

Drumińska Ewelina, Wojdat Marta, Pujszo Małgorzata, Stępnik Robert. Pedagogiczno-psychologiczne aspekty zapobiegania agresji na etapie szkolnym = Pedagogical and psychological aspects of prevention of aggression at school stage. Journal of Education, Health and Sport. 2016;6(8):595-606. eISSN 2391-8306. DOI <http://dx.doi.org/10.5281/zenodo.61003>
<http://ojs.ukw.edu.pl/index.php/johs/article/view/3790>

The journal has had 7 points in Ministry of Science and Higher Education parametric evaluation. Part B item 755 (23.12.2015).
755 Journal of Education, Health and Sport eISSN 2391-8306 7

© The Author (s) 2016;

This article is published with open access at Licensee Open Journal Systems of Kazimierz Wielki University in Bydgoszcz, Poland
Open Access. This article is distributed under the terms of the Creative Commons Attribution Noncommercial License which permits any noncommercial use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original author(s) and source are credited. This is an open access article licensed under the terms of the Creative Commons Attribution Non Commercial License (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>) which permits unrestricted, non commercial use, distribution and reproduction in any medium, provided the work is properly cited.
This is an open access article licensed under the terms of the Creative Commons Attribution Non Commercial License (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>) which permits unrestricted, non commercial use, distribution and reproduction in any medium, provided the work is properly cited.
The authors declare that there is no conflict of interests regarding the publication of this paper.
Received: 01.08.2016. Revised 08.08.2016. Accepted: 26.08.2016.

Pedagogiczno-psychologiczne aspekty zapobiegania agresji na etapie szkolnym

Pedagogical and psychological aspects of prevention of aggression at school stage

Drumińska Ewelina¹, Wojdat Marta¹, Pujszo Małgorzata¹, Stępnik Robert²

¹ **Studenckie Koło Naukowe "WyKoNa", Uniwersytet Kazimierza Wielkiego, Bydgoszcz,
Polska**

² **Instytut Kultury Fizycznej, Uniwersytet Kazimierza Wielkiego, Bydgoszcz, Polska**

Corresponding author: Stępnik Robert Ph. D
Instytut Kultury Fizycznej, Uniwersytet Kazimierza Wielkiego,
ul. Sportowa 2,
85-091 Bydgoszcz
Polska
email: robi1969@wp.pl

Słowa kluczowe: zapobieganie agresji, sporty walki młodzież.

Keywords: prevention of aggression, martial arts, youth.

Streszczenie

Cel: Zjawisko agresji w środowisku szkolnym stanowi istotny problem współczesnej pedagogiki. Jest więc sprawą oczywistą, że lepiej jest zapobiegać agresji niż walczyć z jej

skutkami. Sporty walki adoptowane do szkolnictwa wraz z całą nadbudowa pedagogiczno-psychologiczną kodeksu honorowego Budo rozwijają tężyznę fizyczną młodego pokolenia narzucając jednocześnie twarde zasady moralne. W niniejszych badaniach postanowiono sprawdzić czy trening różnych sportów walki aplikowany w danym środowisku szkolnym daje możliwość kontrolowania własnej agresji.

Material i metody: W badaniach wzięło udział 28 uczniów trenujących w środowisku szkolnym różne sporty walki oraz 28 uczniów ćwiczących jedynie na zajęciach obowiązkowych. Poziom agresji sprawdzono za pomocą kwestionariusza agresji Buss-Perry - Instytut Amity.

Wyniki: Zebrane dane wykazały obniżony poziom agresji całkowitej, oraz spadek agresji całkowitej w funkcji stażu treningowego w grupie uczniów trenujących sporty walki. Nie wszystkie elementy składowe agresji trenujących uczniów ulegały jednak obniżeniu.

Wnioski: Trening sportów walki realizowany z dziećmi/młodzieżą szkolną stanowi dobry, lecz jedynie początkowy etap zapobiegania agresji w warunkach szkolnych.

Abstract

Objective: The phenomenon of aggression in the school environment is an important issue of modern pedagogy. It is so obvious that it is better to prevent an aggression than to correct its consequences. Martial arts adapted to the school along with the entire superstructure of pedagogical and psychological code of honor Budo develop physical prowess of the younger generation at the same time imposing tough moral principles. In the present study it was decided to check the training of various martial arts applied in the school environment gives you the ability to control their own aggression.

