

# Rola aktywności fizycznej w procesie reintegracji społecznej osób osadzonych w Zakładach Karnych

*The role of physical activity  
in the socialreintegration of people in prison*

Maciej Lis, Uniwersytet Rzeszowski

**Typ artykułu:** oryginalny artykuł naukowy.

**Źródło finansowania badań i artykułu:** środki własne Autora.

**Cytowanie:** Lis M., (2018) *Rola aktywności fizycznej w procesie reintegracji społecznej osób osadzonych w Zakładach Karnych*, „Rynek-Społeczeństwo-Kultura” nr 3(29)/2018, s. 34-38, <https://kwartalnikrsk.pl/Artykuły/RSK-3-2018/RSK-3-2018-Lis-Rola-aktywnosci-fizycznej-w-procesie-reintegracji-spoecznej-osob-osa-dzonych-w-zakladach-karnych.pdf>

STRESZCZENIE

Wychowanie społeczne obecne w aktywności fizycznej sprowadza się między innymi do wykształcenia osobowości. W opracowaniu autor zwraca uwagę na fakt, iż aktywność fizyczna staje się odpowiednim i niezwykle skutecznym narzędziem w procesie reintegracji osób skazanych na karę pozbawienia wolności. Zakłady Karne posiadają prospołeczny model, dlatego też sama Służba Więzienna, jak i instytucje, organizacje rządowe oraz pozarządowe powinny dokładać wszelkich starań, aby ich działania były dostosowane do indywidualnych potrzeb osób skazanych, by pomóc osadzonemu w reintegracji społecznej. Do tego rodzaju działań zaliczane są różnego rodzaju formy pomocy penitencjarnej. Zaczynając od zajęć terapeutycznych, zajęć kulturowo-oświatowych poprzez współpracę z Kościołem, fundacjami czy stowarzyszeniami, podejmowanie zatrudnienia przez osoby osadzone w Zakładach Karnych, na różnego rodzaju zajęciach związanych z aktywnością fizyczną kończąc.

**Słowa kluczowe:** aktywność fizyczna, reintegracja, resocjalizacja.

Social education present in physical activity boils down, among other things, to the development of personality. The author draws attention to the fact that physical activity is becoming an appropriate and extremely effective tool in the process of reintegration of people sentenced to imprisonment. The prison has a pro-social model, which is why the Prison Service itself, as well as institutions, governmental and non-governmental organisations, should make every effort to ensure that their activities are tailored to the individual needs of the prisoners to help them with their social reintegration. This type of activities includes various forms of penitentiary assistance. Starting from therapeutic classes, cultural and educational activities through cooperation with the Church, foundations or associations, taking up employment by people imprisoned in prisons and ending with various types of activities related to physical activity.

**Keywords:** physical activity, reintegration, re-socialisation.

ABSTRACT

## Wstęp

Zachowania ryzykowane są bardzo często przyczyną wejścia człowieka w kolizję z prawem i odizolowaniem go od społeczeństwa w więzieniu. Umieszczenie agresywnych przestępców w Zakładach Karnych jest rozwiązaniem tylko pozornym, ograniczającym pogłębianie dalszych konfliktów z prawem. Trwała oraz długoczasowa izolacja człowieka od naturalnego społeczeństwa, powoduje problemy w funkcjonowaniu po opuszczeniu jednostek penitencjarnych. Szukane więc są systemowe rozwiązania mające na celu poprawienie skuteczności oddziaływań penitencjarnych. Szczególnie zwracana jest uwaga na redukcję zachowań agresywnych oraz zminimalizowanie skłonności do przemocy. Jednym z takich oddziaływań jest szeroko rozumiana kultura fizyczna, od wieków uznawana jest za kulturo-techniczny środek mający na celu wpływ na osoby pozbawione wolności. Wzorami reintegracji poprzez aktywność fizyczną są wszechstronne a zarazem równoczesne wpływy na sferę społeczną, biologiczną oraz psychiczną osób niedostosowanych społecznie. Niestety problematyka aktywności fizycznej osób przebywających w jednostkach penitencjarnych jest bardzo słabo opisana w literaturze. W przypadku osób skazanych, nierozłączną wartością jest ciągły brak zaspokajania którejs z cech biologicznych zarówno tych podstawowych, jak i wyższych, dlatego też aktywność fizyczna jest szczególnie ważna w kontekście zachowania zdrowia psychicznego, jak i fizycznego więźniów, którzy powrócą do społeczeństwa (Poklek 2008).

