

Janusz Zieliński

Uniwersytet w Rzeszowie

e-mail: jzielinski@ur.edu.pl; <https://orcid.org/0000-0003-0108-5029>

Sporty walki w procesie resocjalizacji osoby nieprzystosowanej społecznie w świetle badań naukowych

Abstrakt: W literaturze przedmiotu można odnaleźć wiele sugestii związanych z udziałem osób pozbawionych wolności w procesie sportowego usprawniania. Gdy uszczegółowi się tę swoistą aktywność człowieka i zogniskuje na sportach walki, to może to wywoływać społeczny niepokój oraz lęk zagrażający poczuciu bezpieczeństwa. Pojawiają się także opinie, że programy usportowienia osób nieprzystosowanych społecznie mogą potencjalnie wywoływać podwyższenie wskaźników ich przestępczości przez grupowanie ludzi o tym samym problemie kryminalnym, wzmacniając w ten sposób antyspołeczne tendencje i ułatwiając rozwój przestępczych subkultur. W związku z tym istotne wydaje się określenie roli sportów walki w procesie resocjalizacji osób nieprzystosowanych społecznie, na ile przyczyniają one się do korygowania kompetencji osobowych jednostki naruszającej prawo. Poszukując odpowiedzi na nurtujące pytania, dokonano pogłębionej kwerendy zagranicznych i krajowych doniesień badawczych opublikowanych głównie w anglojęzycznej literaturze przedmiotu. Wykorzystane komunikaty naukowe obejmowały dane potwierdzające i zaprzeczające resocjalizacyjną funkcję sportów walki, a ich analiza pozwoliła na sformułowanie wniosków. Okazuje się, że sporty walki w procesie twórczej resocjalizacji nie stają się autonomicznym czy uniwersalnym sposobem wtórnej socjalizacji. Mogą być uzupełnieniem dotychczasowych działań wychowawczych uwzględniających potencjał osób zainteresowanych, ich penitencjarny typ formalno-prawny (kategoryzacja) oraz warunki i możliwości personalne danej instytucji. Ważną kwestią w tym swoistym procesie resocjalizacji przez sport jest umiejętne zarządzanie osobliwym potencjałem osoby nieprzystosowanej społecznie.

Słowa kluczowe: resocjalizacja, sporty walki, przestępca, sport.

Wprowadzenie

Trudno odnieść się jednoznacznie do dwóch powszechnych stwierdzeń: „sport to zdrowie” i „sport wychowuje”. Z jednej strony ta aktywność człowieka może doskonale wspomagać proces zdrowienia, lecz z drugiej strony może z premedytacją naruszać ten stan. Podobnie jest w przypadku korelacji sportu z wychowaniem, gdzie ta forma działalności człowieka z jednej strony przyczynia się do wspierania rozwoju psychicznego i społecznego, formuje charakter, podstawowe zdolności życiowe człowieka, zaś z drugiej strony może stać się szkołą bezprawia oraz moralnego upadku, a także przekazywać najgorsze wzorce wychowawcze. Bez wątpienia prawidłowe ukierunkowanie tej formy działalności człowieka zależy od relacji trener–zawodnik, zawodnik–zawodnik, działacz sportowy–trener, kibice sportowi–zawodnik itd. „Sytuacji wychowawczych nie tworzy ani sama forma ruchu, ani intensywność wysiłku fizycznego, ani nawet lata systematycznego treningu. Wychowanie to wprowadzenie w świat norm, dobrych obyczajów, wartości, pewnego typu społecznej wrażliwości i wzorce zachowań w tych zakresach” (Osiński, 2011, s. 63).

W literaturze przedmiotu można odnaleźć wiele sugestii związanych z udziałem osób pozbawionych wolności w procesie sportowego usprawniania. Sprowadzenie tych stanowisk do dyskusji na temat zastosowania sportów walki w procesie resocjalizacji, może wywoływać społeczny niepokój oraz lęk zagrażający powszechnemu poczuciu bezpieczeństwa. Zdaniem R. M. Kaliny w procesie resocjalizacji należy odpowiednio dobierać formy zajęć sportowych. Uważa on, że nie powinno się wprowadzać do twórczej resocjalizacji takich dyscyplin, które są nośnikami zachowań agresywnych. Do tych dyscyplin zaliczył boks, rugby, karate, hokej na lodzie, piłkę ręczną, judo, zapasy, piłkę nożną. Autor ten uważa sporty bezkontaktowe, takie jak m.in. piłka siatkowa, za dopuszczalne w procesie resocjalizacji osób osadzonych (Kalina, 1991, s. 257 za Klimek, 2006, s. 67–68).

Jeżeli w procesie kształtowania osobowości nasilanie się zachowań agresywnych potraktuje się jako wskaźnik patalogizujący funkcjonowania człowieka, to uwzględniając teorię instynktów sport może przyczyniać się do redukcji agresji w społecznie akceptowalny sposób. W chwilach złego nastroju, poprzez aktywność, rozładuje się towarzyszące temu nadmierne napięcie wewnętrzne, a człowiek do tej pory pobudzony łagodnieje. Na zachowania agresywne może wpływać tonizująco również tak spójna ze sportem samodyscyplina. Zatem jak się odnieść do stwierdzeń, że sporty walki sprzyjają w pobudzaniu do rozwijania zachowań agresywnych u uczestników treningu? Na ile wzmożona sportowa aktywność, na przykład karateków, wpływa na obniżenie poziomu u nich agresji (Jarvis, 2003, s. 55).

Częściowym potwierdzeniem tez M. Jarvisa (2003, s. 55), że sztuki walki kanalizują agresję, wdrukowują zasady, przepisy określonej sztuki (filozofię), a to

ma przełożenie na funkcjonowanie w ekspozycji zewnętrznej jednostki nieprzystosowanej społecznej, stały się wyniki badania J. P. Andrews i G. J. Andrews (2003). Diagnozując 20 chętnych, zdemoralizowanych wychowanków w wieku 10–17 lat, trenujących Tae Kwan Do dowiedli, że taka aktywność fizyczna zintegrowana treningiem mentalnym i uświadamiającym filozofię tej dyscypliny, pozwala na redukcję agresji u młodych przestępców. Jeżeli zaś trening był pozbawiony oddziaływania na sferę psychiczną uczestników, mógł wywoływać wzrost skłonności przestępczych i agresywnych (Trulson, 1986).

