

BEATA MIRUCKA

Wydział Pedagogiki i Psychologii, Uniwersytetu w Białymstoku
e-mail: beatamir1@wp.pl

Transkulturowe aspekty cielesności mężczyzn. Analiza Ja cielesnego Polaków i Duńczyków trenujących sztuki walki

Przyjęty problem badawczy dotyczy relacji między strukturą ja cielesnego i kontekstem kulturowym. Ja cielesne rozumiane jest jako centralny podsystem osobowości obejmujący trzy elementy. Pierwsze dwa to: funkcje ja cielesnego (doznawanie, interpretacja i regulacja) oraz psychiczne reprezentacje ja cielesnego. Podmiotowe (funkcje) i przedmiotowe (reprezentacje) aspekty ja cielesnego decydują o poczuciu tożsamości cielesnej. Psychiczne reprezentacje składają się na strukturę ja cielesnego. Głównym celem artykułu była eksploracja struktury ja cielesnego mężczyzn – Polaków i Duńczyków – trenujących sztuki walki (66 mężczyzn w wieku od 17 do 27 lat). Wszyscy przebadani zostali Kwestionariuszem Ja Cielesnego autorstwa B. Miruckiej. Wyniki badań dowiodły, że istnieje istotny związek między strukturą ja cielesnego (reprezentacją schematu ciała, reprezentacją potrzeb cielesnych oraz reprezentacją wiedzy) a kontekstem kulturowym – polskim i duńskim.

Słowa kluczowe: *ja cielesne, struktura ja cielesnego, sztuki walki, kontekst kulturowy*

Zagadnienia ciała i cielesności przemieszczają się z peryferyjnych obszarów różnych dyscyplin naukowych w kierunku ich centrum. Prawdopodobnie główną przyczyną tego procesu jest wzrastające poczucie znaczenia i ważności ciała dla kształtowania się tożsamości nowoczesnego człowieka (zob.: Shilling 2010). Cielesność w prawidłowym rozwoju podmiotu stanowi pierwotny i zarazem fundamentalny podsystem osobowości (*Ja cielesne*), na którym nabudowywane są kolejne podsystemy – psychiczny, społeczny, religijny itd. (zob.: Mirucka 2003). Razem tworzą one zintegrowany system – źródło tożsamości osobistej. W społeczeństwie ponowoczesnym cielesność staje się głównym i centralnym wymiarem Ja, któremu podporządkowane są pozostałe

wymiary, co w konsekwencji prowadzi do ujawniania się tożsamości osobistej w formie tożsamości cielesnej. Sens pytania *kim jestem?* zostaje sprowadzony do kwestii *kim jest moje ciało?* W wersji bardziej dramatycznej pytanie to brzmi: *jakie jest moje ciało, jak wyglądam?* Wprowadzone przez B. Turnera pojęcie „społeczeństwo somatyczne” jest prawdopodobnie wyrazem takiej konstatacji na gruncie socjologii (zob.: Turner 1992).

Transformacja roli cielesności w kształtowaniu się tożsamości podmiotu odzwierciedla przemiany dokonujące się w społeczeństwach ponowoczesnych na różnych poziomach ich funkcjonowania – rodzinnym, narodowym, globalnym. Efektem postępujących zmian jest – w perspektywie psychologicznej – przejmujące poczucie bycia zagubionym w otaczającej rzeczywistości, która wymyka się spod kontroli jednostki (Giddens 2010). Tym samym budzi w niej lęk, przeświadczenie o braku jej kompetencji oraz coraz silniejszą potrzebę kontroli wyraźnie ograniczonej przestrzeni. Ciało ze swoimi granicami wychodzi naprzeciw takim pragnieniom, tym bardziej, że przy pomocy wszechobecnych *mass mediów* „objawia się” jako „plastyczny materiał” podatny do twórczej obróbki przez podmiot. Możliwość kontroli połączona zostaje z iluzją tworzenia, a nawet stwarzania czegoś, co będzie akceptowalne przez społeczeństwo, a w zasadzie przez cały cywilizowany świat. Kreowanie swojej powłoki cielesnej urasta do rangi walki o rację istnienia i bycia zaakceptowanym – *istnieję, o ile spełniam standardy ideału kobiety/mężczyzny; jestem tym, na kogo wyglądam*. Przekonanie o konieczności stwarzania swojego ciała tłumaczy gorliwość w podejmowaniu licznych zabiegów upiększających oraz dyscyplinujących. Należą do nich między innymi różne formy aktywności sportowej oraz sztuki walki. Te ostatnie, wydają się zjawiskiem odosobnionym pośród działań służących pogoni za idealnym ciałem. Przede wszystkim dlatego, że u ich podstaw leży określona filozofia, wizja człowieka zintegrowanego, która stoi na straży dążenia do kształtowania siebie cielesnego – człowieka z krwi i kości, a nie jedynie uprzedmiotowionego ciała.

Celem artykułu jest analiza *Ja* cielesnego mężczyzn narodowości polskiej i duńskiej a właściwym im kontekstem kulturowym.

