęcie planów quasi-eksperymentalnych, które mają cechy planów eksperymentalnych, jednak nie spełniają wymogu manipulacji zmiennymi i randomizacji badanych grup (Frankfort – Nachmias, Nachmias 2001). W psychologii eksperymentalnej nazwane są one „eksperymentem przywołanym”, w którym manipulowanie zmienną niezależną odbywa się bez udziału eksperymentatora. Ogranicza się on do zebrania przypadków, w których wystąpiła zmienność i może być wykorzystana jako zmienna niezależna. Zebrane przypadki są cenne, gdy badacz nie ma czasu na wprowadzanie zmiennych, których oddziaływanie byłoby zbyt powolne (np. system edukacji) lub gdy nie ma prawa eksperymentować na człowieku, gdyby miało to spowodować zaburzenia fizjologiczne lub psychiczne badanego (Fraisie 1991). W naukach społecznych taką procedurę, w której badacz mierzy zmienną zależną tylko raz, po tym jak bodziec eksperymentalny zadziałał bez jego udziału w naturalnym toku wydarzeń, nazywa się eksperymentem *post factum*. Badanie to wtedy ma sens i przypomina eksperyment, gdy porównywane są ze sobą przynajmniej dwie grupy, przy czym różnią się one wyłącznie działaniem zmiennej niezależnej (Mayntz, Holm, Hubner 1985). Procedura oparta o model *ex post facto* stanowi odwrócenie procesu badawczego w stosunku do klasycznej odmiany eksperymentu. O ile w przypadku eksperymentu klasycznego badacz poprzez manipulację zmienną niezależną próbuje wywołać obserwowalne zmiany zmiennej zależnej, o tyle w przypadku analizy *ex post* badacz usiłuje zidentyfikować związek między zmienną zależną, a zmienną niezależną działającą wcześniej bez jego udziału (Brzeziński 1996). Quasi-eksperymenty stanowią kompromis między celem zdobywania rzetelnej wiedzy na temat skuteczności badanego oddziaływania i konstatacją, że eksperymenty właściwe nie zawsze są możliwe do przeprowadzenia. Gdy przeprowadzenie właściwej procedury nie jest możliwe (a to właśnie ma miejsce w warunkach więzienia), trzeba wykorzystywać to, co jest dostępne (Campbell, 1969). W warunkach zakładu karnego możliwe jest zastosowanie dwóch metod badawczych. Pierwsza polega na dwukrotnym badaniu jednej grupy (bez grupy kontrolnej) i pomiarze różnicy wyników przed i po zadziałaniu bodźca eksperymentalnego. Druga metoda, zbliżona do procedury *ex post facto* polega na pomiarze różnicy między grupą eksperymentalną, a grupą kontrolną. Metoda ta wymaga podobieństwa grup, które nie powinny różnić się pod względem czynników psychospołecznych. Zatem zachowanie kanonu jedynej różnicy dotyczy wyłącznie występowania bodźca eksperymentalnego w jednej grupie i jego braku w grupie drugiej (Morawski 1969). W prezentowanych badaniach populacja więźniów nie różniła się (wszyscy przebywali w tych samych warunkach izolacji), a jedynym czynnikiem różnicującym był rodzaj podejmowanej aktywności fizycznej (zespołowa, indywidualna, zróżnicowana, siłowa) lub jej brak.

Narzędzie pomiaru poziomu agresji stanowił – Inwentarz Psychologiczny Syndromu Agresji autorstwa Zbigniewa B. Gasia. Składa się on z 83 pytań, na które

badany ma możliwość udzielenia 1 odpowiedzi: „TAK”, „NIE”, lub niezdecydowanej „?”. Wynikom przypisuje się zgodnie z kluczem punktację: 2 punkty za odpowiedź diagnostyczną, 1 za niezdecydowaną i 0 za odpowiedź niediagnostyczną. Inwentarz umożliwia określenie ogólnego nasilenia syndromu agresji, poziomu kontroli zachowań agresywnych, skłonności do odwetu, kierunków agresji (na siebie, na otoczenie zewnętrzne, agresji ukrytej) oraz poziomu 8 szczegółowych rodzajów agresji: werbalnej, fizycznej, przemieszczonej i pośredniej, wrogiej, nieświadomionej, samoagresji emocjonalnej i fizycznej (Gaś 1980).

