

Politechnika Opolska, Wydział Wychowania Fizycznego i Fizjoterapii

MAREK JAGUSZ, KATARZYNA SOJKA-KRAWIEC,  
BOGUSŁAW MEKARSKI

### ***Family as the source of knowledge regarding pro-health behaviour***

---

#### **Rodzina jako źródło wiedzy o zachowaniach prozdrowotnych**

Źródeł wiedzy upatruje się najczęściej w sformalizowanym procesie edukacyjnym związanym z oddziaływaniem placówek dydaktycznych. Zdaniem Sas-Nowosielskiego (2003) w pedagogice społecznej rodzinę uznaje się za najważniejszą grupę społeczną, w sposób istotny wpływającą na wytwarzanie pożądanych zachowań społecznych (kulturowych). Wiąże się to nierozdzielnie z procesem przekazywania wiedzy (nie zawsze w sposób intencjonalny) z zakresu szeroko pojętej kultury w tym kultury fizycznej. Uzasadnia się ten fakt:

- Bardzo wczesnym rozpoczęciem oddziaływania (od narodzenia)
- Długi czas trwania
- Silny emocjonalny charakter więzi pomiędzy członkami rodziny

Szymańska (1995) stwierdza że, struktura osobowości, które dziecko nabywa w rodzinie, mimo że mogą ulegać modyfikacjom poprzez nowe kontakty, to jednak nigdy nie przestają wywierać wpływu na jego zachowanie nawet w dorosłym życiu.

Wpływ rodziny na kształtowanie osobowości, wyznawanych wartości, ideałów zasad postępowania, zainteresowań (Sas-Nowosielskiego 2003) jest niepodważalny. Potwierdzają to również badania w zakresie wpływu rodziny – rodziców na zachowania prozdrowotne dzieci.

Obejmują one duże spektrum zagadnień. Począwszy od związków między preferowaną dietą rodziców a preferencjami kulinarnymi ich dzieci (Bouchard, Malina, Perusse 1997), a na wpływie aktywności ruchowej rodziców na aktywność dzieci kończąc (Moore 1991, Simonen 2002). We wszystkich tych badaniach potwierdziło się istnienie podobieństw między rodzicami a dziećmi w zakresie zachowań prozdrowotnych, a w tym na aktywność fizyczną.

Aktywność fizyczna rodziców sprzyja poszerzeniu i przygotowaniu do uczestnictwa w kulturze fizycznej ich dzieci oraz nauczania się czegoś w tej dziedzinie od nich (Marczewska i Wolańska 1988)

Niewiele jest badań dotyczących znaczenia rodziny w nabywaniu wiedzy z zakresu kultury fizycznej. Wiele prac dotyczy posiadanej wiedzy z tego zakresu (Jagusz 1994), natomiast jej źródła są mało znane.

Faktem nie podlegającym dyskusji jest to, że dzieci uczą się więcej na podstawie tego co obserwują w swojej rodzinie, niż na podstawie tego co się do nich mówi o porządnym lub nieporządnym zachowaniach. Sama wiedza jednocześnie nie świadczy o poziomie zachowań z niej wynikających. Potwierdzają to badania Kuczyńskiej (2000), która stwierdza, że nawet w grupie osób o wysokiej wiedzy z zakresu kultury fizycznej tylko 14% bierze sporadycznie udział we wspólnych ćwiczeniach ze swoimi dziećmi.

Zależności pomiędzy zachowaniami rodziców i ich dziećmi w zakresie wzajemnych relacji prozdrowotnych nie podlegają dyskusji. W tym kontekście można zastanawiać się czy podobne relacje dotyczą źródeł wiedzy z tego zakresu. Autorzy zakładają, że: Rodzina – rodzice stanowią jedno z podstawowych źródeł wiedzy z zakresu kultury fizycznej w tym zakresie zachowań prozdrowotnych. Szczególnie chodzi o odpowiedź na pytanie: Na który z aspektów uczestnictwa w kulturze fizycznej w sposób najbardziej istotny wpływa rodzina badanych.

