

Sportowa rywalizacja dostarcza emocji nie tylko zawodnikom, ale również osobom śledzącym wydarzenia na boisku. Z badania przeprowadzonego na zlecenie marki Snickers wynika, że 74 proc. Polaków aktywnie angażuje się w oglądanie wydarzeń sportowych, a 46 proc. przyznaje, że kibicowaniu towarzyszy stres. Na poziom napięcia wpływają zarówno przebieg rozgrywek i decyzje sędziowskie, jak również zachowania innych kibiców. Sposobem na rozładowanie emocji najczęściej okazują się rozmowy, wspólne przeżywanie meczu oraz towarzyszące temu rytuały.

Kibicowanie dalekie od obojętności

Oglądanie wydarzeń sportowych dla wielu osób oznacza znacznie więcej niż bierne obserwowanie rywalizacji. Kibice emocjonalnie reagują na kolejne akcje, analizują sytuację na boisku i z niecierpliwością oczekują na rozstrzygnięcia.

Wyniki badania wskazują, że niemal trzy czwarte Polaków aktywnie angażuje się w oglądane wydarzenia. Jednocześnie prawie połowa respondentów przyznaje, że sportowa rywalizacja jest dla nich źródłem stresu.

Emocje nie zawsze pojawiają się natychmiast. Zaledwie 3 proc. badanych deklaruje reakcję już w ciągu kilkunastu sekund. U większości napięcie narasta stopniowo, wraz z rozwojem wydarzeń i kolejnymi sytuacjami mogącymi wpłynąć na wynik spotkania.

VAR dzieli polskich kibiców

Jednym z najbardziej emocjonujących momentów meczów piłkarskich pozostaje oczekiwanie na decyzję sędziego po analizie systemu VAR.

Technologia pozwalająca weryfikować wybrane sytuacje boiskowe wzbudza jednak podzielone opinie. Pozytywnie ocenia ją 44 proc. respondentów, natomiast 46 proc. pozostaje wobec niej sceptycznych.

Niezależnie od oceny samego rozwiązania oczekiwanie na rozstrzygnięcie może potęgować napięcie. Niepewność dotycząca uznania bramki, przyznania rzutu karnego czy zmiany decyzji sędziowskiej sprawia, że kibice jeszcze intensywniej przeżywają przebieg spotkania.

Atmosfera może pomagać lub irytować

Na doświadczenia związane z kibicowaniem wpływają również osoby wspólnie oglądające wydarzenia sportowe.

Dla 21 proc. badanych wspólne przeżywanie emocji stanowi jeden z najlepszych elementów oglądania meczów. Możliwość komentowania kolejnych akcji, dzielenia się radością i wspólnego reagowania na przebieg rywalizacji zwiększa atrakcyjność sportowego widowiska.

Nie wszystkie zachowania otoczenia są jednak odbierane pozytywnie. Co piąty respondent wskazuje, że irytują go reakcje innych kibiców, w szczególności nadmierne komentowanie wydarzeń lub uciszanie pozostałych osób.

Wspólne oglądanie meczu może więc zarówno sprzyjać pozytywnym emocjom, jak i stawać się

dodatkowym źródłem napięcia.

Jak kibice rozładowują stres?

Choć stres towarzyszy znacznej części kibiców, zaawansowane techniki relaksacyjne nie cieszą się dużą popularnością podczas oglądania sportu.

Zaledwie 4 proc. respondentów deklaruje korzystanie w takich sytuacjach z medytacji lub mantr. Znacznie częściej wybierane są proste, codzienne sposoby radzenia sobie z napięciem.

Należą do nich rozmowy z innymi kibicami, komentowanie akcji oraz sięganie po przekąski. Takie zachowania stają się elementem rytuału towarzyszącego oglądaniu spotkań i pozwalają na chwilowe oderwanie uwagi od emocjonujących wydarzeń.

Sportowe emocje częścią kibicowania

Wyniki badania pokazują, że kibicowanie jest doświadczeniem, w którym radość i ekscytacja często przeplatają się ze stresem oraz niepewnością.

Znaczenie ma nie tylko wynik spotkania, ale również jego przebieg, decyzje sędziowskie i atmosfera wśród oglądających.

Dla wielu Polaków sport pozostaje przede wszystkim okazją do wspólnego przeżywania emocji. To właśnie rozmowy, reakcje otoczenia i utrwalone zwyczaje sprawiają, że oglądanie meczu staje się wydarzeniem wykraczającym poza samą rywalizację na boisku.

Źródło: Newseria