

Sport jest obszarem życia, któremu nieodmiennie towarzyszą wielkie emocje. Rywalizacja sportowa ma przecież wielki potencjał wzbudzania zarówno emocji przyjemnych do przeżywania (np. radość, duma), jak i tych mniej przyjemnych i trudniejszych w doświadczaniu (np. strach, smutek, złość). W dużej części emocje te pojawiają się ze względu na czas oraz energię zainwestowane w proces treningowy, a także w odpowiedzi na osiągnięcie celu lub rozpatrywanie występu w ramach porażki.

Aby wykonanie sportowe podczas zawodów mogło choć na chwilę zbliżyć się do optymalnego poziomu, sportowcy muszą pokonać bardzo długą, pełną zakrętów i wyboistą drogę, prowadzącą do mistrzostwa sportowego. Muszą też poświęcić trudną do oszacowania ilość czasu oraz energii, inwestując ją w proces treningu sportowego. A do tego podporządkować całe swoje życie właśnie dla osiągnięcia swoich sportowych celów. Nie mając zupełnie żadnej gwarancji, że wybrana droga przyniesie wymierny sukces.

Liczne badania zwracają uwagę na istnienie pewnych cech osobowości, które mogą wspierać sportowców w drodze do mistrzostwa sportowego. Niektóre z nich są nawet określane jako warunek konieczny do osiągnięcia najwyższych wyników w sporcie. Jedną z takich cech jest odpowiedni poziom zdrowego, funkcjonalnego perfekcjonizmu, nazywany dokładniej perfekcjonistycznymi dążeniami. Z drugiej strony, zawodnikom o wysokim poziomie perfekcjonistycznych dążeń towarzyszyć mogą: tendencja do nadmiernie krytycznego oceniania swoich zachowań i dokonań, a także ciągle obawy przed popełnieniem błędu i wątpliwości dotyczące podjętych działań, czyli - perfekcjonistyczne obawy. Są one czynnikiem, który może osłabiać wpływ pozytywnych dążeń, oddziałując też negatywnie na dobrostan zawodnika.

W ostatnim czasie pojawiły się też badania związane z wpływem tendencji do orientowania się na przeszłość, teraźniejszość lub przyszłość na proces treningowy oraz poziom wykonania w sporcie. Okazuje się, że nawykowy sposób w jaki postrzegamy i przyjmujemy perspektywy czasowe, może wydatnie wpływać na funkcjonowanie zawodników w świecie sportu. Tendencja do przyjmowania odpowiednich perspektyw może też potencjalnie być połączona z perfekcjonizmem na zasadzie sprzężenia zwrotnego, w efekcie którego oba style funkcjonowania wzajemnie się napędzają.

W niniejszym projekcie badawczym, zarówno perfekcjonistyczne dążenia i obawy, jak i siedem perspektyw czasowych zostanie włączone w badania nad poziomem wykonania sportowego oraz dynamiką emocjonalną przed, w trakcie i po zawodach sportowych. Badania zostaną przeprowadzone podczas zawodów sportowych w dyscyplinach o charakterze wytrzymałościowym (m.in. biegi długodystansowe i kolarstwo) oraz w sportach precyzyjnych (m.in. łucznictwo i strzelectwo). Dzięki takiej organizacji badań, możliwe będzie sprawdzenie wpływu wyżej wymienionych konstruktów na poziom wykonania sportowego oraz dynamikę emocjonalną w warunkach rzeczywistych. Dodatkowo, możliwe będzie porównanie ich wpływu w sportach o odmiennej charakterystyce, stawiających przed sportowcami zupełnie inne wymagania. Co więcej, mechanizmy wpływu obserwowane podczas badań będą możliwe do przeniesienia na inne dyscypliny życia, w których długa praca nad nabyciem pewnych umiejętności musi zostać przełożona na poziom wykonania w warunkach presji, tak czasowej, jak i pochodzącej z innych źródeł. Stąd też, w niniejszych badaniach, sport nie jest celem samym w sobie - przyjmuje raczej rolę pewnego laboratorium, w którym stworzone są odpowiednie warunki do pomiaru. Pomiaru, który byłby niemożliwy w innych dziedzinach życia.