



DOŚWIADCZANIE STRESU A NASILENIE AKTYWNOŚCI FIZYCZNEJ U STUDENTÓW KUL



EXPERIENCE OF STRESS AND THE INTENSITY OF PHYSICAL ACTIVITY IN CULTURE STUDENTS

Wiktoría Woronicz, Aleksandra Matwis, Maria Fussek, Sebastian Mandryk

Katolicki Uniwersytet Lubelski Jana Pawła II
Instytut Psychologii

Katedra Psychoprofilaktyki Społecznej

Proseminarium: Analiza i interpretacja danych empirycznych w psychoprofilaktyce patologii społecznej w biznesie.

Promotor: dr hab. Iwona Niewiadomska, prof. KUL

CEL BADAŃ

Celem badania jest odpowiedzenie na pytanie czy i jakie zależności istnieją między doświadczaniem stresu a nasileniem aktywności fizycznej u studentów KUL.

PYTANIE BADAWCZE

Jakie są zależności między doświadczaniem stresu a nasileniem aktywności fizycznej u studentów KUL?

HIPOTEZY BADAWCZE

H1: Występują istotne korelacje między spostrzeganiem sytuacji trudnych a nasileniem aktywności fizycznej.

H2: Istnieje istotna korelacja między radzeniem sobie ze stresem a występowaniem aktywności fizycznej.

METODY

1. Metryczka
2. Mini-COPE Inwentarz do Pomiaru Radzenia Sobie ze Stresem
3. PSS-10 Skala Odczuwanego Stresu
4. Międzynarodowy Kwestionariusz Aktywności Fizycznej (IPAQ) – wersja polska

GRUPA BADANA

W badaniu wzięło udział 80 osób w tym 67.5% kobiet i 32.5% mężczyzn.

Wszystkie osoby badane to studenci KUL w wieku między 19 a 32 lata, z przewagą osób w wieku 20-25 lat.

Najwięcej uczestników badania jest na studiach jednolitych magisterskich w trybie stacjonarnym.

WYNIKI

Nie zaistniały wyniki istotne statystycznie.