## **MATERIAŁ I METODA**

Badania ankietowe zostały przeprowadzone na 107 studentach III-go roku kierunku Wychowanie Fizyczne Politechniki Opolskiej. Ilościowo grupa reprezentowana była przez 50 studentek i 57 studentów. Wszyscy respondenci wypełniali ankietę po zakończeniu piątego semestru roku akademickiego 2003/2004.

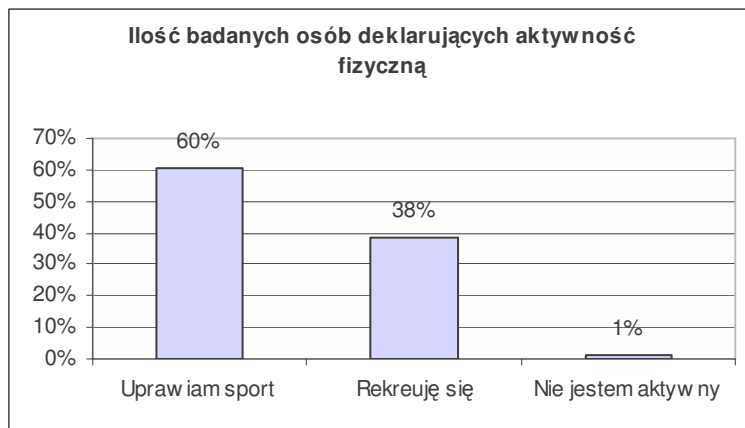
Założona hipoteza i cel badań podyktował przyjęcie metody sondażu diagnostycznego jako podstawowej metody badawczej. Jako technikę przyjęto wywiad, a konkretnie jego szczególną odmianę – technikę ankietową (Pilch, Bauman 2001). Narzędziem badawczym był kwestionariusz. Składał się on z 16 pytań w tym 3 zamknięte z koniecznością nadania wartości w skazanym elemencie (dyferencjał semantyczny). W niniejszym opracowaniu przyjęto do analizy odpowiedzi wybranych pytań ankiety.

Pomimo wielu oddziaływań edukacyjnych w tym zakresie dają się zauważyć bardzo silne zjawiska antyzdrowotnych zachowań. Istotną rolę w tym procesie odgrywa w bardzo dużym stopniu środowisko rodzinne, w którym nie zawsze są przekazywane zasady zdrowego stylu życia oraz aktywności fizycznej. Autorzy starali się częściowo rozeznąć wąski zakres interakcji personalnych zachodzących w rodzinach studentów, którzy dokonali pewnego wyboru zawodowego związanego właśnie z wychowaniem fizycznym i wychowaniem zdrowotnym.

## **WYNIKI**

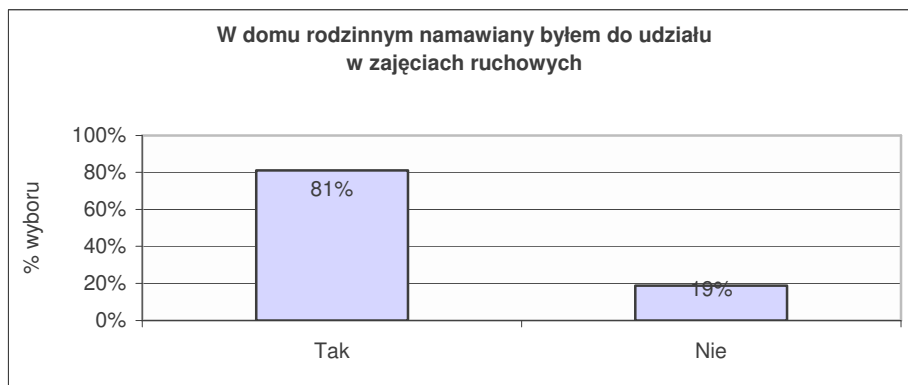
Podstawą do analizy danych o wpływie rodziny na zakres udziału w kulturze fizycznej jest przeanalizowanie zachowań już funkcjonujących. Z danych prezentowanych w na wykresie nr 1 wynika, że tylko 1% ankietowanych nie deklaruje aktywności fizycznej. Nie chodzi w tym wypadku o aktywność ruchową wynikającą z konieczności realizacji zajęć programowych studiów.