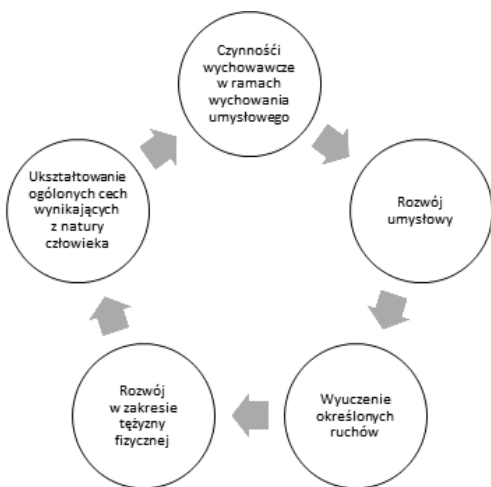
## Rola aktywności fizycznej w procesie kształtowania osobowości człowieka

Współcześnie aktywność fizyczna stała się zjawiskiem niezwykle złożonym. Można ją postrzegać w aspekcie masowej kultury jako sportowe widowisko, jak również zaobserwować w niej głębsze walory, przydatne w procesie reintegracji społecznej. W literaturze przedmiotu na temat wychowawczej roli aktywności fizycznej, a także jej profilaktycznych czy resocjalizacyjnych wartościach, napisano już wiele (Rejzner 1995; Dobrzeński 1998). Udowodniono, iż sport oraz osiągnięte w nim sukcesy modelują aktywną postawę człowieka, która oddziałuje w późniejszym czasie na takie dziedziny życia, jak praca i nauka. Z tego względu sport jest niezwykle istotny w procesie dojrzewania. Zajęcia oraz zawody sportowe dają możliwość odniesienia sukcesu, a sukces stanowi główny cel i motor działania w życiu człowieka jak wskazuje Rejzner (Rejzner 2007). Zdaniem A. Rejznera umiejętność współpracy i współżycia z innymi ludźmi jest warunkiem osiągnięcia życiowego sukcesu i realizacji celów. Właśnie dlatego sport, wychowanie fizyczne, czy też rekreacja ruchowa realizowana w grupach młodych ludzi stwarza możliwość kształtowania wielu pozytywnych cech osobowości (Rejzner 1981). Za jedną z fundamentalnych dziedzin wychowania fizycznego nastawioną na rozwój społeczny człowieka możemy uznać rozwój umysłowy. Choć brzmi to zaskakująco, to według R. Wroczyńskiego aktywność fizycznej i rozwoju umysłowego nie należy rozdzielać, gdyż każda czynność z dziedziny wychowania umysłowego wywiera wpływ na rozwój fizyczny, podobnie jak aktywność

fizyczna ma wpływ na rozwój umysłowy. Celem aktywności fizycznej nie jest wyuczenie określonych ruchów, lecz wykształcenie ogólnych cech natury człowieka (Wroczyński 2009).

Graficzne przedstawienie powyższej treści (rysunek 1) przyczynia się do lepszego dostrzeżenia obustronnego uzupełniania się wszystkiego, co nazwać można aktywnością fizyczną, z aktywnością intelektualną. Błędem jest rozdzielanie owych struktur rozwoju człowieka a tym samym potraktowanie ich jako przeciwstawnych aspektów lub niepowiązanych ze sobą rzeczywistości. Takie podejście stwarza negatywne skutki, pociągając za sobą różne problemy rozwojowe człowieka w sferze życia społecznego, moralnego, jak również zdrowotnego. Doskonalenie fizycznej natury człowieka nie stanowi jedyne celu takiej aktywności, co więcej – nie należy nawet do zadań najważniejszych. Rozwój obejmujący sferę umysłu powinien być prowadzony równoległe do rozbudowanych zabiegów na rzecz doskonalenia tętny fizycznej. Aktywność fizyczna w odniesieniu do pedagogicznego programu działania znamionuje kierunki i prądy pedagogiczno-społeczne oraz filozoficzne, które stawiają na jednym poziomie cielesność ze stroną emocjonalno-wolitionalną osobowości i umysłem. Pedagogika przełamuje dualizm w traktowaniu procesu wychowania moralno-umysłowego oraz aktywności fizycznej jako zjawisk rzekomo przeciwstawnych. Nie ma w niej sprzeczności między wychowaniem „ducha” i kształtowaniem „ciała” (Wołoszyn 1970).

Rysunek 1. Miejsce rozwoju umysłowego człowieka w aktywności fizycznej



Źródło: opracowanie własne.