W badaniach wzięło udział 939 skazanych z 20 wylosowanych zakładów karnych w Polsce (10 typu zamkniętego i 10 typu półotwartego). Badaną populację podzielono na 5 grup (4 grupy odpowiadające rodzajowi aktywności – zmienne niezależne główne oraz 1 grupa kontrolna – skazani nieaktywni fizycznie).

## Wyniki badań

Wskaźniki nasilenia syndromu agresji osób pozbawionych wolności są zróżnicowane w zależności od rodzaju podejmowanej przez nich aktywności fizycznej. Na uwagę zasługuje fakt, że skazani podejmujący aktywność fizyczną siłową wykazują najwyższy poziom większości wskaźników agresji, a w szczególności w zakresie ogólnego nasilenia syndromu agresji, agresji ukrytej i skierowanej na zewnątrz oraz w skalach wrogości wobec otoczenia, nieświadomionych skłonności agresywnych, agresji przemieszczonej i fizycznej. Ich wyniki są wyższe nawet niż wyniki skazanych niepodejmujących żadnej aktywności fizycznej (patrz tabela 1). W przypadku skazanych podejmujących inne rodzaje aktywności fizycznej niż siłowa ich poziom agresji w wybranych wskaźnikach jest niższy w porównaniu ze skazanymi z grupy kontrolnej. Występują jednak skale, w których rozbieżność jest minimalna. I tak zbliżone wartości wskaźników we wszystkich grupach skazanych dotyczą: skłonności do odwetu, samoagresji fizycznej, agresji pośredniej i słownej.

Tabela 1. Zróżnicowanie średnich wyników Inwentarza Psychologicznego Syndromu Agresji w zależności od rodzaju podejmowanej aktywności fizycznej

Zmienne	Grupy	Brak aktywności fizycznej n=165	Aktywność fizyczna zespołowa n=221	Aktywność fizyczna indywidualna n=153	Aktywność fizyczna siłowa n=208	Różne rodzaje aktywności fizycznej n=191	F	p
Kontrola agresji		5,15	5,84	5,56	5,14	5,63	5,071	0,000
Skłonność do odwetu		5,65	5,42	5,45	5,59	5,43	0,553	0,697
Samoagresji		5,60	5,50	5,67	5,23	5,49	1,325	0,259
Agresja ukryta		5,27	5,19	5,20	6,44	5,42	15,648	0,000
Agresja skierowana na zewnątrz		5,65	5,34	5,27	6,10	5,20	7,198	0,000
Ogólne nasilenie syndromu agresji		5,59	5,29	5,33	6,00	5,27	4,974	0,001
Samoagresja emocjonalna		5,44	5,43	5,59	5,15	5,46	1,280	0,276
Samoagresja fizyczna		5,76	5,61	5,72	5,56	5,68	0,363	0,835
Wrogość wobec otoczenia		5,33	5,03	5,19	6,46	5,45	18,081	0,000

Nieuświadomione skłonności agresywne	5,45	5,37	5,41	6,18	5,51	7,378	0,000
Agresja przemieszczona	5,71	5,19	5,16	6,26	5,14	13,201	0,000
Agresja pośrednia	5,39	5,46	5,48	5,34	5,40	0,177	0,951
Agresja słowna	5,70	5,81	5,77	5,78	5,60	0,402	0,807
Agresja fizyczna	5,57	5,12	4,71	6,32	5,08	19,999	0,000

Oznaczenia: F – wynik analizy wariancji; p – poziom istotności różnic

Źródło: badania własne (Poklek 2009a)

W celu zweryfikowania hipotezy zakładającej zróżnicowanie wyników nasilenia syndromu agresji w poszczególnych grupach zastosowano jednoczynnikową analizę wariancji –  $F^1$ . Spośród 14 analizowanych zmiennych szczegółowych 8 z nich istotnie statystycznie różnicuje badaną populację (wyniki wyróżnione w tabeli 1). Zatem hipoteza o współzależności aktywności fizycznej z poziomem agresywności więźniów znajduje częściowe potwierdzenie. W celu identyfikacji istotnych różnic pomiędzy wszystkimi badanymi grupami zastosowano test rozstępu wielokrotnego Duncana.

