



„Wychowanie w Rodzinie” t. XIII (1/2016)

---

nadesłany: 25.01.2016 r. – przyjęty: 16.05.2016 r.

**Marta KOSZCZYC\***, **Dagmara ŁUPICKA-SZCZĘŚNIK\*\***

## **Doświadczenia socjalizacyjne wzorów kultury fizycznej a styl życia na starość**

Socialization experiences of physical culture vs. life style in old age

### **Streszczenie**

W literaturze reprezentowanej przez nauki o kulturze fizycznej toczy się dyskurs dotyczący problematyki socjalizacji w rodzinie jako pierwotnego przekąźnika wzorów czynności cielesnych, przygotowujących młode pokolenia do świadomego uczestnictwa w kulturze fizycznej.

W badaniach empirycznych istnieje luka dotycząca rozpoznania problematyki doświadczeń rekreacyjno-sportowych nabytych w dzieciństwie a aktywnością kulturową, jaką człowiek podejmuje względem cielesności na starość.

W związku z tym celem badań była próba odpowiedzi na pytanie: Czy istnieje zależność pomiędzy rodzinną socjalizacją (internalizacją wzorów i norm KF) a stylem życia na starość?

**Słowa kluczowe:** rodzina, kultura fizyczna, habitus cielesny, styl życia.

---

\* marta.koszczyc@awf.wroc.pl

Katedra Dydaktyki Wychowania Fizycznego, Akademia Wychowania Fizycznego we Wrocławiu, ul. Witelona 25, 51-617 Wrocław, Polska.

\*\* dagmara.lupicka-szczęśnik@uwr.edu.pl

Instytut Psychologii, Uniwersytet Wrocławski, ul. Dawida 1, 50-527 Wrocław, Polska.

### Abstract

In the literature representing physical culture a discourse is taking place concerning the problems of socialization in the family as the primary transmitter of physical activity patterns to prepare young generations for conscious participation in physical culture.

In empirical studies there is a gap pertaining to the identification of problems of recreational and sports experiences acquired in childhood and cultural activity undertaken by humans in relation to physical exercise in old age.

Therefore, the objective of the study was to determine the cause and effect relationship between family socialization (the internalization of physical culture patterns and standards) and the lifestyle in old age.

**Keywords:** family, physical education, corporeal habitus, lifestyle.

Temat *Doświadczenia socjalizacyjne wzorów kultury fizycznej a styl życia na starość* sugeruje wzajemne powiązania zachodzące pomiędzy przyjętymi wzorami kultury fizycznej w grupie społecznej a podejmowanymi czynnościami cielesnymi w dorosłym życiu.

Każdy człowiek rodząc się wchodzi w skład pewnej grupy społecznej, która wraz ze swoją kulturą stanowi dla nowo narodzonej jednostki świat zastany. To właśnie ta zastana kultura określa wzory i normy zachowania, których przestrzeganie „pilnują” pełnoprawni, w tym przypadku dorośli członkowie danej grupy<sup>1</sup>. Dokonuje się swoisty:

„[...] proces kształtowania osobowości dziecka i przystosowania go do życia w zbiorowości, polegający na uczeniu go i wprowadzaniu do kultury, umożliwiający mu porozumiewanie się i [...] działanie w jego ramach”<sup>2</sup>.

Ten zakres wpływów środowiska wprowadzający jednostkę do udziału w życiu społecznym, uczący ją „[...] zachowania według przyjętych wzorów, uczący ją zrozumienia kultury, czyniący ją zdolną do utrzymania się i wykonywania różnych ról społecznych”<sup>3</sup>, nazywany jest w literaturze przedmiotu procesem socjalizacji.

Wychodząc z przesłanek, że socjalizacja oznacza wejście do konkretnej kultury, a więc „[...] przyswojenie podzielanych w jej ramach, swoistych dla niej idei, przekonań, reguł, norm, wartości, symboli”<sup>4</sup>, należy rozpatrywać ją także na płaszczyźnie szeroko pojętej kultury fizycznej.

<sup>1</sup> P. Petrykowski, *Społeczno-kulturowe aspekty podstaw wychowania*, Wydawnictwo WSiE TWP, Olsztyn 2005.

<sup>2</sup> J. Szczepański, *Elementarne pojęcia socjologii*, Wydawnictwo PWN, Warszawa 1970, s. 57.

<sup>3</sup> Tamże.

<sup>4</sup> P. Sztompka, *Socjologia. Analiza społeczeństwa*, Wydawnictwo Znak, Kraków 2012, s. 450–451.

## Kultura fizyczna w ujęciu socjologicznym

Prowadząc rozważania na temat kultury fizycznej w aspekcie socjalizacji rodzinnej zadajemy sobie pytanie: Czy warstwa normatywno-aksjologiczna dotyczy również kultury fizycznej i czy we współczesnym systemie społecznym kreowane są jej wzory cielesności?

Oczywiście, że tak, gdyż kultura fizyczna istnieje w zintegrowaniu z kulturą ogólną afirmując wartość ciała jako dobro pożądane<sup>5</sup>. Wyodrębnienie z pojęcia kultury sformułowania kultura fizyczna było logicznym następstwem, gdyż:

„[...] od tysięcy lat ludzkość gimnastykuje swoje ciało, zakłada gimnazjony, a nawet tworzy całe systemy kultury cielesnej, które świadczą o kulturowym pochodzeniu przydatnych ciału doskonałości w jego istnieniu i działaniu”<sup>6</sup>.

Spółeczno-regulująca koncepcja kultury fizycznej Andrzeja Pawluckiego<sup>7</sup> odnosi się do wzorów znaczeń wartości ciała (przepisy normatywne) oraz odpowiadających im wzorów działań (przepisy dyrektywne) uprawy ciała, które wyznaczają poszczególnym członkom danych wspólnot cele i sposoby kształtowania kompetencji ciała, w ich praktycznej działalności witalnej (np. trening zdrowotny), utylitarnej (np. trening rekreacyjny), ale i perfekcjonistyczne (np. cyrk), agonistyczne (np. sport), estetyczno-artystyczne (np. taniec, pantomima), estetyczno-obyczajowe (moda, dbałość o urodę), hedonistyczne (różne odmiany dodatniego, cielesnego próżnowania).

Poszukując wzorów cielesności w kulturze fizycznej należy jednak sięgnąć do typologii Floriana Znanięckiego<sup>8</sup>, który wyróżnił i opisał sześć typów fizycznych: geneonomiczny, higieniczny, utylitarno-fizyczny, hedonistyczny, obyczajowo-estetyczny i sportowy. Typologia Znanięckiego<sup>9</sup> stała się punktem wyjścia do badań nad wzorami kultury fizycznej a także została rozwinięta przez Pawluckiego<sup>10</sup> w jego *Rozważaniach o wychowaniu* do trzech obszarów wzorów kultury fizycznej:

- wzory egzystencjalne: biotyczne, witalne i utylitarne czynności cielesne,
- wzory symboliczne: agonistyczne, estetyczno-artystyczne, mistyczne czynności cielesne,
- wzory społeczne: obyczajowo-estetyczne, hedonistyczne, obłubieńcze czynności cielesne.

<sup>5</sup> A. Pawlucky, *Nauki o kulturze fizycznej*, Oficyna Wydawnicza „Impuls”, Kraków 2015.

<sup>6</sup> Tamże, s. 56.

