

PIOTR PRÓCHNIAK

STOSUNEK DO ŚMIERCI OSÓB UPRAWIAJĄCYCH EKSTREMALNE SPORTY

Celem przeprowadzonych badań było poznanie stosunku do śmierci osób uprawiających ekstremalnie ryzykowne sporty. W badaniach własnych wzięło udział 83 sportowców ekstremalnych: wspinaczy wysokogórskich, spadochroniarzy, wind- i kitesurferów, nurków. Grupa kontrolna składała się ze 134 osób, które nie angażowały się w uprawianie ryzykownej aktywności. Badane osoby wypełniły Kwestionariusz Stosunku do Śmierci, który zawierał następujące wymiary: lęk przed śmiercią, preferowanie rodzaju śmierci, przekonanie o kontroli śmierci, kontemplacja śmierci, wiara w życie po śmierci i paranormalne przekonania o śmierci. Cztery wymiary stosunku do śmierci odróżniają badane grupy: preferowanie rodzaju śmierci, przekonanie o kontroli śmierci, kontemplacja śmierci i paranormalne przekonania na temat śmierci.

Słowa kluczowe: podejmowanie ryzyka, stosunek do śmierci.

Ryzyko to możliwość niepowodzenia działań. W zależności od wielkości możliwych negatywnych konsekwencji realizacji działań możemy mówić o mniejszym lub większym ryzyku. Możliwe straty towarzyszące podjętym działaniom, które nie dotyczą sfery najważniejszych wartości: zdrowia czy życia człowieka, charakteryzują się mniejszym ryzykiem. I odwrotnie – podejmowanie działań uwikłanych w możliwość bezpośredniej utraty własnego życia wiąże się z ryzykiem największym. W takim przypadku mówimy o podejmowaniu ryzyka ekstremalnego (Walesa, 1988; Yates, Stone, 1992; Goma-i-Freixanet, 2004; Studenski, 2004; Zaleśkiewicz, 2005; Próchniak, 2006).

Podejmowanie ekstremalnego ryzyka w uprawianiu sportu dotyczy najczęściej takich form aktywności, jak wspinaczka wysokogórska, spadochroniarstwo, nurkowanie itp. Istotą tych sportów, odróżniającą je od innych, jest możliwość doznania poważnych szkód fizycznych, utrata zdrowia, a nawet śmierć w trakcie walki z siłami natury (Zdebski, 1984; Slanger, Rudestam, 1997).

Śmierć stanowi kres aktywności człowieka. Jest punktem granicznym, swoistym tłem, w ramach którego następuje realizacja własnych zamierzeń, celów, planów, marzeń. Nie ma realizacji życiowych celów poza granicą śmierci. Prawdopodobnie sposób życia człowieka, ludzkie wybory czy światopogląd byłyby diametralnie inne, gdyby nie było śmierci. Brak wyraźnego kresu miałby ogromny wpływ na ustalanie osobistych priorytetów, celów czy marzeń. Świadomość własnej skończoności pełni więc funkcję regulacyjną w ludzkim zachowaniu (Makselon, 1996).

Problem śmiertelności jest szczególnie intrygujący u sportowców, którzy z własnej woli podejmują ekstremalne ryzyko. Z jednej bowiem strony osoby te pragną – poprzez podjęcie ekstremalnego ryzyka – zrealizować określone cele, z drugiej zaś – ceną ich ewentualnego nieosiągnięcia może być własna śmierć.

Stosunek do śmierci najczęściej jest badany w aspekcie lęku przed nią. Bada się więc na przykład poziom lęku wobec śmierci osób, które podejmują ekstremalne ryzyko, i osób, które takiego ryzyka nie podejmują. Stosunek do śmierci może być także opisywany w innych aspektach. Niektórzy ludzie interesują się fenomenem śmierci, poeci piszą o niej wiersze, a malarze umieszczają jej motywy w swoich dziełach. Dla innych śmierć nie stanowi przedmiotu zaciekawienia. Wielu ludzi wierzy w dobry los, licząc, że śmierć tak szybko ich nie dosięgnie. Są też tacy, którzy uważają, że data śmierci jest zapisana w gwiazdach (Tobacyk, Nagot, 1994). Osoby religijne wierzą, że śmierć nie jest ostatecznym końcem, a tylko etapem do lepszego życia. Osoby niewierzące są w tym względzie bardziej sceptyczne. Ludzie różnią się też odnośnie do preferowania śmierci: jedni chcieliby umrzeć szybko, bez zbędnych refleksji, inni mają w tym względzie bardziej kontemplacyjne podejście. Stosunek do śmierci jest więc zjawiskiem złożonym i wielowymiarowym (Próchniak, 2005).