Wykres 1.

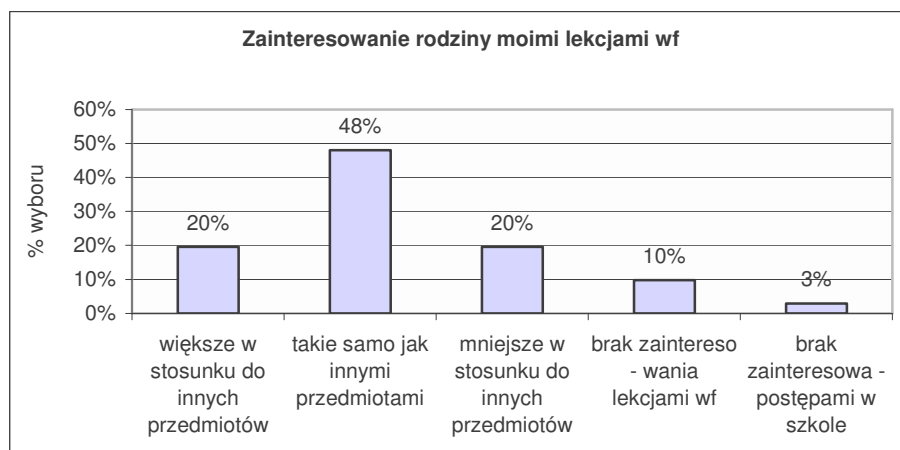


Biorąc pod uwagę średnią aktywność ruchową populacji polskiej odsetek aktywnych ruchowo jest znaczący. Może to nie dziwić w kontekście tego, że badani są studentami Wydziału Wychowania Fizycznego. Można się jedynie zastanawiać co miało wpływ na takie zachowanie.

Wykres 2.

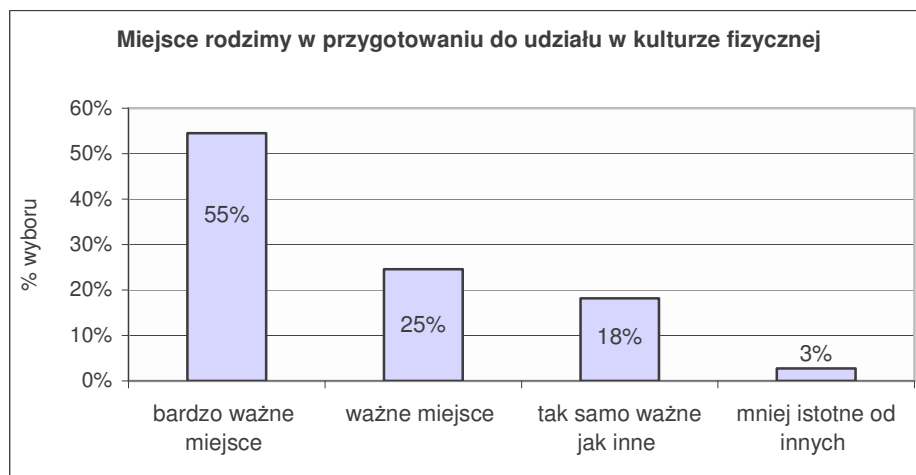


Wykres 3.