Material and Methods: The study involved 28 students who training in the school environment, various martial arts, and 28 students practicing only mandatory Physical Education. The level of aggression was examined by questionnaire aggression Buss-Perry - Amity Institute.

Results: The collected data showed a reduced level of total aggression, and a decrease in total aggression as a function of training experience in a group of student training in martial arts. But not all components of total aggression of training students were reduced

Conclusions: The training of martial arts implemented with children of school is good method, but only as a initial start of the prevention of aggression in the school environment.

Wstęp.

Z pośród wielu definicji zjawiska agresji [1], posłużono się sformułowaniem: "Agresja to atak słowem lub czynem, któremu towarzyszy wzburzenie emocjonalne, zazwyczaj źródłowo motywowane frustracją". Jednocześnie wiadomo, że agresja w szkole jest zjawiskiem powszechnym, o różnorodnym natężeniu i przebiegu, oraz zawsze niepożądanym. Tak jak w przypadku zjawisk chorób somatycznych właściwe jest stwierdzenie, że lepiej jest zapobiegać - czyli stosować zabiegi profilaktyczne, niż walczyć ze skutkami.

Właściwie zapobiegać agresji można wtedy, gdy zna się teorię wychowania i profilaktyki. Konkretnie sposoby zapobiegania i radzenia sobie z przypadkami wynikają ze znajomości konkretnej teorii. Profilaktyka sprowadza się do niedopuszczenia sytuacji wyzwalających agresję. Jeżeli ta agresja wystąpi, to uczy się nauczycieli, jak ją rozładowywać w możliwie łagodny i cywilizowany sposób [2]. W ostatnich latach nastąpił gwałtowny rozwój różnego rodzaju gier komputerowych w których akty przemocy i agresji wobec innych osób są podstawową atrakcją. Niestety badania wykazały, że jest to również czynnik wzmagający zachowania agresywne z życia codziennym - w tzw. "realu" [3].

Istnieje obszerna literatura naukowa wskazująca kierunki działań nauczycieli/wychowawców w przypadku zaobserwowania agresywnych zachowań podopiecznych. Jednym z takich działań może być wcześniejsze ukierunkowanie i wykorzystanie agresji ucznia w celu osiągnięcia określonego celu np. sportowego przy jednoczesnym uniknięciu agresji w życiu codziennym [4, 5, 6].

Sporty walki trenowane w formie zabawowej w wieku wczesnoszkolnym i szkolnym a następnie w formie wyczynowej lub rekreacyjnej powodują wiele korzystnych zmian w ustroju człowieka. Zmiany te dotyczą rozwoju organizmu jako całości w wielu obszarach jak: sprawność ogólna i wydolność fizyczna organizmu, sprawność układu oddechowego, poziom tkanki tłuszczowej, poczucie równowagi, poprawa funkcjonowania osoby niepełnosprawnej i inne [7, 8, 9, 10,].

Zauważono w badaniach, iż praktyka form walki jest działalnością rozwijającą symetrycznie, poprawiającą równowagę i orientację dynamiczną w przestrzeni, korygującą wady postawy, wzmacniającą cały układ ruchowy, czucie mięśniowe i odczuwanie bólu. Praktykowanie sztuk walki jest nawet wskazane w przypadkach astmy lub skoliozy, jako czynnik regulujący [11].

Metody wychowawczego oddziaływania mają przygotować uczniów sportów walki do samodzielnego podejmowania decyzji i kierowania swoim postępowaniem oraz rozwojem. I tak Cynarski przeprowadzając badania doszedł do wniosków, iż zdecydowana większość badanych judoków charakteryzuje się prospołeczną, moralnie akceptowaną, społecznie wartościową postawą. Ponadto ta sztuka walki może przyczyniać się do nakierowania jednostki społecznie nieprzystosowanej na właściwą drogę [12].

Psychologowie natomiast specjalizujący się w zachowaniach dzieci i młodocianych, ukazują pięć powodów, aby zalecać swojemu dziecku uprawianie sportów i sztuk walki: Przejście od fikcji do rzeczywistości, pokoleniowy przekaz rytuałów, tło z zasadami, słowo dorosłego, agresywność ograniczona regułami [13].