Fenomen cielesności – *Ja* cielesne

Problem cielesności i jego znaczenie dla funkcjonowania człowieka może być rozpatrywany w ramach różnych paradygmatów, takich jak między innymi: 1) podejście neuropsychologiczne z centralnym pojęciem schematu własnego ciała (zob.: Cole, Paillard 1995; Gallagher 1995; Kinsbourne 1995); 2) podejście psychodynamiczne zogniskowane początkowo wokół obrazu ciała (koncepcja barierowości Fishera 1987), a następnie również wokół fenomenu *Ja* cielesnego (zob.: Meissner 1997; Krueger

2002); 3) podejście poznawcze, w którym obraz ciała stanowi podstawowy konstrukt teoretyczny (zob.: Shontz 1969; Thomson i in., 1999), oraz 4) podejście społeczno-kulturowe akcentujące rolę procesów internalizacji ideałów piękna dla kształtowania się poczucia atrakcyjności fizycznej oraz świadomości uprzedmiotowionego ciała (nzob.: Jakson 1992; McKinley 1999; Fredrickson, Roberts 1997). Wspólną cechą wymienionych perspektyw naukowych jest fragmentaryczne ujęcie fenomenu cielesności oraz pomijanie znaczenia doświadczania siebie cielesnego w kształtowaniu się tożsamości podmiotu.

Próba przekroczenia dualistycznego i fragmentarycznego podejścia do zagadnień ludzkiego ciała jest koncepcja *Ja* cielesnego autorstwa B. Miruckiej i O. Obada-Sakson (2012). Zgodnie z ich ujęciem *Ja* cielesne jest nadrzędną, centralną instancją odpowiedzialną za doświadczanie siebie cielesnego, która rozwija się systemowo, w oparciu o wzajemną relację między funkcjami i reprezentacjami. Do podstawowych funkcji należą: 1) doznawanie bodźców z wnętrza ciała i otoczenia, 2) integrowanie doznań oraz ich świadoma interpretacja, zwłaszcza w odniesieniu do emocji i potrzeb, 3) regulowanie poznawcze i afektywne (zob.: Krueger 2002; Sakson-Obada 2009). Efektem wymienionych funkcji są psychiczne reprezentacje siebie cielesnego, począwszy od tych najprostszych po wielokrotnie złożone. Tworzą one na przestrzeni życia podmiotu coraz bardziej złożoną strukturę – są obrazem siebie cielesnego (OSC). Wśród psychicznych reprezentacji siebie cielesnego, czyli różnego rodzaju umysłowych przedstawień, znajdują się: 1) schemat ciała (RSCH), 2) zintegrowany percepcyjny wizerunek siebie cielesnego, uwzględniający płciowość podmiotu, jego atrybuty kobiecości lub męskości (RPWSC), 3) reprezentacje doznań cielesnych (RDC), 4) reprezentacje stanów emocjonalnych (RSE), 5) reprezentacje potrzeb cielesnych (RPC), 6. wiedzę na temat przyczyn i sposobów radzenia sobie z potrzebami cielesnymi oraz stanami emocjonalnymi (RW). Kształtowanie się *Ja* cielesnego zależy od sposobu przejawiania się funkcji oraz organizacji obrazu siebie cielesnego. Same funkcje cielesne również pozostają pod stałym wpływem obrazu siebie cielesnego. Im bardziej zaburzony jest ten obraz, tzn. niespójna, nieuporządkowana struktura psychicznych reprezentacji, tym bardziej nieprawidłowo spełniają swoją rolę funkcje cielesne. I odwrotnie, zakłócenia w obrębie funkcji odbijają się w jakości obrazu siebie cielesnego. *Ja* cielesne stanowi zatem rodzaj systemu, którego funkcjonowanie regulowane jest zarówno przez funkcje cielesne, jak i obraz siebie cielesnego – fenomeny (elementy systemu), które podlegają wzajemnym oddziaływaniom.

Prawidłowe, dojrzałe *Ja* cielesne przejawia się najbardziej znacząco w: 1) poczuciu własnego istnienia (bycia żywym), 2) poczuciu ciągłości siebie cielesnego w czasie i przestrzeni, 3) poczuciu wewnętrznej spójności, 4) poczuciu własnych granic oraz 5) akceptacji siebie jako bytu cielesnego. Tych pięć aspektów doświadczania siebie (*Ja* cielesnego) kształtuje tożsamość cielesną podmiotu, która jest podstawowym i zarazem fundamentalnym wymiarem tożsamości osobowej podmiotu (Mirucka, Obada-Sakson 2012).

Samodoskonalenie siebie cielesnego w sztukach walki

Sztuki walki powstały w krajach Dalekiego Wschodu jako dyscypliny wojenne służące bezpośredniej konfrontacji z wrogiem. Ich uprawianie miało związek z wyznawaniem określonych religii (hinduizmu, buddyzmu, taoizmu, islamu) i filozofii, które nakazują ciągłe doskonalenie się w wykonywaniu podejmowanych aktywności. Celem sztuk walki była zatem nauka skutecznej obrony przed przeciwnikiem, jak również pokonanie własnych słabości i budowanie swojej osobowości (Cynarski 2000).

W Europie ogół sztuk walki wywodzących się z kultury Dalekiego Wschodu został nazwany *budo*. Jest ono praktykowane jako nauka umiejętności praktycznych, forma rekreacji fizycznej i tradycyjna droga duchowego samodoskonalenia się. W Polsce *budo* ma wielu zwolenników, czego potwierdzeniem jest około ćwierć miliona ćwiczących dzieci i młodzieży. Motywacją do podjęcia tego rodzaju aktywności sportowej jest najczęściej chęć poniesienia sprawności fizycznej i uzyskania poczucia bezpieczeństwa (tamże).