<sup>7</sup> A. Pawlucky, *Kulturalizm w wyjaśnianiu przyczynowości wychowania fizycznego*, [w:] Z. Dziubiński, K.W. Jankowski (red.), *Kultura fizyczna w społeczeństwie nowoczesnym*, Wydawnictwo AWF, Warszawa 2009, s. 305–327.

<sup>8</sup> F. Znanięcki, *Socjologia wychowania*, Wydawnictwo PWN, Warszawa 1973.

<sup>9</sup> Tamże.

<sup>10</sup> A. Pawlucky, *Rozważania o wychowaniu*, Wydawnictwo AWF, Gdańsk 1994.

Według Pawłuckiego<sup>11</sup> wychowanie do wartości ciała to przekazywanie z pokolenia na pokolenie kulturowych wzorów w aspekcie cielesności.

## **Rodzina jako międzypokoleniowa transmisja kulturowych wzorów cielesności – konstruowanie habitusu kultury fizycznej**

Współczesna kultura oparta jest na konsumpcyjnej kulturze masowej i odwołuje się do wartości hedonistyczno-estetycznych, co czyni ją ciałowocentryczną<sup>12</sup> „a więc skupioną na działaniach związanych z ciałem i na konsumpcji cielesnych doznań”<sup>13</sup>.

Oto w przestrzeni publicznej mamy do czynienia z mnogością obrazów ukazujących ciała atrakcyjne, ponętne, niekiedy wręcz seksualne i rozebrane. Wzorce te w szczególny sposób przenikają do pokolenia młodzieży, która traktuje ciało, jako „narzędzie” i środek kształtujący przekonanie o wyjątkowości własnego Ja. W kulturze fizycznej dostrzegamy transfer wzorców z kultury masowej, szczególnie w aspekcie działań obyczajowo-estetycznych, przejawiających się w kreacji sprawności fizycznej i eksponowania atrakcyjnego wyglądu. Ciało muskularne u mężczyzny i szczupłe u kobiety to niezwykle cenne w dzisiejszej kulturze atrybuty. Zauważamy również, że wzrost koncentracji na cielesności skutkuje wyeksponowaniem kultu młodego ciała. Przesunięcie czynności podejmowanych względem ciała w kierunku hedonistycznym i obyczajowo-estetycznym spowodowało, że młody człowiek w mniejszym stopniu dostrzega działania warunkujące pomnażanie strony witanej cielesności, tj. jej zdrowotnej *fitness*. Musimy jednak pamiętać, że na strukturze biologicznej człowieka (jego żywotności i zdrowotności) współtworzona jest określona rzeczywistość społeczna.

W czasach, w których mamy do czynienia z „przesunięciem socjalizacyjnym”, tzn. „[...] tradycyjne instytucje socjalizacji (rodzina, szkoła, Kościół) tracą na znaczeniu, ich role przejmują w sposób inwazyjny: grupa rówieśnicza oraz mass media i szeroko rozumiana kultura popularna”<sup>14</sup> istotne wydaje się kontynuowanie dyskursu dotyczącego przekazu witalnych wzorów kultury fizycznej w środowisku rodzinnym. Badania potwierdzają, że na proces socjalizacji do

<sup>11</sup> Tamże.

<sup>12</sup> Z. Melosik, *Kryzys męskości w kulturze współczesnej*, Oficyna Wydawnicza „Impuls”, Kraków 2006.

<sup>13</sup> P. Rymarczyk, *Ciałowocentryczność kultury masowej a występujące w niej wzorce męskości – analiza magazynów poświęconych stylowi życia*, [w:] Z. Dziubiński, K.W. Jankowski (red.), *Kultura fizyczna...*, dz. cyt., s. 231–240.

<sup>14</sup> Z. Kwieciński, B. Śliwerski, *Pedagogika. Podręcznik akademicki*, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2006, s. 68.

szeroko pojętej aktywności fizycznej za najbardziej wpływowe uznano rodzinę oraz grupę rówieśniczą<sup>15</sup>. Należy podkreślić, że wpływ rodziny na transmisję kulturowych wzorów cielesności jest szczególnie ważny w okresie dzieciństwa, ale zmniejsza się wraz z dorastaniem dzieci<sup>16</sup>. Badania Michała Lenartowicza<sup>17</sup> i Jana W. te Kloetze<sup>18</sup> oraz Normana Anderssena i wsp.<sup>19</sup> wykazały, że wspólna aktywność sportowo-rekreacyjna w cyklu życia rodziny nie jest zjawiskiem powszechnym i dotyczy jedynie dzieci w wieku przedszkolnym i szkolnym. Rodzina stanowi odbicie wzorów, wartości, poglądów właściwych dla grupy społecznej, której część stanowi.

Doświadczenie kultury fizycznej w rodzinie staje się niezmiernie istotnym elementem zmian, które zachodzą w osobowości dziecka, a które łącząc się ze zdobywanymi doświadczeniami mogą warunkować całościową troskę o ciało. Z drugiej strony należy pamiętać, że brak wzorców czy też niewłaściwe ich przekazywanie może skutkować przyswojeniem oraz krystalizacją ideałów oraz norm społecznie nieakceptowanych w kreowaniu wzorów cielesności (anoreksja, bulimia, uzależnienie od ćwiczeń fizycznych). Z powyższych rozważań wynika, że efektem oddziaływań rodziny jest „[...] uformowanie specyficznego habitusu jednostek i wyposażanie ich w zasób, który określić możemy mianem kapitału kultury fizycznej”<sup>20</sup>. W niniejszym opracowaniu pojęcie habitusu należy rozumieć jako:

„[...] kompleks interioryzacji, czyli tendencji, postaw, dyspozycji uwewnętrznionych, wprowadzonych w sferę ludzkich nawyków. Habitus rozciąga się na dziedzinę ocen, emocjonalnych reakcji, stosunku do wartości”<sup>21</sup>.

<sup>15</sup> M. Ziemska, *Postawy rodzicielskie*, Wydawnictwo Wiedza Powszechna, Warszawa 1969; M. Skonieczka, *Rodzinne uwarunkowania aktywności fizycznej w przeglądzie piśmiennictwa*, „Rocznik Naukowy AWFis w Gdańsku” 2011, t. 21, s. 95–101.

<sup>16</sup> T. Wolańska, *Rekreacja fizyczna w cyklu życia rodziny*, „Kultura Fizyczna” 1998, nr 3/4, s. 29–30; A. Jurczak, *Udział dzieci i młodzieży w pozalekcyjnych i pozaszkolnych formach aktywności ruchowej i niektóre jego uwarunkowania*, [Rozprawa doktorska], AWF Kraków 2000; B. Królikowska, *Świadoma aktywność ruchowa w stylu życia współczesnej rodziny*, [w:] W. Śladkowski (red.), *Promocja zdrowia rodziny*, „Annales Universitatis Mariae Curie-Skłodowska” Sectio D Medicina 2004, nr 59, suppl. 14, 3, s. 209–214.

<sup>17</sup> M. Lenartowicz, *Porównanie przeszłej aktywności turystycznej prób młodzieży polskiej i holenderskiej oraz ich rodzin*, „Turystyka i Rekreacja” 2005, nr 1, s. 101–165.

<sup>18</sup> J.W. te Kloetze, *The Family and Leisure in Poland and Netherlands*, Garant, Leuven – Apleldoorn 1998.