Szeroko pojęta kultura fizyczna, w tym i aktywność fizyczna, stanowi płaszczyznę ludzkiego bytowania, w której łączą się świadome czyny. Świadomych czynów oraz somatycznych zachowań, w których sportowiec, zawodnik, czy też osoba świadoma podjętego ruchu realizuje się dzięki podejmowanym, moralnym wyborom. Aktywność fizyczna powinna stać się elementem troski o godność człowieka, która wynika między innymi z rozumności człowieka. Zlekceważenie umysłowej sfery przy jednoczesnym intensywnym eksploatowaniu ciała zawsze owocuje negatywnymi skutkami. Przy kształtowaniu osobowości człowieka należy pamiętać o jej holistycznej strukturze, która wymaga równomiernej pielęgnacji. Nie sposób rozwijać fizycznej strony człowieka bez udziału jego intelektualnego zaangażowania. Wraz z rozwojem umysłowym człowieka pełniejsza staje się kwestia rozumienia roz-

woju swych fizycznych predyspozycji (Czachowski 2014). Wychowanie społeczne obecne w aktywności fizycznej sprowadza się między innymi do wykształcenia osobowości. Nastawienie na formowanie człowieka „pięknego” nie tylko pod względem fizycznym, ale i moralnym stanowi jedno z najważniejszych edukacyjnych zadań w tym zakresie. Dobro w rozumieniu wartości, do której powinno się zmierzać, należy osiągać poprzez realizację konsekwentnych i zamierzonych działań. W tym przypadku niezbędne są określone predyspozycje osobowe, aby z powodzeniem osiągać wartości nadrzędne i ogólnoludzkie. Powinno się od wczesnych lat kształtować człowieka pod względem osobowościowym tj. jego zachowania, obyczaje, postawy, sposób bycia. Aktywność fizyczna staje się odpowiednim narzędziem do kształtowania osobowości człowieka. Trening systematyczny, samodyscyplina, wytrwała praca, szacunek dla innych, posłuszeństwo wobec przełożonych, jak również podporządkowanie się regułom *fair play* to wszystko w sposób znaczący wpływa na kształtowanie się osobowości (Czachowski 2014). R. Winiarski twierdzi, iż aktywność fizyczna wymaga dysponowania wolnym czasem jednostki oraz odpowiednim jego wykorzystaniem. Rekreacja ruchowa nie tylko neutralizuje stresy czy przeciążenia psychiczne ale również zapobiega występowaniu wielu dolegliwości i chorób. Co więcej, reguluje siły fizyczne oraz psychiczne, kształtuje ciało oraz osobowość a także rozwija zainteresowania i zaspokaja różne potrzeby jednostki. Aktywność fizyczna zaspokaja następujące potrzeby ludzkie, wskazując tym samym na swoiste dziedziny wychowania (Winiarski 1995):

- potrzebę zmiany trybu oraz środowiska życia (urozmaicenie życia);
- potrzebę aktywności psychofizycznej (ruch, wyładowanie nadmiaru energii);
- potrzebę wypoczynku oraz relaksu (oderwanie się od codziennych obowiązków tudzież kłopotów);
- potrzebę nieformalnych kontaktów z innymi jednostkami;
- potrzebę kontaktu z naturą;
- potrzebę emocji oraz przyjemnych wrażeń;
- potrzebę rywalizacji i współzawodnictwa;
- potrzebę wyróżnienia się, dowartościowania;
- potrzebę nowych umiejętności, doświadczeń oraz wiedzy.

### Funkcja reintegracyjna aktywności fizycznej

Termin społecznej reintegracji został upowszechniony w Polsce w związku z przygotowaniem oraz przystąpieniem do Unii Europejskiej. Nastąpiło to w kontekście jednego z procesów rozpoczętych w ramach Strategii Lizbońskiej (Broda-Wysocki 2012). W Polsce używane są w podobnym znaczeniu do terminu reintegracji następujące pojęcia: resocjalizacja, readaptacja oraz rehabilitacja. Pierwsze dwa określenia stosowane są w głównej mierze w kontekście osób skazanych na karę pozbawienia wolności w czasie odbywania kary bądź po jej zakończeniu. Ostatnie wyróżnione pojęcie stosowane jest w odniesieniu do niepełnosprawności, a adresatami czynności rehabilitacyjnych są osoby z różnego rodzaju upośledzeniami fizycznymi lub psychicznymi (Żóładowski, Ołdak 2015). W kontekście omawianej tematyki istotną rolę odgrywa pojęcie adaptacji oraz readaptacji. Słownik języka polskiego termin adaptacji określa jako przeróbka, przekształcenie, przystosowanie do innego użytku, zaś adaptacja społeczna określana jest jako proces dostosowywania jednostki bądź grupy osób do funkcjonowania