Młody adept sztuk walki uczęszcza na treningi złożone z kilku etapów. Pierwszym z nich jest nauka technik i taktyk według danego systemu *budo*. Pomyślne przejście tego etapu wymaga samodyscypliny, systematyczności i pokonywania bólu, zmęczenia i strachu. Uczeń powinien również być w stanie opanowywać agresję, traktować przeciwnika z szacunkiem i ponosić odpowiedzialność za partnera ćwiczeń. Osiąganie wysokich umiejętności w większym stopniu zależy od charakteru adepta niż jego umiejętności fizycznych. Trening ciała połączony jest z treningiem umysłu, co widać jeszcze bardziej wyraźnie na drugim etapie, tzw. doskonalenia duchowego. Ważną rolę odgrywają tu ćwiczenia oddechowe o właściwościach wzmacniających, relaksacyjnych i koncentrujących, uzupełnione medytacją. Podczas treningu technicznego człowiek rozładowuje napięcia i stresy a w trakcie medytacji osiąga uspokojenie i wyciszenie. Wszystko to pomaga zachować harmonię i równowagę w rozwoju ciała i umysłu (tamże).

Ostatnim etapem jest przekazywanie wiedzy innym. Czyni to trener, którego zadaniem jest nie tylko nauczyć technik walki, lecz przede wszystkim ukształtować charakter swoich podopiecznych. Taki wychowawca (instruktor) jest nazwany w krajach Dalekiego Wschodu *sensei*. Jest on uznany za osobę „drugą po Bogu” (Pawluk 1991), której należy się szacunek. Cięży na nim ogromna odpowiedzialność, gdyż przykładem swojego życia daje świadectwo sensu i istoty uprawiania sztuk walki. Wzorowy mistrz powinien posiadać wykształcenie specjalistyczne, pedagogiczne i psychologiczne oraz odznaczać się takimi cechami charakteru jak: prawdomówność, zaangażowanie, pracowitość i sprawiedliwość (Cynarski 2000). Mistrz obserwuje postępy swoich podopiecznych i w ramach nagrody odznacza ich kolorowymi pasami symbolizującymi poziom umiejętności zawodnika. Przyznawanie pasów jest doskonałą for-

mą motywacji zewnętrznej, zachęcającą do osiągnięcia wszystkich cech idealnego *budoka*. Wzorowy adept *budo*, bowiem odznacza się biegłością w posługiwaniu się technikami walki i odpowiednimi cechami charakteru. Powinien on przestrzegać zasad etycznych, panować nad agresją, być ambitnym, cierpliwym, pokornym oraz pracowitym i wytrwałym w procesie przezwycięzania własnych słabości. Tylko wtedy może zostać wytypowany na egzaminy mistrzowskie i kursy instruktorskie (tamże).

Budo jest odpowiedzią na lansowany współcześnie kult przemocy i siły. Akcentuje rolę ciała jako broni, którą zawodnik jest w stanie pokonać silniejszego przeciwnika, nie raniąc go. Zawodnicy poprzez ćwiczenia wzmacniają swoje ciała, poprawiają szybkość, siłę i koordynację, uczą się zaufania, głębokiej wiary we własne siły i zdolności, by osiągnąć poczucie wewnętrznego spokoju niezbędnego podczas walki (Chodkiewicz 1990).

O wszechstronnym oddziaływaniu trenowania sztuk walki na kształtowanie się osobowości człowieka dowodził S. Sterkowicz (1992). Jego badania na grupie uczestników kursu instruktorskiego wykazały, że trenowanie sztuk walki ma związek ze zwiększeniem radości z życia, poprawą samopoczucia, wzrostem empatii w stosunku do innych ludzi, przyspieszaniem podejmowania decyzji, polepszeniem samokontroli oraz wytrzymałościowym i szybkościowym rozwojem zdolności motorycznych. Można zatem uznać, że założenia sztuk walki mówiące o fizycznym oraz mentalnym rozwoju człowieka uprawiającym tę aktywność sportową pokrywają się z rzeczywistym jej oddziaływaniem na adepta *budo*.

Kontekst kulturowy – polski i duński

Mimo homogenizacji świata i integracji narodów, każdy z nich ma nadal specyficzne dla siebie cechy. Dobrym przykładem są kraje Europy wchodzące w skład Unii Europejskiej, jakim są Dania i Polska. R. McCrae (2004) oraz jego współpracownicy stworzyli bazę danych na temat osobowości mieszkańców kilkudziesięciu krajów. Ich analizy wykazały, że im dalej od równika, tym ludzie zamieszkujący dane tereny są bardziej ekstrawertyczni. Najwyższy poziom ekstrawersji charakteryzuje Skandynawów. Polacy natomiast odznaczają się najwyższym poziomem neurotyzmu spośród uczestników badania (Alik, McCrae 2004). Ponadto, ekstrawertyczna osobowość odnosi się do mieszkańców krajów bogatych o wysokiej jakości życia. Stwierdzenie to jest zgodne z wynikami badań. Przykładowo Dania ma wyższy poziom produktu krajowego brutto na osobę niż Polska. Zamożność ekonomiczna kraju i brak konfliktów zbrojnych związane są z kolei z poczuciem dobrostanu obywateli. Według mapy stworzonej przez Marksa i in. (2006) do najszczęśliwszych zaliczają się kraje skandynawskie, w tym Dania na pierwszym miejscu. Polacy plasują się w środkowym przedziale skali.

