

EXTREM SPORT, A QUALITATIVE RESEARCH

Marius CRĂCIUN
Denisa PETREHUS
Emilia Florina GROSU
Serban DOBOȘI

„Babes-Bolyai” University, Cluj-Napoca

Key words: extreme sport, qualitative research, risky behaviors, sensation-seeking,

Abstract

The purpose of this study was to try to grow the understanding of the meanings and motivations associated with involvement in extreme sport. Since extreme sport is a relatively recent phenomenon, not so many psychological research in this area has been carried out. The sample of participants was composed of six athletes participated in two extreme sports.

We adopted qualitative research methodologies in order to access meanings and motivations associated with extreme sports. Conclusions: participants in extreme sport are searching more than thrills and excitement, it is a deliberate and self-conscious approach to the activity, making informed choices rather than simply acting out unresolved conflicts or implementing distorted cognition.

Introduction

We talk about extreme sport as a recreational physical activity, which imply a risk of serious physical injury or even death. We labeled “extreme sport” physical activities like: bungee-jumping, sky-diving, skate- and snow-boarding, surfing, paragliding, rock-climbing, kayaking, rafting, canyoning and so on. Often, our perceptions about high-risk sportsmen is affected by stereotypes like: participation in these activities has been considered as the expression “of a death wish”, athletes were seen as emotionally unhealthy or crazy. Per contra, other studies stipple out that these activities have resulted in positive personal changes, or participants have a powerful ‘life wish’ and a desire to ceiling experiences.

Since extreme sport is a relatively recent phenomenon, not so many psychological research in this area has been carried out. We can divide these researches into three categories: linked with personality, birth order effects and the meanings and motivations behind high-risk behaviour. The first category of those studies tried to establish a relationship between the practice of extreme sport and certain personality traits. Most of these have focused on sensation-seeking, this type of studies compare scores on Zuckerman’s Sensation Seeking Scale (SSS) obtained from experimental and control groups. These studies showed correlation between extreme sports practitioners and a preference for novel, high risk activities. But the size of the correlations between sensation-seeking measures and chosen leisure activities (including dangerous sports) across a range of studies are modest, controlling only around 10 per cent of the variance in behaviour (Furnham, 2004). This means that other factors must contribute to the decision to practice extreme sports and that sensation-seeking as a personality trait constitutes only a modest influence. The second category of studies shows that those who that those born last are more likely to participate in high risk activities (Casher, 1977). Others studies did not support the hypothesis that later born children are more likely to engage in high-risk recreational activities (Seff, Gecas, & Frey, 1993). The last category of studies adopted qualitative research methodologies in order to access meanings and motivations associated with extreme sports. For example, Celsi et al. (1993) conducted a study of a skydiving community, using a qualitative research, revealed a dynamic process of motivational change as individuals progressed from novice to experienced skydiver.

Our research presented in this article try to grow the understanding of the meanings and motivations associated with involvement in extreme sport.

Methodology

There are many different ways to use a phenomenological orientation in order to carry out empirical data but we choose Colaizzi’s (1978) guide of how phenomenological research may be driven. We tried the identification of the basic structure of a phenomenon based upon the convergence of accounts.

Participants

The sample of participants was composed of six athletes participated in two extreme sports. Three of them were skydivers (all male), three were paragliding, (two male, one female). We used two criteria for

including participants in the study: (a) Experience with the phenomenon under investigation: (b) the ability to talk about matter reasonably.

Instruments

Prior to the main study, we carry out a semi-structured pilot interview with a mountaineer who practice this sport for 20 years. An interview guide was developed which focused on recall and describe in detail one particular, concrete episode of extreme sport activity. This interview guide was developed using data from research on extreme sports, and is based on a predetermined schedule of open-ended questions and standardized questions. These included questions about their feelings before and after taking part in extreme sports, their best/worst experiences with it and the qualities and meanings associated with the experience. The interview begin with the warm up question, "How did you decide to practice?" which was designed to ease the participants into the interview and create a frame of reference for the questions that followed. Subsequent questions focused on retirement difficulties and on coping strategies used by athletes. The open-ended questions utilized in the predetermined schedule were worded according to the recommendation of Patton (1990) and Kvale (1996). We used six standardized questions, four of this questions were designed to specify not only how the participants were thinking ("What were you thinking when?"), feeling ("How did it make you feel when?"), and behaving ("How were you behaving when?") throughout their experiences, but also how they saw themselves ("How did you see yourself when?") at key points in their discussion. The other two standardized questions: ("I'm interested in what you were saying about!, Can you tell me a little bit more about that?" and "Do you mean that?") provided the researcher with the opportunity to probe deeper into the participants' experiences and interpret their statements, giving the participants a chance to agree, disagree, or elaborate further (Kvale, 1996).