Resocjalizacja przez aktywność fizyczną „nastawiona jest na kreowanie określonych kompetencji osobowych i w ten sposób współtworzenia parametrów tożsamości” (Konopczyński, 2009, s. 238) człowieka. Dostarcza możliwości pełnienia przez niego „odmiennych od dotychczasowych ról społecznych. Role te mają wszelkie cechy aktywnej i kulturowo akceptowanej formy wyrażania samego siebie przez prezentowanie społecznie swoich atutów i kompetencji” (Konopczyński, 2009, s. 238–239).

Celem niniejszego opracowania jest próba uchwycenia uzasadnień dla podejmowanej działalności wychowawczej w obszarze pedagogiki kultury fizycznej oraz umiejscowienia nauk o kulturze fizycznej w procesie efektywnej, wielokierunkowej resocjalizacji. Różnorodność skrajnych stanowisk badawczych i społecznych wymienionego wyżej aspektu skłoniła autora do próby określenia roli sportów walki w procesie resocjalizacji osób nieprzystosowanych społecznie opartych na dostępnych wynikach badań naukowych oraz opracowaniach teoretycznych. Na ile sporty walki przyczyniają się do korygowania kompetencji osobowych jednostki naruszającej prawo? Jaki jest przegląd i analiza literatury naukowej dotyczącej zastosowania sportów walki w pedagogice resocjalizacyjnej, psychologii i socjologii? Jakie są mechanizmy oddziaływania sportów walki na osoby przejawiające zachowania nieprzystosowane społecznie (np. wpływ na agresję, samokontrolę, poczucie wartości)? Jak można odszukać w literaturze przedmiotu wyniki badań empirycznych dotyczących skuteczności sportów walki w programach resocjalizacyjnych (np. w zakładach poprawczych, więzieniach, ośrodkach wychowawczych)? Jakie są potencjalne korzyści i zagrożenia wynikające z wprowadzania sportów walki do działań wychowawczo-resocjalizacyjnych? Eksploracja zagadnienia została dokonana na podstawie pogłębionej kwerendy zagranicznych i krajowych doniesień badawczych opublikowanych głównie w anglojęzycznej literaturze przedmiotu. Przy doborze piśmiennictwa uwzględniono również kraje o dużym doświadczeniu badawczym metod resocjalizacji z wykorzystaniem sportu osób nieprzystosowanych społecznie, a także ilości pojawiających się w materiałach źródłowych cytowań tych doniesień. Wykorzystane komunikaty naukowe obejmowały dane potwierdzające i zaprzeczające resocjalizacyjnej funkcji sportów walki.

Dobór literatury miał charakter celowy i problemowy. Skupiono się na pracach, które bezpośrednio podejmują tematykę sportów walki jako narzędzia wspomagającego proces resocjalizacji, szczególnie w kontekście osób nieprzystosowanych

społecznie. Uwzględniono zarówno badania empiryczne, jak i opracowania teoretyczne oraz przeglądowe z zakresu pedagogiki resocjalizacyjnej, psychologii, socjologii sportu i wychowania fizycznego. Literaturę dobrano na podstawie przeszukiwania renomowanych baz danych (Google Scholar, Scopus, Web of Science, EBSCOhost, ProQuest, PubMed, CEON, BazHum i Pedagogiczna Biblioteka Cyfrowa) przy użyciu słów kluczowych, takich jak: *resocjalizacja*, *sporty walki*, *agresja*, *nieprzystosowanie społeczne*, *wychowanie przez sport*, *martial arts in rehabilitation*, *combat sports and social reintegration*. Dokonano selekcji na podstawie analizy tytułów, streszczeń, a następnie pełnych tekstów. Uwzględniono również metodę „snowballing” – analizę bibliografii kluczowych prac.

W celu zminimalizowania błędów raportowania zastosowano jasno określone kryteria wyłączenia i włączenia publikacji (np. odrzucono prace, które nie zostały recenzowane, o niskiej jakości metodologicznej lub nieodnoszące się bezpośrednio do problematyki resocjalizacji), zastosowano ramy metodologiczne przeglądu narracyjnego z elementami systematycznymi, zachowano przejrzystość w dokumentowaniu procesu selekcji – tworzone listy referencyjne oraz zapisywano przyczyny odrzucenia danych pozycji oraz dokonano triangulacji źródeł i weryfikacji danych poprzez porównanie wyników różnych badań.

Istotnym zabiegiem doboru opracowań do niniejszego artykułu było uwzględnienie kryteriów merytorycznych, m.in.: relewancji tematycznej (prace musiały dotyczyć związku między sportami walki a procesami wychowawczymi lub resocjalizacyjnymi), zawartości empirycznej (preferowano badania oparte na danych z ośrodków resocjalizacyjnych, więziennych, zakładów poprawczych itp.), rzetelności metodologicznej (wykluczono opracowania niespełniające standardów badawczych), aktualności (preferowano publikacje z ostatnich 10–15 lat, choć uwzględniono również klasyczne prace o istotnym wpływie na rozwój tematu), obecności w renomowanych źródłach (czasopisma punktowane, recenzowane monografie naukowe).

Empiryczny wymiar resocjalizacji przez sporty walki

W 2010 roku D. R. Lubans, R. C. Plotnikoff i N. J. Lubans przeszukali sześć elektronicznych baz danych (EMBASE, OVID MEDLINE, PsychINFO, PubMed, Scopus i SPORTDiscus) w celu znalezienia artykułów recenzowanych, które posłużyły im do udzielenia odpowiedzi na główne pytanie badawcze: jaki wpływ wywierają programy aktywności fizycznej na dobrostan społeczny i emocjonalny (np. depresję, lęk, samoakceptację, samoocenę, odporność) dzieci i młodzieży w wieku 4–18 lat z grupy ryzyka? (Lubans i in., 2012). Wszystkie odnalezione prace zostały ocenione pod względem ryzyka błędu za pomocą Consolidated Standards of Reporting Trials (CONSORT). Ostatecznie analizie poddano 15 badań, z czego 7 z aktywnością na świeżym powietrzu, 7 oceniających efekty interwencji

opartych na sportowych umiejętnościach (Basile i in., 1995; Goodway, Rudisill, 1996; Tester i in., 1999; Bonnette i in., 2001; Palermo i in., 2006; Maiano i in., 2007; Robinson i in., 2009;), a jedno badanie oceniało efekty programów sprawności fizycznej (Collingwood i in., 1994).