Ważnym wkładem w dyskusji na temat wzajemnych oddziaływań kultury i osobowości człowieka okazały się opinie G. Hofstede (2001). Zaproponował on metodologię porównywania kultur, odwołując się do tzw. psychologicznych wymiarów kultury. Należą do nich: 1) dystans władzy, hierarchiczność, 2) indywidualizm – kolektywizm, 3) męskość – kobiecość, 4) unikanie niepewności, 5) orientacja czasowa odległa – bliska (Hofstede 2001).

W odniesieniu do pierwszego wymiaru, dostrzeżono, że Dania jest krajem małego dystansu władzy. Jego mieszkańcy preferują równość w stosunkach między ludźmi. Aspekt ten dotyczy ról społecznych, procesów decyzyjnych, a także statusu materialnego. Polacy natomiast podporządkowują się autorytetom, uznają stosunki hierarchiczne w społeczeństwie, preferują formalizm w komunikacji międzyludzkiej i podkreślają bardziej znaczenie swoich praw, niż obowiązków (Mikułowski-Pomorski 2006).

Kolejnym wymiarem jest indywidualizm – kolektywizm. Dla G. Hofstede społeczeństwa indywidualistyczne to te charakteryzujące się luźnymi więziami między ludźmi. W kolektywistycznych, natomiast jednostki silnie integrują się z grupami (Hofstede 2001). Polacy wobec takiej definicji nie mieszczą się ramach jednej grupy. Z jednej strony tworzą oni rodziny nuklearne, charakterystyczne dla społeczeństw indywidualistycznych, lecz poszerzają kontakty o grono bliskich przyjaciół. Niechętnie przyzwalają na ingerencje w życie prywatne osobom spoza swojej grupy. Nie identyfikują się z miejscem pracy, chyba, że jest to przedsiębiorstwo rodzinne. Te przykłady wskazują na występującą w narodzie polskim wspólnotowość, którą możemy nazwać kolektywizmem (Mikułowski-Pomorski 2006). Zachowanie młodego pokolenia nastawionego na karierę prowadzi do zmian w społeczeństwie w stronę indywidualizmu (Reykowski 1999). Do takiego rodzaju kultury można już dziś zaliczyć kulturę duńską. Duńczycy szybko usamodzielniają się, wyprowadzając się z domu rodzinnego po ukończeniu collage'u i podejmują pracę zawodową. Rozgraniczają jednak wyraźnie sferę zawodową od osobistej, inaczej niż w kolektywizmie, gdzie nie doszło do takiego rozdziału (Boski 2009).

Wymiar męskość – kobiecość definiować można stereotypowymi rolami społecznymi przypisywanymi obu płciom. Społeczeństwa męskie odznaczają się orientacją na sukces materialny, a kobiece dbałością o jakość życia i stosunki międzyludzkie. Duńczycy wobec hołdowania równości społecznej cenią sobie wygodę i radość życia bardziej niż ciężką pracę i wysokie wynagrodzenie. Zaliczają się zatem do żeńskich społeczeństw (Mikułowski-Pomorski 2006). W przypadku Polaków sytuacja nie jest jednoznaczna, ponieważ wspólnotowość skłania do dbałości o stosunki między członkami swojej grupy, a wzrost maskulinizacji kultury przybliża do społeczeństwa męskiego (Boski 2009; Mikułowski-Pomorski 2006).

Kraje, podobnie jak ludzie, różnią się od siebie. Osoby żyjący w danym miejscu, kształtują kulturę zgodnie z własnymi przekonaniami i potrzebami. W ich oczach stworzone przez nich warunki wydają się najbardziej optymalne. Niewątpliwie jednak społeczeństwa nie są jednorodne.

Metodologia badań

Ja cielesne, jako złożony fenomen, kształtowane jest na przestrzeni całego życia człowieka. Jego poszczególne reprezentacje rozwijają się w bardziej lub mniej dynamiczny sposób, w zależności od zdobywanych przez jednostkę doświadczeń. Dlatego przyjęto hipotezę, według której przypuszcza się, że struktura *Ja* cielesnego mężczyzn uprawiających sztuki walki i żyjących w kulturze indywidualistycznej w Danii, różni się od struktury *Ja* cielesnego mężczyzn również trenujących sztuki walki, ale mieszkających w Polsce i sytuujących się na granicy kolektywizmu i indywidualizmu. Duńczycy bowiem są zadowoleni i pewni siebie, zdyscyplinowani i dokładni, unikają podejmowania wielu aktywności na raz i cenią wygodę. Duńska mentalność sprawiła, że w latach 90. Dania została nazwana krajem ekonomicznego sukcesu (Mikułowski-Pomorski 2006). Skandynawskie cechy charakteru ułatwiają również osiągnięcie dobrostanu osobistego. Duńczycy dbają o kondycję fizyczną. Rower jest dla większości z nich jedynym środkiem lokomocji. Nie mają oporów przed wyrażaniem swoich opinii i wolą cieszyć się życiem niż ciężko pracować, ale jeśli ich coś zainteresuje poświęcają temu dużo czasu i wysiłku (Mikułowski-Pomorski 2006). Innymi słowy, czynniki kulturowe pozostają w istotnym związku z kształtowaniem się struktury *Ja* cielesnego mężczyzn trenujących sztuki walki. Oczekuje się, iż reprezentacje obrazu siebie cielesnego będą plasować się na wyższym poziomie w grupie mężczyzn trenujących sztuki walki narodowości duńskiej, niż w grupie polskiej.