W tabeli 2 zaprezentowano zróżnicowanie wyników w poszczególnych skalach. W pierwszej kolumnie znajduje się opis zmiennych – skal inwentarza syndromu agresji, natomiast w kolumnie drugiej przedstawiono symbole grup, które różnią się od siebie wraz z poziomem istotności tych różnic. Podkreślenia wymaga fakt, że grupa skazanych uprawiających wyłącznie sporty siłowe przejawia najwyższy poziom agresji i różni się istotnie od pozostałych grup. W przypadku grupy kontrolnej różni się ona od grup skazanych podejmujących aktywność fizyczną zespołową i indywidualną w zakresie kontroli agresji i agresji fizycznej, a w skali agresji skierowanej na zewnątrz różni się tylko od grupy skazanych podejmujących zróżnicowaną aktywność fizyczną. Zatem zróżnicowanie pozostałych skal wynika przede wszystkim z wysokiego poziomu agresji skazanych aktywnych siłowo. Jest to bardzo niepokojący fakt z punktu widzenia praktyki penitencjarnej i popularności ćwiczeń siłowych wśród więźniów, które mogą wiązać się z zagrożeniem bezpieczeństwa jednostki penitencjarnej i dla społeczeństwa.

Tabela 2. Istotność różnic wyników Inwentarza Psychologicznego Syndromu Agresji między poszczególnymi grupami oszacowana testem *post hoc* rozstępu wielokrotnego Duncana<sup>2</sup>

Zmienna	Zróżnicowanie grup
Kontrola agresji	$K < (2,4)^*, 1^{**}$ $3 < (2,4)^*, 1^{***}$
Skłonność do odwetu	—————
Samoagresja	—————
Agresja ukryta	$1, 2, 3, 4 < 3^{***}$
Agresja zewnętrzna	$(K, 2)^*, 1^{**}, 4^{***} < 3$ $4 < K^*$
Ogólne nasilenie agresywności	$K^*, (1, 2, 4)^{***} < 3$
Samoagresja emocjonalna	—————

<sup>1</sup> Opis zastosowań jednoczynnikowej analizy wariancji można znaleźć w pracach Brzeziński 1996, Puchalski 1977.

<sup>2</sup> Opis zastosowań testów *post hoc*, w tym testu rozstępu wielokrotnego Duncana można znaleźć w pracach Góralski 1987, Ferguson, Takane 1997.



Samoagresja fizyczna	_____
Wrogość wobec otoczenia	(K,1,2,4)<3***
Nieświadomione skłonności agresywne	(K,1,2,4)<3***
Agresja przemieszczona	K**, (1,2,4)***<3
Agresja pośrednia	_____
Agresja słowna	_____
Agresja fizyczna	(K,1,2,4)***<3 (1,4)*,2***<K 2<1*

Oznaczenia poziomu istotności: \* – 0,05, \*\* – 0,01, \*\*\* – 0,001;

Oznaczenia grup: K – kontrolna, 1 – aktywność zespołowa, 2 – aktywność indywidualna (bez siłowej), 3 – aktywność siłowa, 4 – aktywność zróżnicowana

Źródło: badania własne

Wyjaśnienia istniejących różnic można doszukiwać się we wpływie różnych rodzajów aktywności fizycznej na zmianę poziomu agresji, specyfice współzawodnictwa i walki sportowej, pozwalającej w różny sposób zmanifestować przewagę nad przeciwnikiem. Aktywność fizyczna połączona z zasadami sportowej walki pozwala kanalizować agresywne instynkty, a różne procesy psychiczne wynikające ze specyfiki dyscypliny mają wpływ na wewnętrzną kontrolę zachowania. Natomiast procesy grupowe występujące w trakcie interakcji z przeciwnikiem i własną drużyną powodują wytworzenie się zewnętrznej kontroli wynikającej z przepisów dyscypliny i z interakcji grupowych. Prawdopodobnie podwyższenie sprawności fizycznej, zwiększenie siły i poprawa sylwetki więźniów bez wpływu procesów psychospołecznych i z pominięciem zasad fair play może sprzyjać wzrostowi poziomu agresji skazanych podejmujących wyłącznie aktywność fizyczną siłową (Poklek, 2006).