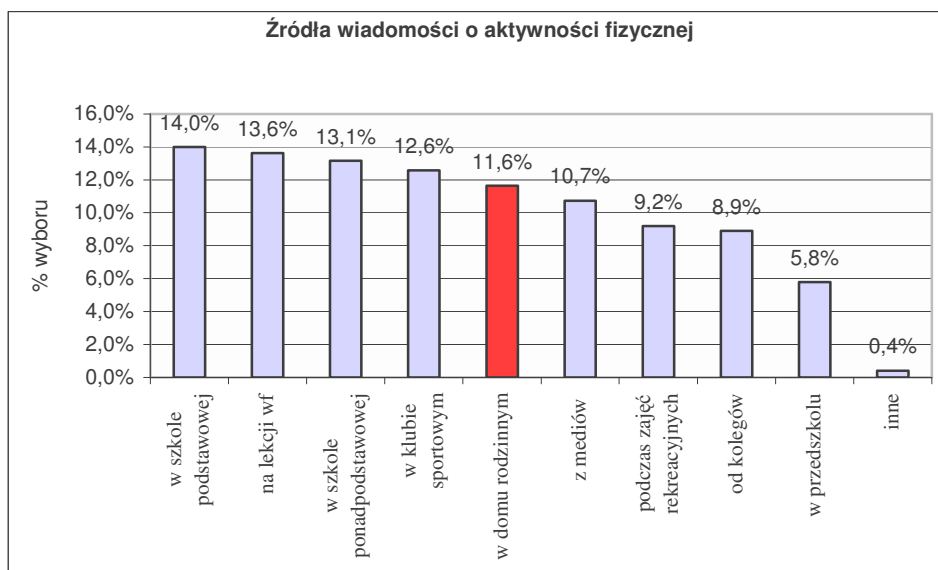
Wydaje się, że zainteresowanie rodziny respondentów różnymi aspektami udziału w kulturze fizycznej było wybiórcze (wykres 2 i 3). Ponad 80% rodziców namawiało swoje dzieci do aktywności fizycznej natomiast tylko 20% z pośród nich przejawiało większe zainteresowanie postęпами dziecka na lekcjach wychowania fizycznego.

Wykres 4.

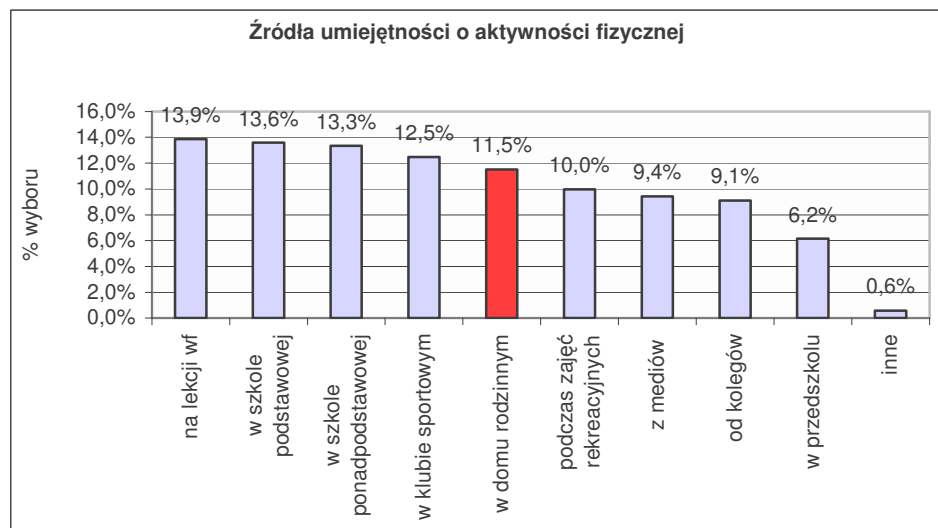


Wykres 4 zawiera informacje o znaczeniu rodziny w przygotowaniu do udziału w kulturze fizycznej. Osiemdziesiąt % respondentów uważa że to rodzina wywarła znaczący wpływ na jego obecne zachowania prozdrowotnymi i związane z aktywnością ruchową. Tylko 3% uważa, że jego rodzina nie miała na to wpływu. I w tym przypadku wydaje się, że informacja ta jest zbyt optymistyczna i ma charakter deklaracyjny wynikający raczej z potrzeby wysokiej oceny rodziny niż jej realnych działań. Potwierdza to analiza wyników zamieszczonych w tabelach 5 i 6.

Wykres 5.