Również z psychologicznego punktu widzenia dla zawodników relacja z trenerem ma ogromne znaczenie [14, 15]. Pozytywna komunikacja pomiędzy trenerem i zawodnikiem wpływa zarówno na kształtowanie umiejętności sportowych, jak i rozwój umiejętności życiowych [16, 17]. Przyjęty system wartości trenera, czyli normy, cele, postępowania umożliwiające rozwój i osiągnięcie satysfakcji z życia, mocno wpływa na wychowanków. Uczniowie utożsamiają się z trenerami, których szanują, ponieważ chcą być tacy jak oni [18, 19]. Również ćwiczenia relaksujące wprowadzone przez trenera do treningu obniżają poziom aktywacji, a więc powodują lepszą tolerancję na stany stresowe. Wraz z praktyką danej sztuki walki lub dyscypliny sportu, dają wzrost odporności psychicznej [20]. Osobowość trenera może więc, mieć istotny wpływ na kształtowanie się osobowości podopiecznego, a szczególnie ważne jest kształtowanie u młodych zawodników postaw prospołecznych [21, 22, 23].

Celem autorów niniejszego doniesienia było sprawdzenie czy aplikowanie sportów walki dzieciom i młodzieży na etapie edukacji wczesnoszkolnej i szkolnej wykazuje pozytywne związki z obniżeniem agresji w zachowania codziennych.

Material i metody

W badaniach dotyczących agresji przeprowadzonych w maju i czerwcu 2016 roku na terenie Bydgoszczy wzięło udział łącznie 28 osób: zawodnicy (14 osób), zawodniczki (14 osób) trenujących w warunkach szkolnych różne sporty walki (judo, taekwondo i karate). Dane do badań zdobywano poprzez wypełnianie przez osoby badane "Kwestionariusza Agresji" Buss, Perry, Instytutu Amity. (w internetowej wersji polskiej - za zgodą autorów). Kwestionariusz

wypełniany był w obecności autorów artykułu, którzy w razie potrzeby służyli wyjaśnieniami. W ten sam sposób przeprowadzono pomiar agresji w grupie kontrolnej osób nie trenujących żadnej formy rekreacji sportowej za wyjątkiem szkolnych zajęć wychowania fizycznego i pochodzącej z tego samego środowiska szkolnego/społecznego: dziewczynki (14 osób) i chłopcy (14 osób).

Zebrane dane były przetwarzane statystycznie przez autorów z użyciem programów Exell 2007 oraz Statistica 6. Oznaczono średnie wartości badanych składowych zjawiska agresji (agresję fizyczną, agresję słowną, gniew i wrogość), dla każdej grupy, określano różnice statystycznie istotne, dla różnych/równych wariacji, a na wykresach regresji wskaźnik determinacji R^2 .

Wyniki badań przedstawiono w tabelach Tab.1-2 oraz na wykresach Ryc.1-3.

Wyniki

Tab. 1. Dane antropometryczne osób w grupie sportów walki, oraz w grupie kontrolnej.

Group	Wiek (lata)	Zakres (lata)	Masa ciała (kg)	Zakres (kg)	Wysokość ciała (m)	Zakres (m)	BMI (kg/m ²)	Zakres (kg/m ²)	Staż treningowy (lata)	Zakres (lata)
Grupa sportów walki	13,34 ± 0,47	12,0 - 15,0	51,8 ± 11,0	35,0 - 76,0	1,63 ± 0,09	1,45 - 1,81	19,3 ± 2,6	14,2 - 23,4	4,1 ± 1,3	1,5 - 6,0
Grupa kontrolna	13,46 ± 1,35	12,0 - 16,0	51,5 ± 7,42	40,0 - 70,0	1,62 ± 0,07	1,41 - 1,75	19,7 ± 2,1	16,6 - 23,0	-	-

* - wszystkie różnice wartości antropometrycznych nie są istotne statystycznie

Zebrane dane wskazują na właściwy dobór grupy badanej i grupy kontrolnej pod względem antropometrycznym.

