AKADEMIA IM. JANA DŁUGOSZA W CZĘSTOCHOWIE
Edukacyjna Analiza Transakcyjna 2015, nr 4, s. 89–99

http://dx.doi.org/10.16926/eat.2015.04.06

Agnieszka MOKRZYCKA

Zabawa jako dodatkowa kategoria strukturalizacji czasu

Słowa kluczowe: zabawa, strukturalizacja czasu, analiza transakcyjna.

Wprowadzenie

Strukturalizacja czasu, jako jedna z koncepcji analizy transakcyjnej, zajmuje się relacjami międzyludzkimi. Określa, jak ludzie spędzają czas w kontaktach z innymi. E. Berne (1998, s. 46) pisze, że „strukturalizacja czasu jest obiektywnym terminem odnoszącym się do problemu egzystencjalnego: organizacji czasu, który pozostaje ludziom do dyspozycji po powiedzeniu sobie «dzień dobry»". Autor zakładał, że ludzie w relacjach interpersonalnych spędzają swój czas poprzez sześć form: wycofanie, rytuały, aktywność, rozrywki, gry i intymność. Dopiero później niektórzy analitycy transakcyjni (L. Cowles-Boyd i H. Boyd, 1980, s. 5–7; J. Hay, 2010, s. 217–238) dodali do tej kategoryzacji zabawę, na której skupia się treść poniższego tekstu.

Wycofanie (samotność – za: J. Jagieła, 2012, s. 253), według Berne'a (1998, s. 41–42), jest skrajnym przypadkiem, w którym ludzie jawnie się nie komunikują. Typowym przykładem takiej sytuacji jest wspólna podróż pociągiem, gdy współpasażerowie milczą. Charakterystycznym jest również to, że człowiek może odizolowywać się nie tylko fizycznie, ale również duchowo, czyli żyć w świecie fantazji.

Rytuały są „mniej lub bardziej formalnymi, stylizowanymi sposobami komunikowania się, mogącymi przerodzić się w ceremonie, których przebieg jest całkowicie przewidywalny" (E. Berne, 1998, s. 42). Przykładami mogą być pozdrowienia, ceremonie ślubne, przeprosiny, składanie urodzinowych życzeń, czy wizyta u lekarza. Zdaniem R. Rogolla (1989, s. 51–52), rytuały nie wnikają w głąb osobowości człowieka ani nie dotykają jego głębszej sfery emocjonalnej.

Z kolei rozrywki (spędzanie czasu / zabijanie czasu – za: J. Jagieła, 2012, s. 186) charakteryzują się powtarzalnością, lecz są mniej przewidywalne niż rytuały. E. Berne (1998, s. 42–43) określa je jako „wymiany wypowiedzi z określonym zbiorem odpowiedzi do wyboru lub o charakterze zdań do dokończenia". Rogoll (1989, s. 52) twierdzi, że rozrywki to proste transakcje występujące w trakcie rozmowy na różne tematy (sport, auta, moda, plotki). Przykładem może być rozmawianie w sytuacjach towarzyskich o wspólnych znajomych, jak również spontaniczne rozmowy z osobami, które się mało zna (np. w kolejce do lekarza). Tego rodzaju pogawędka często traktowana jest również jako punkt wyjścia do nawiązania nowej znajomości. Rozrywki mogą jednak także prowadzić do kolejnej formy zdarzeń społecznych – gier.

Zdaniem E. Berne'a (za: D. Pankowska, 2005, s. 63), gry są rodzajem skomplikowanych sekwencji transakcji, które przebiegają w określonym celu i zgodnie z pewnymi regułami. Charakterystycznym jest to, że zwykle ani cel, ani sama gra nie są całkowicie uświadamiane przez grających. Transakcja taka zawiera utajoną motywację, pewien fortel lub pułapkę oraz końcową „wypłatę" w postaci określonych uczuć u inicjatora gry (emocjonalna satysfakcja) i jego ofiary (uczucia negatywne). Typowym przykładem stosowania gier psychologicznych jest manipulowanie innymi (lub poczucie bycia manipulowanym), lecz bez udziału świadomości stanu Dorosłego. W trakcie rozmów osoba wciągnięta w grę może nagle być zaskoczona zachowaniem partnera rozmowy (robi on coś, czego ta osoba się nie spodziewa).