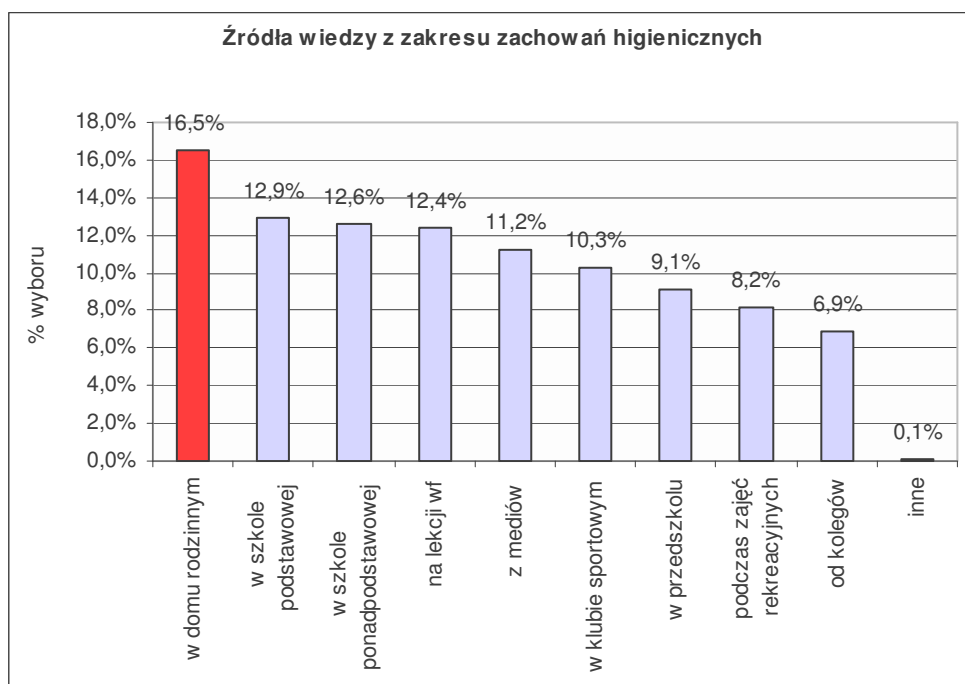


Wykres 6.



Wykres 5 i 6 zawierają informacje o czynnikach wpływających na, odpowiednio, wiadomości i umiejętności respondentów z zakresu aktywności fizycznej. Rola jaka przypisywana jest rodzinie nie jest mała, ale pozwala się jej „plasować” w środku stawki czynników. Poprzedzają ją, będąc w tym wypadku ważniejszymi dla badanych, oddziaływania związane z instytucjonalnym procesem kształcenia – ze szkołą, a w ramach niej z lekcją wychowania fizycznego.

Wykres 7.



Zupełnie inaczej prezentują się wyniki analizy informacji dotyczących czynników determinujących zachowania higieniczne. W tym wypadku wpływ rodziny na te zachowania jest znaczący i istotnie większy od innych wskazań respondentów. Może to wynikać z niezaprzeczalnej roli jaką w tym zakresie pełni rodzina. Może być to związane ze swoistością przedmiotu oddziaływań z jednej strony, a ułomnością szkolnego wychowania fizycznego (tak silnie oddziaływującego w przypadku wiadomości i umiejętności) z drugiej. To w wychowaniu fizycznym „zapominamy” często o działaniach higienicznych ograniczając się do oddziaływania ruchem. Nie zmienia to faktu o znaczącym zdaniem respondentów wpływie rodziny na zachowania higieniczne. Tylko w tym przypadku potwierdziła się opinia respondentów (wykres4.) o znaczącym wpływie rodziny na przygotowanie do udziału w kulturze fizycznej.

## WNIOSKI

Nie w pełni udało się udowodnić hipotezę mówiącą że:

Rodzina – rodzice stanowią jedno z podstawowych źródeł wiedzy z zakresu kultury fizycznej w tym zakresie zachowań prozdrowotnych.