Stopień izolacji osadzonych nie wywiera istotnego wpływu na zależności między rodzajem podejmowanej przez nich aktywności fizycznej a poziomem przejawianej agresywności. Wszystkie zaobserwowane różnice w poziomie agresji w zależności od rodzaju aktywności fizycznej (korzystne w przypadku gier zespołowych i sportów indywidualnych i niekorzystne w przypadku sportów siłowych) występują zarówno u skazanych z zakładu karnego typu zamkniętego, jak i półotwartego (wyjątek – ogólne nasilenie syndromu agresji).

Tabela 3. Zróżnicowanie średnich wyników Inwentarza Psychologicznego Syndromu Agresji z uwzględnieniem typu zakładu karnego (statystyka F)

Zmienne	Typ zakładu	
	Zamknięty	Półotwarty
Kontrola agresji	3,45***	3,57***
Skłonność do odwetu	0,61	1,87
Samoagresji	1,19	0,33
Agresja ukryta	8,59***	8,26***
Agresja skierowana na zewnątrz	5,11***	3,42***
Ogólny poziom syndromu agresji	1,93	3,98***
Samoagresja emocjonalna	0,98	0,66
Samoagresja fizyczna	0,74	0,32
Wrogość wobec otoczenia	9,98***	8,93***

Nieuświadomione skłonności agresywne	4,13***	4,59***
Agresja przemieszczona	7,27***	7,71***
Agresja pośrednia	0,16	0,36
Agresja słowna	0,77	1,18
Agresja fizyczna	14,54***	8,74

poziom istotności: \*\*\*–0,001

Źródło: badania własne (Poklek 2009a)

## Wnioski

1. Aktywność fizyczna wpływa na poziom wybranych wskaźników syndromu agresji osób pozbawionych wolności, a wpływ ten jest uzależniony od rodzaju podejmowanej aktywności. Najkorzystniejszym rodzajem aktywności fizycznej, z punktu widzenia resocjalizacji więziennej, są gry zespołowe oraz wybrane sporty indywidualne (tenis, badminton, gimnastyka, lekkoatletyka).
2. Aktywność fizyczna siłowa podejmowana przez więźniów budzi uzasadnione zastrzeżenia. Skazani podejmujący wyłącznie ten rodzaj aktywności fizycznej charakteryzują się najwyższym poziomem agresji i najniższą samokontrolą. Niebezpieczeństwo wynika przede wszystkim z tego, że ich agresja ma postać wrogą i ukrytą, a gdy się ujawni to jest kierowana na ludzi i przedmioty.
3. Zaobserwowane niekorzystne związki między aktywnością fizyczną siłową a podwyższonym poziomem agresji nie występują, gdy skazani oprócz ćwiczeń w siłowni podejmują również zespołowe rodzaje aktywności fizycznej, co może świadczyć o korzystnym wpływie gier zespołowych na niwelowanie negatywnych wpływów ćwiczeń siłowych na poziom agresji więźniów. Treningi siłowe w warunkach więzienia mogą więc stanowić jedynie uzupełnienie innych rodzajów aktywności fizycznej, a nie stanowić wyłącznej aktywności więźniów.
4. Stopień izolacji więźniów nie ma wpływu na badane zależności. Zaobserwowane relacje między rodzajem aktywności a poziomem agresji dotyczą zarówno skazanych z zakładu zamkniętego, jak i półotwartego.

## Literatura

1. Campbell D. T., (1969), *Reforms as experiments*, „American Psychologist”, nr 24
2. Cynarski W., (2002), *Problem agresji w sporcie na przykładzie wybranych gier zespołowych i sportów walki*, „Studia Humanistyczne”, nr 2, Kraków, Wydawnictwo AWF
3. Czajkowska B., Golema M., Popieluch W., (1967), *Znaczenie zajęć wychowania fizycznego w procesie leczniczo – wychowawczym więźniów z odchyleniami od normy psychicznej oraz ich stosunek do tych zajęć*, „Przegląd Penitencjarny”, nr 3
4. Dobrzeniecki J., (1998), *Kultura fizyczna i jej uwarunkowania w resocjalizacji więźniów*, Gdańsk, Wydawnictwo AWFIS
5. Ferguson G.A., Takane Y., (1997), *Analiza statystyczna w psychologii i pedagogice*, Warszawa, Wydawnictwo Naukowe PWN
6. Fiutko R., (1966), *Stan fizyczny młodocianych przestępców w zakładzie karnym w Łławie*, „Przegląd Penitencjarny”, nr 2
7. Fiutko R., (1967), *Wychowanie fizyczne i sport istotnym czynnikiem reedukacji młodocianych przestępców*, „Kultura Fizyczna”, nr 5