Procedures

The athletes contacted (via informal relationship) showed their interest in participating. The interviews were conducted by one researcher at each participant's preferred location and were recorded. The interviews lasted from 40 to 60 minutes.

Content analysis was done in order to classify and reducing the textual information to more relevant and manageable information units (Weber, 1990). The analysis departed from raw data and proceeded by an inductive category development which gradually became a deductive category application, always having as a reference the main points of the interview guide.

Results

The descriptive statement is structured around a series of themes. Four of them were invoked by all participants. These were: Challenge, Mastery and Skill, Enjoyment and Focused on the immediate demands.

General themes

Challenge. Participants talked about extreme sport as an opportunity to push themselves to their limits, possibly even beyond, both mentally and physically. "It is not a thing easy to learn. You're using all your body and your mind and it's a challenge" said a skydiver. participants to find out what they were capable of, and, having identified their current limits, to push themselves yet further.

Mastery and Skill. Participants described their pleasure in learning difficult things over a period a time, and how satisfying it is to acquire a "sense of mastery": "Gaining experience and getting better at performing the sport generated a sense of satisfaction, and this was experienced as rewarding. I am aware of my level of expertise and I compare my current abilities with those of my peers". This "sense of mastery" is experienced by some of participants when is recognized within their community, or upon their own assessment of their progress.

Enjoyment. Feelings of joy and happiness were also invoked, and the experience was described as "magical", "fantastic" and "blissful". These states are different from the normal range of emotions experienced by participants in their everyday life. Participants described these emotions as rare and precious moments.

Focused on the immediate demands. Participants eliminate all other thoughts, feelings or perceptions. During such moments, there appears to be no mental space available for anything other than the task at hand, and as a result, one's world is reduced to the immediate present. Participants described life becoming very 'simple' and 'straightforward' as a result of being in present. They experienced this state as calming and relaxing, comparable to a "meditative state".

Additional themes

Being different from the majority. Majority of participants were aware that other people took note of the challenging nature of their activities and that this influenced the way in which they were perceived by

others: "I think it's impressive for other people to find out that this is what I do".

Removing unpleasant emotional states. Was experienced as a fundamental need which, when frustrated, gave rise to distinctly unpleasant emotional states such as feeling "stressed", "unhappy". Two of participants used the term addiction to describe their relationship with extreme sport, and they expressed the belief that without it they would be less able to function in everyday life.

Conclusions

This study represents an examination of only a small sample of athletes, participating in extreme sport. It is important to recognize that the group may not be typical for all sports, given the possibility of response-bias in the sampling method, and that experiences may vary between different type of extreme sports.

The analysis presented here suggests that taking part in extreme sport holds meanings and fulfils psychological functions and means more to participants than searching for thrills and excitement, and their deliberate and self-conscious approach to the activities suggests that they are making informed choices rather than simply acting out unresolved conflicts or implementing distorted cognition. Participants are aware that extreme sport had increased their levels of self-esteem and self confidence, being a means of personal growth push themselves up to and beyond their physical and psychological limits. In other words, producing the experience of 'flow' may be a way of managing existence tensions in a creative and purposeful way, revealing a therapeutic function of risky behaviors,

However, some participants, engaging in extreme sports experienced addiction then simply a desire. This suggests that while experience of extreme sport is characterized by tensions and contradictions, being a complex phenomenon. It may fulfil a therapeutic function, it may also lead to dependency. Future research needs to be done because extreme sport participation is more potent, life-enhancing endeavor. Participants report deep inner transformations that influence word views and meaningfulness.

SPORTUL EXTREM, O CERCETARE CALITATIVĂ

Marius CRĂCIUN
Denisa PETREHUS
Emilia Florina GROSU
Serban DOBOȘI

Universitatea „Babes-Bolyai”, Cluj-Napoca

Cuvinte cheie: sport extrem, cercetare calitativă, comportament de risc, căutare de senzații,

Rezumat

Scopul acestui studiu a fost înțelegerea mai bună a sensurilor și motivațiilor asociate cu implicarea în sporturile extreme. Din cauză că aceste activități sunt fenomene relative recente, nu există prea multe cercetări psihologice care să vizeze sportul extrem.

Metodologia de cercetare este calitativă și a vizat un număr de 6 sportivi. Concluzii: participanții în sporturile extreme caută mai mult decât plăcere și senzații, ei se îndreaptă spre o astfel de activitate prin alegeri conștiente.