W badaniach wykorzystano *Kwestionariusz Ja Cieleśnego* autorstwa B. Miruckiej. Narzędzie jest formą operacjonalizacji pojęcia *Ja* cielesnego. Metoda ta została opracowana zgodnie z przyjętą koncepcją *Ja* cielesnego, w związku z czym pozwala na określenie całej struktury reprezentacji obrazu siebie cielesnego: schematu ciała, reprezentacji doznań, emocji, potrzeb cielesnych, percepcyjnego wizerunku siebie cielesnego oraz reprezentacji wiedzy na temat siebie cielesnego. Składa się z 57 itemów, które zostały przyporządkowane do odpowiednich kategorii (odpowiedników reprezentacji). *Kwestionariusz Ja Cieleśnego* został przetłumaczony na język angielski.

W celu weryfikacji przyjętych hipotez, przeprowadzono badania w równolicznych grupach Duńczyków i Polaków (33 osoby w każdej) z klubów sportowych Rosomak i Husarz w Białymstoku oraz Choke Academy w Odense.

Za zgodą trenerów rozdano *Kwestionariusze Ja Cieleśnego* mężczyznom trenującym sztuki walki. Kwestionariusz umieszczono również na forach internetowych klubów białostockich, gdzie za pośrednictwem Internetu, badani mieli możliwość wypełnienia go. Taka sama procedura badawcza dotyczyła osób objętych badaniem w Danii. Kwestionariusze uzupełniło 33 osoby narodowości duńskiej w przedziale wiekowym 17–27 lat trenujące sztuki walki oraz 33 osoby narodowości polskiej w tym samym wieku także zajmujących się tym sportem (Dąbrowska 2010).

Wyniki badań

W celu określenia istotnych różnic między grupami Polaków i Duńczyków podejmujących ten sam rodzaj aktywności sportowej zastosowano test *t*-Studenta dla grup niezależnych. W pierwszej kolejności, jednak posłużono się testem Kołmogorowa-Smirnowa, by dowiedzieć, że zmienna zależna jest mierzona na skali ilościowej i ma w populacji rozkład normalny. Stosując test *t* dla prób niezależnych sprawdzono założenie o jednorodności wariancji w porównywanych grupach, posługując się testem Levene'a. Dodatkowo w celu określenia wielkości efektu (tzn. siłę związku między zmiennymi) zastosowano test *d* Cohena ($d = 2t/\sqrt{df}$) (por. tab. 1).

Tabela 1. Test *t* dla prób niezależnych w grupie Polaków i Duńczyków trenujących sztuki walki

Reprezentacje <i>Ja</i> cielesnego	Założenie o równości/ nierówności wariancji	Test Levene'a jednorodności wariancji		<i>t</i>	<i>df</i>	Siła związku <i>d</i> Cohena
		<i>F</i>	Istotność (dwustronna)			
Schemat ciała (RSCH)	założono	3,22	0,003	3,10	64,00	0,79
	nie założono		0,003	3,10	61,69	
Doznania cielesne (RDC)	założono	0,56	0,674	0,42	64	–
	nie założono		0,674	0,42	61,99	
Stany emocjonalne (RSE)	założono	0,01	0,272	1,11	64,00	–
	nie założono		0,272	1,11	64,00	
Potrzeby cielesne (RPC)	założono	0,06	0,101	–1,67	64,00	0,42
	nie założono		0,101	–1,67	63,72	
Percepcyjnego wizerunku siebie cielesnego (RPWSC)	założono	2,83	0,758	–0,31	64,00	–
	nie założono		0,758	–0,31	59,34	
Wiedza na temat siebie cielesnego (RW)	założono	0,07	0,051	–1,99	64,00	0,50
	nie założono		0,051	–1,99	63,92	

Analiza testem *t*-Studenta dla prób niezależnych wykazała, że istnieje związek między strukturą *Ja* cielesnego mężczyzn uprawiających sztuki walki a czynnikiem kulturowym. Wielkość efektu *d* Cohena wskazuje na silny związek między czynnikiem kulturowym i strukturą *Ja* cielesnego mężczyzn, w reprezentacji schematu ciała (RSCH), w reprezentacji potrzeb cielesnych (RPC) oraz wiedzy na temat siebie cielesnego (RW) (zob.: tab. 1).

Kolejnym etapem pracy badawczej była analiza struktury *Ja* cielesnego (czyli konfiguracji reprezentacji obrazu siebie cielesnego) Polaków trenujących sztuki walki i Duńczyków podejmujących ten sam rodzaj aktywności sportowej. W tym celu prze-

liczono średnie wyników reprezentacji *Ja* cielesnego z uwzględnieniem liczby itemów (*N*), ponieważ ich liczba była różna w poszczególnych reprezentacjach (zob.: tab. 2, ryc. 1). Na przykład, reprezentacja schematu ciała obejmowała cztery itemy, podczas gdy reprezentacja doznań cielesnych aż 19. Przeliczenie średniej z uwzględnieniem liczby itemów w każdej reprezentacji pozwoliło na porównywanie reprezentacji między sobą oraz określenie struktury *Ja* cielesnego.