Analiza poszczególnych programów aktywności wykazała poprawę w zakresie poczucia własnej wartości, samoakceptacji, postawy copingowej, postrzegania siebie i alienacji oraz samokontroli (Lubans i in., 2012, s. 4–9). Wdrożone w ramach tej interwencji treningi sportowe, w tym karate, korzystnie wpłynęły na zmianę charakteru małych uczestników, ich sprawności fizycznej, lecz u dorastających chłopców z zaburzeniami zachowania i behawioralnymi trudno było odnotować znaczącą poprawę samooceny oraz samoakceptacji. Stwierdzono wówczas, że prawdopodobną przyczyną takiego stanu były realizowane zadania (np. rzut do kosza), które, bez znacznego wysiłku fizycznego, pozwalały opanować umiejętności na poziomie zadawalającym (Lubans i in., 2012, s. 9).

Okazuje się, że takie zmienne jak samoakceptacja, poczucie własnej wartości i odporność (związana z samoświadomością, poczuciem przynależności, rozwiązywaniem problemów i krytycznym myśleniem), uważane jako czynniki chroniące przed chorobami psychicznymi, tak istotnymi dla młodzieży zagrożonej, uległy poprawie. Zdaniem autorów tej metaanalizy istnieją pewne dowody wskazujące, że zwłaszcza programy przygodowe (edukacyjne) na świeżym powietrzu, ale także sportowe i sprawności fizycznej mogą poprawić samopoczucie społeczne i emocjonalne u młodzieży z grupy ryzyka (Lubans i in., 2012, s. 9).

We Flandrii w północnej Belgii po wdrożeniu programu resocjalizacyjnego pod hasłem „Boxing Upward”, w 2010 roku przeprowadzono badania nad korelacją między organizacją treningów pięściarskich a wrażliwością społeczną młodzieży zdemoralizowanej. Zebranie materiału badawczego odbywało się na podstawie obserwacji treningu pięściarskiego (9 wizytacji) oraz wywiadów pogłębionych, fokusowych i ankiet (11 wizytacji). Do odpowiedzi na postawione pytania badawcze wykorzystano 35 wywiadów indywidualnych z młodocianymi (n = 15), trenerami (n = 13) i „kluczowymi świadkami” (n = 7) oraz wywiadów w grupach fokusowych trenerów (n = 5), młodocianych (n = 5), głównych trenerów i koordynatorów (n = 2), a także kierowników projektów z innych miejsc, gdzie również realizowano program (n = 12). Okazało się, że tradycyjny model treningu sportowego, oparty na rywalizacji nastawionej na wynik jest mniej optymalny w pracy z młodocianymi przestępcami. Narzuca uczestnikom wysoką jakość techniczną, która jest możliwa do opanowania przez nielicznych. Uzyskane wyniki badań wskazują na pośrednią rolę działalności sportowej w procesie wtórnej socjalizacji osób. Ścisła forma treningu może destrukcyjnie wpływać na oczekiwane zmiany postaw u jednostek zaangażowanych w usportowienie. Dobrowolność wyboru oraz spontaniczność na poziomie rekreacyjnego uprawiania danej dyscypliny może korzystniej wpływać na korektę osobowości antyspołecznych (Haudenhuyse i in., 2009).

Klinika Misia dla Dzieci Wykorzystywanych (*Teddy Bear Clinic for Abused Children* – TTBC) jest organizacją non-profit z siedzibą w Johannesburg (RPA), zajmującą się ochroną i rehabilitacją dzieci, które doznały jakichkolwiek nadużyć. Ta organizacja prowadzi również 12-tygodniowy program SPARC (*Support Programme for Abuse Reactive Children*) dla dzieci i młodzieży, które popełniły przestępstwo seksualne. W SPARC jest realizowany Fight with Insight (FWI), podczas którego uczestnicy przechodzą równocześnie szkolenie bokserski i poznawczo-behawioralną terapię grupową. Po ukończeniu pełnego 12-tygodniowego programu SPARC mogą dołączyć do programu Box Office Boxing Gym, poza murami ośrodka. W TTBC prowadzone są grupy wsparcia dla rodziców uczestników FWI (Draper i in., 2013, s. 520).

C. E. Draper, S. Errington, S. Omar i S. Makhita (2013, s. 520–521) dokonali oceny jakościowej programu FWI z wykorzystaniem studium przypadku. Ocena ta miała dostarczyć opisu FWI, w tym jego wyników i postrzegania mechanizmów, dzięki którym wyniki są osiągnięte, określenia skuteczności FWI oraz monitoringu determinantów tej skuteczności. Rozpoznawali oni wyniki programu oraz nakłady i procesy wykorzystane do ich osiągnięcia, z uwzględnieniem potrzeb uczestników, a także stopnia skuteczności ich zaspokajania. Wyniki zbierane były z różnych źródeł, a istotna była przy tym interakcja z interesariuszami programu.

W powyższej eksploracji dokonano wyodrębnienia grup fokusowych, od 5 do 6 uczestników FWI ($n = 17$), rodziców uczestników ($n = 7$) oraz grupy kontrolnej składającej się z młodych przestępców ($n = 10$), nieuczestniczących w żadnych proponowanych alternatywnych czynnościach (m.in. boks), tylko w sesji poznawczo-behawioralnej (CBT).

Oprócz zmniejszenia recydywy u uczestników programu FWI istotnym efektem resocjalizacyjnym wymienianym przez obserwatorów stały się również zmiany intrapersonalne i interpersonalne. Efekty intrapersonalne obejmowały ukierunkowanie procesów poznawczych i mechanizmów obronnych, tak, aby wystąpiła większa świadomość więźniów co do determinantów ich niekorzystnych zachowań. Oprócz wymienionych efektów ważnymi wskaźnikami badawczej eksploracji stała się przebudowa poczucia własnej wartości, pewności siebie, poprawa umiejętności rozwiązywania problemów, podejmowania decyzji, opanowania gniewu, kontroli impulsywności, wyzwalania poczucia odpowiedzialności za swoje wybory i zachowanie (Draper i in. 2013, s. 522–523).

Do oczekiwanych efektów interpersonalnych zaliczono poprawę relacji między uczestnikami i ich rodzicami, przystosowanie w ich środowiskach lokalnych, rozwiązywanie konfliktów, rozwój zaufania między uczestnikami a moderatorami grupy (Draper i in., 2013, s. 523).