Introducere

În general, definim sportul extrem ca o activitate recreativă, care implică un risc mare de vătămare fizică sau chiar moartea. Numim "sporturi extreme" activități fizice cum ar fi: bungee-jumping, parașutismul, snow-boarding-ul, surfing-ul, parapanta, alpinismul, rafting-ul, canioning-ul și altele. Adesea, percepțiile noastre despre sportivii care se supun unui mare risc sunt afectate de stereotipuri, cum ar fi: participarea la aceste activități este considerată ca expresie a "dorinței de moarte", sportivii sunt considerați instabili emoțional sau nebuni. Dimpotrivă, unele studii punctează faptul că aceste activități au ca rezultat modificări pozitive de caracter, participanții având o dorință puternică "de viață" și o nevoie de trăiri intense.

Deoarece sportul extrem este un fenomen relativ recent, nu există prea multe cercetări psihologice în acest domeniu. Putem împărți cercetările în trei categorii: cercetări legate de personalitate, studii care leagă

acest comportament de data nașterii și studii care încearcă să descifreze motivațiile care stau în spatele comportamentelor cu risc ridicat.

Prima categorie de studii au încercat să stabilească o relație între practicarea sporturilor extreme și anumite trăsături de personalitate. Majoritatea cercetărilor de acest tip s-au concentrat pe ideea de căutare de senzații (sensation-seeking). De obicei erau comparate scorurile de la scala Zuckerman (Sensation Seeking Scale -SSS), obținute de practicanții sporturilor extreme în contrast cu grupuri de control formate din persoane fără astfel de preocupări. Aceste studii au arătat o corelație semnificativ - pozitivă între practicarea sporturilor extreme și preferința pentru nou, necunoscut, pentru activitățile cu risc ridicat.

Intensitatea corelației dintre dorința de senzații tari și activitățile de petrecere a timpului liber (inclusiv pentru sporturile periculoase) este modestă, controlând doar aproximativ 10 % din variația comportamentului (Furnham, 2004). Aceasta înseamnă că există alți factori care contribuie la decizia de a practica sporturi extreme iar căutarea de senzații tari ca trăsătură de personalitate, are doar o influență modestă.

A doua categorie de studii arată că cei care sunt născuți în a doua parte a anului au mai multe șanse de a participa la activitățile cu risc ridicat (Casher, 1977). Alte studii nu au susținut ipoteza potrivit căreia copiii născuți în a doua parte a anului ar avea șanse mai mari să se angajeze în activități recreative cu un grad ridicat de risc (Seff, Gecas, & Frey, 1993).

Ultima categorie de studii a adoptat metodologia de cercetare calitativă pentru a identifica motivațiile asociate cu sporturile extreme. De exemplu, Celsi și colab. (1993) au efectuat un studiu pe o comunitate de parașutiști și au relevat un proces dinamic de schimbări motivaționale la acești indivizii pe măsură ce evoluau din punct de vedere al experienței.

Cercetarea prezentată în acest articol încearcă să identifice semnificațiile și motivațiile asociate implicării în sporturile extreme.

Metodologie

Există moduri diferite de a utiliza o orientare fenomenologică, în scopul de a obține date empirice. Noi am ales metodologia lui Colaizzi (1978) ca și ghid de cercetare fenomenologică. Am încercat să identificăm structura de bază a unui fenomen, pe baza convergenței afirmațiilor constatate.

Participanții

Eșantionul a fost compus din șase sportivi. Trei dintre sunt parașutiști (toți bărbați) iar trei sunt parapantiști, (doi de sex masculin și o persoană de sex feminin). Am folosit două criterii pentru includerea participanților în studiu: (a) Experiența în sportul practicat (minim 2 ani) și (b) capacitatea de a-și comunica experiențele în mod rezonabil.

