

SEMMELWEIS EGYETEM • BUDAPEST • SEMMELWEIS UNIVERSITY

KALOKRAGATHIA

A TESTNEVELÉSI ÉS SPORTTUDOMÁNYI KAR KÖZLEMÉNYEI
Review of the Faculty of Physical Education and Sport Sciences



XLVI. évf. 2008. 1. sz.

Vol. XLVI. 2008. No. 1.

SEMMELWEIS EGYETEM

Testnevelési és Sporttudományi Kar (TF)

Könyvtár Bp.200 3. D3.10.

Lelt.sz. 16726 Rakt.j. 80-577

2009 - /

KALOKAGATHIA

A TESTNEVELÉSI ÉS SPORTTUDOMÁNYI KAR KÖZLEMÉNYEI
Review of the Faculty of Physical Education and Sport Sciences



10036801
TF Könyvtár



XLVI. évf. 2008. 1. sz.
Vol. XLVI. 2008. No. 1.

KALOKAGATHIA

SEMMELWEIS EGYETEM

A Testnevelési és Sporttudományi Kar Közleményei

SEMMELWEIS UNIVERSITY

Review of the Faculty of Physical Education and Sport Sciences

Szerkesztőbizottság/Editorial Board

Bognár József (főszerkesztő/ Editor-in-Chief),

Farkas Anna, Hamar Pál, Krasovec Ferenc,

Radák Zsolt (a szerkesztőbizottság elnöke/ Chairman of the Editorial Board),

Szikora Katalin, Tóth László

Nemzetközi szerkesztőbizottság/International Editorial Board

Clayton, Brenda L.	University of Wisconsin, Department of Health, Physical Education and Sport Sciences, Whitewater, USA
Czyż, Stanisław	University of Physical Education, Sport Didactic Department, Wrocław, Poland
Kampmüller, Tomáš	Comenius University, Faculty of Physical Education and Sport, Bratislava, Slovakia
Manolas, Victor M.	Athens Naval Hospital, Greece
Martinez Alvarez, Lucio	University of Valladolid, Department of Pedagogy of Body Expression, Spain
Salvara, Marina I.	National and Kapodistrian University of Athens, Department of Primary Education, Greece,
Seinbach, Dirk	German Sport University, Department of Leisure Studies, Cologne, Germany
Tóth, Igor	Comenius University, Faculty of Physical Education and Sport, Bratislava, Slovakia



Tanácsadó testület/Consulting Board

Berkes István, Földesiné Szabó Gyöngyi, Gombocz János,
Keresztesi Katalin, Mészáros János, Pavlik Gábor, Rigler Endre,
Sipos Kornél, Tihanyi József

Olvasószerkesztők/Proof-readers

Horváth Ákos, Nagy Pál

Szerkesztőség/Address of the Editorial Board

1123 Budapest, Alkotás u. 44.

Tel.: (1) 487-92-00/1271, fax: (1) 356-63-37

E-mail: bognar@mail.hupe.hu



ISSN 1218-1498

Kiadja a Semmelweis Egyetem Testnevelési és Sporttudományi Kar (TF)

A kiadásért felel a Kar dékánja

Készült a TF nyomdájában (Plantin-Print Eurotrans Kft.)

Published by Faculty of Physical Education and Sport Sciences
of the Semmelweis University

Responsible publisher is the Dean of the Faculty

Printed in the Printing offices of the Faculty

TARTALOM

Contents

Farkas Péter

- Sportstruktúrák Európában:
ahol legerősebb az állami befolyás**
Sport structures in Europe:
With the strongest governmental influences5

Onyestyák Nikolett

- „Hands in hands”**
Sport és politika a szöuli olimpiai játékok kapcsán
Sport and politics in connection with
the Seoul Olympic Games14

Gál Andrea

- Esélytelen(?) egyenlőség – A nemek megjelenítése
a sportmédiában**
Equality without equal opportunities – Gender representation
in the sports media30

Bognár József, Istvánfi Csaba, Kovács T. László, Antal Zsanett

- Testnevelő tanárok presztízse: Pályaválasztástól
a pályaelhagyásig a nemek mentén**
Prestige of the physical education teacher's profession:
From choice of career to leaving the profession by gender48

Kiszela Kinga, Révész László, Bognár József

- Hiperaktív gyermekek a testnevelésórán**
Hyperactive children in physical education class60

Koltai Miklós

- A kétféle versengési attitűd és az együttes feladatmegoldás
A versengési karakterek meghatározása csapatsportokban**
Two types of competitive attitudes and joint problem solving.
Determination of competitive characters in team sports74

Bucsy Gellértné, Katona György

- Egy digitális tankönyv hatása a tantárgyválasztásra
a szociálpedagógusok képzésében**
Effect of an e-learning coursebook on selecting
courses considering social pedagogy training programmes94

Martin Pupiš

Megszakított hypoxikus edzés mint a hypobarikus hypoxikus felkészülés alternatívája

Intermittent hypoxic training as an alternative of hypobaric hypoxic preparation103

Barthalos István, Konczos Csaba, Szakály Zsolt

A fizikai aktivitás növelése újszerű módszerek

alkalmazásával az egészségtudatosság kialakítása érdekében114

Benkő Emőke, Kiss Júlia, Bognár József

A tornasport hanyatlásának lehetséges okai

a rendszerváltozás óta122

Lacza Gyöngyvér

Az animáció fogalma, kapcsolata a rekreációval

Turisztikai és rendezvényanimáció134

Barna Tibor, Fodor Tamás

Orosz fejlesztések a pekingi olimpiáig155

A Stressz- és Szorongáskutató Társaság (STAR)

28. konferenciája (Bavor, 2007. július 19-22.)160

SPORTSTRUKTÚRÁK EURÓPÁBAN: AHOL LEGERŐSEBB AZ ÁLLAMI BEFOLYÁS

Sport structures in Europe: With the strongest governmental influences

● Farkas Péter

Semmelweis Egyetem Testnevelési és Sporttudományi Kar,
Társadalomtudományi Tanszék

Összefoglaló

Az Európai Uniónak nincs kompetenciája a sportban, ezért nem határozhat meg követendő sportirányítási modellt a tagországok számára. Felhívja a figyelmet azonban az uniós országokban működő sportstruktúrák megőrzésének szükségességére, hangsúlyozza a sport szubszidiaritását, kiemeli az európai sportmodell lényeges elemeit. Európában a kormányzati és nem kormányzati sportszervek felépítésükben, kompetenciáikban, szerepeikben lényegesen különböznek egymástól. Megkülönböztethetünk egy liberális, valamint egy olyan modellt, ahol az állami szerepvállalás a sportirányításban hangsúlyosabb. Franciaország a második modell tipikus példája, amelynek tanulmányozása hasznos lehet Magyarország számára a legmegfelelőbb sportirányítási struktúra megtalálásában.

Kulcsszavak: Európai Unió, Franciaország, sportirányítás, kormányzati és nem kormányzati sportszervek.

Abstract

Since the European Union has no competences in the field of sport, it cannot decide models of sport structures for its Member States. The EU however promotes the Member States to preserve their sport structures. It emphasizes the subsidiarity and some important elements of the European sport models. The European sport organisations – governmental and non-governmental ones – vary largely in their structures, competences and roles. We have to differentiate the liberal model from the one where the governmental influence in sport policy is very significant. France is a good example for the latter one. To study the French model might be useful for Hungary to find the appropriate structure in sport policy.

Keywords: European Union, France, sport policy, governmental and nongovernmental sport organisations.

Európai sportstruktúrák

Az Európai Unió – minthogy nincs is kompetenciája a kérdésben – nem határoz meg kötelezően követendő sportirányítási modellt a tagországok számára. Az Európai Bizottság 1998. szeptemberében, *Az európai sportmodell* címmel, konzultációs dokumentumot¹ bocsátott ki, majd 1999-ben, Helsinkiben, az Európai Tanács csúcsértekezletén jelentést terjesztett elő a sportról.² A dokumentum – többek között – szól az uniós tagországokban működő sportstruktúrák megőrzésének szükségességéről is. Ez két dolgot jelent: egyrészt az Unió hangsúlyozza a sport szubszidiaritását,³ másrészt – és ez nagyon fontos – kiemeli, hogy a különbözőségek ellenére az európai sportmodell lényegesen eltér a más fejlődési úton kialakult modellektől, például az észak-amerikaitól. „*Egység a sokféleségben*”? – Igen, az Unió jelmondata ebből a szempontból határozottan illik a sportra is!

Európában nemigen létezik olyan ország, amelyik ne rendelkezne valamilyen állami sportirányítási hatósággal, illetve ezzel párhuzamosan nem kormányzati ernyőszervezettel. Ugyanakkor ezek a kormányzati és nem kormányzati szervek felépítésükben, kompetenciáikban, szerepeikben lényegesen különböznek egymástól. Ha mégis a hasonlóságok és a különbözőségek mentén csoportosítani szeretnénk az országokat, a kutatók által leginkább elfogadott szempont az állami szerepvállalás mértéke a sportéletben. E szerint megkülönböztetünk egy liberális, valamint egy olyan modellt, ahol az állami szerepvállalás a sportirányításban hangsúlyosabb.

Franciaország a második modell tipikus példája. Az állami felügyelet, esetenként beavatkozás, a sport minden szintjén tettenérhető. Nem azon a módon, mint a szocialista országokban 1989-90 előtt, hiszen nem ideológiai alapon és nem direkt utasításokat adva vesz részt az állam a sportéletben. Nálunk és a környező országokban az állam irányító szerepének mérséklődése, valamint az 1990-es évekre jellemző neoliberais gazdasági modellre történő átállási kísérletek felkészületlenül érték a sport világot is. Mára már látszik, hogy az államnak a társadalmi élet jó pár területéről nem kellett volna ilyen gyors ütemben kivonulnia. A sportfinanszírozás liberá-

¹ The European Model of Sport. Consultation Document of DG X, European Commission. 1998.

² COM (1999) 644 final.

³ A szubszidiaritás elve szerint minden döntést azon a lehető legalacsonyabb szinten kell meghozni, ahol az optimális informáltság, a döntési felelősség és a döntések hatásainak következményei a legjobban láthatók és érvényesíthetők.

lis modellje azokban az országokban életképes, ahol egyébként is erős a civil szféra. Azonban az állam ezekben az országokban is hozzájárul a sport szociális, oktatási-nevelési és egyéb funkcióinak ellátásához. Magyarországon a sport nem tud és nem is akar állami finanszírozás nélkül működni. Ebből következőleg az állam, mivel részt vesz a finanszírozásban – logikusan – ellenőrizni szeretné a pénzek felhasználását is. Így egyfajta visszarendeződés figyelhető meg az állami szerepidentitásban, ami azonban nem vezethet a szocialista utasításos modell újjáélesztéséhez.

Mit tegyen ebben a helyzetben az állam, milyen irányítási mintát kövessen, és ehhez hogyan tudnak a sportszervezetek a legjobban alkalmazkodni? Az EU-tagállamok sportstruktúráinak vizsgálata segítséget jelenthet abban, hogy ezekre a kérdésekre megfelelő válaszokat adhassunk. A francia „centralista” példa érdekes átmenet a volt szocialista és a jelenlegi nyugat-európai modellek között, ezért érdemes részletesen is bemutatni.

Út egy sporttörvényig

Franciaországban a II. világháború előtt a sport önszerveződő alapon működött, bázisát az egyesületek és a szövetségek tevékenysége jelentette. Habár az első jogi szöveg, amely lehetővé tette az állami beavatkozást ezen a területen, csak 1940-ben született,⁴ az 1945. augusztus 28-i végzés⁵ Franciaországban már egy olyan sportirányítási modell felállításáról rendelkezik, amelyben az állami ellenőrzés és beavatkozás egyedülállóan erőteljes. A testnevelési és sporttevékenység szervezéséről és fejlesztéséről szóló 1984. július 16-i törvény⁶ meghatározza, hogy a sport milyen keretek között számít közszolgáltatásnak. Ez a törvény megkülönbözteti a szövetségeket aszerint, hogy melyek kapnak az államtól működési engedélyt, és melyek részesednek ezen felül átruházott állami hatáskörökkel is.

A 2000. évi sporttörvény⁷ megerősíti ezeket a kereteket és azt az elvet, miszerint az állam és a sportmozgalom szorosan együttműködik. Ezt a szigorúságot oldja a 2003. évi törvény,⁸ amely jóval több önállóságot biztosít a sportszervezeteknek szervezeti struktúrájuk kialakításában, legyen szó az egyesületekről vagy a szövetségekről, de nem tisztázza, hogy melyik tekinthető alapegységnek. Szigorú

⁴ 1940. december 20-i törvény.

⁵ Ordonnance du 28 août 1945.

⁶ Loi n°84-610 du 16 juillet 1984.

⁷ Loi sur le sport, 6 juillet 2000.