Dotychczasowe badania dotyczące związków podejmowania ryzyka i stosunku do śmierci są bardzo nieliczne. Slanger i Rudestam (1997), chcąc poznać stosunek do śmierci ryzykantów, przebadali mężczyzn, którzy zostali podzieleni na trzy grupy, w zależności od charakteru podejmowanej aktywności. W pierwszej grupie znaleźli się mężczyźni, którzy reprezentowali następujące dziedziny ak-

tywności ryzykowej: alpinizm, narciarstwo, pilotowanie małych samolotów, kajakerstwo górskie. Osoby z tej grupy charakteryzowały się podejmowaniem ryzyka ekstremalnego. Druga grupa osób badanych, mimo że także reprezentowała wyżej wymienione aktywności, nie podejmowała tak wysokiego ryzyka, jak grupa pierwsza. Grupa trzecia była reprezentowana przez lekkoatletów nie podejmujących ryzyka. Okazało się, że poszczególne grupy osób nie różnią się istotnie statystycznie w aspekcie lęku wobec śmierci.

Przeciwnie rezultaty otrzymali w swoich badaniach osób uprawiających sporty motocyklowe Kaspar i Vesper (1976). Okazało się, że motocykliści charakteryzują się niższym lękiem wobec śmierci niż grupa kontrolna.

W badaniach (Próchniak, 2005) grupy mężczyzn, którzy charakteryzowali się różnymi preferencjami odnośnie do ryzyka fizycznego (skłonność do podejmowania ryzyka związanego ze sportami ekstremalnymi i skłonność do stosowania używek), stwierdzono, że skłonność do angażowania się w sporty ekstremalne sprzyja zaciekawieniu fenomenem śmierci oraz wiąże się z przekonaniem, że można poznać datę własnej śmierci poprzez odwołanie się do zjawisk paranormalnych (wróżenie z gwiazd, horoskopy itp.). Podobne zależności zaobserwowano, jeżeli chodzi o preferowanie ryzyka związanego ze stosowaniem używek, były one jednak znacznie słabsze. Należy zaznaczyć, że w tych badaniach brały udział osoby jedynie deklarujące chęć podjęcia ryzyka.

Celem przeprowadzenia badań własnych jest poznanie stosunku do śmierci osób uprawiających ekstremalne sporty.

I. PROBLEM BADAWCZY I HIPOTEZA

W badaniach własnych został postawiony następujący problem badawczy: Jaki stosunek do śmierci mają osoby uprawiające ekstremalne sporty?

Przyjęto hipotezę odnośnie do sformułowanego problemu badawczego:

H1: Osoby uprawiające ekstremalne sporty charakteryzują się niskim lękiem wobec śmierci, zastanawiają się nad fenomenem śmierci i wierzą, że potrafią w śmiertelnym niebezpieczeństwie uchronić się przed utratą życia.

II. NARZĘDZIE BADAWCZE

W badaniach wykorzystano Kwestionariusz Stosunku do Śmierci własnego autorstwa. Jest to narzędzie diagnostyczne składające się z 24 stwierdzeń. W pierwotnym zamyśle kwestionariusz miał badać poziom lęku badanych wobec śmierci. Na skutek wstępnych prac walidacyjnych i uzyskiwanych rezultatów pierwotna wersja metody została rozbudowana w ten sposób, że dodano stwierdzenia zawierające również i inne aspekty stosunku do śmierci, takie, jak wiara w życie po śmierci, kontemplacja śmierci (zastanawianie się nad śmiercią jako fenomenem wpisanym w życie człowieka), preferowany rodzaj śmierci (szybka – refleksyjna), przewidywanie daty śmierci z wykorzystaniem strategii paranormalnych, takich jak np. wróżenie z kart, czy przekonanie o możliwości kontroli śmierci. Analiza czynnikowa potwierdziła niezależność poszczególnych aspektów stosunku do śmierci (Próchniak, 2005).