Jednocześnie analiza wyników pozwala odpowiedzieć na stawiane pytanie: Na który z aspektów uczestnictwa w kulturze fizycznej w sposób najbardziej istotny wpływa rodzina badanych?

Z badań wynika że w zakresie szeroko pojętej aktywności ruchowej podstawowe źródło wiedzy (wiadomości i umiejętności) stanowią oddziaływania realizowane poprzez lekcje wychowania fizycznego w szkole. W zakresie zachowań higienicznych dominujący wpływ rodziny jest niezaprzeczalny.

## PIŚMIENNICTWO

1. Bouchard , Malina, Perusse 1997
2. Jagusz M. (1994) Samokontrola i samoocena w wychowaniu fizycznym. AWF, Wrocław
3. Kuczyńska A. (2000). Związek wiedzy rodziców z ich nastawieniem do rodzinnej aktywności ruchowej. W: R. Muszkieta, M. Bronikowski (red.) Wychowanie fizyczne w nowym systemie edukacji. AWF, Poznań
4. Marczewska H. Wolańska T. (1988). Rodzina jako środowisko wychowania do rekreacji. W: T. Wolańska (red.), Wychowanie do rekreacji fizycznej. AWF, Warszawa
5. Milerski M., Śliwerski B. Red. (2000), Leksykon – Pedagogika. PWN, Warszawa
6. Moore L.L. i in. (1991) Influens of parennts' phisical activity levenls on activity levenls of your children. The Journal of pediatrics, 118, 215-219
7. Pilch T., Bauman T. (2001). Zasady badań pedagogicznych. Wydawnictwo Akademickie „Żak”, Warszawa
8. Sas-Nowosielski K. 2003. Wychowanie do aktywności fizycznej. AWF, Katowice
9. Simonen R. L. (2002). Familial aggregation of physical activity levels in the Quebec family study. *Medicine & Science in Sport & Exercise* 34(7), 1137 - 1142
10. Szymańska G. (1995). Rodzina w aspekcie przemian społecznych. *Acta Universitatis Wratislaviensis No 1593 Prace Pedagogiczne CV.*

## STRESZCZENIE

Rodzina jest miejsce najistotniejszych oddziaływań edukacyjnych. Związane są one z osobami istotnymi wpływającymi na tworzenie się samooceny oraz postaw wobec zdarzeń i przedmiotów. Oddziaływania edukacyjne występujące w rodzinie mają silne uwarunkowania emocjonalne i pozostają trwale przez długi czas. W związku z tym, tak duże znaczenie przypisuje się temu zakresowi wiedzy, którego źródeł można doszukać się w wpływie domu rodzinnego. Znaczenia edukacji zdrowotnej trudno jest nie dostrzec. Można natomiast zastanawiać się nad jej źródłem. Czy jest on związany z instytucjonalizowanym systemem edukacji (szkoła, publikatory), czy również nieformalne czynniki edukacyjne jakim jest rodzina mają wpływ na kształtowanie postaw prozdrowotnych. Z badań przeprowadzonych na wybranej grupie studentów wynika, że rodzina ma jedynie znaczący wpływ na zdobywanie informacji o zachowaniach higienicznych. Jej wpływ na inne przejawy zachowań prozdrowotnych (aktywność fizyczną, umiejętności ruchowe) nie jest zauważany przez respondentów.

## SUMMARY

Family is the place of the most significant educational influences. They are connected with significant people that affect formation of self-assessment as well as attitudes towards events and objects. Educational influences occurring in family are highly conditioned by emotions and last for long periods of time. Therefore, such significance is attributed to the scope of knowledge originating from the influence of family. Its importance to health education cannot be neglected. However, one may question its source. Is it related to the institutionalised education system (school, mass media)? Or, perhaps, also to the informal educational factors such as family influence on the formation of pro-health behaviour? The research carried out in the selected group of students indicated that family is significant in respect of obtaining information about hygiene. Its influence on other indications of pro-health behaviour (physical activity, physical skills) is not perceived by the respondents.