Kolejną formą zdarzenia społecznego jest działanie, zwane potocznie pracą (także procedurami – za: J. Jagieła, 2012, s. 16). Rogoll (1989, s. 53) określa ten rodzaj działania jako „aktywność". To właśnie praca chroni człowieka przed nudą i utrzymuje przy życiu psychicznym, fizycznym i duchowym. Ludzie pozbawieni pracy popadają w choroby, marnieją, ale nadmiar pracy może wyczerpać ich siły fizyczne i duchowe oraz zmniejszyć szanse korzystania z innych form strukturalizacji czasu. Aktywności pozwalają człowiekowi efektywnie poruszać się w otaczającym go świecie, a także wchodzić w bliższe relacje z ludźmi (J. Jagieła, 2004, s. 85). Człowiek strukturalizujący czas w ten sposób spotyka się z osobami, z którymi może rozwijać swoje pasje i zainteresowania. Jest to osoba, która nie potrafi usiedzieć w miejscu – ciągle odczuwa potrzebę „robienia czegoś". Ponadto praca czy nauka oraz obowiązki domowe są dla niego ważne i poświęca tym czynnościom większość czasu w ciągu dnia.

Ostatnim sposobem strukturalizacji czasu podawanym przez Berne'a (1998, s. 45) jest intymność (bliskość – za: J. Jagieła, 2012, s. 88). Intymność dwustronną definiuje on jako „stosunek międzyludzki nie wykorzystujący gier, otwarty, uczciwy i charakteryzujący się wzajemnym, wolnym od wykorzystywania, niewymuszonym dzieleniem się". Autor zaznacza jednak, że intymność może być również jednostronna. Dzieje się tak w sytuacji, gdy jedna ze stron jest otwarta i szczera, podczas gdy druga – zwodnicza i skłonna do wykorzystania

tamtej. Istotne jest również to, że intymność może występować w różnym stopniu intensywności. Przykładem może być prowadzenie szczerych rozmów z rówieśnikami, otwarte mówienie o swoich uczuciach, potrzeba pozytywnych odczuć związanych z przytuleniem kogoś, usłyszeniem czy powiedzeniem miłych słów, czy chociażby prawdziwe interesowanie się drugim człowiekiem. Intymność, zdaniem J. Jagieły (2004, s. 86), wyklucza gry psychologiczne, co autor uważa za jedną z jej najważniejszych cech. Podobnego zdania są M. James i D. Jongeward (1994, s. 92). Co więcej, intymność – według nich – powstaje głównie w rzadkich chwilach relacji z drugim człowiekiem, gdy budzi się czułość, empatia i poczucie bliskości. Intymność zakłada prawdziwe zainteresowanie drugim człowiekiem, a nie na przykład tylko jego fizycznością. Intymność jest wymianą szczerych transakcji, które wyrażają prawdziwe myśli, uczucia i doświadczenia zaangażowanych w nie osób. Świadczy to o wysokiej aktywności stanu Dziecka Naturalnego w tej formie strukturalizacji czasu.

Czas jest strukturalizowany w procesie polegającym na dawaniu, braniu lub unikaniu znaków rozpoznania (także: strouk, aprobata, głask, wsparcie, wzmocnienie, znaki uznania – za: J. Jagieła, 2012, s. 210). Wycofanie jest sposobem na unikanie owych znaków. Osoba wycofująca się czuje się bezpiecznie psychologicznie – nie podejmuje ryzyka odrzucenia, nie dając sobie jednocześnie szansy na uzyskanie głasków. Rytuały natomiast również są pod tym względem bezpieczne, bo są przewidywalne oraz mało intensywne, lecz mogą dawać pozytywne znaki rozpoznania osobie je stosującej. Rozrywki dostarczają bardziej intensywnych głasków niż rytuały (zwykle pozytywnych). Jednocześnie są mniej przewidywalne, a więc niosą ryzyko wystąpienia także negatywnych znaków rozpoznania. Gry są często źródłem intensywnych strouków, przede wszystkim o charakterze negatywnym. Praca (aktywność) – w zależności od jej efektów końcowych – umożliwia wymianę zarówno pozytywnych, jak i negatywnych znaków rozpoznania (M. James i D. Jongeward, 1994, s. 95; D. Pankowska, 2010, s. 63–65).