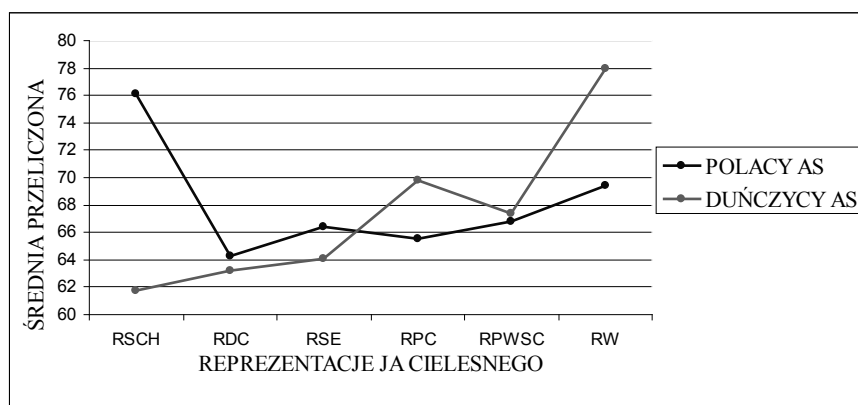
Tabela 2. Średnie przeliczone reprezentacji *Ja* cielesnego ze względu na ilość itemów dla grupy Polaków trenujących sztuki walki (Polacy AS) i grupy Duńczyków podejmujących tę samą aktywność sportową (Duńczycy AS)

Reprezentacje <i>Ja</i> cielesnego	Liczba itemów (<i>N</i>)	Średnia (<i>M</i>) i odchylenie standardowe		Średnia przeliczona $\left(\frac{M \cdot 19}{N}\right)$	
		Polacy	Duńczycy	Polacy	Duńczycy
Schemat ciała (RSCH)	4	16,03 4,33	13,00 3,59	76,14	61,75
Doznania cielesne (RDC)	19	64,24 10,43	63,24 8,70	64,24	63,24
Stany emocjonalne (RSE)	17	59,45 7,89	57,30 7,88	66,44	64,04
Potrzeby cielesne (RPC)	11	37,94 6,26	40,42 5,86	65,53	69,82
Percepcyjny wizerunek siebie cielesnego (RPWSC)	19	66,79 9,47	67,42 7,10	66,79	67,42
Wiedza na temat siebie cielesnego (RW)	5	18,27 4,49	20,52 4,65	66,43	77,89

Wielkości średnich w grupie Duńczyków trenujących sztuki walki są bardzo zróżnicowane. Największa różnica występuje między reprezentacją schematu ciała (RSCH – najniższa wartość) a reprezentacją wiedzy (RW – wartość najwyższa). Natomiast w grupie Polaków podejmujących aktywność sportową najwyższa średnia wyników dotyczy reprezentacji schematu ciała (RSCH), a najniższa reprezentacji doznań cielesnych (RDC), (zob.: tab. 2).

Struktury *Ja* cielesnego w obu grupach mężczyzn są inne. Najbardziej zbliżone wyniki zostały osiągnięte w reprezentacji percepcyjnego wizerunku siebie cielesnego (RPWSC), a najmniej w reprezentacji schematu ciała (RSCH). W grupie Polaków trenujących sztuki walki najwyższe wyniki dotyczą reprezentacji schematu ciała (RSCH), a w grupie Duńczyków reprezentacji wiedzy na temat siebie cielesnego (RW). Najniższe średnie reprezentacji *Ja* cielesnego w grupie Polaków dotyczy reprezentacji doznań cielesnych (RDC), a w grupie Duńczyków reprezentacji schematu ciała (RSCH). Oznacza to, że gdy w grupie Polaków trenujących sztuki walki repre-

zentacja schematu ciała (RSCH) osiąga najwyższy poziom, to w grupie Duńczyków ta sama reprezentacja (RSCH) utrzymuje się na najniższym poziomie w całej strukturze *Ja* cielesnego (zob.: ryc. 1).



Ryc. 1. Struktura *Ja* cielesnego Polaków trenujących sztuki walki (Polacy AS) i Duńczyków podejmujących ten sam rodzaj aktywności sportowej (Duńczycy AS)

Z zaprezentowanej analizy wynika, że struktura *Ja* cielesnego Duńczyków trenujących sztuki walki znacząco różni się od struktury *Ja* cielesnego Polaków zajmujących się tą samą aktywnością sportową. Różnice dotyczą wszystkich reprezentacji *Ja* cielesnego. Istotne i największe różnice dotyczą reprezentacji schematu ciała (RSCH), reprezentacji potrzeb cielesnych (RPC) oraz reprezentacji wiedzy na temat siebie cielesnego (RW). Oznacza to, że czynniki kulturowe pozostają w istotnym związku z kształtowaniem się struktury *Ja* cielesnego mężczyzn.

Dyskusja wyników

W celu weryfikacji przyjętej hipotezy dotyczących związków między czynnikami kulturowymi (przynależność do określonego kraju europejskiego - Danii lub Polski) a fenomenem cielesności, porównano strukturę *Ja* cielesnego mężczyzn, Polaków trenujących sztuki walki ze strukturą *Ja* cielesnego mężczyzn, Duńczyków podejmujących ten sam rodzaj aktywności sportowej. Analiza wyników badań wykazała istotne różnice w reprezentacji schematu ciała (RSCH), reprezentacji potrzeb cielesnych (RPC) i reprezentacji wiedzy na temat siebie cielesnego (RW), (zob.: tab. 1). Przy czym wyższy poziom reprezentacji schematu ciała (RSCH) dotyczy grupy Polaków,