⁸ Loi du 1^{er} août 2003.

szabályozás mellett, e törvény engedélyezi gazdasági szereplők bevonását is ebbe a föderális rendszerbe a sporttevékenység fejlesztése érdekében. Az egységesség elve alapján szabályozási jogkört utal a szövetségekhez a sporttevékenység különféle formáinak (amatőr és professzionális) megfelelő irányítása érdekében, valamint azért, hogy elősegítse ezek között a pénzügyi szolidaritást, illetve tisztázza a profi klubok és a szövetségek pénzügyi kapcsolatait. A törvény hiányosságainak rendezésére és a szövetségek jogi státuszának tisztázására 2004-ben miniszteri rendeletet adtak ki, amely kötelezi a szövetségeket pénzügyi szabályzat kidolgozására.

Kormányzati szerepvállalás

Franciaországban sajátos állami sportadminisztráció létezik, és az önálló sportminisztérium működési gyakorlata is bizonyítja a közpolitika beavatkozási szándékát ezen a területen. Az egymást követő kormányok egyedülálló fejlődési pályát határoztak meg, amely az állam mint a kincstári funkciók gyakorlója és a sportmozgalom mint delegált közszolgáltatás-ellátó közötti együttműködésen alapul.

A minisztériumi működési engedélyek kiadásának mechanizmusa a sportszövetségek részére lehetővé teszi, hogy eldöntsék, milyen alapszabályt fogadjanak el, elismerve mindemellett részvételüket az állami közfeladatok ellátásában. Párizs, az általunk vallott autonómiafelfogással ellentétben, minisztériumi tisztségviselőket delegálhat az egyes szövetségekbe. Ez azt eredményezi, hogy az állam beleszólhat azok szervezeti felépítésébe, a sportág mindennapi életébe. Az állami gyámság valós, és elég szorosan megszabja a szövetségek mozgásterét, különösen a sportági szankciók esetében.

Mit is jelent a szövetségek közreműködése a közfeladatok ellátásában? Két típust különböztethetünk meg ebből a szempontból: az akkreditált és az úgynevezett felhatalmazott szövetségeket⁹. Az akkreditált szövetségek feladata elsősorban a testmozgás, a testnevelés és a sport népszerűsítése, ezek megszervezése és folyamatos fejlesztése, az önkéntesek bevonása és képzése, illetve a licencek és szövetségi bajnoki címek odaítélése.

Az úgynevezett felhatalmazott¹⁰ szövetségek közvetlenül vesznek részt közfeladatok végrehajtásában, amelyben közreműködnek a francia ifjúsági és sportminisztérium (MJSVA)¹¹ képviselői. Ezek a sportági szakszövetségek jogosultak, az előző típusú szövetségek fel-

⁹ Fédérations agréées, fédérations délégataires.

¹⁰ Vagy: átruházott hatáskörökkel bíró.

¹¹ Ministère de la jeunesse, des sports et de la vie associative.

adatai mellett, olyan versenyeket szervezni, amelyekben nemzetközi, országos, regionális vagy megyei címeket ítélhetnek oda. Meghatározzák a sportág technikai és adminisztrációs előírásait, a versenyszervezés és lebonyolítás szabályait, kivéve a közbiztonság fenntartásának kérdéseit. Ez utóbbi terület, amely többek között a nézőtéri erőszakkal, a doppingszerek használatával, a fegyelmi kérdésekkel, az orvosi szabályozással foglalkozik, egyéb törvényi szabályozás és specifikus rendeletek tárgyát képezi. Az állami felügyelet azt is jelenti számukra, hogy mivel az állam hatásköröket ruház át a szövetségekre, ez utóbbiaknak be kell tartaniuk a különböző szinten hozott rendeleteket is, együttműködve a miniszteri küldöttekkel, akiknek megújítható mandátuma négy évre szól.

Mivel a sport világát egyre több törvényi szabályozás érinti, jó páran gondolják úgy, hogy a sportminisztérium beavatkozik független civil szervezetek, nevezetesen a sportszövetségek működésébe, jöllehet a Francia Nemzeti Olimpiai és Sport Bizottság (CNOSE)¹² is folyamatosan részt vesz a kormányzati döntéshozatali folyamatokban.

Bárhogy is legyen, a francia közigazgatási rendszer decentralizációjával párhuzamosan a minden szinten jelenlévő minisztériumi képviselő a helyi, megyei és regionális önkormányzatok megerősödésével, szerepük és feladataik megnövekedésével, más jelleget kell hogy kapjon a jövőben.

Az 1. ábra a francia sport szervezeti felépítését mutatja be szemantikusan.

		ÁLLAMI STRUKTÚRA		SZÖVETSÉGI STRUKTÚRA		
		ÁLLAM	ÖNKORMÁNYZATOK	SPORTMOZGALOM	OLIMPIAI MOZGALOM	SPORTIRODÁK
ORSZÁG	→	KORMÁNY MINISZTERIUMOK		FRANCIA SPORTSZÖVETSÉG	FRANCIA OLIMPIAI ÉS SPORT BIZOTTSÁG	ÖNKORMÁNYZATI SPORTIRODÁK NEMZETI SZÖVETSÉGE
REGIO	→	RÉGIÓ-PREFEKTUS REGIONÁLIS IFJUSÁGI ÉS SPORT IGAZGATÓSÁG	RÉGIÓ ÖNKORMÁNYZAT	LIGA REGIONÁLIS BIZOTTSÁG (SZÖVETSÉG)	REGIONÁLIS OLIMPIAI ÉS SPORT BIZOTTSÁG	SPORTIRODÁK REGIONÁLIS SZÖVETSÉGE
MEGYE	→	PREFEKTUS MEGYEI IFJUSÁGI ÉS SPORT IGAZGATÓSÁG	MEGYEI ÖNKORMÁNYZAT	MEGYEI BIZOTTSÁG (SZÖVETSÉG)	MEGYEI OLIMPIAI ÉS SPORT BIZOTTSÁG	SPORTIRODÁK MEGYEI SZÖVETSÉGE
HELYI KOZOSSÉG	→		HELYHATÓSÁGOK KISTÉRSÉGEK	KLUB EGYESULET		TELEPÜLÉSI SPORTIRODÁK

1. ábra: A francia sport szervezeti felépítése

¹² Comité national olympique et sportif français.

Forrás: Peter Farkas (2005): *Le sport saisi par l'Union européenne*. Thèse de doctorat. p. 51, Nice. 51. p. 2005 és Marcel Retailleau, Président du Comité Régional Olympique et Sportif, Pays de la Loire, 15 Mars 2004, <http://www.nantes-metropole.com/X-FICHIERSPDF/DocCros.pdf>.

Az együttműködés az állam és a sportmozgalom között nem jelenti azt, hogy az állam ne őrizné meg előjogait a sportpolitika alakításában.

Az állam felelős az iskolai testnevelésért és sportért, amely az oktatási minisztérium hatáskörébe tartozik, valamint a különböző szintű sportszakemberképzésért a sportminisztérium felügyelete alatt. A sportminisztérium minden évben körülbelül tízezer szakdiplomát ad ki (állami sportoktatói oklevél).

Az élsport szintén a minisztérium hatáskörébe tartozik, amely felelős a felkészülési feltételrendszer megteremtéséért a nagy világversenyekekre, illetve az élsportolók képzéséért, iskoláztatásáért.

Az MJSVA¹³ a jogi és szabályozási környezet megteremtésében is kiemelkedő szerepet játszik, tanácsadója és pénzügyi támogatója a szövetségeknek. A sport népszerűsítésében, a különböző események reklámozásában is aktívan részt vesz, csakúgy, mint a sportberuházások támogatásában.

Az állami vagy politikai beavatkozás a sportba Franciaországban nem azon a logikán alapul, hogy a fennálló rendszer magasabbrendűségét e területen keresztül is hirdesse, vagy hogy a politikai vezetőréteg pozícióit erősítgesse az olimpiai, illetve világ- és Európa-bajnoki sikerek által. Itt a beavatkozás logikáját a jogrend, jogbiztonság fenntartása adja, amely magába foglalja többek között a gazdasági jogrendet (beavatkozás a profi sportklubok szervezeti felépítésébe vagy bevételei elosztásába, nevezetesen a televíziós közvetítési jogokkal kapcsolatban), a szociális rendet (a fiatal sportolók vagy a játékosügynökök státusa) és az egyén jogrend általi védelmét.

A nem kormányzati sportstruktúra

Mindegyik uniós tagországban az állami struktúra mellett létezik egy olyan sportszövetségi ernyőszervezet, amely összefogja a sportági szakszövetségeket, és amelynek leglényegesebb feladata a sportmozgalom képviselője a kormányzati szerveknél. Ezek küldetése, feladata igen fontos, hiszen a legnagyobb nehézséget éppen az jelenti a

¹³ A sporttal foglalkozó minisztériumi és közhivatali létszám 2004-ben Franciaországban 5668 fő volt (Németországban 110 fő), míg az önkormányzatoknál foglalkoztatottak száma 48 815 (Németországban 12 000).

közhatalom gyakorlóinak számára a sportmozgalommal kapcsolatban, hogy a sportszervezetek száma egyre növekszik, valamint hogy a különböző érdekek összehangolása nem lehet állami feladat.

Ennek a sportszervezeti „konföderációnak” a feladata a különböző országokban lehet formális, esetleg jóváhagyó, de az állami szervek mellett közös irányító szereppel is bírhat. Sok országban ezt a feladatot Nemzeti Olimpiai Bizottság látja el, hagyományos szerepe, az olimpiai mozgalom képviselője mellett. Ez a helyzet Belgiumban, Görögországban, Írországban, Olaszországban, Luxemburgban, Portugáliában vagy Franciaországban is.

Így a nem kormányzati sportstruktúra legjelentősebb szereplője Franciaországban a CNOSF, amelynek feladata a törvény erejénél fogva kiterjed az egész szövetségi sportmozgalomra és a szövetségi rendszeren belüli vitás kérdések eldöntésére is.

A sportgyakorlás szervezeti felépítése a galloknál is elsősorban az egyesületi rendszeren nyugszik. A 730 ezer egyesületből 170 ezer sportegyesület, amelyek közel 14 millió tagot és - ezen belül - 13 millió igazolt versenyzőt számlálnak.¹⁴

Ez a rendszer az 1901-es egyesülési törvény¹⁵ óta folyamatosan bővült és tökéletesedett, kialakítva azt a piramisstruktúrát, amely az európai sportot egyébként is jellemzi. Az egyesületek vezetői egyszerű többséggel választott tisztségviselők, az egyesületi, szövetségi munkát pedig 1,5 millió önkéntes is segíti.

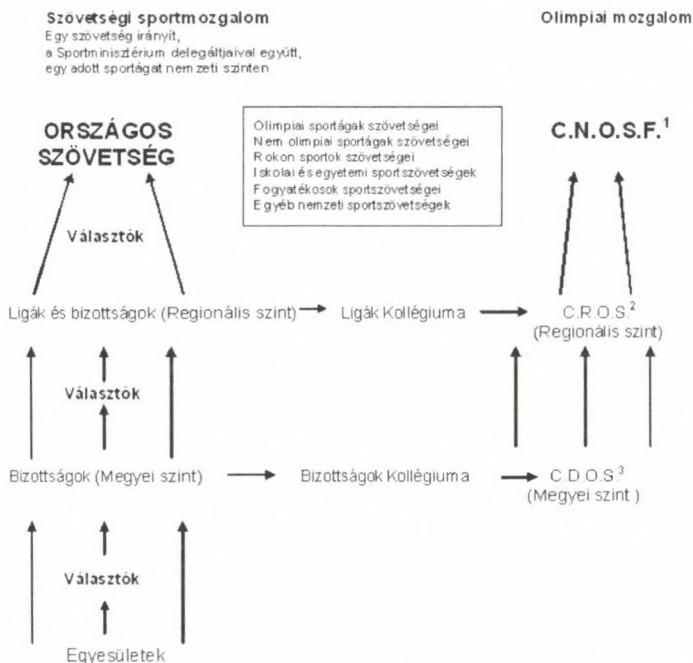
A gyakorlatban nemigen születik úgy kormányzati/önkormányzati döntés sportkérdésekben Franciaországban, hogy azt ne tárgyalják volna meg, és ne támogassák az alsóbb sportszervek. A CNOSF szintén képviselteti magát régiós és megyei szinteken, ami természetesen ellentmondásoktól sem mentes - partneri viszonyt tesz szükségessé a sportminisztérium szintén delegált helyi képviselőivel, valamint a régiós és megyei közgyűlések referenseivel. Pontosan ez is a szabályozás célja és feladata: összefogni az érdekelt feleket.

A 2. ábra a francia sportmozgalom szervezeti felépítését mutatja be.

A CNOSF közhasznú egyesület, amelyet az összes sportszövetség alkot. A CNOSF képviseli Franciaországban a Nemzetközi Olimpiai Bizottságot, ebből következően alárendelt az Olimpiai Charta követelményeinek.