8. Fraisse P., (1991), *Metoda eksperymentalna* [w:] *Psychologia eksperymentalna. Zarys psychologii eksperymentalnej*, P. Fraisse, J. Piaget (red.), Warszawa Wydawnictwo Naukowe PWN
9. Frankfort-Nachmias C., Nachmias D., (2001), *Metody badawcze w naukach społecznych*, Poznań, Wydawnictwo Zysk i S-ka
10. Gaś Z.B., (1980), *Inwentarz Psychologiczny Syndromu Agresji*, „Przegląd Psychologiczny”, nr 1
11. Goldstein J.H., (1986), *Sport and aggression* [w:] *Violent transactions: The limits on personality*, A. Campbell, J.J. Gibbs (red.), New York, Basil Blackwell
12. Góralski A., (1987), *Metody opisu i wnioskowania statystycznego w psychologii i pedagogice*, Warszawa, PWN
13. Guilford J.P., (1964), *Podstawowe metody statystyczne w psychologii i pedagogice*, Warszawa, PWN
14. Kalina R.M., (1991), *Przeciwdziałanie agresji, wykorzystanie sportu do zmniejszania agresywności*, Warszawa, Polskie Towarzystwo Higieny Psychiczej
15. Łapiński P., (2003), *Poziom zaburzeń zachowania osób podejmujących aktywność fizyczną w czasie odbywania kary pozbawienia wolności* [w:] *Aktywność ruchowa, edukacja i zdrowie w kontekstach pro obronnych*, M. Marcinkowski, M. Sokołowski (red.), Poznań, Wydawnictwo AWF
16. Łapiński P., (2006), *Aktywność fizyczna osób odbywających karę pozbawienia wolności a występowanie u nich zaburzeń w zachowaniu* [w:] *Aktywność ruchowa ludzi w różnym wieku. Tom 10 cz. 2.*, D. Umiastowska (red.), Szczecin, Wydawnictwo Uniwersytet Szczeciński i Polskie Towarzystwo Naukowe Kultury Fizycznej
17. Mayntz R., Holm K., Hubner P., (1985), *Wprowadzenie do metod socjologii empirycznej*, Warszawa, PWN
18. Michniewicz I., (2004), *Więzienne stepowanie*, „Przegląd Więziennictwa Polskiego”, nr 42
19. Michniewicz I., (2005), *Wpływ zajęć sportowych na funkcjonowanie skazanych w zakładzie karnym*. „Przegląd Więziennictwa Polskiego”, nr 49
20. Morawski J., (1969), *Z badań skuteczności resocjalizacji młodocianych w rygorze obostrzonym*, „Przegląd Penitencjarny”, nr 4
21. Muravov I., (2002), *Zapotrzebowanie społeczne na wychowanie fizyczne, niewykorzystane jego możliwości i perspektywy wprowadzenia go w zakładach penitencjarnych* [w:] *Penitencjarna kultura fizyczna*, A. Rejzner (red.), Warszawa, Wydawnictwo UW
22. Patterson A., (1974), *Hostility catharsis: A naturalistic quasi – experiment*, “Personality and Social Bulletin”, nr 1
23. Poklek R., (2001), *Nasilenie lęku i skłonności agresywnych a aktywność sportowa więźniów* [w:] *Więziennictwo: nowe wyzwania*, B. Hołyst B., W. Ambrozik, P. Stępnik (red.), Warszawa – Poznań – Kalisz
24. Poklek R., (2003) *Kultura fizyczna w pracy z osobami pozbawionymi wolności w opinii personelu więziennego*, „Przegląd Więziennictwa Polskiego”, nr 38-39
25. Poklek R., (2005), *Oczekiwania i preferencje skazanych dotyczące zajęć sportowych*, „Przegląd Więziennictwa Polskiego”, nr 47-48
26. Poklek R., (2006a), *Wpływ aktywności fizycznej na poziom agresji młodocianych przestępców* [w:] *Edukacja Prewencja Resocjalizacja. Z problematyki zagrożeń bezpieczeństwa dzieci i młodzieży*. Poznań, Wydawnictwo Naukowe Wyższej Szkoły Pedagogiki i Administracji
27. Poklek R., (2006b), *Związki lęku i agresji skazanych uprawiających różne dyscypliny sportowe*, „Przegląd Więziennictwa Polskiego”, nr 51
28. Poklek R., (2008), *Aktywność fizyczna a nasilenie syndromu agresji osób pozbawionych wolności*, Kalisz, Centralny Ośrodek Szkolenia Służby Więziennej
29. Poklek R., (2009a), *Aggressiveness of prisoners engaged In various physical activities* [w:] *Contemporary Task Problems and Perspectives of Physical Education in the Army*, M. Sokołowski (red.), Warszawa, Polish Scientific Physical Education Association Section in the Army