<sup>19</sup> N. Anderssen, B. Wold, T. Torsheim, *Are parental health habits transmitted to their children? An eight year longitudinal study of physical activity in adolescents and their parents*, „Journal of Adolescence” 2006, nr 29(4), s. 513–524.

<sup>20</sup> M. Lenartowicz, K.W. Jankowski, *Socjalizacja do kultury fizycznej, czyli konstruowanie habitusu*, [w:] Z. Dziubiński, K.W. Jankowski (red.), *Kultura fizyczna a socjalizacja*, Wydawnictwo AWF Warszawa 2012, s. 131–141.

<sup>21</sup> A. Kłosowska, *Wstęp do wydania polskiego*, [w:] P. Bourdieu, J.C. Passeron (red.), *Reprodukcja. Elementy teorii systemu nauczania*, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2006, s. 13–14.

Nie ulega wątpliwości, że habitus jest odbiciem w jednostce tego, co zewnętrzne i społeczne a więc częścią habitusu człowieka będzie jego postawa wobec ciała, jego zdrowia, urody, podejmowania aktywności sportowo-rekreacyjnej z zamiarem doskonalenia kompetencji ciała. Pamięć pozytywnych doświadczeń cielesnych oraz wiedza i umiejętności dotyczące dbałości o ciało, wyniesione z domu rodzinnego, mogą zdecydowanie przysłużyć się aktywnemu i zdrowemu stylowi życia w późniejszych okresach rozwoju człowieka.

## Wzory rodzinnej kultury fizycznej a style życia na starość

Andrzej Siciński uważa, że:

„[...] styl życia – to zespół codziennych zachowań (sposób postępowania, aktywność życiowa) specyficzny dla danej zbiorowości lub jednostki, a inaczej mówiąc: charakterystyczny sposób bycia odróżniający daną zbiorowość lub jednostkę od innych. Na całość, jaką stanowi styl życia, składają się przy tym zachowania ludzi zróżnicowane co do zakresu i formy, motywacje owych zachowań a także pewne funkcje rzeczy będących bądź rezultatami, bądź celami, bądź instrumentami owych zachowań”<sup>22</sup>.

Według Zofii Zaorskiej:

„[...] styl życia w starości jest zazwyczaj w jakimś stopniu kontynuacją lub odzwierciedleniem wcześniej uprawianych ról, z których najczęściej występującą jest rola rodzinna, najrzadziej – związana z aktywnością kulturalną”<sup>23</sup>.

Autorka zwraca uwagę, że styl życia w starości jest silnie zdeterminowany wcześniejszymi przyzwyczajeniami i podejmowanymi przez seniora rolami. Wzorce kultury fizycznej prezentowane przez rodziców w okresie dzieciństwa oraz dorastania mają swoje odzwierciedlenie w stylu życia preferowanym na starość.

W takim ujęciu wychowanie rodzinne skutkuje samozwrotnymi czynnościami cielesnymi, które są refleksyjnie odwzorowane przez podmiot a które zmierzają do doskonalenia jego własnego bytu cielesnego<sup>24</sup>. Senior jest zatem *podmiotem samodzielnym, samowładnym i samowiadomym* do podejmowania czynności o treści kulturowej, zgodnie z przyjmowanym przez grupę społeczną wzorem wartości i jej modelem ideologicznym. Czyniąc rozważania na temat stylu życia należy uwzględnić jego zdrowotny obszar.

<sup>22</sup> P. Szukalski, *Przygotowanie do starości. Polacy wobec starzenia się*, Wydawnictwo WEMA, Warszawa 2009, s. 119.

<sup>23</sup> J. Wawrzyniak, *Oblicza starości. Biografia jako źródło czynników adaptacyjnych*, Wydawnictwo Wyższej Szkoły Humanistyczno-Ekonomicznej, Łódź 2009, s. 32.

<sup>24</sup> A. Pawłucki, *Nauki o kulturze...*, dz. cyt.

„Prozdrowotny styl życia to – nie tylko wzory zachowań związane ze zdrowiem, ale także wartości i postawy reprezentowane przez ludzi w odpowiedzi na warunki ich społecznego, kulturowego i ekonomicznego środowiska”<sup>25</sup>.

Typ definicji odwołujących się do świadomości podmiotu reprezentuje także David S. Gochman<sup>26</sup>. Według niego obszar zachowań zdrowotnych obejmuje takie osobiste atrybuty, jak: przekonania, oczekiwania, motywy, spostrzeżenia i inne elementy poznawcze, właściwości osobowościowe, włączając stany i cechy uczuciowe i emocjonalne, wzorce jego zachowania, działania i nawyki, które wiążą się z utrzymaniem, odzyskaniem i polepszeniem zdrowia.

Okres starzenia się człowieka to czas, w którym podmiot przyjmuje określone sposoby postępowania a aktywność życiowa warunkowana jest inwolucją fizyczności, gerotranscendencją oraz warunkami społeczno-ekonomicznymi. Olga Czerniawska<sup>27</sup> dokonuje podziału na: styl życia całkowicie bierny, styl rodzinny, styl wynikający z posiadania własnego ogródka, styl jako aktywność w stowarzyszeniu społecznym<sup>28</sup>.

Mając na uwadze przedstawiony podział zasadne wydaje się uwzględnienie w nim prozdrowotnych działań kulturowych.

„Styl całkowicie bierny – jako skrajnie negatywny, prezentują ludzie wycofujący się z życia społecznego, osamotnieni lub chorzy, którzy przybrali postawę («uniform psychiczny») zgodnie z sytuacją zdrowotną”<sup>29</sup>.

W związku z postępującą inwolucją biologiczną oraz obniżonym potencjałem zdrowotnym seniorzy reprezentujący bierny styl życia świadomie nie podejmują czynności zdrowotnych. Jest to błędne rozumowanie, gdyż brak ćwiczeń fizycznych sprzyja pogłębiającej się dysfunkcji morfofunkcjonalnej a tym samym zdecydowanie obniża jakość ich egzystencji. Styl rodzinny – występuje przy znacznym zaangażowaniu w życie rodzinne.

„Cechuje go rozszerzona rola babci i dziadka polegająca często na opiece nad wnukami, która całkowicie zastępuje rodziców lub wspomaga ich w godzinach, gdy pracują”<sup>30</sup>.

<sup>25</sup> B. Woynarowska, *Edukacja zdrowotna*, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2008, s. 51.

<sup>26</sup> D.S. Gochman, *Health behavior. Emerging research prospective*, The Free Press, New York 1988.

<sup>27</sup> O. Czerniawska, *Style życia w starości*, Wydawnictwo Wyższej Szkoły Humanistyczno-Ekonomicznej w Łodzi, Łódź 1998, s. 19.

<sup>28</sup> Ten rodzaj stylu życia nie został uszczegółowiony w tekście, gdyż nie warunkuje bezpośrednio kreowania wzorów kultury cielesnej a także nie można było go wyróżnić w oparciu o wypowiedzi narratorów i poddać interpretacji – przyp. aut. M.K., D. Ł.-S.

<sup>29</sup> Tamże, s. 33.

<sup>30</sup> Tamże, s. 19.

Opieka nad wnukami może stać się również powodem do kreowania form aktywności ruchowej, w której współuczestniczą dziadkowie i wnukowie, sprzyjając tym samym nawiązywaniu dialogu międzypokoleniowego.