Problem przemocy był wskaźnikiem kluczowym w niniejszych badaniach zarówno w grupie FWI, jak i CBT. Okazuje się, że odczucie większych umiejętności zarządzania gniewem i kanalizacją swojej agresji było zdecydowanie częściej ujawniane u uczestników FWI niż CBT. Stan ten mógł być osiągnięty u trenujących

boks dzięki wyraźnemu rozróżnieniu zasad walki pięściarskiej i bójki ulicznej. Zastanawiające było również zróżnicowanie w grupach poziomu empatii. Prawdopodobnie zauważalny niższy poziom współodczuwania u uczestników FWI niż u CBT jest wywołany rozproszeniem koncentracji uwagi trenujących, na wszystkich czterech wskaźnikach programu, a nie tylko na niej (bardziej widocznej w CBT) (Draper i in., 2013, s. 528).

W poszukiwaniu odpowiedzi na pytanie o korelację sportów walki z demarginalizacją osób dokonujących czynów karalnych wykorzystano metodę biograficzną studium przypadku, wywiad ustrukturalizowany i obserwację. Taka kompilacja narzędzi badawczych, zdaniem Z. Łagosa (2014), autora badań, pozwala uzyskać pełniejszy opis badanego zjawiska, z rejestracją skali uczuć lub emocji powstałych wobec pozycji społecznej i aktualnych warunków społecznych, w jakich znalazła się osoba badana.

Badaniem objęto Tomasza Gargułę, utytułowanego pięściarza odbywającego karę pozbawienia wolności w Zakładzie Karnym w Tarnowie oraz w Zakładzie Karnym w Wołowie. Respondent, chcąc przystąpić do oferowanego programu naprawczego, musiał udowodnić swoją postawą chęć poprawy (podjęcie edukacji szkolnej, uzyskanie pozytywnych wyników nauki i nienaganna frekwencja szkolna jako pierwszy krok w kierunku resocjalizacji poprzez sport). Po 8 latach funkcjonowania w kryminale, jako *grypsujący*, uzyskał opinię osadzonego niestwarzającego problemów wychowawczych. Rzetelnie i w terminie wykonującego polecenia przełożonych, a także uzyskującego średnią ocenę z przedmiotów 4,44 oraz stu-procentową frekwencję. Skutkowało to zgodą na dopuszczenie respondenta do programu resocjalizacji przez sport i pozyskanie aktualnej licencji zawodniczej (polski precedens penitencjarny) (Łagosz, 2014, s. 791).

Sporty walki w umysłach przestępców często są odzwierciedleniem walki ulicznej. Dlatego przez skazanych tak cenione są MMA, Krav Maga, Kick-Boxing czy boks. Uzyskanie licencji zawodnika sportowego w boksie wymaga od kandydata poddania się dokładnym, licznym badaniom specjalistycznym wraz z EEG (encefalografem mózgu). Motywacja respondenta do powrotu do profesjonalnego pięściarstwa była na tyle duża, że sama informacja o takiej możliwości przyczyniła się do samodzielnych treningów skazanego¹ i po 6 miesiącach powrotu do odpowiedniej sprawności, muskulatury i 74 kilogramów masy ciała z czasów zawodniczych (przed przystąpieniem do programu masa ciała więźnia była równa 95 kilogramów) (Łagosz, 2014, s. 794).

Zauważono stopniowe postępy w resocjalizacji respondenta, dlatego kolejnym krokiem było wystąpienie do sądu o przedterminowe zwolnienie z odbywania kary pozbawienia wolności. Po uzyskaniu przez sąd pozytywnej opinii penitencjarnej

.....

¹ Treningi sportów walki regulaminowo są zabronione w zakładach karnych, dlatego osoba badana trenowała technikę po kryjomu w celi, wykorzystując do tego celu materac z pryczy (jako worek bokserski), rękawiczki (jako rękawice) i współwięźniów (jako sparingpartnerów).

rozpoczęto procedurę zwolnienia osadzonego. Oznacza to, że „Sport bezsprzecznie może być środkiem inkluzji społecznej. Świadczy o tym całkowita zmiana postawy osadzonego Tomasza Garguły” (Łagosz, 2014, s. 795).

Trenerzy zajmujący się sportową resocjalizacją skazanych twierdzą, że treningi pięściarskie, w porównaniu z innymi dyscyplinami sportowymi, sprzyjają rozwojowi odpowiedniego samopoczucia i świadomości zawodników. Kanalizują zachowania (rygor przestrzegania przepisów) do tej pory nieakceptowane społecznie, a tym samym są działalnością sportową, która sama dostosowała się do oczekiwań przestępców, z ukrytym kodyfikowaniem zasad postępowania. Do tej pory nielegalnie walcząc na ulicy przestępca był wzmacniany negatywnie karami, a teraz za legalną, nieprzypadkową walkę otrzymuje wzmocnienie pozytywne w postaci co najmniej swojej satysfakcji (Haudenhuyse i in., 2012).

Można również odnieść się do innych badań nad napięciem emocjonalnym 98 osób trenujących sztuki walki (deklarujących: 20 – karate kyokushinkai i 19 – ju jitsu) i zespołowe gry sportowe (deklarujących: 19 – piłka nożna i 20 – koszykówka). Na podstawie uzyskanych wyników badań można wnioskować, że sporty powszechnie uznawane za agresywne (np. karate) nie wywołują u uczestników częściej i o większym nasileniu niż pozostałe dyscypliny zachowań społecznie niekorzystnych (Momola i in., 2016).

Sporty walki a nieprzystosowanie społeczne

W literaturze przedmiotu można odnaleźć informacje o mało istotnym wpływie sportu na poprawę zachowań przestępców (Coalter, 2008; Kwauk, 2011; Hartmann, Haudenhuyse i in., 2013; Haudenhuyse, 2015; Coakley, 2016; Collins, Spaaij i in., 2016; Woods i in., 2017). Stwierdzono, że mimo aktywnego udziału osadzonych w programie usportowienia, nie było społecznie zadowalających zmian w występowaniu zachowań agresywnych lub częstotliwości korzystania ze środków psychoaktywnych. Jako korzyść pojawiły się jedynie niewielkie zmiany wskaźników aresztowań i wyroków skazujących (Smith, 2004).