Zadaniem osoby badanej wypełniającej kwestionariusz było ustosunkowanie się do każdego stwierdzenia poprzez udzielenie jednej odpowiedzi z następujących możliwości: 1 – zdecydowanie fałszywe, 2 – fałszywe, 3 – raczej fałszywe, 4 – trudno ocenić, 5 – raczej prawdziwe, 6 – prawdziwe, 7 – zdecydowanie prawdziwe.

Skala Stosunku do Śmierci bada i opisuje następujące wymiary (po cztery stwierdzenia na każdy wymiar):

1) Wiara w życie po śmierci. Ten wymiar bada przekonanie osób badanych co do możliwości trwania życia po śmierci. Współczynnik zgodności wewnętrznej (alfa Cronbacha) dla tej skali wynosi -0,85;

2) Kontemplacja śmierci. Ten wymiar opisuje stopień zaciekania fenomenem śmierci, chęcią rozmów na ten temat, poświęcaniem osobistego czasu tej problematyce i zaintrygowaniem tajemnicą śmierci (alfa Cronbacha = -0,86);

3) Lęk wobec śmierci. Ten wymiar diagnozuje poziom emocji negatywnych związanych z faktem śmierci (alfa Cronbacha = -0,83);

4) Rodzaj śmierci. Ten wymiar diagnozuje preferowany przez osobę sposób zakończenia życia od powolnego i spokojnego, pełnego refleksyjności po śmierć nagłą, szybką i niespodziewaną (alfa Cronbacha = -0,75);

5) Paranormalne przekonanie o dacie śmierci. Ten wymiar diagnozuje przekonanie co do możliwości przewidywania faktu śmierci z wykorzystaniem parapsychologii, np. odczyt daty śmierci z dłoni, z układu gwiazd czy kart Tarota (alfa Cronbacha = -0,78);

6) Przekonanie o kontroli śmierci. Ten wymiar diagnozuje przekonanie osób badanych co do faktu, że śmierć jest pisana szybciej innym osobom niż osobie badanej, co do możliwości obrony przed śmiercią w śmiertelnym zagrożeniu i przeświadczeniu, że ktoś lub coś nie dopuści do śmierci osoby badanej (alfa Cronbacha = -0,71).

III. OSOBY BADANE

Grupa sportowców ekstremalnych liczyła 83 mężczyzn. W jej skład weszło 30 alpinistów (w większości były to osoby zrzeszone w Klubach Wysokogórskich, niektórzy z nich mają doświadczenia w prowadzeniu aktywności górskiej w Himalajach), 24 surferów (windsurferów i kitesurferów), 17 spadochroniarzy i 12 nurków. Średni wiek badanych sportowców wyniósł: $M = 32,83$, $SD = 9,41$; średni staż uprawiania sportu – 9 lat, $SD = 4,27$. Udział w badaniach sportowców ekstremalnych był dobrowolny. Wypełniali oni kwestionariusz indywidualnie, po czym zwracali go osobie przeprowadzającej badanie.

Grupę porównawczą stanowiły 134 osoby ($M = 29,35$; $SD = 6,54$), które nie podejmowały w swoim życiu ekstremalnego ryzyka. Ich udział w badaniu był dobrowolny. Dodatkowym kryterium klasyfikującym tę grupę osób badanych było wypełnienie kwestionariusza skłonności do podejmowania ryzyka fizycznego. Osoby uzyskujące wysokie wyniki w skali poszukiwania ryzyka ekstremalnego zostały wykluczone z dalszych badań (Próchniak, 2005).

IV. WYNIKI BADAŃ

Badania zakładały porównanie grupy osób uprawiających ekstremalne sporty z grupą porównawczą. Przed przystąpieniem do analiz zbadano, czy osoby uprawiające różne rodzaje ekstremalnego sportu różnią się między sobą. Okazało się, że rodzaj uprawianego ekstremalnego sportu nie różnicuje badanych osób. W dalszej kolejności porównano więc wyniki w skalach stosunku do śmierci osób uprawiających ekstremalne sporty i grupy porównawczej. Wyniki przedstawia tabela 1.