Styl wynikający z posiadania własnego ogródka, stymuluje seniora do regularnej pracy fizycznej a także jest dla niego miejscem odpoczynku i relaksu.

## **Empiryczne implikacje – doświadczenia socjalizacyjne wzorów kultury fizycznej a styl życia na starość**

W badaniach empirycznych istnieje luka dotycząca rozpoznania problematyki doświadczeń rekreacyjno-sportowych nabytych w dzieciństwie a aktywnością kulturową, jaką człowiek podejmuje względem cielesności na starość.

W związku z tym celem badań była próba odpowiedzi na pytanie: Czy istnieje zależność pomiędzy rodzinną socjalizacją (internalizacją wzorów i norm KF) a stylem życia na starość?

Postawiono następujące pytania badawcze, które miały pomóc w uszczegółowieniu celu badań:

- Kto w przeszłości badanych stanowił przekaznik wzorców kulturowych w zakresie kultury fizycznej?
- Jaki jest styl życia na starość oraz który ze wzorów cielesności dominuje w stylu życia badanych seniorów?
- Jakimi zmianami skutkuje uprawianie sportu i czy miały one wpływ na styl życia w starości?
- Jaką rolę pełni Senior-Sportowiec w transmisji kulturowych wzorów cielesności?

Socjologowie rodziny wskazują na konieczność częstszego stosowania jakościowych metod badawczych w rozpoznawaniu obszaru rodzinnej kultury fizycznej<sup>31</sup>.

Przeprowadzone badania oparte zostały na metodzie wywiadu narracyjnego Fritza Shütza<sup>32</sup>. Każdy z wywiadów był rozmową indywidualną, która zawierała fazy wyróżnione przez Shütza<sup>33</sup>. Dialogi zarejestrowano za pomocą dyktafonów i zakończono w momencie zebrania wystarczającej ilości potrzebnych informacji, a następnie zapisano jako transkrypcje

Analiza narracji przedstawiona została w oparciu o wypowiedzi pięciu seniorów. Czworo spośród nich legitymizowało się przeszłością sportową i aktualnie prowadzi zajęcia sportowe z dziećmi lub dorosłymi.

<sup>31</sup> M. Lenartowicz, *Kultura fizyczna w rodzinie*, [w:] Z. Dziubiński, Z. Krawczyk (red.), *Socjologia kultury fizycznej*, Wydawnictwo AWF, Warszawa 2011.

<sup>32</sup> D. Urbaniak-Zajac, E. Kos, *Badania jakościowe w pedagogice. Wywiad narracyjny i obiektywne hermeneutyka*, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2013.

<sup>33</sup> Tamże.



**Narrator I (NI)** – pracownica Uniwersytetu Trzeciego Wieku przy Uniwersytecie Ekonomicznym we Wrocławiu, prowadzi także zajęcia ruchowe z paniami z klubu seniora.

**Narrator II (NII)** – były koszykarz, nauczyciel wychowania fizycznego. Ukończył Akademię Wychowania fizycznego we Wrocławiu na kierunku wychowanie fizyczne. Obecnie prowadzi zajęcia z koszykówki zarówno dla dzieci i młodzieży.

**Narrator III (NIII)** – emerytowany policjant o wykształceniu wyższym, były nauczyciel, siatkarz. Ukończył studia w Akademii Wychowania Fizycznego we Wrocławiu o kierunku wychowanie fizyczne. Obecnie jest trenerem w klubie sportowym – prowadzi zarówno drużynę siatkówki dzieci, jak i dorosłych.

**Narrator IV (NIV)** – ukończyła 2-letnią pomaturalną szkołę hotelarską, a następnie studia zaoczne na Wydziale Turystyki i Rekreacji Wrocławskiej Akademii Wychowania Fizycznego.

**Narrator V (NV)** – absolwentka kierunku pedagogiki i pedagogiki dorosłych. Pracowała, jako osoba upowszechniająca kulturę.

### **Etos domu rodzinnego a kultura fizyczna**

Kto w przeszłości badanych stanowił przekaznik wzorców kulturowych w zakresie kultury fizycznej? Jaką rolę pełni Senior-Sportowiec w transmisji kulturowych wzorów cielesności?

Proces socjalizacji do kultury fizycznej toczący się na gruncie rodziny obejmuje kreowanie

„[...] względnie zintegrowanego i utrwalonego systemu zachowań w dziedzinie dbałości o rozwój fizyczny, sprawność ruchową, zdrowie, urodę, cielesną doskonałość i ekspresję człowieka, przebiegających według przyjętych w danej zbiorowości wzorów, a także rezultaty owych zachowań”<sup>34</sup>.

NI: „Zdecydowanie rodzice byli autorytetami, bo choć sami nie trenowali, zawsze mnie dopingowali, prowadzali na te treningi, budzili rano i wiem, że miałam w nich spore oparcie i mogłam liczyć nawet w tych najcięższych momentach.”; NII: „Bez zastanowienia mówię, że moi rodzice byli dla mnie autorytetem. Trafiłem na mądrych ludzi”.

Role ojca i matki w wychowaniu dziecka znacznie różnią się od siebie. Erich Fromm<sup>35</sup> w swojej koncepcji rodziny utożsamia matkę z bezwarunkową miłością oraz bardzo emocjonalnymi więziami między nią a potomkiem. Ojciec natomiast pełni rolę nauczyciela poprzez przekazywanie wzorów, a także

<sup>34</sup> Z. Krawczyk, *Teoretyczne orientacje w socjologii kultury fizycznej*, [w:] Z. Dziubiński, Z. Krawczyk (red.), *Socjologia kultury...*, dz. cyt., s. 40.

<sup>35</sup> M. Jankowska, *Rola ojca w wychowaniu dziecka*, „Wychowanie w Przedszkolu” 2010, nr 4, s. 4–11.

kształtowanie postaw względem samego siebie oraz innych. Dzięki takim zachowaniom stają się oni autorytetami dla swojego dziecka. NII stwierdza:

„[...] tato nie umiał pływać, a mnie nauczył.”; NIII: „Mój ojciec grał w koszykówkę. Pamiętam, że jako dziecko chodziłem czasami na mecze i podziwiałem to, jakie rzeczy wyczynia na boisku”. „W życiu NIII ojciec również kreował aktywne spędzanie czasu wolnego: To znaczy muszę powiedzieć także, że np. mój ojciec, pamiętam, jak ja byłem małą dziewczynką w gdzieś w pierwszych klasach szkoły podstawowej, kupił sobie rower kolarski. Z taką kierownicą z zakręconymi rogami, z takim długim siodłem i dużo jeździł rowerem. I właściwie on mnie nauczył jeździć rowerem. I to nie na małym rowerku dziecięcym, bo nie było, tylko na tej kolarzówce pod ramą. Nauczyłam się”.

Rodzina jest grupą, w której może nastąpić proces formowania się habitusu sportowego. Jeśli rodzice wyrażą aprobatę do sportowych zainteresowań dziecka, wówczas mają one szansę na kontynuację w kolejnych fazach życia<sup>36</sup>.

NII: „[...] mama mnie zapisała na tą akrobatykę.” „[...] wręcz mnie wypychali na salę na zajęcia sportowe.”; NI: „[...] moja mama ponaglała i pilnowała żebym chodziła na treningi, bo ona sama nigdy nie pływała. Bardzo mnie dopinguwała.”