a reprezentacji wiedzy na temat siebie cielesnego (RW) Duńczyków (zob.: ryc. 1). Zaskakującym może być fakt, że używanie roweru jako codziennego środka transportu w Danii nie rozwija schematu ciała (RSCH) w takim stopniu, jak systematyczne ćwiczenia przeprowadzane podczas zajęć wychowania fizycznego w placówkach oświatowych. Okazuje się, że w Polsce tygodniowy wymiar wychowania fizycznego w szkołach podstawowych i ponadpodstawowych wynosi 135 minut, natomiast w Danii jedynie 90 minut (Pośpiech 2006). Wpływać to może na kształtowanie postaw prozdrowotnych u dzieci i młodzieży, co ma znaczenie w ustosunkowaniu się do sportu w dorosłym życiu. Należy pamiętać, że reprezentacja schematu ciała (RSCH) jest pierwotną i podstawową strukturą neuronalną, organizującą doznania somatosensoryczne, która w początkowych tygodniach życia kształtuje się w relacji z osobą znaczącą (Mirucka, Sakson-Obada 2012). W kulturach indywidualistycznych popularna jest wczesna separacja niemowlęcia od matki podczas snu. Dziecko niekiedy spędza noc samo w oddzielnym pokoju, co ma wdrażać je do niezależności (Matsumoto, Juang 2007). Słabszy kontakt dziecka z opiekunem może wpłynąć na słabszą intensywność doświadczania swojego ciała przez dziecko. Być może takie zabiegi stosowane są również w Danii, która jest uznawana za kraj indywidualistyczny, dlatego poziom reprezentacji schematu ciała (RSCH) jest niższy niż u Polaków (kultura na pograniczu indywidualizmu i kolektywizmu). Poziom reprezentacji wiedzy na temat siebie cielesnego (RW) natomiast jest wyższy w grupie Duńczyków, niż w grupie Polaków (zob.: tab. 2, ryc. 2). Tłumaczyć to można aspektami osobowościowymi społeczeństwa duńskiego. Poświęcają oni bowiem dużo czasu i wysiłku sprawom, które szczególnie ich interesują. W kontekście sztuk walki, było by to zdobywanie wiedzy na temat metod i technik wykorzystywania predyspozycji swojego ciała podczas walki, czy diet dostarczających niezbędnych składników odżywczych. Ponadto ich indywidualizm i pewność siebie sprawia, że w bezpośredni sposób okazują swoje emocje i opinie. Zdobywają dzięki temu wiedzę na temat siebie i sposobów postrzegania siebie przez otoczenie. Tłumaczy to, dlaczego u mężczyzn narodowości duńskiej występuje wyższy poziom wiedzy na temat siebie cielesnego (RW). Wysoki poziom wiedzy wiąże się w grupie Duńczyków z wyższym poziomem reprezentacji potrzeb cielesnych (RPC), ponieważ świadomość własnego wpływu (sprawstwa) na kondycję swojego ciała, kształtuje potrzebę ruchu, odpoczynku, odpowiedniego żywienia, poddawania różnym zabiegom swojego organizmu.

Warto zauważyć jeszcze, że poziom reprezentacji doznań cielesnych (RDC), reprezentacji stanów emocjonalnych (RSE) i reprezentacji percepcyjnego wizerunku siebie cielesnego (RPWSC) plasują się na podobnym poziomie w obu grupach mężczyzn (zob.: tab. 2., ryc. 2). Przypuszczać można, że występuje pewna prawidłowość w kształtowaniu się *Ja* cielesnego mężczyzn trenujących sztuki walki w obrębie tych reprezentacji. Warto zatem byłoby przeprowadzić badania na grupach mężczyzn trenujących sztuki walki, a pochodzących z kultur różnych kontynentów i porównać ich struktury *Ja* cielesnego. Uzyskane wyniki potwierdzają przypuszczenie, że czynniki

kulturowe pozostają w istotnym związku z kształtowaniem się struktury *Ja* cielesnego mężczyzn trenujących sztuki walki.

Zagadnienie kształtowania się fenomenu *Ja* cielesnego wśród mężczyzn trenujących sztuki walki nie zostało wyczerpane. Pozostaje wiele intrygujących kwestii wartych przeprowadzenia badań i analiz. Ciekawa zdaje się perspektywa badań wewnątrzgrupowych, które obejmowałyby osoby trenujące ten sam rodzaj sztuk walki, tyle samo lat i z taką samą częstotliwością uczęszczających na ćwiczenia. Prezentowane badania, były bowiem przeprowadzone na mniej jednorodnych grupach. W większości, badani uczęszczali na treningi brazylijskiego *ju-jitsu* (w grupie Duńczyków 30 osób, w grupie Polaków 22 osoby), ale znalazły się pośród nich osoby, które trenowały inne sztuki walki. Pośród badanej grupy Polaków trzy osoby trenują MMA, czyli mieszane sztuki walki, cztery osoby tajski boks i cztery osoby *muay thai*. W grupie Duńczyków występowało mniejsze zróżnicowanie, ponieważ tylko jedna osoba trenowała karate, jedna MMA i jedna *valetudo*. Ponadto część z nich uczęszczała na treningi trzy i więcej razy w tygodniu, a inni mniej. Jedni trenują od roku, inni dłużej niż trzy lata. W obliczu takiego zróżnicowania można byłoby zbadać czy ilość i częstotliwość treningów ma związek z kształtowaniem się reprezentacji *Ja* cielesnego na innym poziomie.