Instrumente

Înainte de a efectua cercetarea propriu zisă, am realizat un interviu pilot, semi-structurat, cu un alpinist care practica acest sport de 20 de ani. A fost elaborat un ghid de interviu, focusat pe reamintirea și descrierea în detaliu a unui episod din activitatea de sport extrem. Acest ghid de interviu a fost dezvoltat folosind date provenite din alte cercetări referitoare la sporturile extreme, și este bazat pe un set de întrebări deschise și închise. Acestea au inclus întrebări referitoare la trăirile lor, înainte și după ce a luat parte la activitățile respective, cele mai frumoase și cel mai neplăcute experiențe trăite în sportul extrem precum și atributele și semnificații asociate acestora. Interviuul începe cu o întrebare de încălzire, "Cum a-ți decis să practicați?" care are menirea de a facilita participarea subiecților la interviu și de a crea un cadru de referință pentru întrebările care au urmat. Întrebări ulterioare s-au axat pe dificultățile și pe strategiile de coping utilizate de către sportivi. Întrebările deschise utilizate au fost formulate în conformitate cu recomandările lui Patton (1990) și Kvale (1996). Am folosit șase întrebări standardizate, patru din acest întrebări au fost create pentru a specifica modul în care participanții gândesc ("La ce te gândești când?"), trăiesc ("Ce simți atunci când?"), se comportă ("Cum te manifesti când?") pe parcursul experiențelor lor, cum se vad pe ei înșiși ("Cum te-ai vedea atunci când?"). Celelalte două întrebări standardizate: ("Îmi puteți spune un pic mai mult despre asta?" și "Vrei să spui că...?") dau cercetătorului posibilitatea de a sonda mai adânc în experiențele participanților și a interpreta declarațiile lor, oferind sportivilor o șansă să fie de acord sau nu dezvoltând subiectul mai departe (Kvale, 1996).

Procedură

Sportivii contactați (prin relații informale) au manifestat interesul de a participa. Interviuurile au fost realizate de către un cercetător în locația preferată a fiecărui participant și au fost înregistrate. Interviuurile au durat 40 - 60 de minute.

Analiza de conținut a fost făcută în scopul de a clasifica și a reduce informațiile la unități mai relevante și mai ușor de gestionat (Weber, 1990). Analiza a plecat de la datele brute și a continuat printr-o dezvoltare categorială inductivă care, treptat, a devenit o aplicație categorială deductivă, întotdeauna având ca referință principalele puncte din ghidul de interviu.

Rezultate

Descrierile făcute de participanți se structurează în jurul patru teme principale: provocarea, dezvoltarea abilităților și măiestria, plăcerea, concentrarea pe situația prezentă.

Teme generale

Provocarea. Participanții vorbesc despre sportul extrem ca fiind o oportunitate de a-și depăși limitele atât cele mintale cât și cele fizice. “Nu este un lucru ușor de învățat. Își folosești atât mintea cât și corpul și este o provocare” – spune un parașutist. Participanții descoperă de ce sunt în stare, își identifică limitele și vor să progreseze mai departe.

Dezvoltarea abilităților și măiestria. Participanții își descriu plăcerea de a învăța lucruri dificile și satisfacția de a atinge “nivelul măiestriei”: “Atunci când capeți experiență și progresezi în sport ai un sentiment de satisfacție și această experiență îți dă putere. “Sunt conștient de nivelul meu de pregătire și îmi compar abilitățile cu cele ale colegilor mei”. Un astfel de “simț al măiestriei” este trăit de unii dintre participanți atunci când expertiza lor este recunoscută de grup sau pe baza evaluării personale privind progresul.

Plăcerea. Trăirea de bucurie și fericire este de asemenea invocată și experiența este descrisă ca și “magică”, “fantastică” și “memorabilă”. Aceste stări sunt diferite de stările emoționale normale trăite de oameni în viața zi cu zi. Participanții descriu aceste momente ca fiind rare și prețioase.

Concentrarea pe situația prezentă. Participanții fac abstracție de toate gândurile, trăirile și percepțiile. În timpul acestor momente, pare să nu existe loc pentru alte preocupări decât pentru sarcina actuală și ca rezultat, lumea se reduce la prezentul imediat. Participanții își descriu viața ca fiind foarte “simplă” și “directă” ca rezultat al prezentului trăit. Ei trăiesc această stare ca fiind ceva relaxant și calm, comparabil cu o “stare de meditație”.

Teme adiționale

Să fii diferit în comparativ cu majoritatea. Majoritatea participanților sunt conștienți că ceilalți își dau seama de natura provocatoare a activităților lor: “Cred că pe ceilalți oameni îi impresionează ceea ce fac”.

Modificarea stărilor emoționale neplăcute. Apare ca o nevoie fundamentală ca atunci când există frustrare să încerci să alungi stările emoționale neplăcute cum ar fi “stresul” sau “nefericirea”. Doi dintre participanți au folosit termenul de adicție pentru a descrie relația lor cu sportul extrem și și-au exprimat credința că fără această activitate nu ar putea funcționa la fel de bine în viața de zi cu zi.

Concluzii

Acest studiu reprezintă concluzii asupra unui eșantion mic de participanți în sporturile extreme. Este important să recunoaștem că aceste eșantion ar putea să nu fie reprezentativ pentru toate sporturile datorită biasării răspunsurilor iar experiențele relatate să fie diferite în cadrul altor sporturi.