¹⁴ Forrás: Francia Szenátus, 2003. június 16-i ülés összefoglalója.

¹⁵ Loi du 1er juillet 1901.



Rövidítések: ¹ Francia Nemzeti Olimpiai és Sport Bizottság, ² Regionális Olimpiai és Sport Bizottság, ³ Megyei Olimpiai és Sport Bizottság.

2. ábra: A francia sportmozgalom szervezeti felépítése

(Forrás: <http://www.comite-olympique.asso.fr>, <http://www.drdjs-franche-comte.jeunesse-sports.gouv.fr>, <http://www.jeunesse-sports.gouv.fr>.)

A CNOSF a következő missziókat teljesíti:

- A francia sport képviselője a közhatalmi és hivatalos szervek mellett.
- Az olimpiai sportágak szabályainak betartatása.
- Közreműködés az olimpiai felkészülésben és válogatásban, az olimpiai részvétel biztosítása.
- A sport szociális szerepe érvényesülésének elősegítése.
- Gyakorlati segítségnyújtás a tagszövetségeknek.

Békítőbírósként is működik a sport különböző szintjein megjelenő konfliktusok feloldása érdekében, kivéve a doppingolásból származó eseteket.

A francia sport szervezeti felépítése, a benne rejlő logika és eszmerendszer nem feltétlenül követendő példa, csak egy modell. Megismerése segítheti Magyarországot –megváltozott társadalmi viszonyaink közepette – a legmegfelelőbb sportirányítási struktúra megtalálásában. Az állami szerepvállalás ilyen erős foka nem idegen

a piaczgazdaságtól, az egyéni és szervezeti önállóságon alapuló nyugati demokráciától. Sőt, az állam betölthet fontos feladatokat a társadalmi élet számos területén, így a sportban is. A francia átruházott hatáskörökön alapuló modell éppen ezt példázza. Vannak más minták is, lehet azokból is okulni, de a tradícióktól teljesen elszakadni úgysis reménytelen kísérlet.

Irodalom

Arnaud, P. (1998): *Sport et relations internationales*. L'Harmattan, Paris.

Bourg, J.F. (2000): *L'économie du sport*. In: Arnaud, P. (Dir.): *Le sport en France*. La documentation Française, Paris.

Farkas, Péter (2005): *Le sport saisi par l'Union européenne*. Thèse de doctorat. Nice.

Jeu, B. (1987): *Analyse du sport*. Editions Presses Universitaires de France, Paris.

Miège, C. (1993) : *Les institutions sportives*. Collection Que sais-je? Editions Presses Universitaires de France, Paris.

Miège, C. (1998): *Le sport européen*. Collection Que sais-je? Editions Presses Universitaires de France, Paris.

Rémy, D. (1991) : *Le sport et son droit*. Edition Romillat, Paris.

**„HANDS IN HANDS”
SPORT ÉS POLITIKA A SZÖULI OLIMPIAI JÁTÉKOK
KAPCSÁN**

**Sport and politics in connection with
the Seoul Olympic Games**

● **Onyestyák Nikolett**

Semmelweis Egyetem Testnevelési és Sporttudományi Kar,
Társadalomtudományi Tanszék

Összefoglaló

A Nemzetközi Olimpiai Bizottság 1981-ben Baden-Badenben rendkívüli kihívást jelentő döntést hozott, amikor a hidegháborús küzdelmek miatt évtizedek óta megtépzott nyári olimpiai játékok megrendezésének jogát a bipoláris világ megosztottságát, a kommunizmus és a kapitalizmus küzdelmét kitűnően reprezentáló, a Koreai-félszigeten lévő Szöul városának ítélte oda. Vajon hogyan volt elérhető az 1980-as évek rendkívül lobbanékony nemzetközi hangulatában az, hogy a mindazidáig politikai harcok színtereként szolgáló nyári játékok a kooperáció, a megbékélés szigetévé váljanak? A hidegháború utolsó olimpiája a politikai vetélkedés leküzdésével a kultúra virágzását, a legitimitást, az egyesülés lehetőségét és az ezáltal létrejövő, békésebb új korszakot vezette be az olimpiák színterére.

Kulcsszavak: Korea, Juan Antonio Samaranch, szöuli olimpia, újraegyesülés.

Abstract

The International Olympic Committee in 1981, after decades of great challenges of the Olympic Movement, in Baden-Baden, has chosen Seoul as the host of the 1988 Olympic Games, the city of a divided country Korea, which best represents the struggle of the cold war, the war of capitalism and communism. How could this Summer Olympics become the island of peace in this inflammable international situation? The clue, or essence of the Games could be described by four main characteristics: culture, legacy, unity and new era.

Keywords: Korea, Juan Antonio Samaranch, Seoul Olympic Games, reunification.

A sport és politika összefonódása a modern olimpiák történetében

A Nemzetközi Olimpiai Bizottság baden-badeni döntése, mely az 1988-as olimpiai játékok helyszínét meghatározta, egy újabb fejezetet nyitott a politika és a sport kapcsolatában.

A modern olimpiai játékok története során az aktuális világpolitikai helyzet mindvégig kifejtette hatását a szuverenitását és a békeeszmét hangoztató olimpiai mozgalom tevékenységére. A világháborúk miatt három olimpia maradt el (1916, 1940, 1944). A hitleri Németországot a zsidóüldözések miatt fenyegette meg bojkottal az Egyesült Államok 1936-ban, végül a berlini olimpián a propagandagépezet kapott csak igen jelentős szerepet. 1952-ben megjelent a játékokon a Szovjetunió és vele együtt a hidegháború, 1956-ban a magyar forradalom és a szuezi válság hatása volt érzékelhető. Rómában a Tajvan-Kína konfliktus élesedett ki, Tokióban a dél-afrikai kérdés került napirendre, Mexikóvárosban a helyi diák-tüntetések okoztak nehézségeket, Münchenben a terrorizmus és az apartheid problémái jelentkeztek. Montrealban az afrikai országok, Moszkvában az Egyesült Államok és szövetségesei, Los Angelesben pedig a szocialista blokk élt a bojkott fegyverével (*Byung Kee és mtsai, 1984*).

A dél-koreai probléma

A Koreai-félsziget megosztottsága a második világháború utáni, nagyhatalmak közötti potsdami megállapodásból ered, miszerint a félszigeten a 38. szélességi foktól északra a szovjet, délre pedig az amerikai hadsereg fogadja a japán csapatok kapitulációját. A két rendszer konfliktusa az ötvenes években a koreai háború kapcsán fegyveres harcba ment át, melynek végső fegyverszüneti egyezményvel való lezárása stabilizálta a megosztottságot. Északon *Kim Ir Szen* vezetésével a világ egyik legdiktatórikusabb kommunista kormánya jött létre és maradt fenn a mai napig. Délen, az amerikai csapatok jelenléte mellett, erősen autokratikus, antidemokratikus rendszer alakult ki, amely csak az 1980-as évek második felében kezdett nyitottabbá válni. Az addig elszigetelt, amerikai protektorátus alatt működő Koreai Köztársaságnak a szocialista blokk országaival semmiféle diplomáciai, kereskedelmi kapcsolata nem volt (*Gafner, 1990. 44.*).

Felmerül az olimpia rendezésének terve

A Koreai Köztársaság Olimpiai Bizottságát 1947-ben ismerte el a NOB, azonban 1978 szeptemberéig nem rendezett nemzetközi sporteseményt a távol-keleti ország, amikor is a Taereung Nemzetközi Sportlövészeti Versenyen fogadta a világ sportolóit. Ezután az olimpiai bizottság elnöke, *Park Csong Kju*, a japán sikerekkel érvelve, meg-

győzte az ország elnökét, *Park Csung Hit*, hogy Dél-Koreának különleges előnyöket jelentene egy olimpia megrendezése, ugyanis nemcsak az északkal való szembenállás megszüntetéséhez járulhatna hozzá, hanem lehetőséget biztosítana arra, hogy a fejlett országokhoz csatlakozzanak.

Az államelnök tisztában volt azzal, hogy országa jelentős gazdasági kapacitásokkal rendelkezik, de ennek kiaknázásához a nemzetközi közösséggel való kapcsolatrendszerre is szüksége van. Az olimpia rendezésének terve kiváló állomásnak ígérkezett a modernizálás és fejlődés folyamatában. Ennek értelmében a Puerto Ricó-i NOB-konferenciára utazó dél-koreai küldöttségnek különleges feladatot adott ki az elnök: „*Próbáljatok kapcsolatba lépni a Puerto Ricó-i gyűlésen részt vevő összes nemzeti olimpiai bizottsági taggal és hivatalnokkal, annak érdekében, hogy Korea győzelme biztosítva legyen, mert, ha pályázunk és nem nyerünk, rosszabb, mint ha nem is próbálkoznánk*” (*Seh-Jik*, 1993. 3.). A NOB részéről *Mario Vazquez Raña* támogatásával és kapcsolatrendszerével számolhattak a koreaiak. Ugyanakkor *Park Csung Hi* elnök 1979. október 26-ai meggyilkolása megnehezítette az országba vetett nemzetközi bizalom fenntartását. Mindemellett pedig a belső pénzügyi problémák is felszínre kerültek (*Woong Yong*, 1998. 11.) A hivatalba lépő új államelnök, *Cson Tu Hvan* mindezek ellenére kitartott elődje elhatározása mellett: „*Komoly indokok hiányában nem vethetjük el a korábbi államelnök határozatát, és nem szabad feladnunk egy ilyen méretű történelmi tervet anélkül, hogy mindent megpróbálnánk megtenni annak megvalósítása érdekében*” (*Seh-Jik*, 1991. 7.). Ilyen előzmények után, végül 1981. február 26-án küldték be a NOB-hoz a szülői olimpiai kandidációt, és az akkor még a politikai ügyekért felelős miniszter, *Ro Te Vu* vezetésével egy jelentős méretű olimpiai kampányba kezdtek mind nemzeti, mind nemzetközi szintén.

1981 szeptemberében Baden-Badenben megszületett a döntés. Szöul Nagoja ellenében 52:27 arányban szerezte meg a NOB-tagok támogatását, és ezáltal a lehetőséget az 1988-as nyári játékok megrendezésére. Az észak-koreai olimpiai bizottságból érkező *Kim Ju Szun* azonnal kivonult a teremből, a szocialista blokk többi országa pedig, melyek természetesen Nagoját támogatták, kényelmetlen helyzetbe kerültek. *Juan Antonio Samaranch* NOB-elnök tisztán látta a nemzetközi szituációt és a döntésből fakadó problémát: „*Tudatában voltam annak, hogy ezzel a döntéssel egy hosszú kálvária előtt állunk.*” A bojkottfenyegetés már Baden-Badenben felmerült, hiszen Észak-Korea azonnal párbeszédbe kezdett a szövetséges szocialista államokkal, hogy közösen fejezzék ki megdöbbenésüket és

problémáikat, valamint azon kívánalmukat, hogy vizsgálják felül e felelőtlen döntést (Miller, 1992. 183.). „A moszkvai bojkott után a Los Angeles-i játékok fölött is viharfelhők gyülekeztek, és bojkottveszély fenyegette azokat. Ehhez a szituációhoz ekkor hozzáadódott még egy nagy probléma azáltal, hogy Korea mellett szavaztunk az 1988-as játékok megrendezéséről” (Samaranch, 2002. 66.). „Egy problémás országot szavaztunk meg, mely demokráciadeficitje miatt rossz nemzetközi arculattal rendelkezett, nemzetközileg elszigetelt volt, a világ országainak nagy részével nem volt diplomáciai kapcsolata” (Samaranch, 2002. 200.).

Dél-Koreának tehát számos kihívással kellett szembenéznie (Woong Yong, 1998. 12.). A játékok megrendezése nagy kockázatot jelentett az újonnan megválasztott, Cson elnök vezette katonai kormánynak, amely a koreai emberek és a nemzetközi közösség legitimitációjáért is küzdött. Emellett ott volt Észak-Korea, amely gyenge gazdasági és nehéz nemzetközi politikai helyzetében joggal volt féltékeny arra, hogy ellenséges déli szomszédja a nemzetközi figyelem középpontjába kerül. A két országrész közti kényes egyensúlyi helyzet fenntartása érdekében katonai lépéseket is elképzelhetőnek talált. A Rodong Szinmun című észak-koreai állami újság így mutatta be az olimpiai készülődést: „A dél-koreai fasiszta katonai hatalom a bábkormány magas rangú tisztviselőit és hatáskörrel rendelkező képviselőit mobilizálja, hogy neveltségesen nagy hűhót csapjanak nap, mint nap az olimpiával kapcsolatban, melyet 1988-ban szeretnének Szöulban megrendezni. Most Dél-Korea bábjai a szocialista és az el nem kötelezett államokat próbálják megkönyékezni annak reményében, hogy fel tudják venni velük a diplomáciai kapcsolatokat, hogy ezáltal ismertessék el államuk legitimitását” (Seh-Jik, 1991. 7.).