Tabela 1. Stosunek do śmierci a podejmowanie ekstremalnego ryzyka sportowego; wyniki testu *t* Studenta

Wymiary stosunku do śmierci	Osoby uprawiające ekstremalne sporty (a)		Grupa nie podejmująca ekstremalnego ryzyka (b)		<i>t</i>	<i>p</i>
	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>		
Kontemplacja śmierci	3,53	1,52	4,13	1,69	-2,60	a – b*
Przekonanie o kontroli śmierci	4,16	1,40	3,56	1,25	3,24	a – b*
Paranormalne przekonania o dacie śmierci	1,97	0,96	2,18	1,04	-1,49	p.n.
Lęk przed śmiercią	3,62	1,41	3,75	1,62	-0,60	p.n.
Rodzaj preferowanej śmierci	5,02	1,59	2,95	1,33	10,28	a – b**
Wiara w życie po śmierci	4,44	1,73	4,43	1,61	0,06	p.n.

* $p < 0,01$; ** $p < 0,001$

Grupa sportowców ekstremalnych różni się statystycznie od grupy nie podejmującej ryzyka w następujących wymiarach stosunku do śmierci: kontemplacja śmierci ($p < 0,01$), przekonanie o kontroli śmierci ($p < 0,01$) oraz rodzaj preferowanej śmierci ($p < 0,001$). Co oznaczają otrzymane rezultaty badań? Osoby uprawiające ekstremalne sporty rzadziej zastanawiają się nad tym, czym jest śmierć; nie stanowi ona dla nich przedmiotu zainteresowania. Ponadto mają one przekonanie, że potrafią kontrolować sytuację zagrożenia utraty życia, i wierzą, że są w stanie poradzić sobie nawet z najtrudniejszą sytuacją. Jeżeli mieliby umrzeć, to preferują szybką śmierć.

W celu bliższego poznania różnic pomiędzy badanymi grupami przeprowadzono postępującą analizę dyskryminacyjną, co pozwoliło prawidłowo zaklasyfikować 67% przypadków z grupy osób uprawiających ekstremalne sporty i 91% przypadków z grupy osób nie podejmujących ekstremalnego ryzyka. Otrzymane wyniki przedstawia tabela 2.

Tabela 2. Stosunek do śmierci a podejmowanie ekstremalnego ryzyka sportowego; wyniki krokowej analizy dyskryminacyjnej

Zmienne wprowadzone do modelu	Numer kroku	<i>F</i>	Lambda	Poziom <i>p</i>
Rodzaj preferowanej śmierci	1	105,88	0,67	0,0001
Kontemplacja śmierci	2	8,32	0,64	0,01
Przekonanie o kontroli śmierci	3	41,53	0,63	0,05
Paranormalne przekonania o dacie śmierci	4	33,58	0,61	0,05

Zmienną najbardziej różnicującą badane grupy jest rodzaj preferowanej śmierci ($p < 0,0001$), a w dalszej kolejności – kontemplacja śmierci ($p < 0,01$), przekonanie o kontroli śmierci ($p < 0,05$) oraz paranormalne przekonanie o dacie śmierci ($p < 0,05$). Z kolei lęk przed śmiercią oraz wiara w życie po śmierci nie różnicują badanych grup osób.

V. DYSKUSJA I WNIOSKI

Wyniki analizy dyskryminacyjnej wskazują, że badana grupa sportowców uprawiających ekstremalne sporty różni się statystycznie od grupy porównawczej przede wszystkim preferowaniem rodzaju śmierci. Sportowcy podejmujący ekstremalne ryzyko preferują śmierć szybką, bez zbędnej refleksji czy zastanawiania się nad własnym życiem. Dlaczego tak się dzieje? Jak się wydaje, otrzymany rezultat może być wynikiem osobistych doświadczeń w tej grupie osób. Bezpośredni kontakt z możliwością śmierci własnej czy innych osób daje większe wyobrażenie o tym, czym jest sytuacja realnego zagrożenia życia. Nie wiążą się z nią żadne pozytywne emocje, wręcz przeciwnie – jest ona źródłem silnego stresu. Stąd też preferowanie szybkiej śmierci może oznaczać pragnienie skrócenia doświadczenia stresu.