Bibliografia

- ALIK J., MCCRAE R.R., 2004, *Toward a geography of personality traits: Patterns of profiles across 36 cultures*, Journal of Cross-Cultural Psychology, Vol. 35(1).
- BOSKI P., 2009, *Kulturowe ramy zachowań społecznych. Podręcznik psychologii międzykulturowej*, PWN, Warszawa.
- CHODKIEWICZ M., 1990, *Charakterystyka i rozwój stylu karate kypokushinaki na świecie i w Polsce*, Warszawa.
- COLE J., PAILLARD J., 1995, *Living without Touch and Peripheral Information about Body Position and Movement: Studies with Deafferented Subjects*, [in:] J.L. Bermudez, A. Marcel, N. Eilan (eds.), *The Body and the Self*, Cambridge.
- CYNARSKI W.J., 2000, *Sztuki walki budo w kulturze Zachodu*, WSP, Rzeszów.
- DĄBROWSKA J., 2010, *Transkulturowe aspekty Ja cielesnego mężczyzn – Polaków i Duńczyków – trenujących sztuki walki*, niepublikowana praca magisterska napisana pod kierunkiem B. Miruckiej, Białystok.
- FISHER S., 1987, *Development and Structure of Body Image*, New York.
- FREDRICKSON B.L., ROBERTS T., 1997, *Objectification theory: Toward understanding women's lived experiences and mental health risks*, Psychology of Women Quarterly, Vol. 1(21).
- GALLAGHER S., 1995, *Body Schema and Intentionality*, [in:] J.L. Bermudez, A. Marcel, N. Eilan, (eds.), *The Body and the Self*, Cambridge.
- GIDDENS A., 2010, *Nowoczesność i tożsamość*, PWN, Warszawa.
- HOFSTEDE G., 2001, *Culture's Consequences. Comparing values, behaviors, institutions and organizations across nations*, Thousand Oaks.
- JAKSON L., 1992, *Physical Appearance and Gender: Sociobiological and Sociocultural Perspectives*, Albany.

- KINSBOURNE M., 1995, *Awareness of one's own body: An attentional theory of its nature*, [in:] J.L. Bermudez, A. Marcel, N. Amir (eds.), *The body and the self*, Cambridge.
- KRUEGER D., 2002, *Integrating Body Self and Psychological Self*, New York.
- MARKS N., ABDALLAH S., SIMMS A., THOMPSON S., 2006, *The happy planet index*, London.
- MATSUMOTO D., JUANG L., 2007, *Psychologia międzykulturowa*, GWP, Gdańsk.
- MCCRAE R.R., ALIK J., 2004, *Toward a Geography of Personality Traits. Patterns of Profiles across 36 Cultures*, *Journal of Cross-Cultural Psychology*, Vol. 35.
- McKINLEY N.M., 1999, *Women and objectified body consciousness: Mothers' and daughters' body experience in cultural, developmental, and familial context*, *Developmental Psychology*, Vol. 35.
- MEISSNER W., 1997, *The self and the body: I. The body self and the body image*, *Psychoanalysis and Contemporary Thought*, Vol. 20.
- MIKUŁOWSKI-POMORSKI J.M., 2006, *Jak narody porozumiewają się ze sobą w komunikacji międzykulturowej i komunikowaniu medialnym*, Universitas, Kraków.
- MIRUCKA B., 2003, *Ja cielesne fundamentem osobowości*, *Polskie Forum Psychologiczne*, 8.
- MIRUCKA B., SAKSON-OBADA O., 2012, *Ja cielesne – od normy do zaburzeń*, GWP, Gdańsk.
- PAWLUK J., 1991, *Saga o budo. Wschodnie sztuki walk*, Warszawa.
- POŚPIECH J., 2006, *Jakość europejskiego wychowania fizycznego w świetle badań*, Państwowa Wyższa Szkoła Zawodowa w Raciborzu.
- REYKOWSKI J., 1999, *Kolektywizm i indywidualizm jako kategorie opisu zmian społecznych i mentalności*, [w:] K. Gawlikowski (red.), *Indywidualizm a kolektywizm*, PAN, Warszawa.
- SAKSON-OBADA O., 2009, *Pamięć ciała. Ja cielesne w relacji przywiązania i w traumie*, Defini, Warszawa.
- SHILLING CH., 2010, *Socjologia ciała*, PWN, Warszawa.
- SHONTZ F.C., 1969, *Perceptual and Cognitive Aspects of Body Experience*, New York.
- STERKOWICZ S., 1992, *Charakterystyka wybranych wskaźników określających stan przygotowania zawodników karate*, Wydawnictwo Monograficzne AWF w Krakowie, Vol. 47.
- THOMPSON J.K., HEINBERG L.J., ALTABE M., TANTLEFF-DUNN S., 1999, *Exacting Beauty: Theory, Assessment and Treatment of Body Image Disturbance*, Washington.
- TURNER B.S., 1992, *Regulating Bodies. Essays in Medical Sociology*, London.

Transcultural aspects of men embodiment. The body self analysis of Polish and Danish men who do martial arts

The study investigated the problem of relation between the body self and the cultural context. The body self is understood as one of the central personality aspect containing three interdependent dimensions. The first two are: functions of the body self (sensationing, interpretation, and regulation) and psychic representations of the body self. The subjective (functions) and objective (representations) aspects of body self determine the sense of somatic identity. The psychic representations of the body built the structure of body self. The aim of the article is to explore the structure of the body self in the groups of men – Polish and Danish that train the martial arts (66 men at age 17–27 years). All of them were examined by the Questionnaire of Body Self by B. Mirucka. Conclusions from the study were that there is a significant relation between the structure of the body self (the representation of body schema, the representation of bodily needs and the representation of knowledge) and the cultural context – Polish and Danish.

Keywords: *body self, structure of body self, martial arts, cultural context*