w zmieniającym się środowisku społecznym, dotyczącym przekształceń jej wewnętrznej struktury lub (i) sposobów działania (*Słownik Języka Polskiego PWN* 2018). Osoby, które opuszczają placówki resocjalizacyjne niejednokrotnie mają problem z powtórny społeczny przystosowaniem się do warunków panujących w otwartym środowisku, a tym samym stają się uczestnikami procesu readaptacji. Termin readaptacja oznacza ponowne przystosowanie się jednostki po przebytej chorobie do czynnego życia w społeczeństwie oraz do pracy zawodowej (Zieliński 2013). W literaturze przedmiotu przedstawione są liczne sposoby resocjalizacji jednostki, która antyspołeczne czyny przekłada nad prospołeczne zachowania. Naprawcze metody bardzo często opierają się na przedmiotowych lub podmiotowych determinantach, które skutecznie umożliwiają wtórną socjalizację człowieka. W zależności od usytuowania poczucia kontroli osoby objętej resocjalizacją, jej sposobu wartościowania zewnętrznego świata, a jednocześnie swoistym usytuowaniem do otoczenia, co jest podyktowane wychowaniem (Zieliński 2013). W gamie rozwiązań metodycznych istnieje miejsce także dla tak ważnej dziedziny w życiu człowieka jak aktywność fizyczna. Wychowanie fizyczne i aktywność fizyczna jest nierozdzielnym elementem procesu dydaktyczno-wychowawczego współczesnej pedagogiki mającej na celu przyswojenie kultury fizycznej przez jednostkę. Kultura fizyczna rozumiana jest jako wszystko, co nadaje charakter procesowi odbioru własnego ciała przez człowieka, przejawów troski o sprawność cielesną oraz zdrowie, własny rozwój fizyczny, jak również umiejętność reakcji w sposób optymalny dla własnego biologicznego oraz psychicznego zdrowia (Muszyński 1980). Pragmatyczne działania wychowawcze sprawowane w rodzinie, w placówkach wychowawczych, jak i w zakładach karnych doprowadzają do samowychowania. Generalnie – socjalizacja definiowana w kategoriach poznawania, jak i przyjmowania przez człowieka tradycji oraz wzorów kulturowych określających jej sposób zachowania się (tzw. proces wrastania w kulturę) i nabywania umiejętności do właściwego odgrywania ról społecznych, w ramach których dokonywana jest internalizacja niezbędnych norm i wartości dla sprawnego działania w tychże rolach, natomiast resocjalizacja oznacza proces powtórny wychowania, mający na celu korekcję złych skutków uprzednio popełnionych błędów. Jest powtórny włączeniem do życia społecznego ludzi, którzy utracili zdolność prawidłowego współżycia społecznego w wyniku negatywnych zmian w ich osobowości. Resocjalizacja przejawia charakterystyczne oddziaływanie wychowawcze na ludzi niewłaściwie przystosowanych do funkcjonowania w społecznym środowisku w celu ułatwienia im powrotu do normalnego życia (Konopczyński 2006). Powodzenie procesu powtórnego przystosowania byłego przestępcy do prawidłowego funkcjonowania w życiu codziennym uwarunkowane jest wieloma czynnikami i to zarówno po stronie środowiska oraz społeczeństwa, do którego były skazany wraca, jak i po stronie samej jednostki (Zieliński 2013). Prócz wcześniej wspomnianego terminu resocjalizacji należy zwrócić szczególną uwagę na resocjalizacyjne walory aktywności fizycznej. Jedną z funkcji wychowania fizycznego w toku resocjalizacji jest łagodzenie napięć, a w konsekwencji uzyskanie pożądanych postaw oraz postępów w procesie przystosowania się jednostki. Na wychowanie fizyczne i aktywność fizyczną można spojrzeć z punktu widzenia metody wychowawczej, co oznacza, że resocjalizacja poprzez aktywność fizyczną stwarza możliwość kształtowania pozytywnych cech moralnych, jak i poprzez wychowawczy poziom instrukcji zapewniający poprawny rozwój biologiczny (Zieliński 2013). Powszechnie wiadomo, że w gronie