Ciekawy wynik zaobserwowano, jeżeli chodzi o wymiar przekonania o kontroli śmierci. Sportowcy podejmujący ekstremalne ryzyko wierzą, że potrafią

kontrolować sytuację nawet wtedy, gdy grozi ona utratą własnego życia. W tym zakresie postawiona hipoteza została zweryfikowana pozytywnie. Jest to o tyle ciekawy rezultat, że kontrola obrony przed śmiercią opiera się nie tylko na własnych umiejętnościach, ale także na wierze w życiowe szczęście, dobry los, Opatrzność itp. Badani „ryzykanci” uważają, że dzięki dobremu losowi czy szczęściu są w stanie uchronić się przed utratą własnego życia. Jak się wydaje, wiara w dobry los może wręcz stanowić jedno z istotnych uwarunkowań angażowania się w ryzykowne zachowania. Jak wytłumaczyć otrzymany rezultat? W pierwszej kolejności należałoby chyba wyjść od specyfiki aktywności badanej grupy osób. W trakcie realizacji ryzykownych zachowań w trudnym, zagrażającym terenie mają miejsce sytuacje, które pozbawione są często kontroli (Sokołowska, 1993). Ryzykant nie jest w stanie przewidzieć, jak rozwinie się sytuacja i czy będzie miał na nią wpływ. Stąd też niejednokrotnie zostaje tylko nierealistyczny optymizm i wiara, że nic złego się nie stanie, gdyż „dobry los czuwa” i jest w stanie sprawić, że zakończenie zadania przebiegnie pomyślnie (Langer, 1975; Weinstein, 1980). Nie tyle więc obiektywna kontrola, co przekonanie o niej sprzyjają motywacji do podjęcia ekstremalnego ryzyka.

Różnice pomiędzy badanymi grupami dotyczą także wymiaru kontemplacji śmierci. Badani „ryzykanci” nie przejawiają większego zainteresowania fenomenem śmierci. Jak się wydaje, otrzymany rezultat można zinterpretować w podobny sposób, jak w przypadku preferowania szybkiej śmierci. Śmierć jest czymś złym, więc zastanawianie się nad tym faktem może być jedynie źródłem stresu. Należy także dodać, że pewna refleksyjność fenomenowi śmierci może także stanowić istotną przeszkodę w efektywnym funkcjonowaniu w warunkach istotnego ryzyka. Jeżeli zamiast podjęcia konkretnych działań ryzykant zaczyna rozważać, czym jest śmierć, to przestaje się koncentrować na celu, który ma do osiągnięcia, czy na zadaniu, które ma do wykonania, to skutki tego faktu mogą być dla niego fatalne. Przyjęte założenie o zainteresowaniu fenomenem śmierci przez osoby badane nie zostało potwierdzone.

Bardzo ciekawe jest to, że sportowcy ekstremalni ujawniają podobny poziom lęku wobec śmierci w porównaniu z grupą osób nie podejmujących ekstremalnego ryzyka. Wbrew powszechnym wyobrażeniom, mówiącym o tym, że osoby podejmujące wysokie ryzyko charakteryzuje niższy lęk wobec śmierci w porównaniu z innymi grupami, okazało się, że ryzykanci boją się śmierci podobnie jak inni ludzie. Hipoteza o niższym lęku wobec śmierci u osób podejmujących ekstremalne ryzyko sportowe nie została potwierdzona. Lęk wobec śmierci jest więc

czymś wrodzonym i charakterystycznym dla wszystkich ludzi, bez względu na to, czy podejmują oni ryzyko, czy też go unikają. Prawdopodobnie to nie niski lęk przed śmiercią sprzyja podejmowaniu ryzyka, ale raczej inne mechanizmy psychologiczne. Lęk ten może być jedynie racjonalizowany. Otrzymane rezultaty badań są podobne do tych, jakie otrzymali Slinger i Rudestam (1997). Obniżeniu lęku może sprzyjać np. wiara w dobry los, w życiowe szczęście, które w ryzykownej sytuacji będzie po stronie ryzykanta. Zwróćmy także uwagę na to, że otrzymane rezultaty są różne od tych, jakie uzyskano w badaniach związku stosunku do śmierci ze skłonnością do podejmowania ryzyka. Prawdopodobnie więc skłonność do podejmowania ryzyka fizycznego „zamazuje” faktyczny obraz zależności pomiędzy stosunkiem do śmierci a realnymi ryzykownymi zachowaniami.