W ramach rodzinnych cielesnych działań kulturowych rodzice mogą nie wykazywać zainteresowania czynnościami sportowo-rekreacyjnymi a tym samym nie inicjują zachowań sprzyjających aktywności fizycznej w wolnym czasie. NV w przeszłości nie doświadczała takich wzorów ze strony rodziców.

NV: „Byłam dzieckiem otyłym a potem byłam otyłą kobietą... Gdzieś mniej więcej do czterdziestego roku życia. A też w rodzinie nie było tradycji związanych z uprawianiem sportu, mówię o mamie, mówię o moim ojcu. Także wzorców rodzinnych też specjalnie nie było w tym kierunku”.

Przytoczona wypowiedź ukazuje środowisko rodzinne NV jako biernych uczestników kultury fizycznej, a tym samym nie ukształtowało w niej wzorców kulturowych związanych z nadawaniem ciału wartości, które stałyby się przyczyną dbałości o witalny potencjał cielesny.

Jedną z pożądanych w wychowaniu dziecka postaw rodziców jest dawanie dziecku swobody, ale z zaznaczeniem odpowiednich granic, które wraz z wiekiem powinny być rozszerzane. W narracji NIII odnajdujemy słowa:

<sup>36</sup> M. Stachowicz, *Wpływ socjalizacji rodzinnej na uczestnictwo w sporcie (na przykładzie zawodników AZS SGH Warszawa)*, [w:] Z. Dziubiński, K.J. Jankowski (red.), *Kultura fizyczna a socjalizacja...*, dz. cyt., s. 353–361.

„Musiałem jednak przerwać tę krótką przygodę [ze sportem – wtrąc. M.K., D.Ł.-S.], bo moje stopnie w szkole nie zadowalały moich rodziców, którzy zawsze uważali wykształcenie i wiedzę za rzecz najważniejszą. Spałem się trochę, popracowałem i udało mi się poprawić oceny, co usatysfakcjonowało moją mamę.”

W wypowiedzi tej rola rodziców ukazana została jako przewodników w określaniu priorytetów życiowych oraz swoistych „kontrolerów” przestrzeni dziecka.

W kręgu rodzinnym nie tylko rodzice wpływają na kreowanie u dziecka wzorców kultury fizycznej. W przypadku NIII był to również brat – „Zabrał mnie tam [na halę – wtrąc. M.K., D.Ł.-S.] mój starszy brat”. Z kolei NII odnalazł wzory w najbliższym otoczeniu:

„[...] moja kuzynka chodziła z takim chłopakiem, który grał w siatkówkę. I pamiętam, że to właśnie ona zabrała mnie na mój pierwszy mecz siatkówki. [...] Tym bardziej, że właśnie chłopak mojej kuzynki grał naprawdę bardzo dobrze i zdobył wiele punktów. A do tego był wysoki. I jako ten mały chłopiec stworzyłem sobie w głowie takie postanowienie, że kiedyś będę taki jak on – wysoki i wysportowany.”

Proces socjalizacji przebiega m.in. poprzez naśladownictwo, w którym to dziecko przyswaja zachowania osób przyjmując je jednocześnie za pożądane. Szczególnym wzorem są rodzice, którzy stają się drogą do kreowania określonych postaw, zachowań i wzorów.

Od wczesnego dzieciństwa dzieci zaczynają naśladować działania sportowe rodziców, które następnie reprodukują w dalszym życiu.

„Wychowanie ma istotny wpływ na wszelkie elementy sztuki posługiwania się ciałem. [...] Zarówno dziecko, jak i człowiek dorosły naśladuje czyny, uwieńczone powodzeniem, które powiodły się osobom cieszącym się ich zaufaniem i mającym pewien autorytet”<sup>37</sup>.

W narracjach badanych ujawniły się wypowiedzi ukazujące seniorów jako przekaznik cielesnych wzorców kulturowych do praktyki społecznej. NIII mówi:

„A jeśli chodzi o moje dzieci to od małego chodziły ze mną trochę porzucać piłkę na hali sportowej. Dla mnie jednak nieważne jest jaki sport wybrali, ważne, że zdołałem ich wychować na osoby, które zdają sobie sprawę z tego, że aktywność fizyczna jest ważna w życiu.”

<sup>37</sup> M. Mauss, *Pojęcie sposobów posługiwania się ciałem*, [w:] Tenże, *Socjologia i antropologia*, Wydawnictwo PWN, Warszawa 1973, s. 533–566.

NII także wspomina o podejmowaniu aktywności fizycznej z myślą o potomkach –

„[...] robię to z myślą – kiedyś o dzieciach – a teraz o wnukach. Bo staram się im przekazać jakąś wiedzę czy umiejętności w tym zakresie. Jeśli my młodych ludzi nauczymy aktywności, nauczymy, że to jest niezbędny atrybut ich życia i element, który powinien występować w codziennym harmonogramie czy planie dnia, to później nie będzie z tym problemu w żadnym wieku”.

I dodaje:

„[...] działanie w stosunku do najmłodszych, w momencie kiedy kształtuje się świadomość, osobowość i te inne cechy, jeśli im wtedy zaszczepimy te wszystkie nawyki to one będą na całe życie, że tego się już nie zmieni”.

Helen Bee<sup>38</sup> wyróżniła trzy typy stosunków dziadkowie – wnuki. Pierwszym z nich jest związek zdystansowany. Charakteryzuje się on niewielkim kontaktem z potomkami, który może być spowodowany ograniczeniami psychofizycznymi, interakcjami społecznymi lub czynnikami środowiskowymi (np. miejsce zamieszkania). W takiej sytuacji jest NI, która z powodu odległości nie ma częstego kontaktu z wnukami, ale jak sama mówi,

„[...] jak już uda mi się ich odwiedzić, staram się z nimi jeździć właśnie na nartach i uczyć ich w tym zakresie, żeby zaraziły się trochę pasją babci”.

Kolejny typ relacji międzypokoleniowej to związek polegający na częściowym przejmowaniu roli rodziców oraz angażowanie się w wychowanie wnuków<sup>39</sup>, którego przykład odnajdujemy w wypowiedzi NIII:

„Często zabieram wnuka też na Orlika, siadamy na rowery, biorę go na działkę. Natomiast rzeczywiście uważam, że jestem tym elementem, który pomaga im w zdobyciu tych (sportowych) nawyków.”

Na podstawie przytoczonych narracji możemy zauważyć związek pomiędzy doświadczaniem działań agonicznych w młodości a tym, jak badani wypełniają role przypisywane im w dorosłości – babci i dziadka.

<sup>38</sup> H. Bee, *Psychologia rozwoju człowieka*, Wydawnictwo ZYSK i Sk-a, Poznań 2004.

<sup>39</sup> K. Appelt, *Współcześni dziadkowie i ich znaczenie dla rozwoju wnuków*, Wydawnictwo Fundacji Humaniora, Poznań 2007.

## Style życia w starości

Jaki jest styl życia na starość oraz który ze wzorów cielesności dominuje w życia badanych seniorów? Jakimi zmianami skutkuje uprawianie sportu i czy miały one wpływ na styl życia w starości?

Aktywność fizyczna dla osób mających w przeszłości doświadczenia sportowe to: „naturalna tendencja, trend, nawyk, który się kontynuuje” (NII). „Coś, co wykształciłem w sobie przez lata i jest to dla mnie naturalne” (NI). Przytoczona wypowiedź wskazuje, że ćwiczenia fizyczne pełnią bardzo ważną rolę w życiu seniorów oraz towarzyszą im od najmłodszych lat.