Trudno się zgodzić z kontrowersyjnymi informacjami dotyczącymi nieznaczącego, niekorzystnego wpływu działalności sportowej, w tym sportów walki, na procesy „naprawcze” osadzonych, skoro programy propagujące tę metodę twórczej resocjalizacji funkcjonują w USA już od lat 70. XIX wieku. Po zamieszkach więziennych w Attica (USA), zajęcia sportowe zostały formalnie w USA usankcjonowane jako programy resocjalizacyjne. Według wielu ekspertów przejęcie wówczas przez więźniów czterodniowej kontroli nad zakładem karnym było spowodowane niedostatkiem penitencjarnych treningów sportowych, które w konsekwencji mogły być sposobem kontroli społecznej, zagospodarowania czasu wolnego, kształtowania poprawnych relacji społecznych i utrzymania osadzonych w zdrowiu oraz przy życiu (Alexander, 2017).

Zdaniem M. Jarvisa (2003, s. 55) sporty walki nie sprzyjają pobudzania do rozwijania zachowań agresywnych u uczestników treningu. Wykazał, że wzmożona sportowa aktywność karateków wpłynęła na obniżenie u nich poziomu agresji.

Podobne wnioski sformułowali K. Daniels i E. Thornton (1990). W badaniach nad poziomem agresji u karateków odkryli, iż istnieje ujemna korelacja pomiędzy wrogością i czasem trwania treningu. Posługując się Skalą Agresji Buss-Durkee wykazali, iż wraz z wydłużeniem stażu treningowego obniża się skłonność do reagowania osób badanych przemocą fizyczną ($r = -0,64$). Podobne wnioski po badaniach przedstawił T. A. Nosanchuk (1981 za Jarvis, 2003, s. 55).

Inne ustalenia empiryczne pochodzą z badań, które miały na celu analizę wpływu interwencji sportowych na przestępczość i zachowania antyspołeczne młodzieży. „Get Sport”, były realizowane przez siedem klubów sportowych/młodzieżowych w tych samych trzech miastach (adresatami były osoby w wieku 14–25 lat). Eksploracja obejmowała w szczególności: analizę efektywności programu opartego na boksie realizowanego w West Midlands (miejsce wysokich wskaźników brutalnej przestępczości, działalności gangów i zachowań antyspołecznych; analizy skuteczności programu wielosportowego w zakładzie dla młodych przestępców w South Midlands – interwencja oparta głównie na piłce nożnej, realizowana we współpracy ze środowiskiem lokalnym) oraz ocenę roli programu wielosportowego w resocjalizacji przestępców, przeprowadzonego przez organizację charytatywną w klubach sportowych/młodzieżowych. Od 2010 do 2015 roku przeprowadzono wywiady z 80 respondentami, w tym z 60 uczestnikami programu oraz 20 trenerami i liderami projektów. Analiza wyników badań pozwoliła stwierdzić, iż działalność sportowa (w tym trenowanie sportów walki) może przyczynić się do asymilacji społecznej osób „włączanych” społecznie dzięki akceptacji interpersonalnej (Morgan, Parker, 2017; Parker i in., 2017).

Refleksja nad resocjalizacyjną funkcją sportów walki

Opinia publiczna jest różnie ustosunkowana do usprawniania sportowego osób odbywających karę pozbawienia wolności. Nawet osoby na co dzień zajmujące się resocjalizacją osób nieprzystosowanych społecznie mają odmienne zdania dotyczące udziału osadzonych w treningach sportowych. Pojawiają się stwierdzenia, że wszelkiego rodzaju penitencjarne programy sportowe sprzyjają doskonaleniu się przestępców w ich kryminalnym fachu, przy równoczesnym wzmacnianiu antyspołecznych tendencji (Szaskiewicz, 1997; Feinstein i in., 2005; Coakley, 2016; Woods i in., 2017).

W procesie resocjalizacji istotne jest wykorzystywanie potencjału osób nieprzystosowanych społecznie, umiejętnie nimi zarządzanie, tak, aby nieakceptowane społecznie ich zachowania, które do tej pory destrukcyjnie wpływały na środowisko, mogły być przekierowane w stronę konstruktywnych prospołecznych rezultatów.

Taka umiejętność zarządzania zasobami ludzkimi wymaga dużych kompetencji i permanentnego doszkalania personelu. Na przykład to co na ulicy było społeczną porażką dla osadzonego, często niekontrolowanym zachowaniem, na ringu może przynosić publiczny sukces. Wykorzystanie m.in. charakteru, temperamentu, waleczności, siły fizycznej, zwinności, szybkości itp. podopiecznego w sportowym treningu pięściarskim może skutkować kanalizacją jego potencjału i poruszaniem się w świecie sportów uderzanych według powszechnie przyjętych reguł, a w konsekwencji kontrolowania swojego zachowania (Konopczyński, 2013, s. 212).

Sport, ze względu na swój charakter, może pobudzać lub tonizować określone emocje, różnicować procesy poznawcze, regulować motywację do działania, kontrolować reakcję człowieka czy kształtować jego postawy (Gracz, Sankowski, 2000). Dlatego tak istotne staje się indywidualne dedykowanie określonej formy *resocjalizacji przez aktywność fizyczną* dla danego przestępczego typu lub utworzonej grupy. Kwalifikacji określonej formy sportowej resocjalizacji można dokonywać na przykład z uwzględnieniem teorii E. Kretschmera (typy: pykniczny, leptosomatyczny, atletyczny, dysplastyczny) (Mościskier, 2001, s. 144), zaprezentowanych przez M. Radochońskiego (2000) rodzajów zaburzeń antyspołecznych (zespół deficytu uwagi i nadpobudliwości psychoruchowej, zaburzenia opozycyjno-buntownicze, zaburzenia kontroli zachowania i osobowość antyspołeczna), propozycji grup resocjalizacyjnych A. Rejznera i T. Bulendy (1985), czy uwzględniając typy somatyczne przestępców (ektomorficzny, endomorficzny i mezomorficzny) (Mościskier, 2001, s. 145).

Należy również pamiętać, że sport zacznie spełniać swoją funkcję resocjalizacyjną, gdy będzie dostępny dla szerszego grona odbiorców zróżnicowanych pod względem potrzeb, umiejętności, płci i pochodzenia demograficznego. Dostępność tutaj też jest rozumiana jako zoptymalizowany poziom trudności danej dyscypliny sportowej. Z analizy badań przeprowadzonych przez S. Lyng (2005) wynika, że zaangażowanie się osoby w działalność przestępczą często jest zależne od lepszej dostępności do tej „rozrywki” niż do treningu sportowego (m.in. elitarne dyscypliny sportowe). Istotne staje się także przeświadczenie skazanych o dobrowolności wyboru danej dyscypliny sportowej, sprawczości w sposobie jej uprawiania oraz jej innowacyjności (coś nowego, zaskakującego, sposób na nudę, dostarczającego emocji). Bez wątpienia środowisko, w którym odbywa się resocjalizacja przez aktywność fizyczną powinno być przyjazne dla jego uczestników, bezpieczne, z neutralną przestrzenią, w której osadzeni mogą wyrażać siebie w sposób pewny, rozwijać się i dojrzewać we własnym tempie (Martos-Garcia i in., 2009).