Zabawę, jako siódmą formę strukturalizacji czasu, wyróżniają m.in. L. Cowles-Boyd i H. Boyd (1980, s. 5–7) oraz J. Hay (2010, s. 217–238). Ta ostatnia pisze, że człowiek oddaje się „zabawie", gdy spędza czas z innymi, wykonując czynności, które lubi. Człowiek strukturalizujący tak swój czas chętnie poświęca każdą wolną chwilę na hobby, aktywny odpoczynek, poszukiwanie przyjemności i rozrywki (na przykład poprzez „wygłupy", żartowanie ze znajomymi). Skuteczność głasków pochodzących z zabawy poprawia się wraz z rozwojem przyjaźni i zażyłości, czego przykładem może być to, że kontakty towarzyskie są dla człowieka źródłem radości i uśmiechu.

Cowles-Boyd i Boyd (1980, s. 5–7) przedstawiają główne cechy zabawy, kontrastując ją z grami i innymi formami strukturalizacji czasu. Podają oni wiele przykładów, które sugerują potrzebę wyszczególnienia dodatkowej kategorii strukturalizacji czasu (w stosunku do tych przedstawionych przez Berne'a), gdyż

niektóre aktywności trudno zakwalifikować do poszczególnych kategorii. Jednym z tych przykładów jest „zatracanie się" pianisty w swojej muzyce. Autorzy zaznaczają, że w takiej formie strukturalizacji czasu, jaką jest zabawa, konieczna jest transakcja stanów Dziecko – Dziecko. Formalnie definiują i charakteryzują zabawę jako serie trwających transakcji, nieposiadających ukrytej motywacji, w których utrzymuje się stała dodatnia wartość otrzymywanych wzmocnień, połączonych z pozytywnymi uczuciami oraz, jak wspominałam wcześniej, przeprowadzane są w stanie Dziecka, a jednocześnie pojawiają się w świadomości Dorosłego i za zgodą Rodzica. Jasne dla autorów jest to, iż zabawa jest wyjątkowym doświadczeniem, które cenione jest samo w sobie i różni się od zwykłego upływu czasu. Ponadto zabawa może wystąpić indywidualnie lub między osobami. Wykluczenie z zabawy może spowodować wiele konsekwencji, na przykład bunt, depresję, pracoholizm czy uzależnienia. Co więcej, w takiej sytuacji przejście do intymności jest o wiele trudniejsze. Gry i zabawa są, zdaniem autorów, strukturalnie bardzo podobne (opierają się na stanach Dziecka, mogą być prowadzone indywidualnie lub grupowo, wiążą się z wysokim poziomem wymiany energii między uczestnikami), lecz po bliższym przyjrzeniu się okazują się odwrotnością zabawy.

Uzupełnienie form strukturalizacji czasu o zabawę wydało mi się na tyle interesujące, że uwzględniłam ją w swoich badaniach.

Problematyka i metoda badań

Zainteresowana tematyką strukturalizacji czasu, postanowiłam skupić się na niej, przygotowując pracę magisterską zatytułowaną: *Style życia a strukturalizacja czasu studentów* (A. Mokrzycka, 2013[1]). Moją grupą badawczą stała się losowa grupa studentów kierunku ochrona środowiska na Uniwersytecie Rzeszowskim (łącznie 75 studentów). Główny problem badawczy postawiony w pracy zawierał się w pytaniu: Czy, a jeśli tak, to jaki związek istnieje między stylem życia a sposobem strukturalizowania czasu przez studentów?

W swoich badaniach zastosowałam metodę sondażu diagnostycznego. Do zgromadzenia materiału empirycznego posłużyłam się kwestionariuszami ankiet własnej konstrukcji. Pierwszy z nich – „Jak spędzam czas?" – służył do określenia stylu życia najczęściej przejawianego przez ankietowanych, drugi – „Jak komunikuję się z innymi?" – do badania form strukturalizowania swojego czasu, głównie w kontaktach społecznych.