Szöul problematikáját tehát az is fokozta, hogy 37 nemzeti olimpiai bizottsággal rendelkező országnak nem volt diplomáciai kapcsolata a Koreai Köztársasággal, a Szovjetunióval és Kínával is beleértve. Felmerült tehát annak az esélye, hogy ezek az országok az észak-koreaiakkal szolidaritást vállalva, komolyabb fejtörés nélkül támogatnak majd egy újabb bojkottot. Mindemellett Dél-Korea történelmének első békés hatalomátadását 1988-ra tervezték, mely belső zavargásokat, indulatokat szülhetett éppen a nyári játékok évében, ellentmondva az olimpiai békeeszmének.

Észak-Korea politikája a nyolcvanas évek elején

Az 1980-as évek első felében a szöuli készülődést rendre észak-koreai, terrorakció jellegű cselekmények, fenyegető nyilatkozatok zavarták meg annak érdekében, hogy a helyszín megváltoztatását érjék



el a Nemzetközi Olimpiai Bizottságnál. 1982. május 6-án így írt az észak-koreai állami napilap: „Dél-Korea képtelen megbirkózni egy ilyen nagyméretű esemény megszervezésével, mint az olimpiai játékok. Dél-Korea a pokoli zűrzavar megtestesítője, ahol gyilkos fenyegetettséget okoz a fasiszta terrorvezetés. A gazdaságuk is borzasztó állapotban van. Olimpiai hazárdjátékukat az ártatlan emberekből kikényszerített pénzzel kell majd finanszírozniuk” (Seh-Jik, 1991. 9.).

Észak-Korea tudta, hogy egy sikeres szöuli olimpia kimozdítaná a két állam között fennálló egyensúlyi helyzetet, így terrorista terveket, akciókat kezdett kidolgozni a rend megzavarására. Először 1981 júliusában hajtottak végre Manilában egy sikertelen terrorista cselekményt Cson Tu Hvan elnök ellen. Azután 1983. október 9-ére Észak-Korea háromoldalú tárgyalást kezdeményezett déli szomszédja és az Egyesült Államok részvételével Burmában. A rangooni Aung San Mausoleumba érkező dél-koreai delegáció „rejtélyes körülmények között” a helyszínen bombamerénylet áldozata lett, 17 delegált vesztette életét, az elnök csupán azért nem vált áldozattá, mert késve érkezett.

1984-től Észak-Korea a terrorizmust féltetve, a szövetségeseire is támaszkodó, aktív propaganda-hadjáratot indított a Nemzetközi Olimpiai Bizottság befolyásolására, hogy elérje a szöuli olimpiával kapcsolatos céljait. Először Fidel Castro, majd az észak-koreai miniszterelnök írt levelet a NOB-nak, amelyben a szöuli helyszín veszélyes voltára kívánták felhívni a figyelmet. „Szöul nem biztonságos város, hiszen a háború veszélye folyamatosan jelen van ott, valamint a belső politikai helyzete is aggasztóbb, mint a világ bármely más városának. Egyértelmű, hogy egy olyan nemzetközi sportverseny, mint az olimpiai játékok, melynek célja a jóakarát és a harmónia, nem rendezhető meg sikeresen Szöulban, ebben a háborús légkörű városban” (Seh-Jik, 1991. 15.).

Emellett az észak-koreai NOB-tag, a nemzeti olimpiai bizottsági elnöke, Kim Ju Szun is Samaranch tudtára kívánta hozni álláspontját: „Mivel a koreai katonai demarkációs vonal mentén folytonos a harci állapot, arra sürgetjük a NOB-ot, hogy tegye meg azokat a haladéktalanul szükséges lépéseket, melyeket az olimpiai charta is előír, vagyis ne tartsa meg az olimpiai játékokat, ha a kijelölt helyszínen háborús állapotok uralkodnak. Ellenezzük, hogy az olimpiai játékok ezen ország déli részén legyenek megrendezve, és azt sem kívánjuk, hogy északon tartsuk meg azokat” (Seh-Jik, 1991, 15.). Ennek ellenére az 1984 decemberi NOB-gyűlésen fel sem merült a helyszín megváltoztatásának a kérdése.

A Szovjetunió és Kína álláspontja

A Szovjetunióknak támogató álláspontot kellett mutatnia Észak-Korea irányába, ugyanakkor az 1984-es bojkott miatt a szovjet sportolókat sújtó olimpiai távolmaradás, illetve az esetleges újbóli bojkott esetén várható szankcióktól való félelmek nem egyértelműsíthették a szolidaritás vállalását. Ugyanakkor felsőbb parancsra a két szovjet nemzetközi olimpiai bizottsági tag, *Adrianov* és *Szmirmov* erős hangvétellő, bizarr levelet küldött a NOB-nak, melyben bírálták azt, hogy a szervezet kiállt Los Angeles mellett, és most Szöul tekintetében is hajthatatlannak bizonyul. Azzal a képtelenséggel vádolták a NOB-ot, hogy Los Angeles csak azért nyerte el az 1984-es rendezés jogát, mert 225 millió dolláros televíziós jogdíjából származó bevételt ajánlott föl a szervezetnek, holott Mexikó és München pályázata¹ jobb volt. Emellett bíralták a NOB-ot, hogy a faji megkülönböztetést támogatja azáltal, hogy néhány nemzeti olimpiai bizottságnak továbbra is kapcsolata van az apartheidrendszer fenntartó Dél-Afrikával. Később a két szovjet NOB-tag bocsánatot kért a vádakért, és visszavonták rendeletre írt levelüket.

A szovjet sajtó egészen 1984 novemberéig, a nemzeti olimpiai bizottságok szervezetének (ANOC) üléséig Szöul-ellenes kampányt folytatott. A Szovjetszkij Szport és az Izvesztyija napilapokban rendre jelentek meg a játékok színhelyét kifogásoló cikkek, sportolói, edzői, szakvezetői nyilatkozatok: *„Igazából még nem késő kijavítani a három évvel ezelőtti baklövést [Szöul kiválasztása] (...) Nem egyszerűbb most végérvényesen egy helyszínváltoztatást végrehajtani, semmint hogy olyan messzire jusson el az ügy, mint a Los Angeles-i rémálom?”* (Pound, 1994. 60.).

Ugyanakkor a szocialista blokkon kívülről is érkeztek aggodalmat kifejező megnyilatkozások. *Franco Carraro*, olasz NOB-tag is félelmeinek adott hangot például akkor, amikor arra tett javaslatot, hogy az 1988-as játékokat rendezze a következő olimpiára pályázó Párizs vagy Barcelona. A katalán város polgármestere a lehetőségen kapva nyilatkozatot bocsátott ki, hogy Barcelona készen áll akár az 1988-as olimpia befogadására is. Ennek ellenére az ANOC ülésén a 155 résztvevő egyöntetűen kitartott Szöul mellett.

Kínával kapcsolatban már az 1986-os, szintén Szöulban rendezendő Ázsiai Játékokon való részvétel kérdésessége is felmerült. Ugyanakkor az ázsiai óriás épp csak 1984-ben kapcsolódott vissza az olimpiai szereplésbe, és miután az 1990-es Ázsiai Játékok megren-

¹ Az 1984-es olimpiára csak Los Angeles pályázata érkezett be a NOB-hoz, a másik két ország nem pályázott erre az évre.

dezésére kandidálni is kívánt, nem tehetette kockára a Nemzetközi Olimpiai Bizottság jóindulatát.

Új javaslat: közös rendezés

Az a tény, hogy a NOB részéről a helyszín kérdése eldöntöttnek tűnt, arra készítette az észak-koreai politikát, hogy új Szöul-stratégiát válasszon. Az új stratégia azon alapult, hogy az olasz külügyminiszter, *Giulio Andreotti* 1984. június 27-én a dél-koreai külügyminiszternek, *Li Von Kjung*nak címzett levelében javaslatot tett a nyári játékok közös, észak- és dél-koreai rendezésére. Ezt az ötletet hamar magukévá tették a szocialista országok, később pedig a NOB is. A Szovjetunió részéről *Marat Gramov* így kommentálta a felvetést: „minden állam egyet tudna érteni a szöuli olimpiai játékokon való részvétellel, ha Dél-Korea átadna bizonyos versenyszámokat Észak-Koreának” (*Seh-Jik*, 1991. 16.).

Kim Ju Szun 1985 júliusában küldött hivatalos levelet *Samaranch*nak, melyben az egyenlőségen alapuló, Észak- és Dél-Korea között megosztott, közös rendezésű olimpia ötletének támogatását kérte. Dél-Korea természetesen nem hagyhatta szó nélkül a számára meglehetősen előnytelen felvetést, és a NOB-ot a kérelem visszavonatására hívta föl. „Észak-Korea ismét alávaló módon politikai eszközként kívánja felhasználni az olimpiai játékokat. Nem tudunk mi más következtést levonni, minthogy az észak-koreai abszurd követelés nem más, mint egy kitartó ármány, melynek célja a sikeres szöuli olimpia megnyitásának a megakadályozása, megfűrése. Még egyszer felhívnanánk a figyelmet arra a sajnálatos tényre, hogy mióta 1981-ben Szöul olimpiai helyszínnek megválasztották, Észak-Korea végig ravaszon azon mesterkedett, hogy szabotálja a szöuli olimpiát” (*Pound*, 1994. 82.).

Észak-déli tárgyalások NOB-közvetítéssel

A lehetőségek megvizsgálása, az álláspontok közelítése és egy történelmi megállapodás elérése érdekében a Nemzetközi Olimpiai Bizottság négy fordulóból álló tárgyalássorozatot irányzott elő, melyen egy történelmi jelentőségű újdonság, két város között megosztott nyári játékok megvalósítási lehetőségeiről vitázhattak. A tárgyalásokon mindkét fél hat-hat fővel képviseltethette magát, valamint jelen volt a NOB legfelsőbb vezetése. A Nemzetközi Olimpiai Bizottság kezdeti javaslatában, mely a tárgyalássorozat kiindulópontját is jelentette, két sportág előselejtező versenyének megrendezését, az or-

szágúti kerékpárverseny közös kivitelezését és a megnyitóünnepségen való egymás melletti bevonulást propagálta.

A tárgyalási fordulók menetrendje minden esetben hasonló volt. A két fél ismertette álláspontját, majd külön-külön, zárt ajtók mögött tárgyaltak a NOB magas rangú vezetőivel. Ezután következhetett a közös vitanap, mely az álláspontok közelítésére, egymás meggyőzésére volt hivatott.

Első forduló

Az első fordulón, 1985. október 8-9-én, az Észak-koreai Olimpiai Bizottsági elnöke, *Kim Ju Szun* egy tízpontos javaslattal állt elő, mely állama „*őszinte, mindenféle ferdítésektől mentes olimpiai elkötelezettségét mutatta*” (*Pound*, 1994, 107.):

- legyen közös a rendezés;
 - közös csapattal képviseltesse magát a két országrész;
 - az 1988-as játékok a „Koreai Olimpiai Játékok” vagy a „Korea Phenjan-Szöul Olimpiai Játékok” nevet kapják;
 - a megrendezendő versenyeket egyenlő arányban osszák meg a két fél között;
 - a nyitó- és záróünnepségeket párhuzamosan tartsák meg a két városban, a felosztott versenyszámok szerinti részvétellel;
 - a televíziós jogokból származó bevételeket ossza meg a két országrész;
 - a versenyekért a „Koreai Olimpiai Játékok Közös Szervezőbizottsága” feleljen;
 - a következő sportági versenyek megrendezését kérte Észak-Korea (Phenjan): íjászat, judo, atlétika, torna, súlyemelés, röplabda, asztalitenisz, birkózás, kézilabda, lövészet, úszás;
 - Észak-Korea (Phenjan) garantálni fogja a Nemzetközi Olimpiai Bizottság szabályzata szerint a sikeres előkészületet és lebonyolítást;
 - a versenyek alatt biztosítják a szabad átutazást a két országrész közötti határon a versenyzők, hivatalos személyek, újságírók és turisták számára;
- a két város között összekötőutakat építenek.

Dél-Korea ezzel szemben arra hivatkozott, hogy a NOB szabályzata szerint olimpiát egy város szervezhet, így a közös rendezésnek helye jogilag nem is lehet. Emellett hangsúlyozta, hogy az Olimpiai Stadion előző év szeptember 29-én megrendezett felavatásán jelentős szocialista országok is részt vettek, mint Kína, Szovjetunió, NDK, Lengyelország, Magyarország és Jugoszlávia, ami arra enged követ-

keztetni, hogy a szöuli olimpián is részt kívánnak majd venni. „Az ajtó távo- nyitva áll az észak-koreai sportolók előtt is, hogy szabadon részt vehessenek a szöuli olimpián, úgy, mint a világ bármely más versenyzői” (Pound, 1994. 109.).