osób niedostosowanych społecznie uzewnętrzniają się tendencje do organizacji zbiorowości, których działania nie są zgodne z powszechnie uznanymi normami społecznymi. Organizacja zespołów o sportowym charakterze wykorzystuje chęć jednostek do zrzeszania się, a jednocześnie tego typu działalność nadaje im konstruktywny kierunek. Dla wychowawców zakładów resocjalizacyjnych istotną kwestią stanowi opinia grupy (zwłaszcza opinia grupy rekreacyjnej). Niewątpliwie jest ona ważniejsza niż opinia nauczycieli czy innych osób, gdyż brak zgodności z grupą jest przyczyną powstawania napięć emocjonalnych. Wyjście naprzeciw dążeniom jednostek do organizowania grup staje się ważną przesłanką przy planowaniu wychowania i rozwoju społecznego poprzez aktywność fizyczną. Dotyczy to nie tylko całościowego programowania tudzież planowania w obrębie zakładu resocjalizacyjnego, lecz także do zaspokojenia tego rodzaju potrzeby w codziennym działaniu (Zieliński 2013). Wychowanie fizyczne i aktywność ruchowa rozbudzają zainteresowania oraz inicjatywy jednostki w optymistycznym klimacie zajęć wykształcają się uczucia społeczne, pozytywne kontakty międzyludzkie, które z czasem przeobrażają się koleżeństwo lub przyjaźnie. Społeczna aktywacja rodząca się podczas aktywności fizycznej wymaga nawiązywania współpracy czy przekształcania nawyków, co stwarza możliwość przeżycia choćby drobnych, społecznych satysfakcji stanowiących nagrodę za właściwe społeczne działanie. Programowanie resocjalizacji poprzez wychowanie fizyczne i aktywność fizyczną wymaga sprecyzowanych metod i form dydaktycznych. Osoba niedostosowana społecznie, przyzwyczajona do życia pełnego ruchu, emocji, wrażeń wykazuje te potrzeby podczas obywania kary (Urban, Stanik 2007). Zarówno wychowawca, jak i mobilizowani przez niego wychowankowie, powinni udzielić pomocy kolegom przy sprecyzowaniu ogólnych celów i zasad podstępowania. Wychowanie fizyczne i aktywność ruchowa stwarzają okazję do wyrabiania życzliwości dla słabszych i uczenia kultury współżycia. Z literatury przedmiotu wynika, iż w toku fizycznych ćwiczeń zaangażowana jednostka, w sposób nieświadomy, uzewnętrznia uczciwość, zalety oraz niedostatek koleżeństwa czy tolerowania słabszych. Postawy te uwydatniają się szczególnie dynamicznie w czasie aktywności fizycznej, dzięki czemu można to wykorzystać w procesie resocjalizacji (Zieliński 2013).

### **Aktywność fizyczna jako proces wspomagający reintegrację społeczną człowieka**

Potrzeba ruchu występuje przez całe życie człowieka i zależna jest od czynników poza genetycznych (Zalewska-Meler 2009). Kultura fizyczna rozumiana jest jako system zintegrowanych oraz systematycznych zachowań jednostki w odniesieniu do dbałości o własne zdrowie, sprawność ruchową, wydolność organizmu, odporność, urodę, a także chęć doskonalenia samego siebie w sferze mentalnej oraz cielesnej (Krawczyk 1990). Termin kultury fizycznej obejmuje również przypisywanie wyszczególnionym wartościom priorytetowego znaczenia w życiu człowieka, co nadaje jej osobowościowych zdolności (Grabowski 1999) i z sukcesem może być wykorzystana w resocjalizacji pojmowanej jako podążanie do reorientacji osobowości wychowanków. Obecna wiedza naświetla w sposób teoretyczny oraz empiryczny pewność, że kultura fizyczna odgrywa ważną rolę w modelowaniu ludzkiej istoty pojmowanej holistycznie, wraz z osobowością i postawami społecznymi. Rola kultury fizycznej w kontekście resocjalizacji dotyka jednak głównie działań z zakresu wyrównywania behawioralnych deficytów:

zaburzeń w sferze wartości (szacunek do innych osób, odpowiedzialność, uczciwa rywalizacja), braków umiejętności życiowych (zdolność do rozwiązywania konfliktów międzyludzkich i stawiania sobie celów), skłonność do ryzykownych zachowań (brak szacunku dla zdrowia, uzależnienia, autoagresja, używki), braków w uspołecznieniu (uczucie związku z narodem oraz grupą społeczną) (Jaworska 2012). Zajęcia z dziedziny kultury fizycznej obejmują również resocjalizację sprawców przestępstw odbywających karę w jednostkach penitencjarnych. Spora część osób niedostosowanych społecznie, odbywających karę pozbawienia wolności, to osoby zrujnowane fizycznie ze względu na niehigieniczny tryb życia (nadużywanie środków psychoaktywnych, brak dbałości o zdrowie, ryzykowne zachowania), jak również przez ograniczenia do kilkumetrowej powierzchni celi lub przymusowy brak ruchu. Przymus ograniczenia aktywności fizycznej skutkuje zarówno pogorszeniem stanu hipokinetycznego, jak również do nieprawidłowego funkcjonowania psychospołecznego (mniejsza kontrola emocji i zachowania, agresja, impulsywność) (Jaworska 2012). Rola aktywności ruchowej w procesie resocjalizacji osób osadzonych w zakładach karnych dostrzeżona została na początku XX wieku (Motow 2006). Zalecenie odnoszące się do organizowania zajęć ruchowych dla skazanych jako środka do poprawy oraz utrzymania fizycznego zdrowia, zostało wydane w Waszyngtonie w 1910 roku przez Międzynarodowy Kongres Więziennictwa. Próby działań zapobiegających negatywnym wpływom uwięzienia dla jednostek skazanych podejmowane były również w Polsce. Rozwój aktywności fizycznej skazanych w naszym kraju miał miejsce w okresie II Rzeczypospolitej, w szczególności dotyczyło to zakładów karnych, w których swoje kary odbywali młodociani. Sposobność uczestnictwa w zorganizowanych zajęciach aktywności ruchowej stanowiła naówczas największą atrakcję dla skazanych, oferując i rozrywkę, podniesienie poczucia własnej wartości, redukcję nadmiernego napięcia oraz stwarzała możliwość kontaktu ze środowiskiem zewnętrznym. Aktualne zajęcia sportowe w zakładach karnych to koszykówka, siatkówka, piłka nożna czy siłownia, a także możliwość podjęcia pracy na terenie jednostki penitencjarnej lub poza jej murami (po spełnieniu określonych wymogów). Kluczowe znaczenie przypisywane jest aktywności ruchowej w zakresie: wyzwalania aktywności, rozwoju uzdolnień i zainteresowań, nauki etycznego współdziałania, wyładowania nadmiaru energii (Makrut 2007), jak i radzenia sobie ze stresem czy uczenia pokonywania trudności. Dodatkowo zwiększanie poziomu aktywności fizycznej rozwija wiele cech cenionych w przestępczych środowiskach – wytrzymałości, sprawności fizycznej, odwagi oraz sprytu. Jednocześnie tego typu zajęcia uczą poszanowania reguł. Jednym z walorów zajęć związanych z aktywnością sportową w zakresie reintegracji jest również zdolność do redukcji zachowań wynikających z podkulturowego zróżnicowania, istotniejsze w doborze partnera lub grupy stają się umiejętności z nieodmienności podkulturowej. Dzięki takim zachowaniom zanika wzajemna wrogość, formuje się integracja oparta na poprawnych i etycznych postawach społecznych (Jaworska 2012). Działania penitencjarne opierające się na aktywności fizycznej zostały dołączone do procesu resocjalizacji osób pobawionych wolności po roku 1989. Na konieczność wprowadzenia w zakładach karnych zajęć z omawianego zakresu podkreślają wzorcowe reguły minimalnego postępowania z więźniami, w których napisano: „Młodzi więźniowie, oraz inni będący w odpowiednim wieku i kondycji fizycznej, otrzymują w czasie przeznaczonym na ćwiczenia fizyczne możliwość wykonywania ćwiczeń sportowych i rekreacyjnych. W tym celu należy za-