Kwestionariusz „Jak spędzam czas?" diagnozował style życia studentów. Styl życia jest pojęciem bardzo złożonym, gdyż może wyrażać się zarówno w sferze obserwowalnych zachowań i czynności, w sferze celów, potrzeb, aspi-

[1] Praca magisterska napisana została pod kierunkiem dr hab. Doroty Pankowskiej, prof. UMCS.

racji i dążeń, jak i w sferze przedmiotów, traktowanych przez jednostkę jako swoje najbliższe środowisko (A. Jawłowska, 1976, s. 207).

Przygotowanie kwestionariusza zaczęłam od wypisania kryteriów stylu życia związanych z sytuacją studenta. Miały one różnorodne podłoże i po konsultacji z promotorką i współseminarzystkami doszłyśmy do wniosku, że najbardziej odpowiednie będzie badanie obserwowalnych zachowań i czynności jako podstawowych elementów stylu życia studentów. Z kilkunastu kryteriów, określonych na początku pracy nad narzędziem, wybrałam te najważniejsze dla celu badań i wyszczególniłam je jako zbiór form aktywności, podzielonych na 12 stylów życia:

1) styl aktywny, zawierający w sobie aktywne spędzanie czasu poprzez wycieczki czy uprawianie sportu;
2) styl kulturalny, który charakteryzują aktywności związane z uczestnictwem w tzw. kulturze wysokiej;
3) styl konsumpcyjny, który charakterystyczny jest dla nadążania za modą czy częstego robienia zakupów;
4) styl proekologiczny, zawierający wszelkie działania związane z ekologią;
5) styl narcystyczny, określający zachowania związane z przesadnym dbaniem o siebie i swój wizerunek;
6) styl religijny, związany z zaangażowaniem w praktyki religijne;
7) styl zdrowotny, który charakteryzuje dbałość o kondycję i ogólnie rozumiane zdrowie;
8) styl towarzyski, mieszczący w sobie wszelkie spotkania z innymi w celach towarzyskich;
9) styl społeczny, który określa zaangażowanie społeczne;
10) styl wirtualny, związany z użytkowaniem komputera i Internetu;
11) styl rodzinny, rozumiany jako utrzymywanie więzi z najbliższymi i spędzanie z nimi czasu;
12) styl subkulturowy, charakteryzujący się przynależnością do subkultur i aktywnym uczestnictwem w nich.

Pierwszy kwestionariusz został przeze mnie podzielony na dwie części. Ze względu na to, że studiowanie z założenia powinno zajmować główne miejsce w życiu studentów, zapytano ich o to w osobnym pytaniu. W drugiej części kwestionariusza ankietowani zostali poproszeni o określenie, w jakim stopniu dana sfera życia (np. uczestnictwo w kulturze, życie towarzyskie czy zaangażowanie społeczne) jest dla nich ważna w skali 1–10 oraz ile czasu na te czynności przeznaczają (z wykorzystaniem podobnej skali). Obie części wymagały od ankietowanego/-ej wyłącznie zaznaczenia odpowiedzi zgodnej z jego/jej opinią lub zakreślenia pola w każdym podpunkcie.

Tworzenie drugiego kwestionariusza – „Jak komunikuję się z innymi?" – wymagało innych skomplikowanych zabiegów metodologicznych. Jako że od-

nosi się on do jednej z koncepcji analizy transakcyjnej, jakim jest strukturalizacja czasu, musiał być tak skonstruowany, by wyczerpująco badał ewentualne występowanie każdej formy. Budowanie narzędzia polegało na znalezieniu pewnej liczby zdań opisujących zachowania czy reakcje odpowiadające danej kategorii strukturalizacji czasu wyszczególnionej przez autorów analizy transakcyjnej, czyli wycofania, rytuału, aktywności, rozrywek, gier, zabawy i intymności. Zastosowano metodę sędziów kompetentnych. Osoby mające wiedzę na temat analizy transakcyjnej (promotorka, seminarzystki) przyporządkowywały różne formy strukturalizacji czasu do proponowanych twierdzeń. Ostatecznie wybrano po cztery zachowania uznane przez wszystkich za najbardziej charakterystyczne dla danej formy strukturalizacji czasu:

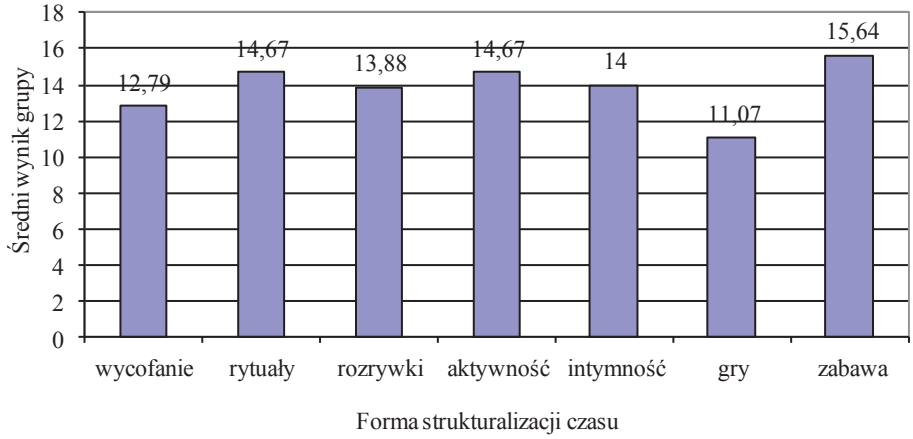
— wycofywanie się: „Lubię samotnie spędzać czas wolny", „Lubię fantazjować, marzyć na jawie", „Przebywając w gronie znajomych, jestem obecny/-a tylko ciałem – myślami daleko, gdzie indziej", „W sytuacjach, w których przebywam z nieznanymi mi osobami, np. podczas jazdy windą – milczę";
— rytuały: „W trakcie spotkań z nowymi osobami zachowuję się w określony, podobny sposób", „Pamiętam o urodzinach, imieninach i innych ważnych uroczystościach znajomych – w związku z tym składam im corocznie życzenia", „Witam się z ludźmi w ten sam, określony sposób", „Przywiązuję dużą wagę do tego, aby ubierać się i zachowywać stosownie do okoliczności";
— rozrywki: „W sytuacjach towarzyskich rozmawiam z innymi o wspólnych znajomych", „Chętnie prowadzę rozmowy z osobami, które mało znam", „Luźne pogawędki traktuję jako punkt wyjścia do nawiązania nowych znajomości i przyjaźni", „Uprzyjemniam sobie czas spontanicznymi rozmowami na różne tematy, np. sportu, zakupów, mody, polityki";
— aktywność: „Spotykam się z osobami, z którymi mogę rozwijać swoje pasje, zainteresowania", „Nie potrafię usiedzieć w miejscu – ciągle czymś się zajmuję", „Praca/nauka i obowiązki domowe są dla mnie ważne i poświęcam im większość czasu w ciągu dnia", „Wspólna praca z innymi jest dla mnie źródłem satysfakcji";
— intymność: „Prowadzę szczere rozmowy z rówieśnikami", „W kontaktach z ludźmi nie udaję nikogo, otwarcie mówię o swoich uczuciach", „Lubię porozmawiać z kimś bliskim, przytulić się, usłyszeć i powiedzieć parę ciepłych słów", „W relacjach z innymi naprawdę interesuję się drugim człowiekiem (np. jego potrzebami, problemami)";
— gry: „W kontaktach z innymi czuję się manipulowany/-a", „Gdy rozmawiam z kimś, nagle zaskakuje mnie jego zachowanie, bo robi coś, czego się nie spodziewałam/-em", „Odnoszę wrażenie, że niektórzy rozmawiają ze mną tylko po to, by poczuć się lepiej", „Niektóre zachowania innych sprawiają mi przykrość, przy czym odnoszę wrażenie, że oni wcale tego nie zauważają" (badania zakładały jedynie jednostronną manipulację, czyli sprawdzały, czy ankietowani byli wciągani do gier przez innych);

— zabawa: „Kontakty towarzyskie są dla mnie okazją do śmiechu i radości", „Chętnie poświęcam każdą wolną chwilę na aktywny odpoczynek (np. zajęcia sportowe, taniec, kręgle, bilard itp.)", „W wolnym czasie poszukuję przede wszystkim przyjemności i rozrywki (np. spotkania towarzyskie, oglądanie filmów, chodzenie do klubów, pubów)", „Zdarza mi się wraz ze znajomymi powygłupiać, robić żarty, zachowywać «dziecinnie»".