Wyniki liczbowe badanej agresji z podziałem na jej składowe, uzyskane w ankiecie przedstawiono w Tab. 2.

Tab. 2. Dane liczbowe składowych agresji notowane w grupie sportów walki, w grupie kontrolnej, oraz średnie wartości internetowe Instytutu Amity dla populacji polskiej. Dane przedstawiane są jako ilości punktów.

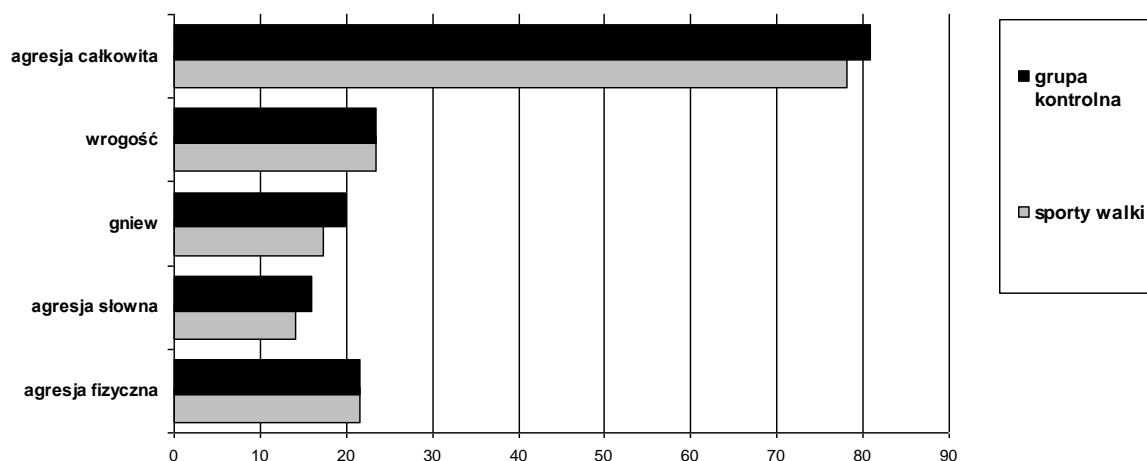
Group	Agresja fizyczna	Zakres	Agresja słowna	Zakres	Gniew	Zakres	Wrogość	Zakres	Agresja całkowita	Zakres
Grupa sportów walki	21,6 ± 7,3	9 -	14,1* ± 4,3	6 -	17,3* ± 4,8	9 -	23,5 ± 5,9	11 -	78,1* ± 18,0	37 -
Grupa kontrolna	21,5 ± 3,8	9 -	15,9* ± 3,7	8 -	19,9* ± 3,3	12 -	23,4 ± 3,9	15 -	80,8* ± 10,8	53 -
Średnie wartości internetowe Amity	22,9 - m 18,9 - k	-	15,5 - m 14,5 - k	-	19,1 - m 19,2 - k	-	23,6 - m 21,8 - k	-	81,4 - m 74,3 - k	-

* - różnice istotne statystycznie w tych samych kolumnach tabeli na poziomie $p < 0,05$

m - mężczyźni(chłopcy)

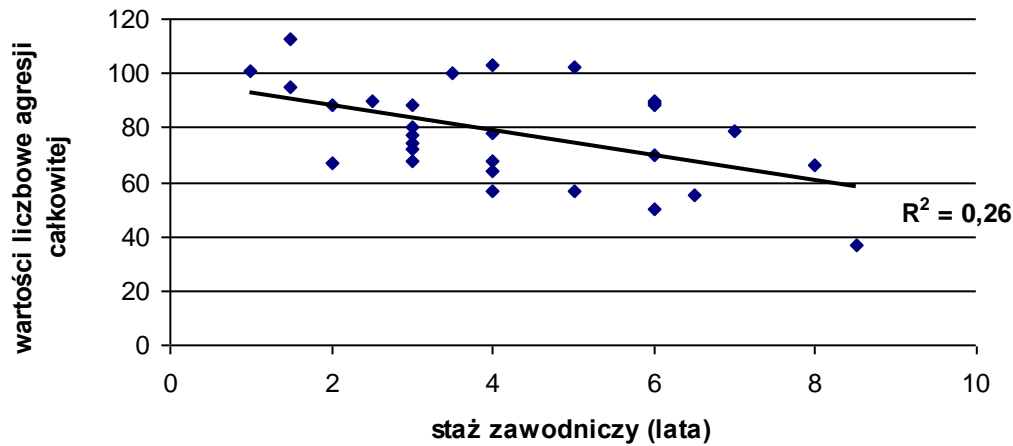
k - kobiety (dziewczynki)

Wartości liczbowe agresji całkowitej i jej składowych zmierzone w grupie sportów walki i grupie kontrolnej przedstawiono na Ryc. 1.