pewnić odpowiednią przestrzeń, urządzenia i wyposażenie” (*Wzorcowe reguły minimalne postępowania z więźniami* 2003: reguła 21(2) 15). Natomiast Obwieszczenie Ministra Sprawiedliwości z dnia 10 kwietnia 2013 roku w sprawie sposobów prowadzenia oddziaływań penitencjarnych w zakładach karnych i aresztach śledczych, przedstawia pracę penitencjarną, przy czym nie określa kultury fizycznej jako metody oddziaływania penitencjarnego (Obwieszczenie Ministra Sprawiedliwości z dnia 10 kwietnia 2013 r. w sprawie ogłoszenia jednolitego tekstu rozporządzenia Ministra Sprawiedliwości w sprawie sposobów prowadzenia oddziaływań penitencjarnych w zakładach karnych i aresztach śledczych). Na możliwość penitencjarnego oddziaływania przez uczestnictwo skazanego w zajęciach z dziedziny kultury fizycznej i sportu wskazuje Ustawa z dnia 6 czerwca 1997 roku Kodeks karny wykonawczy, wskazując wychowanie fizyczne oraz sportowe jako sposób spędzania wolnego czasu oraz pobudzania aktywności społecznej więźniów stwierdzając przy tym, iż w zakładzie karnym typu zamkniętego skazani stwarzający poważne zagrożenie społeczne albo poważne zagrożenie dla bezpieczeństwa zakładu, odbywają wyrok w przedstawionych warunkach: skazani mogą uczyć się, pracować, bezpośrednio uczestniczyć w nabożeństwach, spotkaniach religijnych i nauce religii oraz korzystać z zajęć kulturalnooświatowych, z zakresu kultury fizycznej i sportu, tylko w oddziale, w którym są osadzeni. Dodatkowo w zakładach karnych zamkniętego typu zajęcia kulturalno-oświatowe i sportowe oraz nauczanie organizuje się w obrębie zakładu karnego. Natomiast w zakładach karnych półotwartego typu skazani mogą brać udział w organizowanych przez administrację poza terenem zakładu karnego grupowych zajęciach kulturalno-oświatowych lub sportowych. W zakładzie karnym otwartego typu skazani mogą wziąć udział w zajęciach i imprezach kulturalnooświatowych lub sportowych organizowanych poza terenem zakładu karnego (Dz.U. nr 90, poz. 557 ze zm., art. 135 § 1). Termin kultury fizycznej występuje jedynie w art. 88b odnoszącym się do zakładów karnych zamkniętego typu, natomiast w pozostałych przypadkach jej płaszczyzna jest ewidentnie zawężona do idei sportu. Zdaniem A. Zalewskiej-Melere, wychowanie sportowe nie jest równoważne z procesem wychowania fizycznego i aktywności fizycznej, a mieszanie owych terminów, i tym samym przekonywanie o ich identyczności (zamiast traktowania ich jako dopełniające się elementy kultury fizycznej) doprowadza do niepoprawnych uproszczeń (Zalewska-Meler 2009). Znaczenie aktywności fizycznej w reintegracji skazanych jest uwarunkowane stosownym doborem działań, w tym ćwiczeń sportowych, odpowiednim ich przygotowaniem oraz nadzorem, aby w efektywny sposób przyczyniały się do poprawy oraz utrzymania zdrowia psychospołecznego, a nie powodowały skutków będących odwrotnymi do zamierzonych. Nie każda bowiem aktywność ruchowa wiąże się z kulturą fizyczną. Kulturę tę powinno rozpatrywać się w pozytywnym sensie, gdyż powinna ona tworzyć – nie niszczyć, rozwijać człowieka – nie doprowadzać do jego destrukcji. Obecnie coraz częściej poruszana jest kwestia nieadekwatności stosowania w procesie resocjalizacji ćwiczeń siłowych oraz kulturystycznych. Głównym motywem podejmowania przez osoby uwięzione w konflikt z prawem aktywności kulturystycznej jest przygotowanie ciała do bólek oraz zwiększenie jego zdolności fizycznych w celu popełniania kolejnych przestępstw wymagających siły. W odniesieniu do reintegracji zdecydowanie korzystniejsze jest wprowadzenie zajęć zawierających w większym stopniu elementy ruchowej rekreacji niż ćwiczeń wysiłkowych (Jaworska 2012). Omawiając kwestię roli kultury fizycznej w pro-

cesie reintegracji, należy podkreślić zasadność stosownego przygotowania nie tylko ze strony fizycznej, ale również psychospołecznej osób sprawujących takową formę resocjalizacji – w pracy z nieletnimi wychowankami oraz z dorosłymi. Wśród ważnych zachowań wychowawców realizujących tego typu zajęcia warto zwrócić uwagę na znaczenie: zdolności do dostrzegania oraz nagradzania koleżeństwa, przyjaznego ale i konsekwentnego stosunku do wychowanków, dezaprobat nie-sportowej rywalizacji oraz prób oszustwa, liczenia się ze zdaniem wychowanków na temat prowadzonych zajęć (Pięta 2004). Aktywność fizyczna wykorzystywana jako narzędzie w procesie reintegracji powinna być oparta na wartościach: socjocentrycznych, alocentrycznych, intelektualnych, perfekcjonistycznych, emocyjnych, estetycznych, zdrowotnych oraz moralnych (Makurat 2007). Aktywność fizyczna choć nie może być jedynym, winna być nierozłącznym sposobem pracy reintegracyjnej w środowisku dzieci, młodzieży oraz dorosłych niedostosowanych społecznie, jak również zagrożonych takim niedostosowaniem.

### Podsumowanie

Aktywność fizyczna stanowi silny instrument socjalizacji. Wpływa bowiem na kształtowanie wartości zachowań i postaw. Z tego względu należy pamiętać, iż przejaw agresywnego zachowania może stać się łatwo przyswojony przez człowieka. Niewątpliwie należy wystrzegać się takiego zachowania oraz jednocześnie zwracać uwagę na pozytywną stronę wpływu aktywności fizycznej na kształtowanie charakteru jednostki. Na eliminację agresywnych zachowań w aktywności fizycznej ogromny wpływ wywierają wychowawcy i trenerzy. W procesie reintegracji osób niedostosowanych społecznie, to właśnie te osoby powinny zapewnić swoim podopiecznym w umiejętny sposób wzmacniać ich zachowania, to znaczy karać za zachowania ryzykowne oraz nagradzać za prawidłowe (pożądane) zachowania.