Badany/-a miał/-a za zadanie zakreślić przy każdym z 28 stwierdzeń, jak często przejawia w swoim życiu owe reakcje czy zachowania na skali: zawsze / bardzo często (5), raczej często (4), trudno powiedzieć (3), raczej rzadko (2), bardzo rzadko / nigdy (1). W analizie badań sumowano wszystkie wartości liczbowe uzyskane dla danej formy strukturalizacji. Wyniki pomiaru obu zmiennych zostały wyrażone w liczbach, co umożliwiło przeprowadzenie korelacyjnej analizy statystycznej.

Wyniki badań

Najwyższą średnią wśród form strukturalizacji czasu uzyskała zabawa, która przejawia się w beztroskim spędzaniu czasu na zabawie, żartach, wspólnym śmianiu się, w której szczególny udział ma aktywność stanu Dziecka Naturalnego. Wyniki te prezentuje wykres 1.



Wykres 1. Formy strukturalizacji czasu – zestawienie średnich wyników

Trzeba w tym momencie podkreślić, że wyniki odnoszące się do stylów życia preferowanych przez badanych studentów są paralelne do uzyskanych wyni-

ków dotyczących form strukturalizacji czasu, ponieważ dominującymi okazały się style towarzyski i aktywny, a tym samym potwierdziła się skłonność badanych do intensywnego życia towarzyskiego i aktywnego spędzania czasu, co wiąże się z zabawą. Tabela 1 ukazuje wyniki badanych dotyczące oceny ważności dla nich danych stylów i ilości czasu na nie przeznaczanego.

Tabela 1. Style życia badanych – zestawienie średnich wyników

Styl życia	Ważność	Ilość czasu*	Ważność + ilość czasu
aktywny	7,25	6,39	13,60
kulturalny	5,08	4,13	9,20
konsumpcyjny	4,51	4,00	8,50
proekologiczny	5,69	4,79	10,50
narcystyczny	6,55	5,96	12,50
religijny	4,88	4,08	8,96
prozdrowotny	6,52	5,55	12,10
towarzyski	7,28	6,30	13,60
społeczny	4,73	3,67	8,40
wirtualny	6,21	5,95	12,20
rodzinny	7,03	6,20	13,20

* Podane w tej kolumnie wartości to średnie oceny uczestników badań uzyskane ze skali 1–10, gdzie 1 oznaczało mało, a 10 dużo czasu.

Badani wskazywali na wysoką częstość takich form strukturalizacji czasu, jak rytuały i aktywność (tylko o 1 pkt niżej niż zabawa). Rytuały wiążą się z utartymi schematami działań. Człowiek często strukturalizujący swój czas w ten sposób z góry wie, jak zachować się w danej sytuacji, co zwykle należy powiedzieć. Często też uczestniczy w aktywnościach o stałej strukturze (np. lekcjach czy zajęciach dydaktycznych, obrzędach religijnych) lub funkcjonuje zgodnie ze ścisłym, powtarzalnym planem dnia. Wiele rytuałów występuje w życiu rodzinnym czy nawet towarzyskim. Odnosząc się do środowiska studenckiego, być może ankietowani przyzwyczajeni są do wymagań stawianych przez uczelnię, wiedzą, jak postępować w stosunku do profesorów, jak zachowywać się na zajęciach. W pewnym sensie nauczeni są rytuałów uczelnianych, stąd może tak wysoka pozycja tej formy strukturalizacji czasu w hierarchii ankietowanych. Druga wymieniona przeze mnie forma – aktywność – to wszelka działalność w jakimś konkretnym celu, często w grupie. Osoby strukturalizujące w ten sposób swój czas nie mogą trwać w bezczynności, ciągle podejmują jakąś aktywność. Na pewno ma to odzwierciedlenie w życiu studenckim, co potwierdzają chociażby wyniki badań mówiące o tym, że większa część badanych łączy czas studiów z różnego rodzaju aktywnościami.