Az első forduló eredményeképpen Samaranch elnök a következő nyilatkozatot adta ki: „A NOB elutasítja a közös rendezést szorgalmazó javaslatot, de egy, az Észak-koreai Olimpiai Bizottságnak címzett levélben bizonyos lehetőségeket fog felvázolni, melyek lehetővé tennék, hogy aktívabb részt vállalhassanak a játékokban. Ezt a javaslatot a következő, 1986. január 8-9-ei fordulón fogják megtárgyalni” (Pound, 1994, 112.).

Második forduló

Az észak-déli tárgyalássorozat második fordulóján sem sikerült nagyobb előrelépést elérni. A három fő napirendi pont szerint a megnyitó- és záróünnepségek lebonyolításáról, az északon, illetve délen tartható versenyszámokról, valamint a kulturális programokban való északi részvételtől vitáztak. A NOB által felajánlott négy csapatsportág versenyeinek megrendezésében való részvétel helyett Phenjan továbbra is kiállt a közös országúti kerékpárversenyen túlmenően további nyolc sportágra, valamint a közös olimpiai csapatra vonatkozó kívánalma mellett. Szöul pedig maximum egy csapatsportág átengedésébe egyezett volna bele.

Eric Walter svájci újságíró a La Suisse 1986. január 13-ai számában a következőképpen kommentálta a tárgyalásokat: „Ennek az ügynek a lényege nem abban fogható meg, hogy Észak-Koreában lesznek-e selejtező versenyek, vagy hogy részt fognak-e venni az északiak a szöuli kulturális programokban, hanem abban, hogy végre láthatóan igény van a két ország közötti párbeszéd felvételére, ezúttal a sport kontextusában. Az olimpiai játékoknak és a NOB elnökének köszönhetően némi haladást meg lehet figyelni, lehetőség van a közeledésre, illetve egyéb területeken való tárgyalások megindítására. Természetesen mindig jelen van egy szörnyű politikai vasöklő bevetésének a veszélye, de a sport katalizátorszerepet tölt be a két ország kapcsolatában. Remélhetőleg győztesként fog kikerülni ebből az új megmérettetésből, mivel igazából már új vereséget nem engedhet meg magának. Bármilyen is legyen a bojkottok közvetlen hatása, az olimpiai játékok nem élhetnek túl négy egymás utáni bojkottot” (Pound, 1994, 153.).

Harmadik forduló

1986 tavaszán, a júniusi lausanne-i ülés előtt Samaranch elnök tovább folytatta erőfeszítéseit, és a két féllel külön-külön megbeszélé-

seket folytatott, mert továbbra is fennállt annak a veszélye, hogy Phenjan nem fogja feladni destabilizáló tevékenységét a játékok idején, ha kérése a közös rendezésről nem talál meghallgatásra. Dél-Korea elnöke, Cson Tu Hvan ugyanakkor biztatóbbnak látta a nemzetközi helyzetet, és ezt *Samaranch* tudomására is kívánta hozni: „*Kim Ir Szen elnök tudatában van annak, hogy nem támadhat meg minket, és tudja azt, hogy ezt én is tudom. Sem a Szovjetunió, sem Kína nem engedné meg neki, hogy megtámadja Dél-Koreát. Ha most felajánlanánk nekik három sportágat, akkor utána ötöt követelnének... Ön erősebbnek tartja őket, mint amilyenek valójában. Emlékezzünk arra a tényre, hogy Észak-Korea eleinte ellenezte a déli olimpiai játékokat, utána megosztott játékokat követelt, majd még legalább kétszer-háromszor változtatta meg követeléseit, mielőtt öt sportágat kezdett kérni. A kérdésem az, hogy egyáltalán milyen jogon kérhetik mindezt?*” (Pound, 1994. 169.).

Ennek ellenére azonban arra az álláspontra jutottak, hogy ha Phenjan betartja az olimpiai chartát, akkor két teljes sportágat, az íjászatot és az asztaliteniszt, valamint a labdarúgóversenyek egy csoportjának selejtezőjét felajánlják neki.

Kim Ir Szen 1986. június 10-én nyitóbeszédében arról beszélt, hogy már közel vannak a megállapodáshoz, holott a versenyszámok tekintetében továbbra is nagy volt az igények közti szakadék. „*A versenyzők nagy része és a békeszerető emberek a világ minden táján, akik támogatják az olimpiai mozgalmat, remélik, hogy ezen a találkozón őszinte megegyezés születik a felvetett javaslatok alapján, ezáltal egy új korszak mérföldkövét lerakva az olimpiai mozgalom történetében*” (Pound, 1994, 176.). A tárgyalások folyamán Észak-Korea azonban a judo, birkózás, lövészet és súlyemelés sportágak közül legalább kettőt, a női röplabda és mindkét nem kosárlabda-mérkőzéseit, továbbá a vívást és az országúti kerékpárversenyek egyik szakaszát meg akarta szerezni.

A Nemzetközi Olimpiai Bizottság az értekezlet után tartott sajtótájékoztatón a következőképpen értékelt a találkozó eredményeit: „*Az alapos tárgyalások folyamán, melyek együttműködést sugalló szívélyes hangulatban zajlottak, a két fél közötti különbségek jelentős mértékben csökkentek, mivel mindkét nemzeti olimpiai bizottság kifejezte őszinte vágyát a sikeres 1988-as XXVI. Nyári Olimpiai Játékok biztosításához (...)* A NOB-delegáció mindkét félnek javasolta, hogy bizonyos versenyszámokat ruházzanak át az Észak-koreai Olimpiai Bizottság fennhatósága alá. Konkrétan két sportág teljes megrendezésével bíznák meg az északiakat. A NOB szintén javaslatot tett arra, hogy néhány további versenyszám egyes részei kerüljenek az északi országrészen megrendezésre, és hogy az olimpiai játékokhoz kapcsolódó kulturális programok a Koreai-félsziget mindkét felén jelenjenek meg. A két koreai olimpiai bizottság vállalta, hogy tanulmányozni

fogja a javaslatot és megküldik a NOB-nak június 30-a előtt, hogy elvben el tudják-e azt fogadni. Már biztosították arról a NOB-ot, hogy az olimpia idején észak és dél között szabad mozgást tesznek lehetővé az olimpiai család számára. A válaszok után a NOB ki fog írni egy új találkozót, melyen a szükséges szervezési és operatív kérdéseket tisztázzák majd” (Pound, 1993. 193.).

Az utolsó tárgyalási forduló előtt

A felhívásra egyértelmű elfogadó válasz csak a déli szervezettől érkezett, az északiak továbbra is igyekeztek úgy politizálni, hogy elérjék az olimpiai versenyszámok „igazságosabb” megosztását. Kim Ir Szen június 15-i beszédében a félsziget újraegyesítésének alapvető kritériumaként emlegette az olimpiát: *„Versenyzők, külföldi újságírók, hivatalos személyiségek, turisták és vendégek mind meleg fogadtatásban fognak részesülni a Koreai Népi Demokratikus Köztársaságban, ha kinevezik azt közös házigazdának (...) A játékok nem csupán egyszerű sporteseményt jelentenek majd. Egy komoly politikai ügyet is magukban foglalnak, mely Korea újraegyesítését befolyásolja (...) A csak dél-koreai játékokon való részvétel egyet jelent a délen lévő amerikai megszállás elfogadásával, és továbbá felbátorítaná azokat, akik a megosztott Koreában érdekeltek. A Koreai Köztársaság nem alkalmas a játékok önálló megrendezésére, mert egy új háború veszélye permanensen jelen van” (Pound, 1993. 195.).*

Ennek ellenére a szeptember végén Szöulban megrendezett Ázsiai Játékokon, melyeken Tajvan mellett Észak-Korea sem vett részt, semiféle háborús veszély nem jelentkezett.

Dél-Korea egyre bizakodóbbá válhatott, hogy a 1986-os sikert 1988-ban is meg tudják majd ismételni, annál is inkább, mert a sportminiszterük kelet-európai útján elérte, hogy jelentős szocialista sporthatalmak, mint Csehszlovákia, Jugoszlávia, Magyarország és az NDK is biztosítsák őt olimpiai részvételi szándékukról. Ugyanakkor az észak-koreai ügy még nem volt lefutottnak tekinthető. Samaranch az idő szorítása miatt már kénytelen volt konkrét feltételeket állítani Phenjan elé a negyedik ülés megtartása tekintetében: biztosítékot kért, hogy a határokat mindenkinek megnyitják majd, hogy mind észak, mind dél részt vesz az összes lehetséges versenyszámban és a szülői megnyitón. A NOB-delegáció látogatásakor az északi vezetés csupán egy hanganyag átadására vállalkozott, melyben öt konkrét követelés és nyolc ígéret hangzott el (Pound, 1993. 223.):

- Nyolc sportág (asztalitenisz, íjászat, judo, labdarúgás, birkózás, torna, női röplabda, férfi kosárlabda, női kézilabda) versenyeit tartásuk meg Észak-Koreában;

- az ott rendezett versenyszámok elnevezése legyen „Games of the XXIVth Olympiad Pyongyang”;
- alakíthassanak egy külön szervezőbizottságot, amely csak a NOB-nak felelős;
- az északi versenyeket is a NOB-elnök nyissa meg, legyen jelen az olimpiai láng, az olimpiai zászló;
- a televíziós jogok tekintetében élvezzenek önállóságot.

Ha mindezt elfogadja a NOB:

- a kormány garantálja az olimpiai charta betartását;
- minden akkreditált résztvevő szabad átjárását;
- a nemzetközi szakszövetségek szabályai szerint, velük szoros együttműködésben szervezik a versenyeket;
- biztosítják a résztvevők számára a szállást, szállítást és egyéb szolgáltatásokat az olimpiai charta értelmében;
- részt vesznek a Dél-Korea által szervezett eseményeken, és engedik a dél-koreai versenyzők részvételét az északon rendezett eseményeken;
- minden nemzet a zászlaját szabadon használhatja;
- szükség esetén bárminemű panasszal a Nemzetközi Sportbíró-sághoz lehet fordulni.

1987. június 30-án a NOB-delegáció Dél-Koreát látogatta meg, ekkor megismerhette a Koreai Olimpiai Bizottság és a játékok szervezőbizottsága által állított feltételeket is (*Pound, 1993. 228.*):

- Észak-Korea részt vehet a szöuli olimpián, a déliek is ott lesznek az északon rendezett versenyszámokon;
- a két országrész közötti átjárást különleges transzporttal segítik majd;
- nem „közös rendezésről” (co-hosting), hanem a játékok „megosztásáról” (sharing) van szó;
- elfogadják, hogy megalakuljon az északi országrész külön szervezőbizottsága;
- a játékok egyedüli házigazdávársa Szöul, mely elfogadta, hogy a rendezés privilégiumát megosztja Phenjannal;
- biztosítják a szabad belepést az akkreditáltaknak, a médiának, a technikai személyzetnek;
- Észak-Korea használhatja saját zászlaját;
- a NOB által átadásra kijelölt sportágak számának esetleges bővítési lehetőségét még megvizsgálják;
- az északiak által kötött televíziós jogi és marketingszerződések nem érinthetik a már meglévő megállapodásokat.

1987 közepétől, a dél-koreai választások közeledtével egyre feszültebbé vált a hangulat az országban, civil demonstrációk szerveződtek Cson Tu Hvan elnök ellen, ami biztonsági és emberi jogi problémákat is felvetett. A Demokratikus Igazság Pártjának jelöltje, Ro Te Vu, a szöuli játékok szervezőbizottságának (SLOOC) tiszteletbeli elnöke, politikai deklarációjában a reformtervei nyomán az olimpiai évre helyreálló rend jövőképét vázolta fel: „*Új javaslatunk szerint azonnal erőfeszítéseket fogunk tenni arra, hogy jelenlegi alkotmányunkat felülvizsgáljuk annak érdekében, hogy az év végére kiírható legyen a közvetlen elnökválasztás, melyet a végrehajtó hatalom jövő februárra tervezett átadása követne. További reformok indulnak majd a sajtószabadság, az állampolgári jogok védelmének intézményesítése, Kim De Dzsung² szabadon bocsátása és politikai jogainak helyreállítása, valamint a választásokon keresztül a helyi autonómia növelése tekintetében*” (Pound, 1993. 238.).