### Bibliografia

1. Broda-Wysocki P., (2012) *Wykluczenie i inkluzja społeczna. Paradygmaty i próby definicji*, Warszawa: IPISS.
2. Czachowski J., (2014) *Sport szansą społecznego rozwoju człowieka* [w:] Zeszyt naukowy, Społeczeństwo i ekonomia, Wrocław: Wydawnictwo Uniwersytetu Ekonomicznego we Wrocławiu.
3. Dobrzeński J., (1998) *Kultura fizyczna i jej uwarunkowania w resocjalizacji więźniów*, Gdańsk: AWF.
4. Grabowski H., (1999) *Teoria fizycznej edukacji*, Warszawa: WSIP.
5. Jaworska A., (2012) *Leksykon resocjalizacji*, Kraków: Impuls.
6. Krawczyk Z., (1990) *Aksjologia ciała* [w:] Krawczyk Z., Kosiewicz J., (red.) *Filozofia kultury fizycznej. Koncepcje i problemy*, Warszawa: T.I.
7. Konopczyński M., (2006) *Metodyka twórczej resocjalizacji*, Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.
8. Makrut F., (2007) *Rola sportu w procesie resocjalizacji więźniów* [w:] Chojnacka-Szawałowska G., Pstwa-Wojciechowska B., (red.), *Kliniczne i sądowo-penitencjarne aspekty funkcjonowanie człowieka*, Kraków: Impuls.
9. Motow M., (2006) *Wychowawcze aspekty kultury fizycznej i jej wykorzystanie w resocjalizacji nieletnich*, Warszawa: Lider.
10. Muszyński H., (1980) *Zarys teorii wychowania*, Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.
11. Obwieszczenie Ministra Sprawiedliwości z dnia 10 kwietnia 2013 r. w sprawie ogłoszenia jednolitego tekstu rozporządzenia Ministra Sprawiedliwości w sprawie sposobów prowadzenia oddziaływań penitencjarnych w zakładach karnych i aresztach śledczych, Dz.U. 2013, poz. 1067.

12. Pięta J., (2004) *Pedagogika czasu wolnego*, Warszawa: Wydawnictwo Naukowe FREL.
13. Poklek R., (2008) *Aktywność fizyczna z nasilenie syndromu agresji osób pozbawionych wolności*, Kalisz: Centralny Ośrodek Służby Więziennej.
14. Rejzner A., (1981) *Rekreacja psychomotoryczna w resocjalizacji nieletnich*, Warszawa: UW.
15. Rejzner A., (1995) *Kultura fizyczna w polskim systemie penitencjarnym*, Warszawa: UW.
16. Rejzner A., (2007) *Agresja w sporcie jako przejaw zaburzonej socjalizacji* [w:] Dziubiński Z., (red.), *Sport z agresją*, Warszawa: AWF.
17. *Słownik Języka Polskiego PWN* <https://sjp.pwn.pl/szukaj/adaptacja.html> [18.09.2018].
18. Urban B., Stanik J.M., (2007) *Resocjalizacja*, T. 1, Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.
19. Ustawa z dnia 6 czerwca 1997 r. Kodeks Karny wykonawczy, Dz.U. nr 90, poz. 557 ze zm. art. 135 § 1.
20. *Wzorcowe reguły minimalne postępowania w więzieniach, reguła 21(2)*, (2003) [w:] Standardy organizacji Narodów Zjednoczonych w dziedzinie wymiaru sprawiedliwości w sprawach karnych, Oficyna Wydawnicza Ministerstwa Sprawiedliwości, Warszawa.
21. Winiarski R., (1995) *Psychospołeczne aspekty reakcji ruchowej* [w:] *Sport dla wszystkich*, cz. II, Piotrowska H., (red.), Warszawa: ZW-P Arjada.
22. Wołoszyn S., (1970) *Pedagogika wychowania fizycznego i sportu*, Sesja naukowa 25-lecia kultury fizycznej, Warszawa.
23. Wroczyński R., (2009) *Powszechnie dzieje wychowania fizycznego i sportu*, Wrocław: Wydawnictwo BK.
24. Zalewska-Meler A., (2009) *Kultura fizyczna jako środek oddziaływania penitencjarnego- założenia systemowe z założenia ich realizacji* [w:] Jaworska A., (red.), *Resocjalizacja. Zagadnienia prawne, społeczne i metodyczne*, Kraków.
25. Zieliński J., (2013) *Wybrane aspekty wychowania do aktywności fizycznej*, Rzeszów: AMELIA Aneta Siewiorek.
26. Żołędowski C., Oldak M., (red.), (2015) *Spółdzielczość socjalna, wybrane aspekty metodologiczne i porównawcze*, Warszawa: IPS Wydział Dziennikarstwa i Nauk Politycznych Uniwersytetu Warszawskiego.