Kolejne co do częstości formy strukturalizowania czasu przez badanych studentów to intymność i rozrywki. Intymność świadczy o nawiązywaniu i podtrzymywaniu bliskich relacji z innymi. Czas studiów zwykle jest dobrym okresem do właśnie takich znajomości. Intymność u badanych studentów może także wyrażać się w kontaktach z najbliższymi, którzy, jak pokazały badania, są dla ankietowanych bardzo ważni (wysoką, trzecią, pozycję w rankingu stylów życia zajmuje styl rodzinny). Rozrywki natomiast to swobodne spędzanie czasu na luźnych rozmowach, a nawet plotkach. W przypadku badanych studentów mogą one być odskocznią od codziennych stresów na uczelni, relaksem lub próbą wyładowania emocji. Często też wiążą się z życiem towarzyskim, którego duża część to rozmowy z innymi na dość błahe tematy.

Najrzadziej wybieranymi przez badanych formami strukturalizacji czasu były wycofanie i gry. Są to zachowania niesprzyjające nawiązywaniu kontaktów i relacji z innymi. Wycofanie, jak sama nazwa wskazuje, to wręcz unikanie innych, a gry psychologiczne w dużej mierze łączą się z manipulowaniem innymi i negatywnymi emocjami. Stąd też zrozumiałe jest, że w kontekście badanych – młodych ludzi – są to rzadziej stosowane formy aktywności, gdyż okres studiów jest uważany raczej za czas nawiązywania nowych znajomości, a nie unikania ich czy zaburzania poprzez stosowanie gier.

Szczegółowe analizy korelacyjne ujawniły wiele związków między ważnością bądź częstością przejawiania danego stylu życia a różnymi formami strukturalizowania czasu. Przedstawia je poniższa tabela istotnych statystycznie współczynników korelacji Pearsona dla łącznych wyników stylu życia i form strukturalizacji czasu.

Tabela 2. Style życia a formy strukturalizacji czasu – współczynniki korelacji

zsumowane wyniki dot. stylów życia*	**współczynnik s[1] (p< 0,05)**					
	wycofanie	**rytuały**	**rozrywki**	**aktywność**	**intymność**	**zabawa**
aktywny	n.i.	n.i.	n.i.	n.i.	n.i.	**0, 35**
kulturalny	n.i.	n.i.	n.i.	n.i.	0, 27	n.i.
proekologiczny	−0, 23	0, 23	n.i.	**0, 30**	n.i.	**0, 38**
narcystyczny	n.i.	n.i.	0, 25	0, 24	**0, 31**	**0, 41**
prozdrowotny	n.i.	n.i.	n.i.	n.i.	n.i.	**0, 43**
towarzyski	**−0, 28**	n.i.	**0, 33**	n.i.	n.i.	**0, 44**
rodzinny	n.i.	0, 23	n.i.	n.i.	n.i.	n.i.

* W tabeli pominięto te style życia, odnośnie do których nie stwierdzono żadnych istotnych statystycznie korelacji z formami strukturalizacji czasu.

Na podstawie analizy korelacji można stwierdzić powiązania:

— stylu proekologicznego z aktywnością, zabawą i rytuałami (ujemną korelację z wycofaniem),
— stylu narcystycznego z zabawą, intymnością, aktywnością i rozrywkami,
— stylu towarzyskiego z zabawą, aktywnością oraz – ujemnie – z wycofaniem,
— stylu aktywnego i prozdrowotnego z zabawą,
— stylu kulturalnego z intymnością,
— stylu rodzinnego z rytuałami.

