

## **Opracowanie kwestionariusza do badania motywacji w sporcie i aktywności fizycznej w latach: 2013-2014**

Wieloletnia współpraca naukowa prof. Mariusza Lipowskiego z prof. Zbigniewem Zaleskim z KUL w Lublinie, zaowocowała stworzeniem nowatorskiej koncepcji dotyczącej celowego funkcjonowania jednostki w aktywności fizycznej i sporcie. Konsultacje z badaczami i praktykami z Polski i Świata wskazały, że brakuje narzędzia, które by ją operacjonalizowało. Konsekwencją było stworzenie oryginalnego „Kwestionariusza Celów Aktywności Fizycznej”.

Grupa normalizacyjna liczyła 2141 osób w wieku od 16 do 64 lat. W trakcie walidacji dokonana została analiza czynnikowa, a w dalszej kolejności określona została trafność ( $\alpha$  Cronbacha = 0,78) i rzetelność narzędzia oraz jego normalizacja. Na bazie tego wyróżnione zostały skale: 1) wartość motywacyjna 2) organizacja czasu, 3) wytrwałość w działaniu, 4) konflikt motywacyjny i 5) wielowymiarowość celów.

To oryginalne narzędzie poszerza ofertę Pracowni Testów Psychologicznych i Pedagogicznych w Gdańsku (co ważne: jest bezpłatne). Trenerom sportu wyczynowego i trenerom personalnym pozwala optymalizować trening i udoskonalać system motywacyjny. Jest rozpowszechnione i wykorzystywane w całej Polsce, a aktualnie przeprowadzane są badania w Universität Leipzig oraz Matej Bel University (Banská Bystrica).

Dotychczasowe wyniki badań za pomocą KCAF były przedstawiane w renomowanych czasopismach międzynarodowych o wysokim współczynniku wpływu: „PLoS One”, “Medical Science Monitor”, “Journal of Sports Medicine and Physical Fitness”, „European Journal of Sport Science”, “Baltic Journal of Health and Physical Activity”, „Archives of Gerontology and Geriatrics”, „Health Psychology Report”, „Current Issues in Personality Psychology”. Były również prezentowane na konferencjach krajowych i międzynarodowych.