Perspektywy resocjalizacji przez sporty walki

Wiadomo już, że współczesny sukces resocjalizacyjny jest ściśle powiązany z transgresją (przekraczaniem zastanych granic) i kreatywnością (zdolnością do działania i myślenia w odmienny sposób). Trudno przygotować jednostkę do życia na wolności

bez inwestowania w jej permanentny rozwój, dbałość o osadzanie osoby pozbawionej wolności w realiach zewnętrznych warunków, opartych na aktualnych osiągnięciach cywilizacyjnych. Osadzony musi współuczestniczyć w tym nowym procesie, być w pełni zaangażowany w swój rozwój i podchodzić do wszelkich zmian w sposób elastyczny. Uważa się, że aby resocjalizacja instytucjonalna przynosiła pozytywne i trwałe rezultaty, musi spełniać takie warunki, jak: dobra organizacja (wpisanie na stałe działalności sportowej jako metody twórczej resocjalizacji, bez wykorzystywania tej działalności jako środka kontroli i dyscypliny), zapewnienie opieki specjalistycznej (wysoko wykwalifikowani specjaliści ds. sportu), umożliwienie osobie podlegającej resocjalizacji na szeroki kontakt z otoczeniem społecznym (prowadzenie treningów i rozgrywek sportowych w lokalnych klubach, z lokalnymi drużynami) (Barnasiewicz, Noszczyk-Barnasiewicz, 2019; Siemionow, 2022).

Możliwe to staje się przy odpowiedniej kulturze organizacji instytucji, opartej na szeroko rozumianej integracji środowisk wychowawczych, współpracy i dzielenia się zasobami zewnętrznymi. Bazowanie jedynie na zasobach zastanych, nie pozwoli w krótkim czasie na przeorganizowanie całego systemu. Zasoby przedmiotowe i podmiotowe instytucji resocjalizacyjnych są niewystarczające, by dokonać swoistej sportowej innowacji. Taka strategia oddziaływań jest ograniczona często bazowo i personalnie, dlatego wykorzystywanie dostępnych zewnętrznych zasobów będzie szybsze, bardziej ekonomiczne i dostępne oraz zgodne z koncepcją *otwartej społecznie* resocjalizacji (Siemionow, 2022).

Należy pamiętać, że sposób rozwoju zainteresowań szeroko rozumianą kulturą fizyczną może być powiązany z nowymi technologiami (np. technologiami informacyjnymi) czy z nowoczesnymi aktywnościami fizycznymi (od pięściarstwa do mieszanych sportów walki), które powstały na gruncie już coraz częściej zdevaluowanych. Współudział w działalności sportowej może odbywać się również poprzez wirtualne korzystanie z aktualności sportowych, ale także tworzenie własnych blogów służących do wymiany doświadczeń z szeroko rozumianej kultury fizycznej, udział w stałych konsultacjach ze specjalistami ds. aktywności fizycznej i administrowanie stronami internetowymi z wynikami współzawodnictwa międzyzakładowego lub z drużynami z lokalnych klubów sportowych. Powiązania wszechobecnych nowych technologii informacyjnych i komunikacyjnych z resocjalizacją powinno sprzyjać korygowaniu postaw osób nieprzystosowanych społecznie, ale także zdobywaniu nowych umiejętności, które mogą być przydatne w życiu poza murami zakładu (Siemionow, 2022, s. 210).

Wnioski

Pojawiający się przestrzeni publicznej lęk przed stosowaniem w strategii resocjalizacyjnej osób nieprzystosowanych społecznie sportów walki, może być podyktowany niską świadomością społeczną, często powiązaną z niekorzystnymi

wyobrażeniami życiowymi. Ta mała wiedza nierzadko wywołuje brak tolerancji społecznej, a tym samym może dyskredytować sporty walki jako jedną z metod twórczej resocjalizacji. Skoro sport, a w tym również sporty walki, przyczynia się do korzystnych zmian w sferze fizycznej, psychicznej i społecznej osób naruszających prawo, to sam może stać się odpowiednim środkiem oddziaływania wychowawczego dla tej grupy. Oczywiście, z chwilą wprowadzenia automatycznie nie staje się autonomicznym czy uniwersalnym sposobem wtórnej socjalizacji. Może być uzupełnieniem dotychczasowych działań wychowawczych uwzględniających potencjał osób zainteresowanych, ich penitencjarny typ formalno-prawny (kategoryzacja) oraz warunki i możliwości personalne danej instytucji. Powrotność w dokonywaniu np. rozbojów przez jednostki nie tylko wskazuje na osobowe braki w internalizacji dopuszczalnych form radzenia sobie z trudnymi sytuacjami, ale również nakreśla zautomatyzowany (prymitywny) sposób rozstrzygania przez nią różnych problemów (m.in. bójkę uliczne), a tym samym może być sygnalizatorem jego potencjału (np. Mike Tyson). Takie zachowanie człowieka nieprzystosowanego społecznie, często emocjonalne i bezwiedne, pozbawione jest jakichkolwiek zasad, które stanowiłyby wyznacznik przewidywalności efektów jego czynów. Dlatego umożliwienie osobie poszukującej mocnych wrażeń skorzystania z treningów np. pięściarskich, prowadzonych przez kompetentnych trenerów, może skutkować przekierowaniem do tej pory niekontrolowanej agresji w upór w dążeniu do stania się lepszym nie tylko sportowo. Kontrolowanie poszczególnych reguł działalności sportowej, pojawienie się przepisów uwzględniających np. niedozwolone uderzenia czy wyreżyserowanej taktyki rywalizacji, sprowadza uliczną, pozaprawną „bójkę na pięści” na „szermierkę pięściarską”, zgodną z powszechnie obowiązującymi zasadami rywalizacji sportowej.