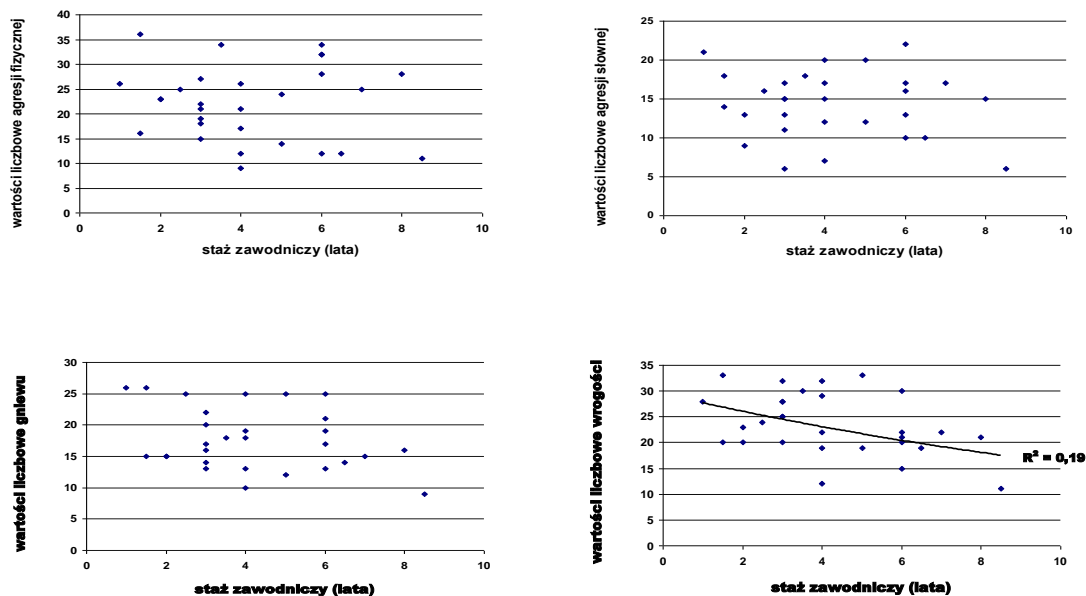


Ryc. 1. Wartości liczbowe agresji całkowitej i jej składowych zmierzone w grupie sportów walki i grupie kontrolnej.

Związki pomiędzy stażem zawodniczym, a agresją całkowitą przedstawiono na wykresie na Ryc. 2. natomiast związki pomiędzy stażem zawodniczym a składowymi agresji (agresją fizyczną, agresją słowną, gniewem i wrogością) przedstawiono na wykresach na Ryc. 3-6.



Ryc. 2. Związki pomiędzy stażem zawodniczym a agresją całkowitą w grupie sportów walki. Zauważalna jest tendencja spadkowa agresji całkowitej, wraz ze wzrostem stażu treningowego. Wskaźnik determinacji $R^2=0,26$ jest istotny statystycznie na poziomie niskim.



Ryc. 3-6 Związki pomiędzy stażem zawodniczym a : agresją fizyczną, agresją słowną, gniewem i wrogością.

Na wykresach na Ryc. 3-6. zauważyć można brak statystycznej zależności pomiędzy zmiennymi, rozkład punktów jest chaotyczny, najwyższy wskaźnik determinacji $R^2=0,19$ dla zależności pomiędzy stażem treningowym, a wartością wrogości, może jedynie sugerować tendencję spadkową wrogości wraz ze wzrostem stażu zawodniczego, lecz statystycznie nie potwierdza związku pomiędzy zmiennymi.