Chciałabym w tym miejscu zauważyć, że niemal w każdym powyższym, istotnym statystycznie, powiązaniu występuje zabawa i w przypadku tej formy strukturalizacji czasu współczynniki korelacji są najwyższe. Ma to oczywiście swoje wytłumaczenie. Można przypuszczać, że duży udział zabawy, opartej na aktywności Dziecka Naturalnego, wzmacnia tendencję do preferencji form aktywności charakterystycznych dla poszczególnych stylów. Prawdopodobnie, zwłaszcza dla badanych studentów ochrony środowiska, działania na rzecz ekologii z jednej strony łączą się z realizowaniem uznawanych wartości i pasji, z drugiej zaś – są też okazją do spontaniczności i zabawy, co przynosi radość i podnosi poziom energii. Jeśli chodzi o czas poświęcany na styl narcystyczny, był on bardzo popularny głównie wśród kobiet. Wydaje się, że, działania na rzecz podnoszenia atrakcyjności i dbanie o ciało, zwłaszcza jeśli są prowadzone w towarzystwie innych, mogą być dla badanych okazją do tworzenia bliskich więzi i wyrażania siebie, a jednocześnie być traktowane jako forma relaksu. Prawdopodobnie czynnikiem łączącym styl prozdrowotny z zabawą jest witalność, charakterystyczna dla osób dbających o zdrowie i kondycję. Życie towarzyskie natomiast dostarcza wielu okazji zarówno do wspólnych działań, jak i do beztroskiej zabawy, przeciwdziałając izolacji społecznej.

Podsumowanie

Analiza powyższych wyników badań wskazuje, jak duże znaczenie ma zabawa dla realizacji najbardziej preferowanych przez badanych studentów form aktywności, ujmowanych jako style życia. Prawdopodobnie były to jedne z pierwszych badań uwzględniających tę formę strukturalizacji czasu, ponieważ stosunkowo niedawno została ona wyodrębniona i dodana do sześciu pozostałych kategorii. Okazało się, że odgrywa ona szczególną rolę w życiu badanych, stąd można wyciągnąć wniosek dla wszystkich analityków transakcyjnych, by przyjrzeć się tej nowej formie strukturalizacji czasu i prowadzić dalsze badania nad nią i nad resztą form wyróżnionych przez Berne'a.

Bibliografia

Berne E. (1998), *„Dzień dobry"... i co dalej? Psychologia ludzkiego przeznaczenia*, przeł. M. Karpiński, Rebis, Poznań.

Cowles-Boyd L., Boyd H. (1980), *Play as a Time Structure*, „Transactional Analysis Journal", 10, nr 1.

Hay J. (2010), *Analiza Transakcyjna dla trenerów*, Grupa Doradczo-Szkoleniowa „Transmisja", Kraków.

Jagieła J. (2004), *Gry psychologiczne w szkole*, Oficyna Wydawnicza Nauczycieli, Kielce.

Jagieła J. (2012), *Słownik analizy transakcyjnej*, Wydawnictwo AJD, Częstochowa.

James M., Jongeward D., *Narodzić się, by wygrać. Analiza transakcyjna na co dzień*, Rebis, Poznań 1994.

Jawłowska A. (1976), *Style życia a wartości*, [w:] A. Siciński (red.), *Styl życia. Koncepcje i propozycje*, PWN, Warszawa.

Mokrzycka A. (2013), *Style życia a strukturalizacja czasu studentów*, UMCS, Lublin (niepublikowana praca magisterska).

Pankowska D. (2005), *Wykorzystanie analizy transakcyjnej w pracy nauczyciela*, [w:] D. Jankowski (red. nauk.), *Rozpoznania i szkice pedagogiczne*, Wyższa Szkoła Humanistyczno-Ekonomiczna w Łodzi, Łódź.

Pankowska D. (2010), *Nauczyciel w perspektywie analizy transakcyjnej*, Wydawnictwo UMCS, Lublin.

Rogoll R. (1989), *Aby być sobą. Wprowadzenie do analizy transakcyjnej*, przeł. A. Tomkiewicz, PWN, Warszawa.

Play as a new category in time structuring

Summary

The purpose of the article was to draw attention to usefulness of a relatively recently separated, additional time structuring category: play. This category refers to Natural Child's activity state, under which a person consciously takes actions with a high level of spontaneity, which is a source of pleasant emotions. This way of time structuring, despite having some common points, differs both from pastimes, games, activities and intimacy, covering some categorisation gaps in Berne's categorisation system. It was confirmed by my own study on the link between students' style of living and time structuring, which showed that play has an important role in their lives.

Keywords: play, time structuring, transactional analysis.