Sporty walki (sport i aktywność fizyczna) mogą być uzupełnieniem penitencjarnych działań interwencyjnych, przy współpracy z szeregiem innych strategii oraz sektorów w zakresie resocjalizacji osadzonych (co potwierdza zdecydowana większość cytowanych wyżej badań naukowych). Działalność ta, poprzez społeczne powiązanie i zaangażowanie, przy współudziale liderów sportowych, może przynosić zaplanowane, korzystne rezultaty. Jej sukces społeczny jest ściśle powiązany z merytorycznym projektem, odpowiednim jego umiejscowieniem i finansowaniem niezbędnej infrastruktury (Cameron, MacDougall, 2000). Niezbędne w takim działaniu resocjalizacyjnym jest permanentne monitorowanie postępów ich uczestników, umiejętne zarządzanie ich potencjałem i nakreślanie osiągalnych, korzystnych perspektyw.

Różnorodność specjalizacji ruchowej sportów walki nie ogranicza dostępności, a wręcz pozwala na dokonywanie przez ich uczestników wyborów działalności, które są bliskie zainteresowaniom, predyspozycjom czy chęciom osadzonych. Mogą stanowić ścieżkę „kariery” wychowawczej skazanego, który poprzez wychowanie fizyczne wykształcił w sobie zainteresowanie do aktywności fizycznej, która może być kontynuowana, w różnej formie, w warunkach odosobnienia. Sprzyja to głów-

nie szeroko rozumianej higienie mentalnej, fizycznej i zdrowotnej, tak istotnej dla procesu instytucjonalnej resocjalizacji. Stopień zaangażowania w sporty walki osoby nieprzystosowanej społecznie może różnicować jej zakładowe czy wolnościowe funkcjonowanie społeczne. Może stać się fundamentem do odbudowywania osobowości prospołecznej poprzez sportowe formy początkowo wyrażane spontanicznie, aż do pełnego profesjonalizmu. Każda metoda resocjalizacji, która doprowadza do pożądaných rezultatów, może stać się nadzieją dla każdego chętnego poprawy. Nie narzuca ścisłego procesu, a podsuwa możliwości uczestnictwa w nim.

Abstract: Combat Sports in the Process of Rehabilitation of Socially Maladjusted Person in the Light of Scientific Research

The literature on the subject contains numerous suggestions concerning the involvement of incarcerated individuals in sports-related activities. When these activities are specified and focused on combat sports, they may provoke social anxiety and fear regarding public safety. Some opinions suggest that sports programs for socially maladjusted individuals might increase crime rates by grouping people with similar criminal issues, thereby reinforcing antisocial tendencies and facilitating the development of criminal subcultures.

Thus, it seemed crucial to define the role of combat sports in the resocialization process of socially maladjusted individuals. To what extent do these sports contribute to correcting the personal competencies of individuals who have violated the law?

To address these questions, an in-depth review of international and domestic research findings mainly published in English-language sources was conducted. The analyzed scientific reports included data both supporting and refuting the rehabilitative function of combat sports, and their analysis allowed for the formulation of conclusions.

It turns out that combat sports, in the process of creative resocialization, do not become an autonomous or universal method of secondary socialization. They can complement existing educational measures that consider the potential of the individuals involved, their formal-legal penitentiary type (categorization), and the conditions and personal capabilities of a given institution. An essential aspect of this specific resocialization process through sport is the skillful management of the unique potential of socially maladjusted individuals.

Keywords: resocialization, combat sports, offender, sport.

Bibliografia

- [1] Andrews J.P., Andrews G.J., 2003, *Life in a Secure Unit: The Rehabilitation of Young People Through the Use of Sport*, „Social Science and Medicine”, 56(3).
- [2] Barnasiewicz M., Noszczyk-Barnasiewicz M., 2019, *Efektywność resocjalizacji nieletnich prowadzonej w środowisku zamkniętym w Polsce*, „Chowana”, 2(53).
- [3] Basile V.C., Motta R.W., Allison D.B., 1995, *Antecedent Exercise as a Treatment for Disruptive Behavior: Testing Hypothesized Mechanisms of Action*, „Behavioral Interventions”, 10(3).

- [4] Bonnette R., McBride R. E., Tolson H., 2001, *The Differential Effect of Indirect Instruction in the Teaching of Sport Skills on Critical Thinking and Self-Esteem of Early Adolescent Boys Placed at Risk*, „Sport, Education and Society”, 6(2).
- [5] Cameron M., MacDougall C., 2000, *Crime Prevention Through Sport and Physical Activity, Trends and Issues in Crime and Criminal Justice series*, Canberra: Australian Institute of Criminology.
- [6] Coakley J., 2016, *Positive Youth Development Through Sport: Myths, Beliefs and Realities*, [w:] *Positive Youth Development Through Sport*, (red.) N.L. Holt, London: Routledge.
- [7] Coalter F., 2008, *A Wider Social Role for Sport: Who's Keeping the Score?*, Oxon: Routledge.
- [8] Collingwood T., Sunderlin J., Kohl H., 1994, *The Use of a Staff Training Model for Implementing Fitness Programming to Prevent Substance Abuse with At-Risk Youth*, „American Journal of Health Promotion”, 9(1).
- [9] Collins M.F., Haudenhuyse R., 2015, *Social exclusion and austerity policies in England: The role of sports in a new area of social polarisation and inequality*, „Social Inclusion”, 3(3).
- [10] Daniels K., Thornton E., 1990, *An Analysis of The Relationship Between Hostility and Training in the Martial Arts*, „Journal of Sport Sciences”, 8.
- [11] Draper C.E., Errington S., Omar S., Makhita S., 2013, *The Therapeutic Benefits of Sport in the Rehabilitation of Young Sexual Offenders: A Qualitative Evaluation of the Fight with Insight Programme*, „Psychology of Sport and Exercise”, 14(4).
- [12] Feinstein L., Bynner J., Duckworth K., 2005, *Young People's Leisure Contexts and Their Relation to Adult Outcomes*, „Journal Of Youth Studies”, 9(3).
- [13] Goodway J., Rudisill M.E., 1996, *Influence of a Motor Skill Intervention Program on Perceived Competence of At-Risk African American Preschoolers*, „Adapted Physical Activity Quarterly”, 13.
- [14] Gracz J., Sankowski T., 2000, *Psychologia sportu*, Poznań: Wydawnictwo AWF.
- [15] Hartmann D., Kwauk C., 2011, *Sport and Development: An Overview, Critique, and Reconstruction*, „Journal of Sport and Social Issues”, 35(3).
- [16] Haudenhuyse R., Theeboom M., Nols Z., 2013, *Sports-Based Interventions for Socially Vulnerable Youth: Towards Welldefined Interventions with Easy-to-Follow Outcomes?*, „International Review for the Sociology of Sport”, 48(4).
- [17] Haudenhuyse R.P., Theeboom M., Coalter F., 2012, *The Potential of Sports-Based Social Interventions for Vulnerable Youth: Implications for Sport Coaches and Youth Workers*, „Journal Of Youth Studies”, 15(4).
- [18] Jarvis M., 2003, *Psychologia sportu*, Gdańsk: Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne.
- [19] Kalina R.M., 1991, *Przeciwdziałanie agresji. Wykorzystanie sportu do zmniejszenia agresji*, Warszawa: PTHP.
- [20] Klimek M., 2006, *Resocjalizacyjna rola kultury fizycznej*, „Opieka, Wychowanie, „Terapia”, 3–4.
- [21] Konopczyński M., 2013, *Kryzys resocjalizacji czy(li) sukces działań pozornych. Refleksje wokół polskiej rzeczywistości resocjalizacyjnej*, Warszawa: Wydawnictwo Pedagogium.
- [22] Konopczyński M., 2009, *Metody twórczej resocjalizacji*, Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.
- [23] Lubans D.R., Plotnikoff R.C., Lubans N.J., 2012, *Review: A Systematic Review of the Impact of Physical Activity Programmes on Social and Emotional Well-Being in At-Risk Youth*, „Child And Adolescent Mental Health”, 17(1).