Negyedik forduló

Az utolsó észak-déli találkozóra 1987. július 14-15-én került sor, melyen a két fél kitartott korábbi álláspontja mellett, így nem született meg az áhított megállapodás. Augusztus 10-én Kim Ju Szun egy új javaslattal kereste fel a NOB elnökét, miszerint a korábban követelt nyolc sportág helyett ezúttal már „csak” öt sportág versenyének teljes megrendezését és egy sportág megosztott lebonyolítását kérik, valamint az ötödik tárgyalási forduló dátumának kihirdetését. Többszöri levélváltás ellenére sem sikerült azonban továbblépni, a meghívóleveleket pedig szeptember 17-én ünnepélyes keretek között ki kellett küldeni: „*Mint ahogyan azt mindnyájan tudjátok, az elmúlt három évben rengeteg megbeszélésen vettünk részt, különösképpen annak érdekében, hogy elérjük, hogy az olimpiai család minden tagja a lehető legjobb feltételek mellett vehessen részt a játékokon. A NOB égisze alatt négy közös találkozót szerveztünk meg a Koreai Köztársaság és a Koreai Népi Demokratikus Köztársaság olimpiai bizottságai részére. Múlt évben a NOB nagylelkű, mondhatni nagyon fontos és történelmi ajánlatot tett ennek az országnak. Még nem értük el a végső megegyezést, de a mai ünnepséget nem szabad úgy félreértelmezni, hogy nem is fogjuk. Biztosíthatlak benneteket arról, hogy a NOB a legutolsó pillanatig nyitva fogja tartani a kapukat, mivel szeretnénk, hogy a 167 nemzeti olimpiai bizottság mind részt vegyen ezeken a történelmi olimpiai játékokon*” (Pound, 1993. 262.).

² „Ázsia Nelson Mandelája”, a diktatórikus kormányzat demokratikus ellenzékének jelképe, 1998-2003 között államelnök.

Az utolsó 365 nap az olimpia előtt

1987. november 29-én az észak-koreai elnök felhatalmazására felrobbantották a Koreai Légitársaság (KAL) 858-as járatát Burma felett. A 115 áldozatot szedő merénylet előkészítőjét, *Kim Hjun Hit* sikerült elfogni, aki beismerte, hogy állami megrendelésre hajtotta végre tettét. Ez elegendő nyomást gyakorolt Észak-Korea vezetőire, hogy visszafogja őket további terrorista cselekmények támogatásától, annál is inkább, mert ez az incidens a keleti blokk országait is hidegzuhanyként érte. 1988 januárjában még több oldalról érkeztek erőtlén felhívások a NOB-hoz, hogy a versenyek megosztását valósítsák meg, így *Kim Ir Szen*, *David Kuanda*, az Afrikai Egységsszervezet vezetője, valamint *Fidel Castro* is ebben látta a béke, az újraegyesítés és a szolidaritás zálogát. Ennek ellenére 1988. január 17-ig, a nevezési határidő lejártáig 161 ország deklarálta olimpiai szereplését. Kuba kijelentette, hogy addig nem áll módjában a részvétel, amíg nem oldódik meg az észak-déli problematika, Nicaragua pedig pénzhiányra és feszült belső helyzetére hivatkozva mondott nemet. Emellett Etiópia, Albánia, Madagaszkár, a Seychelles-szigetek és Észak-Korea döntött a bojkott mellett (*Yagüe*, 1992. 459.).

Időközben lezajlott az elnökválasztás a Koreai Köztársaságban, és az olimpia szervezőbizottságának korábbi vezetője, *Ro Te Vu* kapta meg a bizalmat, így nekiláthatott demokratikus reformjainak. Az 1988. április 20-i nemzetgyűlési választásokat is az ő pártja nyerte, viszont nem sikerült megszerezniük a többséget, így ki kellett egyezni az ellenzékkel arról, hogy vitáikat az olimpiai békeeszméjegyében elhalasztják. Mivel a politikai helyzet továbbra is diáktüntetésekkel provokált, egy új törvény értelmében (törvény a játékok idején való békés körülmények garantálására), két hét alatt 15 ezer tüntetőt állítottak elő (*Yagüe*, 1992. 461.).

Észak-Koreával továbbra is folytatódtak az egyeztetések, még 1988 nyarán is felhívást intézett hozzá a Koreai Nemzetgyűlés, hogy vegyen részt a játékokon, hiszen ez lehetne az újraegyesítés kiindulópontja. *Ro Te Vu* elnöki deklarációjában, 1988. július 7-én a következő célkitűzéseket vázolta fel:

- Észak- és Dél-Korea személyi cserekapcsolatainak elősegítése és a külföldön élő koreai emberek hazalátogatásának lehetővé tétele;
- a politikai okokból szétszakadt családok egyesítésének támogatása;
- az ajtók megnyitása az észak-déli kereskedelem előtt;
- a szövetségekkel folytatott, nem háborús kereskedelem tiltásának megszüntetése;

- a nemzetközi közösségen belüli szabad koreai szerződések és kooperáció megteremtése;
- Észak-Korea kapcsolatának javítása Szöul szövetségeseivel.

Értékelés

Észak-Korea 1988. szeptember 9-én tartotta megalapításának 40. évfordulóját, melynek megünneplésére meghívta a keleti blokk országainak vezetőit. Jelzés értékűnek vehető az a tény, hogy *Gorbacsov* nem jelent meg, maga helyett *Viktor Csebrikov* KGB-elnököt küldte el. Az új szovjet pártfőtitkár hatalomra kerülésétől kezdődően egy új Szovjetunió és egy új nemzetközi világrend csírái kezdtek kibontakozni, mely már nem az évtizedes kelet-nyugati szembenállás mellett való kitartásra alapozott, sokkal inkább a párbeszédet, a kooperáció lehetőségeit kereste (*Jong-Gie és mtsai, 1989. 8.*). Ugyan Észak- és Dél-Korea között is megindult a dialógus, de a távol-keleti kommunista vezetők számára az elvek megtartása bizonyult nagyobb erejűnek. Az átalakulóban levő világban *Kim Ir Szen* konfrontációs politikájával csaknem egyedül maradt, így meglehetősen kevés ország csatlakozott az olimpiai bojkotthoz. A szocialista államokat megérintette az új világba vetett bizalom, és szöuli részvételükkel inkább a megbéklés szíjéjére léptek.

Dél-Korea 1988-ig egy hányattatott sorsú, kis ázsiai ország volt, mely egyszerre a nemzetközi figyelem középpontjába került. A sikeres rendezés által elnyerte a világ elismerését, és ez lehetővé tette számára, hogy olyan mérhetetlen fejlődési pályára lépjen, mely által gazdaságilag, társadalmilag és politikailag is meghatározó állammá vált a térségben. *Dzse Von Li* az 1994-es Centenárium Olimpia Kongresszuson Párizsban Az olimpiai mozgalom és a nemzetközi egyetértés című beszédében a következőképpen értékelte a Szöulban lezajlott 1986-os és 1988-as sporteseményeket: „*Ez a két sportesemény lehetővé tette Korea számára, hogy párbeszédbe kezdjen, együtt versenyezzen és diplomáciai kapcsolatokat alapozzon meg Kínával és a legtöbb kelet-európai országgal. Mi Koreában hálásak vagyunk a kínai és kelet-európai sportvezetőknek bátorságukért és a NOB-tól érkező támogatásért. Az olimpiai mozgalom végérvényesen jobbra változtatta a mi világunkat*” (*Findling and Pelle, 1996. 182.*)

A szöuli játékok lényege *Findling és Pelle (1996)* szerint az angol CLUE szó betűivel írható le a legteljesebben: kultúra (culture), hagyomány (legacy), egység (unity), új korszak (era). Ezt sikerült megvalósítania Dél-Koreának 1988-ban a kétpólusú világ felbomlásának zivataros előestéjén.

Irodalom

Byung Kee, S., Sei Kee, L., Sung Kyu, K. and Young Kee, K. (1984): *Olympics and politics*. Hyung-Seul Publishing Co., Seoul.

Findling, J. E. and Pelle, K. D. (1996): *Historical dictionary of the modern Olympic Movement*. Greenwood Press, Westport, Connecticut, London.

Gafner, R. (Ed.) (1990): *De Moscou a Lausanne, From Moscow to Lausanne, Juan Antonio Samaranch – 10 years of IOC president*. Comité International Olimpique, Lausanne.

Jong-Gie, K., Sang-woo, R., Jaechon, Y., Jongduck, H. and Kwangmo, K. (1989): *Impact of the Seoul Olympic Games on National Development*. Korea Development Institute, Seoul.

Miller, D. (1992): *Evolución Olímpica, Bibliografía Olímpica de Juan Antonio Samaranch*. Ediciones Peninsula, Barcelona.

Pound, R. W. (1994): *Five rings over Korea – The Secret Negotiations Behind the 1988 Olympic Games in Seoul*. Little, Brown and Company, Boston, New York, Toronto, London.

Samaranch, J. A. (2002): *Memorias Olimpicas*. Planeta Singular S.A., Barcelona.

Seh-Jik, P. (1991): *The Seoul Olympics – The inside story*. Bellew Publishing, London.

Yagüe, F. (1992): *Historias de las Olimpiadas*. Plaza & Janes, Barcelona.

Woong Yong, H. (1998): Korean Sports in the 1980s and the Seoul Olympic Games of 1988. *Journal of Olympic History*, 6. 2. 11-13.

ESÉLYTELEN(?) EGYENLŐSÉG - A NEMEK MEGJELÉNÍTÉSE A SPORTMÉDIÁBAN

Equality without equal opportunities - Gender representation in the sports media

● Gál Andrea

Semmelweis Egyetem Testnevelési és Sporttudományi Kar,
Társadalomtudományi Tanszék

Összefoglaló

2007 az esélyegyenlőség éve az Európai Unióban; a stratégia jól jelzi a közösség azon erőfeszítéseit, melyeket a különböző, hátrányos helyzetűnek ítélt társadalmi csoportok (nők, fogyatékosok, etnikai, nemzeti, vallási és szexuális kisebbségek) egyenlő jogainak megteremtése érdekében tesz. A cselekvési program egyik legfontosabb célja ezen csoportok reprezentációjának, vagyis társadalmi részvételének fokozása, mely feltehetően elősegíthetné elismerésük növekedését is. A média szerepe ebben a kérdésben kulcsfontosságú, hiszen a különböző társadalmi csoportok megítélését pozitívan vagy negatívan befolyásolja azok tömegközlelési eszközökön keresztüli ábrázolásának mennyisége és minősége.

A nyugati társadalmakban a nemek médiareprezentációjának vizsgálata évtizedek óta része az úgynevezett gender jellegű kutatásoknak. Elsősorban sportszociológusok törekedtek arra, hogy az élsportoló nők és férfiak televízió és sajtó általi megjelenítésének legfőbb jellemzőit feltárják; így jutottak arra az egyöntetű véleményre, hogy itt is – csakúgy, mint a társadalmi élet számos egyéb területén – jelentős hátrányban vannak a nők. Nemcsak mennyiségében, hanem minőségében is elmarad bemutatásuk férfitársaikhoz viszonyítva, s ez nagymértékben befolyásolja a két nem sportjának közvélemény általi megítélését.

A tanulmány bemutatja azokat a gazdag nemzetközi és szerényebb – a nemekre általánosságban koncentráló – hazai kutatási eredményeket, amelyek révén jól jellemezhetőek a sportolók média általi megjelenítésének különbségei.

Kulcsszavak: társadalmi nem, média, reprezentáció, női sport, esélyegyenlőség.

Abstract

2007 is the "Year of Equal Opportunities for All" in the European Union; the strategy well indicates the efforts of the community in order to create equal rights for the different social groups at a disadvantage (women, people with disabilities, ethnic, national, religious and sexual minorities). One of the most important goals of this action program is to foster the representation, that is, the social participation of these groups, which

would possibly contribute to the improvement of their recognition. The role of the media is of crucial importance, as the judgement of different social groups is positively or negatively influenced by the quantity and quality of their representation in the channels of public communication.

In western societies, the examination of the media representation of genders has been a part of gender studies for decades. It was primarily sport sociologists, who tried to explore the main characteristics of the representation of women and men by television and by the press, and this way they reached the conclusion that here, as well as on several other fields of social life, women are at a significant disadvantage. Not only in quantity does their display lag behind that of males, but in quality as well, and this has a great impact on the judgement of the public on the sport of the two genders.

The study introduces numerous international, and a bit fewer Hungarian research results concentrating generally on genders, through which the differences between the media representation of athletes can be well described.

Keywords: social, gender, media representation, women's sports, gender equality.

Bevezetés

Az inter- és multidiszciplináris jellegű „gender”-kutatások hosszú évtizedek óta jelen vannak a nyugati országok társadalomtudományában. Az irányzat az utóbbi időkben egyre inkább specializálódik, és ma már a nemek helyzetét nő- és férfikutatásokban, feminista íráásokban s az eltérő szexuális beállítottságúakról (homoszexuálisok, leszbikusok) készült tanulmányokban elemzik.