Podsumowując, osoba uprawiająca ekstremalny sport w badanej grupie to taka, która preferuje szybką śmierć, jest przekonana o życiowym szczęściu w sytuacji ryzyka utraty życia, nie przejawia zainteresowania problematyką śmierci, nie wierzy w paranormalne metody przewidywania daty śmierci, przeżywa podobne lęki wobec śmierci jak osoby, które nie podejmują ryzyka z narażeniem własnego życia.

BIBLIOGRAFIA

- Goma-i-Freixanet, M. (2004). Co sprawia, że ludzie podejmują ryzykowną pracę? W: J. Strelau (red.), *Osobowość a ekstremalny stres* (s. 199-219). Gdańsk: Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne.
- Kaspar, F. E., Vesper, J. J. (1976). Death anxiety in risk-taker group. *Essence*, 1, 95-7.
- Langer, E. J. (1975). The illusion of control. *Journal of Personality and Social Psychology*, 32, 311-328.
- Makselon J. (1996). Psychologiczne aspekty doświadczenia przemijania. W: K. Popielski (red.), *Człowiek – wartości – sens. Studia z psychologii egzystencji* (s. 371-381). Lublin: RW KUL.
- Próchniak, P. (2005). *Podejmowanie ryzyka a sens życia człowieka. Empiryczne badania psychologiczne*. Słupsk: Pomorska Akademia Pedagogiczna.
- Próchniak, P. (2006). Osobiste znaczenie ryzyka w pracy zawodowej policjantów przygotowujących się do pełnienia misji pokojowej w Kosowie. *Przegląd Psychologiczny*, 49, 2, 203-216.
- Sokołowska, J. (1993). *Przewidywania i wybory a przekonanie o własnej kontroli*. Warszawa: Wydawnictwo Instytutu Psychologii PAN.
- Slinger, E., Rudestam, K. (1997). Motivation and dihibition in high-risk sports: Sensation seeking and self-efficacy. *Journal of Research in Personality*, 31, 355-374.
- Studenski, R. (2004). *Ryzyko i ryzykowanie*. Katowice: Wydawnictwo Uniwersytetu Śląskiego.

- Tobacyk, J., Nagot, E. (1994). Cognitive dimensions used in the prediction of future events: Assessment instrument and indications for cognitive functioning. W: Z. Zaleski (red.), *Psychology of future orientation* (s. 195-206). Lublin: RW KUL.
- Walesa, Cz. (1988). *Podjęmowanie ryzyka przez dzieci i młodzież*. Lublin: RW KUL.
- Weinstein, N. D. (1980). Unrealistic optimism about life future events. *Journal of Personality and Social Psychology*, 39, 806-820.
- Yates, F. J., Stone, E. R. (1992). The risk construct. W: J. F. Yates (red.), *Risk-taking behavior* (s. 1-25). New York: Wiley.
- Zaleśkiewicz, T. (2005). *Przyjemność czy konieczność. Psychologia spostrzegania i podejmowania ryzyka*. Gdańsk: Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne.
- Zdebski, J. (1984). *Psychologiczne i społeczne uwarunkowania taternictwa*. Kraków: Wydawnictwo Akademii Wychowania Fizycznego.

THE ATTITUDE TOWARDS DEATH IN SPORT EXTREME RISK TAKERS

S u m m a r y

The objective of the study was to analyze the attitude towards death in sport extreme risk takers and the control group. The sample consisted of 83 sport extreme risk takers (mountain climbers, parachutists, wind- and kitesurfers, and divers) and 134 persons not engaging in any risky sports activity. The Attitude Towards Death Scale was administered to the subjects. The scale consisted of six dimensions: death anxiety, the preferred type of death, the belief about controlling death, contemplation of death, faith in life after death and paranormal beliefs about death. The following four variables discriminated best between the extreme risk takers and control group: the preferred type of death, the belief about controlling death, contemplation of death and paranormal beliefs about death.

Key words: risk taking, attitude towards death.