- [24] Lyng S., 2005, *Sociology at the Edge: Social Theory and Voluntary Risk Taking*, [w:] *Edgework: The Sociology of Risk Taking*, London: Routledge.
- [25] Łagosz Z., 2014, *Inkluzja społeczna a sport – studium przypadku*, [w:] *Życie na skraju – marginesy społeczne wielkiego miasta*, (red.) Z. Galor, B. Goryńska-Bittner, S. Kalinowski, Bielefield: Societas Pars Mundi.
- [26] Maiano C., Ninot G., Morin A.J.S., Bilard J., 2007, *Effects of Sport Participation on the Basketball Skills and Physical Self of Adolescents with Conduct Disorders*, „Adapted Physical Activity Quarterly”, 24(2).
- [27] Martos-Garcia D., Devis-Devis J., Sparkes A.C., 2009, *Sport and Physical Activity in a High Security Spanish Prison: An Ethnographic Study of Multiple Meanings*, „Sport, Education And Society”, 14(1).
- [28] Momola I., Zieliński J., Grzywacz R., Niewczas M., 2016, *The Diversity of Emotional Tension and Strength Among Sportsmen of Martial Arts and Team-Sport Games*, „Scientific Review of Physical Culture”, 6(2).
- [29] Morgan H., Parker A., 2017, *Generating Recognition, Acceptance and Social Inclusion in Marginalised Youth Populations: the Potential of Sports-Based Interventions*, „Journal of Youth Studies”, 20(8).
- [30] Mościskier A., 2001, *Natura ludzka i problem przestępczości*, Warszawa: Wydawnictwo Akademickie Żak.
- [31] Nosanchuk T.A., 1981, *The Way of the Warrior: The Effects of Traditional Martial Arts Training on Aggressiveness*, „Human Relations”, 34(6).
- [32] Osiński W., 2011, *Teoria wychowania fizycznego*, Poznań: Wydawnictwo AWE.
- [33] Palermo M.T., Di Luigi M., Dal Forno G., Dominici C., Vicomandi D., Sambucioni A., et al., 2006, *Externalizing and Oppositional Behaviors and Karate-Do: the Way of Crime Prevention: A Pilot Study*, „International Journal of Offender Therapy and Comparative Criminology”, 50(6).
- [34] Parker A., Morgan H., Farooq S., Moreland B., Pitchford A., 2017, *Sporting Intervention and Social Change: Football, Marginalised Youth and Citizenship Development*, „Sport, Education and Society”, 24(3).
- [35] Radochoński M., 2000, *Osobowość antyspołeczna. Geneza, rozwój i obraz kliniczny*, Rzeszów: Wydawnictwo WSP.
- [36] Rejzner A., Bulenda T., 1985, *Uwarunkowania kultury fizycznej w zakładach karnych w aspekcie realizacji prawa skazanych do tej kultury*, [w:] *Sport wokół reformy więziennictwa: materiały ogólnopolskiej konferencji nt. Model wykonania kary pozbawienia wolności i ośrodka przystosowania społecznego w Polsce*, (red.) S. Walczak, Warszawa: Wydawnictwo UW.
- [37] Robinson L.E., Rudisill M.E., Goodway J.D., 2009, *Instructional Climates in Preschool Children Who are At-Risk. Part II: Perceived Physical Competence*, „Research Quarterly for Exercise and Sport”, 80(3).
- [38] Siemionow J., 2022, *Resocjalizacja nieletnich w środowisku instytucjonalnym wobec wyzwań współczesnej rzeczywistości*, [w:] *Współczesne problemy resocjalizacji. W stronę integracji teorii z praktyką*, (red.) W. Ambrozik, M. Konopczyński, Kraków: Oficyna Wydawnicza Impuls.
- [39] Smith A., Waddington I., 2004, *Using ‘Sport in the Community Schemes’ to Tackle Crime and Drug Use Among Young People: Some Policy Issues and Problems*, „European Physical Education Review”, 10(3).

- [40] Spaaij R., Oxford S., Jeanes R., 2016, *Transforming Communities Through Sport? Critical Pedagogy and Sport for Development*, „Sport, Education and Society”, 21(4).
- [41] Szaszkievicz M., 1997, *Tajemnic grypsarki*, Kraków: Instytut Ekspertyz Sądowych.
- [42] Tester G.J., Watkins G.G., Rouse I., 1999, *The Sports Challenge International Programme for Identified 'At Risk' Children and Adolescents: A Singapore Study*, „Asia-Pacific Journal of Public Health”, 11(1).
- [43] Trulson M.E., 1986, *Martial Arts Training: A Novel 'Cure' for Juvenile Delinquency*, „Human Relations”, 39(12).
- [44] Woods D., Breslin G., Hassan D., 2017, *A Systematic Review of the Impact of Sport-Based Interventions on the Psychological Well-Being of People in Prison*, „Mental Health and Physical Activity”, 12.

Źródła internetowe

- [45] Alexander M.R., 2017, *Correctional Recreation: An Overview*, „Integrated Studies”, 2, <http://digitalcommons.murraystate.edu/bis437/2>.