Analiză prezentată aici sugerează că participarea în sporturile extreme are semnificații și funcții psihologice mai deosebite decât divertismentul sau bucuria iar decizia de a se înrola în astfel de activități se bazează pe acțiuni conștiente mai mult decât simpla acțiune de rezolvă conflicte sau cogniții distorsionate. Participanții sunt conștienți că sportul extrem contribuie la creșterea stimei de sine și a încrederii în sine, fiind un mijloc de dezvoltare personală dincolo de limitele și barierele fizice și psihologice. Cu alte cuvinte, starea de grație atinsă în cadrul acestor experiențe poate fi o cale de a controla tensiunile într-un mod creativ și cu sens, ceea ce relevă o dimensiune terapeutică a acestor comportamente de risc. Totuși, unii participanți angajați în sporturile extreme ajung să depindă de această activitate și nu participă doar din plăcere. Aceste lucruri sugerează că sporturile extreme sunt caracterizate de tensiuni și contradicții, fiind fenomene complexe. Pot îndeplini funcții terapeutice, dar pot de asemenea duce la dependență. Cercetări ulterioare ar trebui întreprinse asupra acestui fenomen impresionant care poate contribui în anumite condiții la dezvoltarea personală a practicantilor. Participanții raportează transformări personale majore care le influențează modul în care privesc și înțeleg lumea.

Bibliografie

1. Campbell, D., & Johnson, E. (2005). If it can't kill you, it just isn't sporting. *Observer*, 27 March, p. 6.
2. Casher, B. (1977). Relationship between birth order and participation in dangerous sports.

- Research Quarterly*, 48(1), 33–40.
3. Celsi, R. L., Rose, R. L., & Leigh, T. W. (1993). An exploration of high-risk leisure consumption through skydiving. *Journal of Consumer Research*, 20, 1–23.
 4. Colaizzi, P. F. (1978). Psychological research as the phenomenologist views it. In R. S. Valle & M. Kings (Eds.),
 5. Furnham, A. (2004). Personality and leisure activity: Sensation seeking and spare-time activities. In R. M. Stelmack (Ed.), *On the psychobiology of personality: Essays in Honour of Marvin Zuckerman*. New York: Elsevier Science, 429–451.
 6. Kvale, S. (1996). *Interviews: An introduction to qualitative research interviewing*. Thousand Oaks, CA: Sage.
 7. Patton, M. Q. (1990). *Qualitative evaluation and research methods* (2nd ed.). Thousand Oaks, CA: Sage.
 8. Seff, M. A., Gecas, V., & Frey, J. H. (1993). Birth order, self-concept and participation in dangerous sports. *Journal of Psychology: Interdisciplinary and Applied*, 127 (2), 221–232.
 9. Weber, R. (1990). *Basic content analysis*. London: Sage.

PLANNING MAJOR SOURCES OF INFORMATION SPECIFIC GAME OF VOLLEYBALL

George DINA
ANEFS Bucharest

Key words: volleyball, information sources, indexes information

Abstract

This paper aims to identify key factors specific to the game of volleyball during the course of its generating information detrmină adapting the action of players.

The determination of these sources of information and knowledge they generate information that can lead even fomarea habits to discover key issues that characterize a game situation.

Such actions may be adjusted in game more effectively.

Introduction

The game of volleyball is characterized by a high variability in details because most of its component elements are in constant motion. In these circumstances, we can say that never in the game of volleyball action will not run twice on the same lines even if we refer to the same area of operation. Because the fetus that the ball comes to a particular area of operation in different areas with different characteristics and adverse tereenului as flight speed, direction, trajectory, actions are subject to adjustments pemanente game at these coordinates that change constantly. If you associate the variability of the specific details of how toy ball (by rejection) emphasized that in a very short run-up contact with the ball, the player is forced to consider too many factors which may delay the decision to act.

In this context it is important to identify the most relevant information on which the situation can be assessed quickly and accurately. To make this possible is important to determine the specific elements that provide information that regulates the actions of players. The main sources of information in a game of volleyball in the above, we tried a brief overview of how interacting elements of the game and how each of which provides important information that regulates the conduct powered players.

Each of these elements generates a multitude of signals are forming so important sources of information. From our point of view, all elements that contain information on which players adapt their mode of action during jouclui and that is the source of information, can be grouped into three categories:

1. Constant elements representing a range of stimuli that do not change the coordinates of space-time in any time during the game. This category of evidence consists of:

- land plants including: - columns - fillet, and antennas that have fixed□ dimensions established by regulation;