

### **Abstrakt**

Celem badań zaprezentowanych w niniejszej rozprawie doktorskiej było: (1) sprawdzenie predykcyjnej roli wybranych strategii mentalnych w wyjaśnianiu poziomu wykonania sportowców, a także satysfakcji z wykonania sportowego na przestrzeni różnych faz sezonu sportowego- na początku oraz na końcu (Badanie 1); (2) określenie wzoru wzajemnych zależności pomiędzy odczuwaniem przyjemności z aktywności fizycznej, a poziomem aktywności fizycznej wśród diad dziecko-rodzic (Badanie 2), jak również (3) zidentyfikowanie, która z trzech zmiennych: symptomy depresji, lubienie aktywności fizycznej oraz poziom aktywności fizycznej stanowi punkt wyjścia we wzorze wzajemnych zależności i wyjaśnia pozostałe dwie zmienne (Badanie 3). Omawiane zależności testowane były w badaniach podłużnych obejmujących sportowców, diady dziecko-rodzic oraz osoby dorosłe. Badanie 1 przeprowadzono w próbie 97 piłkarzy nożnych. W Badaniu 2 uczestniczyło 879 diad dziecko-rodzic, a w Badaniu 3 wzięło udział osób 879 dorosłych. Uzyskane wyniki wskazują na to, że zmienne z obszaru kontekstów emocjonalnych, jak strategie mentalne (w tym te związane z regulacją emocji), odczuwanie przyjemności z aktywności fizycznej, lubienie aktywności fizycznej oraz symptomy depresji wyjaśniają obiektywne wskaźniki wykonania sportowego oraz czas spędzany na uprawianiu aktywności fizycznej. Co więcej, zarówno pozytywne jak i negatywne emocje wyjaśniają zmiany w zachowaniach związanych z wysiłkiem fizycznym oraz ich utrzymanie w czasie.

Słowa kluczowe: strategie mentalne, odczuwanie przyjemności z aktywności fizycznej, lubienie aktywności fizycznej, symptomy depresji, aktywność fizyczna, diady dziecko-rodzic, piłka nożna