A társadalmi nem, a nemi identitás társadalmi konstrukciója azokat a szerepfelfogásokat, tevékenységeket és viselkedésformákat jelöli, amelyeket az adott társadalom a nőkhöz vagy a férfiakhoz köt. Ennek alakításában az alapvető szocializációs közegek (mint a család, oktatási intézmények, kortárs csoportok) mellett (sokszor sajnos helyett) egyre nagyobb szerep jut a tömegkommunikációs eszközöknek. Különösen igaz lehet ez a magyar társadalomra, melynek tagjai az utóbbi évtizedek időmérleg-vizsgálatainak adatai szerint szabadidejük egyre nagyobb részét áldozzák a médiának, különösen a televíziónak (Gáldi, 2002).

A nemek nyilvánosság előtti megjelenítése nagymértékben befolyásolja a férfiak és nők helyzetének és szerepének társadalmi megítélését, erősítve vagy gyengítve a velük kapcsolatos – általában a hagyományokhoz kötődő – sztereotípiákat és előítéleteket. Közis-

mert tény, hogy a média többnyire a domináns ideológiát közvetíti, és a tradicionális normák megőrzését segíti elő (*Angelusz, 1983*).

A nyugati országokban a feminizmus második hulláma a 1970-es években sokat tett azért, hogy a nőket érintő privát ügyeket beemeljék a nyilvánosságba, és ezáltal új szavak (szexizmus) és kifejezések (szexuális zaklatás, housewife-ból homemaker) jelentek meg a társadalmi diskurzusokban. Ebben – annak ellenére, hogy több esetben ellenállást is lehetett tapasztalni – az egyenlő jogokért harcoló nőknek nagy segítségére voltak a tömegkommunikációs eszközök. Később a nyugati média fokozatosan átalakult: egyre több női téma jelent meg, a nőket egyre érzékenyebben ábrázolták, és egyre több újságíró nő került döntéshozó pozícióba. Tény, hogy bár a helyzet még közel sem ideális, az Egyesült Államokban és Nyugat-Európában már felismerték: a nők fontos olvasói csoportot alkotnak (*Margit, 2002*).

Magyarországon az államszocializmus időszakának totalitárius rendszere az uralkodó ideológia által deklarált női emancipációt a valódi esélyegyenlőség megteremtése helyett „elintézte” a nők munkába állításával, a politikai vezetés által cenzúrázott médiában pedig nem jelentek meg a nők társadalmi problémáit feltáró írások. Ez a történelmi örökség, valamint a rendszerváltást követően a „feminista fordulat” elmaradása konzerválta a patriarchális nézeteket. De vajon hogyan működik közre ebben valójában napjaink médiája, s milyen „technikákat” használ a nők és férfiak bemutatása során?

Tanulmányom célja, hogy rövid áttekintést nyújtson a nők médiareprezentációját analizáló nemzetközi és hazai empirikus kutatások legfontosabb eredményeiről, különös tekintettel a sportmédiára. Ennek során választ kapunk arra a kérdésre, hogy általánosságban, illetve a sport területén milyen kvantitatív és kvalitatív jellemzőket és eltéréseket tártak fel a két nem reprezentációjában a különböző médiatermékek gender szempontú tartalomelemzései. Míg a nyugati szakirodalmak esetében a sportolónők és férfiak sajtó és televízió általi megjelenítésének korábban feltárt jellemzőit összegzem, addig – az ilyen témájú elemzések hiánya miatt – a hazai tudományos munkák közül a nők médiaszereplését feltáró írások áttekintésére nyílik lehetőségem.

Társadalmi nem és média

A társadalmi nemek kutatásának elsődleges célja a nők és férfiak számára előírt szerepek közti különbségek, illetve ezek egymáshoz való viszonyának leírása és elemzése. A témával foglalkozó szakemberek emellett igyekezzenek feltárni, hogy a nemi viszonylatok milyen mér-

tékben ágyazódtak be a különböző társadalmi intézményekbe – így többek között a médiába és a sportba. Bourdieu szerint a nemek megosztásának uralkodó szemlélete objektivált formában van jelen a társadalmi világban, és jelen van, mintegy beépítve a habitusban is, amelyben egyetemes szemléleti és megosztási elvként, illetve az észlelési, gondolkodási és cselekvési kategóriák rendszereként működik.

Nem ismerünk olyan társadalmat, ahol a férfiak és a nők közötti különbségek a társadalmi nemi szerepek elosztásának tekintetében a nőket hozza kedvezőbb helyzetbe a férfiakhoz képest (*Giddens, 1995*). Az emberi kultúra és annak értékrendje többre tartja a férfiakat és a férfiasságot, mint a nőket és a nőiességet. Az uralkodó férfiasság konstrukciója a maszkulinitás kulturálisan jelentős formáira vonatkozik, s a nőiesség, illetve az alsóbbrendű férfi viselkedési formák – például homoszexualitás – viszonylatában képződik (*Connell, 1990*).

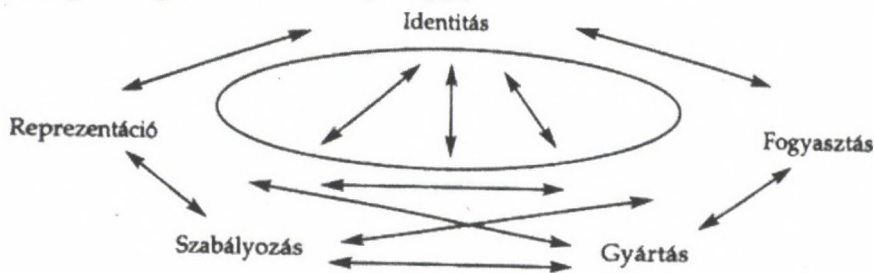
A kultúra üzenetrendszerei nemcsak informálnak a közös képzeletről, hanem formálják is azokat, miután alakítják az attitűdök, az ízlés és a hajlamok körét. Az üzenetrendszerek húzzák meg a határvonalakat, és kínálják a teljes választéket, melyen belül az egyéni vagy csoportos választás, az értelmezés és a képalkotás zajlik (*Gerbner, 2000*). Azt mondhatjuk tehát, hogy a média az egyéni és kollektív identitások egyik központi alkotó-teremtő erejévé vált, és emellett a különböző érdekcsoportok definíciói, ideológiái is itt ütköznek össze. Így van ez a nemi identitás esetében is; a tömegkommunikáció a női és férfi mivolt alakításának szintúgy fontos területe, s a nemek megjelenítésével a korábbi tradíciók őrzése, illetve a trendváltás kivívása is lehetővé válhat. *Bernard (1981)* például azt állítja, hogy a férfiassághoz – a hagyományos maszkulin jellegzetességek, mint a munkaorientáltság vagy a racionalitás és érzelemmentesség mellett – egyebek közt a családfenntartó szerepet is hozzátársítják. Véleménye szerint azonban a nők egyre nagyobb arányú munkaerő-piaci részvételével a férfiak e szerepe csökken, nő viszont az érzelmi funkció fontossága és a gyermek nevelésében való részvétel. *Vigorito (1998)* egyetért azzal, hogy a nemi szerepek változnak a különböző társadalmi intézményekben, azt azonban nem tartja szerencsésnek, ha a tradicionális férfi identitás nem a keresőmunka viszonylatában képződik. A nemek bemutatását elemző kutatások eredményei egyöntetűen azt jelzik, hogy a média is a hagyományos férfi és női vonásokat és szerepeket hangsúlyozza ki (*Busby, 1985; Durkin, 1985a, 1985b; Fejes, 1992; Fowles, 1996; Gunter, 1986*). A férfiakat – a nők érzelemorientált, háztartáshoz kötött tevékenységeivel szemben – inkább autonómnak és házon kívüli, illetve jellemzően kereső

munkatevékenységet végzőként jelenítik meg; akik a reklámokban szinte kizárólag „macho” termékeket (autó, alkohol stb.) mutatnak be a háztartási munka során használatos szerek helyett.

A szimbolikus interakcionalizmus elmélete szerint az identitások a társadalom kommunikációs áramlataiból származnak, és ezek tartják fenn őket; a tömegkommunikáció pedig belehelyezi ezeket az áramlatokba többek között a nemi identitás koncepcióit is. A média – a befogadók szinte végtelen számát tekintve – lényegesen több egyén nemi szerepekről alkotott elképzelését tudja befolyásolni, mint ami a személyközi kommunikációban lehetséges. Ezért egyértelmű, hogy a koncepciók feletti kontrollja is sokkal jelentősebb. A nemi identitást tekintve a média a férfiakat és nőket jellemzően a már elfogadott, tradicionálisan meghatározott szerepekben és viselkedésformák mentén mutatja be, remélve ezzel a hallgatóság pozitív reakcióját és a népszerűséget. A nemek pedig ezáltal megerősítést is nyerhetnek identitásuk érvényességével kapcsolatban (Milkie, 1994).

A kritikai kultúrakutatók is hangsúlyozzák a kommunikációs áramlatok fontosságát; Stuart Hall és munkatársai (1990) kultúrakörforgás-modellje szerint a jelentések előállításának öt fázisát kell megvizsgálni, melyek kölcsönhatásban állnak egymással. Ezek a következők: identitás, reprezentáció, szabályozás, gyártás és fogyasztás.

A nemek megjelenítésének tökéletes megértéséhez tehát mindegyik tényező vizsgálata szükséges, hiszen a kulturális jelentés egy komplex folyamat eredményeképp jön létre.



1. ábra: Hall kultúrakörforgás-elmélete (circuit of culture)

Mindenképpen érdemes a fenti elméletek mellett megemlíteni a médiahatás kérdését is. A tömegkommunikációs eszközök terjedésével ennek vizsgálata feltétlenül szükségessé vált, hiszen információink legfőbb forrásai a tömegközlelési eszközök lettek.

A közszolgálati rádiózásnak, majd televíziózásnak a demokratikus nyugat-európai országokban az 1920-as évektől bevett gyakorlata arra a meggyőződésre épült, hogy az elektronikus média – mint

olyan kommunikációs eszköz, amely mindenkit elér és amely mindenki számára elérhető – képes befolyásolni a közkerölcsöt és a közízlést, és képes egyfajta felvilágosító-nevelő szerepet játszani. Az 1970-es években Nyugat-Európában kibontakozott közösségi rádiós mozgalom mögött is az a megfontolás húzódott meg, hogy a média képes elősegíteni a hátrányos helyzetű kisebbségek emancipációját, a hozzájuk kapcsolódó többségi előítéletek megváltoztatását (*Bajomi-Lázár*, 2006) A média hatását empirikus vizsgálatok segítségével próbálták mérni, s számos elmélet is született; ezek egy része a média erős, más része pedig korlátozott hatását mutatta ki.

Klapper (1960) szerint a média hatására egyrészt megváltozhat az egyén véleménye vagy meggyőződése a kommunikátor szándékának megfelelően; másrészt a gondolkodás, meggyőződés vagy viselkedés formája vagy intenzitása is módosulhat; valamint egy meglévő meggyőződés-, vélemény- vagy viselkedésminta befogadói megerősítése történhet meg. A média előidézte változások fő fajtái:

- Okozhatnak szándékos változást.
- Okozhatnak nem szándékos változást.
- Okozhatnak kisebb mértékű változást.
- Elősegíthetik a változást (akarva-akaratlanul).
- Megerősíthetik a meglévőket.
- Megakadályozhatják a változást (szándékosan egyoldalú vagy ideológiailag megformált tartalmat adnak, hogy gátolják az alkalmazkodó közönség változását).

Ezek mindegyike történhet az egyén, a társadalom, az intézmény vagy a kultúra szintjén, tehát az identitások meghatározására is érvényes.

Gender és sport

Dunning (2002) a sportnak, mint tipikusan patriarchális rendszernek a funkcióját a nemi szerepek egymáshoz való viszonyának alakulásában vizsgálja. Véleménye szerint számos olyan jelenséggel találkozhatunk a sportban, melynek gyökerei a nők társadalmi nyilvánossága és szerepvállalása növekedésére a férfiak sporton keresztül adott válaszában keresendők (a nőgúnyoló rögbiklubok a 19. századi Angliában, illetve a modern futballhulliganizmus jelensége). Megfogalmazásában a sport hagyományosan egyike a férfiaknak fenntartott területeknek, amely így alkalmas a férfiidentitás újratermelésére és megerősítésére. *Theberg* és *Birrell* (1989) rámutat arra, bár a két nem hatalmi viszonyának kulturális és nem biológiai eredete van, a sport mégis a nők gyengébb fizikai felépítését és erejét ki-

hangsúlyozva a nemi sztereotipizálás során a férfiak társadalmi felsőbbrendűségének eszméjét konstruálja és legitimizálja. A férfiak erőfölényének hangsúlyozása így a nők sportra való alkalmatlanságára is utal. Eszerint a sportolás a „férfiasság utolsó bástyája”, mellyel a férfiak fenntartják a status quót. A sportolónők tehát bizonyos szempontból „ellenállók”-nak is tekinthetők, akik megzavarják a korábbi rendet. Ez viszont a férfiasság mítoszának fenyegetettségét jelenti, hiszen ha a nők egy jellegzetesen férfiasnak tartott tevékenységet kezdenek el művelni, akkor az elveszti kizárólagos maskulin vonását. A megoldás a férfiasság-nőiesség dichotómia megszüntetése s a viszony újradefiniálása lehetne (Hayes, 2002). Erre azért van meg a lehetőségünk, mert a társadalmi nem tartalmát a társadalom, vagyis mi magunk konstruáljuk. A nőiesség és a férfiasság megnyilvánulási formái a sportban sem egyetemes érvényűek és változatlanok, hanem történetileg és kulturálisan is meghatározottak, tehát kutatásuk a jelenkori fejlett civilizációkban indokolt (Hadas, 2003).