Pierwsze aktywności fizyczne w życiu respondentów to, jak mówi NI:

„To były takie naturalne zabawy – jakaś gra w chowanego, podchody”; NII „[...] rysowaliśmy trasy i graliśmy guzikami czy pieniędzmi w tzw. Wyścig Pokoju. Podchody, czy wojny Indian, są różne takie fajne formy. Zabawy wszelkiego rodzaju, ale przede wszystkim ruchowe.”

NIII tak oto wspomina okres z dzieciństwa:

„[...] bawiliśmy się w różne podwórkowe zabawy – ganianego, chowanego, chodziliśmy po drzewach czy graliśmy w podchody. [...] sanki, lepienie bałwanów, bitwy śnieżne, łyżwy, a później – jak byłem trochę starszy – nawet narty, gdy byłem mały zdecydowanie w moim życiu dominowała piłka nożna.”

Magdalena Jungiewicz i Anna Marchewka<sup>40</sup> wykazały, że istnieje związek pomiędzy stylem życia w przeszłości a jakością życia na starość. Ponadto rodzinne aktywne spędzanie wolnego czasu w młodości ma istotny wpływ na stan zdrowia oraz sprawność funkcjonalną w późniejszym okresie życia. Potwierdzeniem są słowa wypowiedziane przez RII:

„Mogę odpowiedzieć na swoim przykładzie – jeśli ktoś całe życie jest aktywny, to nie ma przedziałów na wiek. To jest naturalna tendencja, trend, nawyk, który się kontynuuje. Jak się kiedyś nad tym zastanawiałem to po pierwsze, jeszcze raz podkreślam, jest to już nawyk ukształtowany przez lata i jakby z jednej strony tak jakbyśmy porównali, że pewne ruchy wykonuje się świadomie, a drugie praktycznie z wyłączeniem świadomości, to tak samo jest dla mnie z ruchem.”

Nabyte w młodości wzory działań ruchowych skutkowały podejmowaniem aktywności fizycznej również w wieku późnej dorosłości.

<sup>40</sup> M. Jungiewicz, A. Marchewka, *Aktywność fizyczna w młodości a jakość życia w starszym wieku*, „Gerontologia Polska” 2008/16, nr 2, s. 127–130.

„I teraz chyba podejmuję tę aktywność fizyczną codziennie. Bo uważam, że jakkolwiek ruch jest zbawienny i nie chodzi o to, żeby się przekomarzać i szukać wyższości np. biegania nad jakąkolwiek grą zespołową czy inną formą ruchu. Cenię ludzi, którzy wykazują jakąkolwiek aktywność fizyczną i dla mnie działka, gdzie fizycznie się narobisz, bo skopać działkę, czy skosić trawnik pod kątem 30°co jest dużym wyzwaniem, jest lepsze od siedzenia przed telewizorem”

– mówi NIII.

„Gdy jest ciepło, to oprócz spędzania czasu na treningach z młodzieżą, praktycznie codziennie ta aktywność fizyczna mi towarzyszy, a gdy jest zimniej to trochę rzadziej, ale myślę, że śmiało mogę powiedzieć, że przynajmniej 3 razy w tygodniu”

– dodaje NII.

Następstwem starzenia się biologicznego jest utrata potencjału witalnego ciała. Systematyczna aktywność ruchowa opóźnia procesy inwolucyjne oraz gwarantuje niezależność w czynnościach użytecznych, przyczyniając się tym samym do przeciwdziałania wykluczeniu społeczno-cywilizacyjnemu. NI:

„Wiadomo, gdy się starzejemy wiotczeją mięśnie, człowiek się staje apatyczny”; NIII: „Jednak wszystkie niepożądane zmiany można opóźnić i zmniejszyć i do tego właśnie potrzebna jest nam aktywność fizyczna. Dodatkowo wiemy, że w dzisiejszych czasach spotykamy wiele chorób. Wielu z nich jesteśmy w stanie sami pokonać właśnie poprzez ruch”.

W narracjach odnajdujemy wątki, w których rozmówcy podkreślają znaczenie zdrowotnego stanu a także ukazują wpływ ćwiczeń ruchowych na kondycję psychiczną oraz estetykę ciała. NI:

„Jak ciało zdrowe, to i umysł zdrowy. I odwrotnie. Także jedno jest zależne od drugiego. I myślę, że sylwetka ma bardzo duży wpływ na samopoczucie człowieka.”; NIII: „Ale myślę, że najważniejsze w tym wszystkim jest dla mnie zdrowie i ciało, bo to jedno z cenniejszych rzeczy w życiu. I właśnie podtrzymując sprawność fizyczną na odpowiednim poziomie wpływam na swoje zdrowie i ciało, a dzięki temu nie jestem od nikogo zależny. A też poprzez sylwetkę oddziałuję na inne ważne czynniki, m.in. na samopoczucie i postrzeganie świata.”

Sport stał się dla seniorów czynnikiem obniżającym stres oraz sposobem oczyszczania organizmu z negatywnych emocji. Badania wykazują, że ponad 50% nauczycieli odczuwa niechęć i brak radości z życia, łatwo się denerwują,

nie czują się bezpiecznie. Konsekwencją są również choroby, często o podłożu psychicznym<sup>41</sup>. Wypełnianie przez NII roli nauczyciela staje się często przyczyną psychofizycznego napięcia:

„I wreszcie sprawa nadrzędna – pamiętaj, że pracę zawodową czy karierę można odbierać, że jest mniej lub bardziej stresogenna, a ja akurat wybrałem zawód nauczyciela. I ten ruch, sport czy aktywność pozwala mi na odstressowanie się. Zawsze mówię, że im większy stres i jakiś balast w szkole, tym bardziej uciekam gdzieś na zewnątrz żeby to wszystko wyrzucić, żeby się oczyścić i jakoś wrócić do równowagi.”

Nasi rozmówcy bardzo wyraźnie podkreślają znaczenie systematycznych ćwiczeń ruchowych. NIII:

„[...] jest to bardzo potrzebne. Każda aktywność ruchowa, nawet ta najprostsza jak spacer czy wejście po schodach na 3 piętro.”

I jak wspomina NI:

„[...] aktywność w życiu starszych powinna pojawiać się przynajmniej 2–4 razy w tygodniu. I uważam, że nawet pół godziny do 45 min wystarczy.”

Współczesne warunki społeczno-kulturowe oraz rozwój cywilizacji wymuszają na ludziach podejmowanie działań w zakresie zdrowego stylu życia. Powstają Uniwersytety Trzeciego Wieku, kluby seniorów a także ludzi późnej dorosłości, którzy są uczestnikami miejskich form aktywności fizycznej, np. Nordic Walking.

W społeczeństwie nadal funkcjonuje stereotyp biernego uczestnictwa seniorów w działaniach na polu kultury fizycznej. Starość w obrazie społecznym to ludzie samotni, wycofani, na obrzeżach aktywności zdrowotno-rekreacyjnej.

NII: „Bo ogólnie coś się ruszyło, ale my nie mamy społeczeństwa zbyt aktywnego. Nie mamy tych nawyków.”