Dyskusja

Dane zebrane w Tab. 1. wskazują, że grupa młodzieży trenująca sporty walki i grupa kontrolna młodzieży nie trenującej żadnej formy rekreacji ruchowej są w zbliżonym wieku i na zbliżonym poziomie rozwoju somatycznego, a różnią się jedynie stażem treningowym. Jednocześnie wiadomo, że pochodzą z tych samych środowisk społecznych. Pozwala to na bezpośrednie porównanie obu grup.

Dane zebrane w Tab. 2. wykazały, że młodzi zawodnicy trenujący sporty walki cechują się obniżoną wartością agresji całkowitej (wg testu Inst. Amity), w sposób istotny statystycznie. Wartości agresji dla grupy sportów walki jak również grupy kontrolnej odbiegają od wartości średnich Instytutu Amity co jest oczywiste ze względu na nieznaną metodologię zbierania danych publikowanych w sieci przez Instytut Amity (np. zakres wiekowy). Wyniki badań innych naukowców, prowadzone np. na młodocianych skazanych, wykazały, iż osoby nie wykazujące wysiłku fizycznego mają wyższy poziom nasilenia syndromu agresji w porównaniu z ruchowo aktywnymi. Najniższy poziom wskaźnika agresji wśród w/w badanych grup skazanych ćwiczących sport, odnotowano w grupie podejmującej sporty zespołowe, następnie sporty walki, a na ostatnim miejscu uplasowały się sporty siłowe [24]. Zbliżone wyniki prezentowane w badaniach Jasińskiego wykazywały, że chłopcy trenujący grę w piłkę ręczną przejawiali niższe nasilenie deklarowanej agresji niż uczniowie uczestniczący tylko w zajęciach z wychowania fizycznego [25].

Analiza regresji agresji całkowitej w funkcji stażu zawodniczego przedstawiona na wykresie na Ryc.2. wykazuje spadek agresji całkowitej, wraz ze wzrostem stażu treningowego. Zależność ta jest jednak na niskim poziomie istotności statystycznej ($R^2=0,26$). Nieco inne wyniki raportują w swojej pracy badawczej Rotter i współpracownicy pokazując, że agresja fizyczna jest na wyższym poziomie u młodzieży uprawiającej sport 3-4 razy w tygodniu w stosunku do nieaktywnych fizycznie i bardzo aktywnych. Autorzy tych badań (również korzystali z "Kwestionariusza Agresji" Buss, Perry, Instytutu Amity) przypuszczają, iż do

sportu zgłaszają się osoby o większych skłonnościach do agresji fizycznej i dopiero przy dużym zaangażowaniu sportowym ulega ona redukcji [26].

Analiza składowych agresji całkowitej wskazuje jednak, że nie wszystkie jej elementy ulegają obniżeniu. Poziom agresji fizycznej i poziom wrogości nie są niższe w grupie młodzieży szkolnej trenującej sporty walki, natomiast obniża się poziom agresji słownej i poziom gniewu. Można więc stwierdzić, że właśnie te elementy powodują obniżenie się poziomu agresji ogólnej. Wynik ten są częściowo poparte wcześniejszymi doniesieniami Sacka i Pietrzaka, które wykazywały że zjawisko agresji w szkole występuje z dużym nasileniem natomiast w badanej populacji agresja fizyczna i słowna była bardziej nasiloną niż agresja emocjonalna [27].

Analiza regresji zaprezentowana na wykresach na Ryc.3-6. poszczególnych składowych agresji ogólnej w funkcji stażu treningowego nie przynosi rozstrzygnięcia. Pomimo pojawiającej się tendencji spadkowej wrogości, wraz ze wzrostem stażu treningowego na poziomie statystycznie nie istotnym pozostałe elementy składowe agresji nie wykazują związku ze stażem zawodniczym.

Wy tłumaczenie tego zjawiska może być wielorakie począwszy od niskiego wieku zawodników/uczniów, niskiego stażu zawodniczego, jak również niewłaściwych metod treningowych czy też niewłaściwego przykładu trenerskiego. Istnieją badania innych naukowców wskazujące na istotny psychologiczny związek pomiędzy atmosferą pracy młodego sportowca, jego samodoskonaleniem się i zdrową rywalizacją, a błędnym postępowaniem trenera [28, 29].