30. Poklek R., (2009b), *Specyficzne i niespecyficzne funkcje wychowania fizycznego resocjalizującego* [w:] *Terapia w resocjalizacji Część 2*, A. Rejzner, P. Szczepaniak (red.), Warszawa, Wydawnictwo Akademickie Żak
31. Poklek R., (2009c), *Wartości aktywności fizycznej w opiniach więźniów* [w:] *Wspomaganie rozwoju i edukacji człowieka poprzez turystykę, sport i rekreację*, R. Muszkieta i in. (red.), Bydgoszcz, Wydawnictwo Wyższa Szkoła Gospodarki i Polskie Towarzystwo Naukowe Kultury Fizycznej
32. Poklek R., (2011), *Wykorzystanie sportu w redukcji zachowań agresywnych* [w:] *Systemowe rozwiązania problemu przemocy i agresji w szkole*, A. Rejzner (red.), Warszawa, Wyższa Szkoła Pedagogiczna Towarzystwa Wiedzy Powszechnej
33. Popławski P., (1984), *Środki i metody oddziaływania penitencjarnego*. „Przegląd Penitencjarny i Kryminologiczny”, nr 5
34. Puchalski T. (1977), *Statystyka*, Warszawa, PWN
35. Rejzner A., (1995), *Kultura fizyczna w polskim systemie penitencjarnym*, Warszawa, Wydawnictwo IPSiR UW
36. Rejzner A., (1997), *Kultura fizyczna w zakładach penitencjarnych*, „Przegląd Więziennictwa Polskiego”, nr 15
37. Rejzner A., (1998), *Kultura fizyczna w polskim systemie penitencjarnym* [w:] *IPSiR dzisiaj. Księga jubileuszowa*, Porowski M. (red.), Warszawa, Wydawnictwo IPSiR UW
38. Rejzner A., (2002), *Stan i kierunki badań penitencjarnej kultury fizycznej* [w:] *Penitencjarna kultura fizyczna*, A. Rejzner (red.), Warszawa Wydawnictwo UW
39. Russell G.W., (1981), *Spectator moos at an aggressive sports event*, “Journal of Sports Psychology”, nr 3
40. Russell G.W., (1993), *The social psychology of sport*, New York, Springer
41. Sas-Nowosielski K., (2002), *O możliwościach wykorzystania kultury fizycznej w resocjalizacji nieletnich*, Warszawa, Wydawnictwo Wyższej Szkoły Pedagogicznej Towarzystwa Wiedzy Powszechnej
42. Sidor T., (2001), *Sport i rekreacja ruchowa jako czynnik w profilaktyce resocjalizacyjnej* [w:] *Profilaktyka i resocjalizacja młodzieży*, F. Kozaczuk, B. Urban (red.), Rzeszów, Wydawnictwo WSP
43. Skoczył W., (1992), *Sport w profilaktyce resocjalizacyjnej*, „Kultura Fizyczna”, nr 5-6
44. Szmajke A., (1993), *To niedopuszczalne, ale ja to zrobię. Uprawianie sportu a akceptacja agresji i zachowań nieetycznych u chłopców*, „Przegląd Psychologiczny”, nr 4
45. Wann D.L., Branscombe N.R., (1990), *Person perception when aggressive or nonaggressive sports are primed*, “Aggressive Behavior”, nr 16
46. Żukowska Z., (2002), *Aktywność sportowa jako czynniki edukacyjno-socjalizacyjny w zakładach penitencjarnych* [w:] *Penitencjarna kultura fizyczna*, A. Rejzner (red.), Warszawa, Wydawnictwo UW