Dlaczego więc warto zachęcać coraz większą liczbę takich osób do ćwiczeń fizycznych? „Przede wszystkim dla zdrowego samopoczucia.” – mówi NI. Ten argument pojawia się również w wypowiedzi NIII:

„[...] takim starszkom jak ja dodatkowo polepsza samopoczucie, bo z własnego doświadczenia wiem, że każdy nawet najmniejszy wysiłek fizyczny uwalnia endorfiny i sprawia, że dzień staje się lepszym”.

<sup>41</sup> Z. Marten, *Stres w pracy nauczyciela*, „Zeszyty Naukowe Wyższej Szkoły Humanitas w Sosnowcu” 2007, nr 2, s. 99–111.

Zależność dobrego samopoczucia i sprawności umysłowej od czynności rekreacyjnych potwierdzają badania przeprowadzone przez Annę Grzankę-Tykwińską oraz Kornelię Kędziora-Kornatowską<sup>42</sup>.

Wypełnianie społeczno-afiliacyjne funkcji rekreacji poprzez realizowanie zajęć ruchowych w grupie stanowi bardzo ważny czynnik motywujący seniorów do działań na rzecz całonocnej troski o zdrowie. Poniższa wypowiedź NI wyraźnie uwidacznia poczucie przynależności seniorki do grupy, w której ćwiczy.

NI: „Więc wychodzę z domu przede wszystkim po to, żeby mieć kontakt z ludźmi. I niestety człowiek jest stadnym stworzeniem, więc mimo pojawiającej się potrzeby pobycia samemu, częściej potrzebujemy kontaktu z innymi, tego żeby wyjść do ludzi.

A samemu nie ma się siły woli żeby ćwiczyć, dużo łatwiej jest w grupie. Ludzie w takim wieku są raczej stadnymi stworzeniami. Wolą w grupie, bo przyjdą, pogadają sobie, trochę poćwiczają.”

Czynne uczestnictwo w sportowych działaniach kulturowych w młodości staje się przyczyną zmiany osobowości człowieka. Zdyscyplinowanie, systematyczność, wytrwałość, odpowiedzialność, punktualność a także kreowanie własnego sukcesu to cechy charakteru, które rozwinęły się u narratorów, i które przeniesione zostały do codziennego styl życia. NI:

„Mimo wszystko myślę, że byłam zdyscyplinowanym dzieckiem, nie sprawiałam kłopotów – być może przez te zajęcia. I dzięki temu w VIII klasie zaczęłam odnosić swoje pierwsze sukcesy.”; NII: „Ale jak już się wpadnie w pewien rytm, ułoży sobie ten harmonogram dnia i potrafi to wszystko pogodzić, jest dobrze.”

W wypowiedzi NII dostrzegamy również zjawisko transferu zadań pełnionych w drużynie sportowej na inne obszary życia społecznego:

„[...] byłem rozgrywającym. Strasznie mnie to rajcowało, bo tak naprawdę te karty rozdaje, rozgrywa piłkę, rozgrywający. I ta rola mi szalenie odpowiadała, jako ten wodzirej, jako osoba dyrygująca, która przewodzi całemu temu zespołowi. Mnie cechuje to, że nigdy nie stawiałem siebie na straconej pozycji. Ja walczę do końca. I to mi zostało na całe życie. To przekłada się też na życie prywatne, zawodowe” (NII).

Prozdrowotne działania kulturowe, jakie podejmują seniorzy nie różnią się znacznie od tych z młodości, ale także pojawiają się nowe. NI wymienia:

<sup>42</sup> A. Grzanka-Tykwińska, K. Kędziora-Kornatowska, *Znaczenie wybranych form aktywności w życiu osób w podeszłym wieku*, „Gerontologia Polska” 2010/12, nr 1, s. 29–32.



„Chodzę z kijkami, pływam. Raz w tygodniu pływam po 1500 m. Oprócz tego to te gimnastyki, które mnie przytrzymują przy życiu. Zimą oczywiście też narty. A latem, gdy jadę gdzieś za granicę to dużo pływam – przynajmniej 3 razy dziennie. Dodatkowo jak jestem nad morzem to rano chodzę z kijkami, przynajmniej przez godzinę, a później najczęściej zabiegi. I gram też w bule, bo to chyba moja ulubiona gra. I latem też czasami chodzę na jogę.”

NII dodaje:

„[...] działka. [...] rower jest jedną z aktywności. Inna pasja to chodzenie po górach. Ja muszę być w ruchu, więc szukam gdzie jest najbliższa siatkówka, a jak nie to rozkładamy ją sami. Czy jakaś piłka, czy choćby spacer wzdłuż morza. Dużo spacerów jak jest sobota czy niedziela”. „Ja zawsze coś dłużej, zawsze coś robię na działce”.

Czas wolny także jest chwilą na aktywność fizyczną dla NIII:

„[...] uwielbiamy z żoną długie spacery [...] Zdarza mi się również jeździć na rowerze, ale to zdecydowanie rzadziej. Zimą oczywiście jakieś narty. A do takich aktywności mniej formalnych to spacery z psem, nie tylko z żoną. I oczywiście sporo czasu spędzam na ogródku, który mam przy domu.”

Aktywne spędzanie czasu wolnego stało się dla naszych rozmówców sposobem na życie, rodzajem hobby, formą relaksowania i spędzania czasu wolnego.

„Sport szeroko pojęty – ruch, aktywność – to wszystko bardzo ułatwia życie. Uważam, że psychika człowieka jest jednym z największych atrybutów jego stabilności i funkcjonowania. Ten sport nauczył i wpoił we mnie wiele wartości, potrzebnych w życiu cech, które pozwalają mi pracować do tej pory i mieć zdrowie psychiczne.”

– mówi NII.

Celem naszych badań była próba odpowiedzi na pytanie: Czy istnieje związek pomiędzy socjalizacją rodzinną a stylem życia w starości?

Na podstawie przytoczonych narracji możemy sądzić, że zinternalizowane wzory czynności cielesnych formowane w środowisku rodzinnym skutkowały w przypadku badanych seniorów działaniami na polu kultury fizycznej oraz zostały przeniesione do praktyki społecznej. Obraz ciała, przekazywany podmiotowi przez rodzinę w procesie socjalizacji pierwotnej złożył się na indywidualny wzorzec kultury fizycznej, jakim badani posługują się w trakcie własnego życia. Możemy zatem przypuszczać, że dom rodzinny traktowany jest jako swoisty układ odniesienia do podejmowanych działań kulturowych w dorosłym życiu.

Na podstawie wypowiedzi seniorów możemy sądzić, że legitymizują się oni prozdrowotnym stylem życia (z elementami „ogródkowej” aktywności), przy dużym zaangażowaniu w życie rodzinne oraz wypełnianiu kulturowej roli babci i dziadka.

## Wnioski

Próba zinterpretowania wysłuchanych narracji w oparciu o przytoczone w pierwszej części tekstu założenia teoretyczne skłaniają do następujących wniosków:

1. Środowisko domu rodzinnego stało się dla badanych pierwotną przyczyną formowania się habitusu kultury cielesnej.
2. Podejmowane przez seniorów działania kulturowe określić możemy jako prozdrowotny styl życia, w którym dominują witalne i utylitarne wzory cielesności.
3. Wypełnianie roli sportowca w okresie dzieciństwa i dorastania skutkowało zmianami w osobowości seniorów (systematyczność, zdyscyplinowanie, odpowiedzialność).
4. Seniorzy, pełniąc rolę przekaźników kulturowych, wpisują się w model rodzinnego stylu życia w starości. W procesie socjalizacji przyczyniają się do formowania osobowości młodych ludzi, poprzez internalizowanie wzorów kultury fizycznej. Możemy zatem sądzić, że pokolenie wnuków przyjmie postawę gotowości do działań specyficznych na polu kultury fizycznej.