Zdaniem autorów temat otworzył drogę do dalszych badań z uwzględnieniem psychologicznego aspektu oddziaływania trenerskiego.

Wnioski

1. Trening sportów walki w warunkach pedagogiki szkolnej obniża poziom agresji ogólnej dzieci i młodzieży szkolnej w sposób istotny i wykazuje istotny związek ze stażem treningowym uczniów.
2. Nie wszystkie elementy składowe agresji ulegają obniżeniu.
3. Brak związku pomiędzy stażem treningowym a regresją elementów składowych agresji - agresji fizycznej, agresji słownej, gniewu i wrogości wymaga dalszych badań z uwzględnieniem analizy przekazu wartości humanistycznych w trakcie treningu.

4. Na podstawie wniosków 1-2 należy stwierdzić że, trening sportów walki realizowany z dziećmi/młodzieżą szkolną stanowi dobry, lecz jedynie początkowy etap zapobiegania agresji w warunkach szkolnych.

Bibliografia

1. Stępnik, A. (2009). Agresja – dwa ujęcia biologiczne/Aggression – Two Biological Depictions. *IDO – Ruch dla Kultury / Movement for Culture*. 9: 111–118.
2. Szoltysek, A. E., Kłyk, M. (2007). Agresja w szkole.,,. In: *Forum Nauczycieli” WOM Katowice*, 1(24):2 -11.
3. Jędrzejko, M. (2011). Śmierć jako zabawa – człowiek w świecie gier komputerowych i sieciowych (spojrzenie socjopedagogiczne). *Media i społeczeństwo*, 1(1): 165-179.
4. Przybysz-Zaremba, M. (2015). Agresja i przemoc w szkole. Przegląd wybranych egzemplifikacji działań (nie) profilaktycznych podejmowanych przez nauczycieli oraz uczniów – kilka uwag praktycznych. In: *Profilaktyka zagrożeń dzieci i młodzieży, Studia i Monografie /Red. S. Cudak. Wyd. Społeczna Akademia Nauk, Łódź/Warszawa*. 175-189.
5. Cichosz, W., Tyburska, A. (2014). Profilaktyka agresji i przemocy w środowisku rodzinnym i szkolnym. *Studia Gdańskie*, 35: 94-110.
6. Pietrzak, H., Cynarski, W. J. (2000). Psychologia duchowej drogi sztuk walki. *Rocznik Naukowy Ido-Ruch dla Kultury*, 1: 202-210.
7. Przybylski, G., Pujszo, R., Pyskir, M., Pyskir, J., Bannach, M. (2010). Male recreational judo training as a factor improving physical wellness based on particular indicators. In: *Physical activity in disease prevention and health promotion. Biała Podlaska* (1): 61-70.
8. Pyskir, M., Pujszo, R., Bosek, M., Grzegorzewski, B., Błach, W. (2004) Wpływ wybranych ćwiczeń fizycznych na system kontroli postawy człowieka. *Med. Sport*. 20, 247-253.
9. Pujszo, R, Przybylski, G, Pyskir, M, Bannach, M. (2011). Spirometric parameters of judo training and inactive young men – measured compared to predicted values as one of wellness indicators. W: *Wellness in different phases of life. Lublin: Medical University;* (1): 145- 155.
10. Przybylski, G., Pujszo, R., Pyskir, M., Pyskir, J., Bannach, M. (2011). Dobrostan fizyczny młodych mężczyzn niewidomych i niedowidzących na podstawie wybranych pomiarów spirometrycznych *The wellness of blind and visually impaired young men on the basis of*

