

## **Znaczenie perspektyw czasowych dla dynamiki stanów afektywnych, motywacji i poziomu wykonania w sporcie: Weryfikacja modelu teoretycznego.**

Czy sportowiec, skupiając swoją uwagę na dalekosiężnym celu, będzie w stanie znieść większe obciążenia treningowe? Czy sposób postrzegania przeszłych wydarzeń może mieć wpływ na wynik w zawodach? Czy napięcie i nieprzyjemne emocje odczuwane na myśl o nadchodzącym meczu mogą stanowić czynnik istotnie obniżający poziom wykonania sportowego? Między innymi takie pytania są fundamentem, na którym opiera się niniejszy projekt badawczy. Jego głównym celem jest weryfikacja założeń teoretycznych koncepcji wpływu perspektyw czasowych na funkcjonowanie w sporcie.

Perspektywa czasowa jest procesem, w którym doświadczenia są przyporządkowywane do odpowiednich ram temporalnych, co pozwala na zachowania spójności funkcjonowania oraz nadawanie znaczenia przeżywanym wydarzeniom. Chociaż jest to zjawisko zależne od warunków sytuacyjnych - wydarzeń i przeżyć jednostki - każdy człowiek rozwija specyficzne tendencje do częstszego skupiania się na konkretnych horyzontach czasowych. Wskazuje się na występowanie różnic w zakresie siedmiu takich horyzontów czasowych: perspektywy Przeszłej Negatywnej, Przeszłej Pozytywnej, Teraźniejszej Fatalistycznej, Teraźniejszej Hedonistycznej, Teraźniejszej Eudajmonistycznej i Przyszłej Pozytywnej oraz Negatywnej.

Głównym celem projektu jest sprawdzenie, w jaki sposób poszczególne perspektywy czasowe mogą wpływać na funkcjonowanie sportowców. W szczególności, dokładnie zbadany zostanie ich wpływ na poziom oraz jakość motywacji, dokładność realizacji planu treningowego oraz funkcjonowanie emocjonalne, zarówno przed zawodami sportowymi, jak i po nich, w reakcji na subiektywną ocenę własnego wyniku. Dodatkowo, sprawdzona zostanie hipoteza, według której oddziaływania poszczególnych perspektyw na wyżej wymienione konstrukty mogą być zależne od typu uprawianego sportu.

Badania przeprowadzone zostaną w trakcie ważnych zawodów w sportach o charakterze wytrzymałościowym (triathlon, kolarstwo) oraz precyzyjnym (strzelectwo, łucznictwo). Osoby badane proszone będą o wypełnienie odpowiednich kwestionariuszy w kilku momentach: przed rozpoczęciem sezonu, w trakcie treningów przygotowawczych, bezpośrednio przed zawodami, bezpośrednio po zawodach i raz jeszcze, po upływie trzech dni od zawodów.

Na podstawie dotychczasowych badań pilotażowych, można spodziewać się, że odpowiednie perspektywy mogą wpływać na wynik w zawodach - w szczególności spodziewać się tu można efektów perspektywy Przyszłej Pozytywnej, Przyszłej Negatywnej oraz Teraźniejszej Fatalistycznej. W przypadku sportów precyzyjnych, pośredniczącą rolę mogą odgrywać emocje przedstartowe, natomiast w sportach wytrzymałościowych, zmienną pośredniczącą może być poziom motywacji. Dodatkowo, można postawić hipotezę, zgodnie z którą różnice w profilu perspektyw czasowych mogą prowadzić do odmiennych subiektywnych ocen i reakcji w odpowiedzi na własny wynik w zawodach.