Zdajemy sobie sprawę, że przedstawione wnioski nie możemy uogólniać na populację ludzi późnej dorosłości. Badania te zapoczątkują dalsze prace empiryczne dotyczące formowania się habitusu kultury fizycznej w rodzinie. Włączenie paradygmatu badań jakościowych w obszar nauk o kulturze cielesności przyczyni się do lepszego zrozumienia zachodzących w niej zjawisk społeczno-kulturowych.

## Bibliografia

- Anderssen N., Wold B., Torsheim T., *Are parental health habits transmitted to their children? An eight year longitudinal study of physical activity in adolescents and their parents*, „Journal of Adolescence” 2006, nr 29(4).
- Appelt K., *Współcześni dziadkowie i ich znaczenie dla rozwoju wnuków*, Wydawnictwo Fundacji Humaniora, Poznań 2007.
- Bee H., *Psychologia rozwoju człowieka*, Wydawnictwo ZYSK i Sk-a, Poznań 2004.
- Czerniawska O., *Style życia w starości*, Wydawnictwo Wyższej Szkoły Humanistyczno-Ekonomicznej w Łodzi, Łódź 1998.
- Gochman D.S., *Health behavior. Emerging research prospective*, The Free Press, New York 1988.

- Grzanka-Tykwińska A., Kędziora-Kornatowska K., *Znaczenie wybranych form aktywności w życiu osób w podeszłym wieku*, „Gerontologia Polska” 2010/12, nr 1.
- Jankowska M., *Rola ojca w wychowaniu dziecka*, „Wychowanie w Przedszkolu” 2010, nr 6.
- Jungiewicz M., Marchewka A., *Aktywność fizyczna w młodości a jakość życia w starszym wieku*, „Gerontologia Polska” 2008/16, nr 2.
- Jurczak A., *Udział dzieci i młodzieży w pozalekcyjnych i pozaszkolnych formach aktywności ruchowej i niektóre jego uwarunkowania*, [Rozprawa doktorska], AWF Kraków 2000.
- te Kloeze J.W., *The Family and Leisure in Poland and Netherlands*, Garant, Leuven – Apeldoorn 1998.
- Kłosewska A., *Wstęp do wydania polskiego*, [w:] P. Bourdieu, J.C. Passeron (red.), *Reprodukcja. Elementy teorii systemu nauczania*, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2006.
- Krawczyk Z., *Teoretyczne orientacje w socjologii kultury fizycznej*, [w:] Z. Dziubiński, Z. Krawczyk (red.), *Socjologia kultury fizycznej*, Wydawnictwo AWF, Warszawa 2011.
- Królikowska B., *Świadoma aktywność ruchowa w stylu życia współczesnej rodziny*, [w:] W. Śladkowski (red.), *Promocja zdrowia rodziny*, „Annales Universitatis Mariae Curie-Skłodowska” Sectio D Medicina 2004, nr 59, suppl. 14, 3.
- Kwieciński Z., Śliwerski B., *Pedagogika. Podręcznik akademicki*, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2006.
- Lenartowicz M., Jankowski W.J., *Socjalizacja do kultury fizycznej, czyli konstruowanie habitusu*, [w:] Z. Dziubiński, K.J. Jankowski (red.), *Kultura fizyczna a socjalizacja*, Wydawnictwo AWF, Warszawa 2012.
- Lenartowicz M., *Kultura fizyczna w rodzinie*, [w:] Z. Dziubiński, Z. Krawczyk (red.), *Socjologia kultury fizycznej*, Wydawnictwo AWF, Warszawa 2011.
- Lenartowicz M., *Porównanie przeszłej aktywności turystycznej prób młodzieży polskiej i holenderskiej oraz ich rodzin*, „Turystyka i Rekreacja” 2005, nr 1.
- Marten Z., *Stres w pracy nauczyciela*, „Zeszyty Naukowe Wyższej Szkoły Humanitas w Sosnowcu” 2007, nr 2.
- Mauss M., *Pojęcie sposobów posługiwania się ciałem*, [w:] Tenże, *Socjologia i antropologia*, Wydawnictwo PWN, Warszawa 1973.
- Melosik Z., *Kryzys męskości w kulturze współczesnej*, Oficyna Wydawnicza „Impuls”, Kraków 2006.
- Pawłucki A., *Rozważania o wychowaniu*, Wydawnictwo AWF, Gdańsk 1994.
- Pawłucki A., *Kulturalizm w wyjaśnianiu przyczynowości wychowania fizycznego*, [w:] Z. Dziubiński, K.W. Jankowski (red.), *Kultura fizyczna w społeczeństwie nowoczesnym*, Wydawnictwo AWF, Warszawa 2009.
- Pawłucki A., *Nauki o kulturze fizycznej*, Oficyna Wydawnicza „Impuls”, Kraków 2015.
- Skonieczka M., *Rodzinne uwarunkowania aktywności fizycznej w przeglądzie piśmiennictwa*, „Rocznik Naukowy AWF i S w Gdańsku”, Gdańsk 2011, t. 21.
- Stachowicz M., *Wpływ socjalizacji rodzinnej na uczestnictwo w sporcie (na przykładzie zawodników AZS SGH Warszawa)*, [w:] Z. Dziubiński, K.J. Jankowski (red.), *Kultura fizyczna a socjalizacja*, Wydawnictwo AWF, Warszawa 2012.
- Szczepański J., *Elementarne pojęcia socjologii*, Wydawnictwo PWN, Warszawa 1970.
- Sztompka P., *Socjologia. Analiza społeczna*, Wydawnictwo ZNAK, Kraków 2012.
- Szukalski P., *Przygotowanie do starości. Polacy wobec starzenia się*, Wydawnictwo WEMA, Warszawa 2009.

- Urbaniak-Zajac D., Kos E., *Badania jakościowe w pedagogice. Wywiad narracyjny i obiektywna hermeneutyka*, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2013.
- Wawrzyniak J., *Oblicza starości. Biografia jako źródło czynników adaptacyjnych*, Wydawnictwo Wyższej Szkoły Humanistyczno-Ekonomicznej w Łodzi, Łódź 2009.
- Wolańska T., *Rekreacja fizyczna w cyklu życia rodziny*, „Kultura Fizyczna” 1998, nr 3–4.
- Woynarowska B., *Edukacja zdrowotna*, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2008.
- Petrykowski P., *Społeczno-kulturowe aspekty podstaw wychowania*, Wydawnictwo WSiE TWP, Olsztyn 2005.
- Rymarczyk P., *Ciałocentryczność kultury masowej a występujące w niej wzorce męskości – analiza magazynów poświęconych stylowi życia*, [w:] Z. Dziubiński, K.W. Janowski (red.), *Kultura fizyczna w społeczeństwie nowoczesnym*, Wydawnictwo AWF, Warszawa 2009.
- Ziemska M., *Postawy rodzicielskie*, Wydawnictwo Wiedza Powszechna, Warszawa 1969.
- Znaniecki F., *Socjologia wychowania*, Wydawnictwo PWN, Warszawa 1973.