- chosen spirometric parameters. *Przegląd Medyczny Uniwersytetu Rzeszowskiego i Narodowego Instytutu Leków w Warszawie Rzeszów* 2: 315–324.
11. Cynarski, W. J., (2004) Teoria i praktyka dalekowschodnich sztuk walki w perspektywie europejskiej, Wyd. Uniwersytet Rzeszowski, Rzeszów, cyt., s. 251.
 12. Dąbrowski, A., Majcher, P., Cynarski, W. J. (2002) Socjalizacyjne i edukacyjne walory sportów walk – na przykładzie judo, [w:] Dąbrowski A., Jasiński T., Kalina R. M. (red.), *Sporty walki w edukacji dzieci i młodzieży*, Wyd. Novum, Płock, dz. cyt., s. 124.
 13. Litwiniuk, A., Cynarski, W. J. (2001) Idea fair play w świadomości osób uprawiających wybrane sporty i sztuki walki, [w:] Cynarski W. J. (red.), *IDO, Ruch dla kultury*, 2: 217-218.
 14. Jowett, S. [2003] When the honeymoon is over: a case study of a coach-athlete dyad in crisis. *The Sport Psychologist*, 17, 444–460.
 15. Jowett, S., Cockerill, I. M. [2003] Olympic medallists' perspective of the athlete-coach relationship. *Psychology of Sport and Exercise*, 4, 313–331.
 16. Gould, D., Collins, K., Lauer L, Chung, Y. [2007] Coaching life skills through football: A study of award winning high school coaches. *Journal of Applied Sport Psychology*, 19, 16-37.
 17. Sas-Nowosielski, K. (2008) O niektórych społeczno –pedagogicznych aspektach roli trenera. *Sport Wyczynowy*, s 76.
 18. Miłkowski, J. (1983). *Karate. Wiadomości podstawowe*. Warszawa: Wydawnictwo Ministerstwa Obrony Narodowej, 29-33, 236.
 19. Jarvis M. (2003). *Psychologia sportu*. Gdańsk – Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, 77, 80-82, 85-86.
 20. Cynarski, W. J., (1997) Przygotowanie psychiczne w sportach walki Dalekiego Wschodu, *Magazyn Sztuk Walk "SAMURAI"*, 4: 29-30.
 21. Jowett, S. (2005) On repairing and enhancing the coach-athlete relationship. In S. Jowett & M. Jones [Eds.], *The psychology of coaching* (pp. 14–26). Leicester, UK The British Psychological Society, Sport and Exercise Psychology Division.
 22. Horn, T. S. (2008) Coaching effectiveness in the sport domain. In TS. Horn (Ed.), *Advances in sport psychology* (3rd ed., pp. 239–267). Champaign, IL Human Kinetics.
 23. Kavussanu, M. (2007) Morality in sport. In S. Jowett & D. Lavallee [Eds.], *Social psychology in sport* (pp. 265–277). Champaign, IL Human Kinetics.

24. Poklek, R. (2006) Wpływ aktywności fizycznej na poziom agresji młodocianych przestępców, *Zeszyty Naukowe Wyższej Szkoły Pedagogiki i Administracji w Poznaniu* 2: 234–243.
25. Jasiński, T. (2007) Deklarowana agresja i agresywność u chłopców trenujących grę w piłkę ręczną, na tle grup porównawczych. [w:] *Pedagogics, psychology, medical-biological problems of physical training and sports*, 12: 164-170.
26. Rotter, I., Kotwas, A., Kemicer - Chmielewska, E., Watral, A. (2015) Aktywność fizyczna jako czynnik redukujący zachowania agresywne u młodzieży w wieku gimnazjalnym. *Pom J Life Sci* (61),4: 444-447.
27. Sack, B., Pietrzak, M. (2004), *Zachowania agresywne uczniów w szkole podstawowej, Edukacyjne. Dyskursy Internetowe Pismo Pedagogiczne, Uniwersytet Szczeciński - Instytut-Pedagogiki*
available:<http://www.edukacyjne.dyskursy.univ.szczecin.pl/agresywne.htm>
28. Świerczyńska, A., Turska, M. M. (2012) *Komunikacja trener – zawodnik. podstawy teoretyczne, przejawy, możliwości interwencji psychologicznej*, [w:] Drop, E., Maćkiewicz, M., *Liberi Libri, Młoda Psychologa, Warszawa* 1: 424-428.
29. Jochimek, M., Krokosz, D., Lipowski, M. (2013). *Trener w oczach zawodników – rozważania nad percepcją postawy trenera i oczekiwaniami młodzieży uprawiającej sporty indywidualne*. [w:] Jastrzębski, Z. (red.), *Teoria i praktyka wychowania fizycznego i sportu* 3, *Wyższa Szkoła Sportowa. Łódź*, 3: 1-153 cyt: 57.