A modern sport szerepét a férfihegemónia konzerválásában egészen az 1980-as évekig csak néhány feminista szerző kérdőjelezte meg, mivel őket is elsősorban a sport területén meglévő diszkrimináció érdekelte, nem próbálták meg elméletileg tisztázni a sportban, illetve a sporton keresztül érvényesülő férfiuralom formáit s annak változásait (Dunning, 2002).

Nők és sportolónők a médiában - nemzetközi kitekintés

A külföldi kutatások, kritikai elemzések szerzői számos tekintetben azonos eredményekre jutottak a női sport médiareprezentációjának vizsgálata során, és ezek az eredmények azt jelzik, hogy a sport férfidominanciájának szemléletét a tömegkommunikációs eszközökön keresztül is közvetítik a társadalom felé. A kvantitatív kutatások, melyek a női, illetve férfi sport média általi reprezentációjának mennyiségi jellemzőit hasonlították össze, egyöntetűen azt mutatták ki, hogy a női sport megjelenítésének mennyisége messze elmarad a férfiak sportjától. Ez egyaránt igaz a nyomtatott és az elektronikus médiára is (Gál, 2005).

Ausztráliában Menzies (1989) egy canberrai újság sporttartalmú cikkeit vizsgálva azt találta, hogy a teljes tartalom mindössze 2%-ában foglalkoztak a nők sportjával. Crossman és munkatársai (1994) Kanadában, egy népszerű napilap sportszekcióját tíz éven át elemezve jutottak arra az eredményre, mely szerint a férfi élsportolók tizennyolcszor akkora terjedelemben jelentek meg a lapban, mint női

társaik. Emellett a fotók mennyiségében is tizenötszörös különbséget találtak a férfiak javára. Szintén kanadai az a kutatás, mely négy napilap hathónapos periódus alatti analízise során azt találta, hogy a média valójában kevésbé támogatja a nők sportjának fejlődését (*Theberg*, 1991). Ezt megelőzően hasonló eredményre jutott *Fasting* és *Tangen* (1983) a norvég sajtó elemzése során is. Nem meglepő, hogy a világ különböző tájairól szinte megegyező kutatási eredményeket kapunk a nők médiareprezentációjának vizsgálata során, hisz *Valgeirsson* és *Snyder* (1986) már két évtizeddel ezelőtt is hasonló eredményeket talált nemzetközi összehasonlító vizsgálata során. Egy izlandi, egy angol és egy amerikai napilap tartalomelemzése azt mutatta, hogy mindhárom lap kevesebb figyelmet szentel a női sportnak. A *Sport Illustrated* magazin pedig 1954 és 1987 között megjelenő 3723 cikke 91%-át a férfi sportolóknak szentelte (*Lumpkin* és *Williams*, 1991).

Hasonlóan az említett tanulmányokhoz, a női sportolók alulreprezentáltságát kimutató tartalomelemzését tárgyalja *Bryant* 1980-as, *Theberg* és *Cronk* 1986-os, valamint *Brown* 1994-es írása is. Ez utóbbi azért különösen érdekes, mert egy tízéves időtartamot felölelő retrospektív vizsgálat eredményeit közli, melynek konklúziója szerint a női sport megjelenítése kvantitatív szempontból „mozdulatlan”. Jogos lehet eszerint az a feltételezés, hogy a női sport elismerése nem követi a nők egyenlő jogokért, bánásmódért és elismeréséért folytatott küzdelmének pozitív tendenciáit.

Mathesen és *Flatten* (1996) hat angol újság tartalmát hasonlította össze 1984, illetve 1994 júliusának első két hetében. Azt a meglepő eredményt kapták, hogy a sporttartalmú tudósítások növekvő mennyisége ellenére a női sporttal foglalkozó cikkek mennyisége csökkent.

Harris és *Clayton* (2002) az angol képes sajtót vizsgálva szintén arra jutottak, hogy a női sportolók alulreprezentáltak a lapokban, hiszen a tudósítások mindössze 5,9%-a foglalkozott a nők sportjával, szemben a férfiak sportját tárgyaló, az összes cikk 85,8%-át jelentő írásokkal.

A televíziós sportesemények, híradások vizsgálata a női sportolók szemszögéből nézve talán még rosszabb eredményeket hozott. *Duncan* és *Messner* (1994) három Los Angeles-i tévécsatorna késő esti sportműsorainak tartalmát elemezve azt találta, hogy a műsoridő 94%-a a férfiak sportjával foglalkozott.

Bernstein (2002) egyenesen a nők sportjának „szimbolikus megsemmisítésé”-ről beszél abban a tanulmányában, amelyben a mindennapos sporttudósításokat elemzi több kutatási eredmény

figyelembevételével. A tények szerint ugyanis ezen területen a női sportolók hatalmas hátrányban vannak férfitársaikhoz képest.

Toohy (1997) televíziós sportműsorokat vizsgálva arról beszél, hogy az ausztrál televízió hanyagolja a női sportot, és ez nem magyarázható az ország sportolónőinek eredménytelenségével; az olimpiai aranyérmek 42%-át ugyanis a hölgyek szerezték. Ezt megerősítendő érdemes megemlíteni *Pringle* és *Gordon* (1995) kutatását, mely szerint az 1990-es Nemzetközösségi Játékokon a női sportolók sikeresebbek, mégis alulreprezentáltak voltak a médiában. Az alacsonyabb médiaszereplés jelensége nem magyarázható tehát egyszerűen azzal a ténnyel, hogy a nők versenysportbeli részvétele alacsonyabb arányú, vagy kevésbé sikeres, mint a férfiaké.

Szabó (2001) 1998 és 2000 között folyó kutatási programjában a brit sportolók és sportolónők társadalmi státuszát vizsgálta médiamegjelenítésükön keresztül. A kvantitatív elemzés a sajtóra és a televízióra is kiterjedt, és mindkét tömegkommunikációs csatorna esetén ugyanazt – az olvasó számára talán már nem is meglepő – eredményt találta, hogy a nemek reprezentációja egyenlőtlen; a személyiségre és ezáltal a társadalomra pozitívan ható sport és a testmozgás bemutatása és népszerűsítése főleg a férfiak sportján keresztül történik.

Hasonlóan a nyomtatott sajtóhoz, a televízió sportműsorainak vizsgálata esetén is találhatunk nemzetközi összehasonlítást. *Han* (2003) az Egyesült Államok, illetve a Koreai Köztársaság legtekintélyesebb sporthírműsorait vetette össze; médiaelemzése során nemcsak kvantitatív, hanem kvalitatív szempontokat is figyelembe vett. A mennyiségi jellemzők esetében azt találta, hogy mindkét nemzet sporthíreiben messze alulreprezentáltak a nők; az amerikai hírműsorban a női sport aránya 4,4% volt a férfiak 94,3%-ával szemben, míg ugyanez a koreai műsorban 6,4%, illetve 67% volt.

A nagy sportesemények – például olimpiai játékok – közvetítése esetében jellemzően pozitív jelenség, hogy a televízió törekszik egyenlőbb mértékben bemutatni a két nem versenyait, a nők reprezentációjának aránya tehát jelentősen javul. Negatívum viszont az a tény, hogy a nők számára „társadalmilag elfogadottabb” sportágak (torna, úszás, műugrás) versenyzői nagyobb figyelmet kapnak a médiától, mint akik tradicionálisan férfi sportágakban szerepelnek (*Bernstein*, 2002). Itt kell megemlíteni *Daddario* (1994) vizsgálatát, aki az 1992-es albertville-i téli olimpia időszaka alatt elemezte a női sportolók televízió általi bemutatását. A kvalitatív szempontú analízis egyike azoknak a munkáknak, amelyek azt jelzik, hogy a női sport megjelenítése minőségében is elmarad a férfiak sportjának repre-

zentációjától. Az amerikai CBS csatorna olimpiai közvetítései során azokat a médiastratégiákat használta, amelyekkel marginalizálja a női sportolókat, fenntartva ezzel a sport férfihegemóniáját (annak ellenére volt ez jellemző, hogy az Egyesült Államok öt aranyérmének mindegyikét női versenyző szerezte!). A szexista (a nők külső megjelenését, attraktivitását kiemelő, ezzel szemben a férfiaknál a teljesítményt hangsúlyozó) szóhasználat és fotók, a nők szexuális vágy tárgyaként való megjelenítése csak egyike ezeknek a stratégiáknak (Bachmann, 1998). Más esetekben a női versenyzőket olyan kontextusban jelenítik meg, amely nem a sporttevékenységhez kapcsolódik, mint például a családi helyzet, magánéleti titkok vagy botrányok stb. Ezzel mintegy kihangsúlyozza a média, hogy a nők életében a sport mindenképpen legfeljebb másodrangú tevékenység. Eitzen és Baca Zinn (1989) szerint ezt a mechanizmust a női sportolók „sportolótlanítása”-ként lehetne interpretálni. Elmondható tehát, hogy a média a női sportolókat a nemhez tartozás alapján sztereotipizálja. Szintén jellemző, hogy a társadalom jobban elfogadja azokat a sportolónőket, akik nőiesnek tartott sportágakban szerepelnek, míg sok esetben trivializálja azok teljesítményét, akik a hagyományos női szerep tradícióival szembeszállva egy férfiasnak tartott sportágban versenyeznek. Pirinen (1997) kutatása szerint főleg a férfias sportágakban „úttörők”-nek számító (rúdugró, ökölvívó, hármasugró) nőket ábrázolja viccesnek és majdhogynem a mozgásformára alkalmatlannak a média. Érdekes egy pillanatra visszatérnünk Daddario már említett elemzésére: a szerző véleménye szerint éppen a téli olimpiákon szereplő, elsősorban hagyományosan a férfiasághoz kapcsolt sportágak női résztvevőinek sikeressége az, amely megdönti a versenysportban uralkodó nemi sztereotípiákat. Gondoljunk csak a biatlonra: a sífutást és lövészetet kombináló mozgásforma egyértelműen patriarchális arculatú. De említhetnénk a szánkóversenyeken száguldókat, vagy az alpesi sísíamok női résztvevőit, akik a férfiakhoz hasonlóan hihetetlen fizikai állóképességgel, és – sebességüket tekintve – tiszteletet parancsoló bátorsággal bírnak.

A női sportolók média általi megjelenítésének színvonalát talán az ausztrál *Inside Sport* magazin tartalmát vizsgáló Lenskyj (1998) illette a legkeményebb kritikával; véleménye szerint a lap a nemek közötti egyensúly érzetét a férfiak sportjának és a nők, sportolónők testének bemutatásával teremti meg. De a szerkesztők „figyelmessége” másra is kiterjed: a címloldal, vagy a magazin közepén lévő dupla lap – amelyen jellemzően női bájakkal átlagon felül ellátott hölgy fotója látható – anélkül szakítható ki a lapból, hogy a férfiak sportjáról szóló cikkeket veszélyeztetné.

A férfiak felsőbbrendűségét a felsoroltakon kívül az a jelenség is „örzi”, amely a teljesítmény értékelésére, illetve a siker vagy kudarc megjelenítésére vonatkozik. A nők sikerét hajlamosabb a média a kemény munka és a tehetség mellett a szerencsének vagy esetleg a magánéleti háttérnek tulajdonítani. A férfiak esetében ez meglehetősen ritka. Ezzel szemben az esetleges kudarc okaként a nőknél sokszor a gyengébb (női?) képességek, míg férfiaknál jellemzően külső tényezők jelennek meg (*Duncan és Messner, 1994*).

A hazai kutatások eredményei

Magyarországon mind a média, mind a „gender” jellegű kutatások valójában csak a demokratikus átalakulás után indultak meg, azt követően viszont egyre nagyobb teret nyertek és fokozatosan kiépült intézményrendszerük is. A nemek média általi megjelenítését tárgyaló nyugati szakirodalom megismerése ösztönzően hatott a nők társadalmi helyzetével foglalkozó társadalomtudósokra; egyértelművé tette számukra, hogy csak az ilyen témájú tudományos kutatások segíthetik elő azoknak a problémáknak a hatékony megoldását, amelyek háttérben a nemek viszonyának vagy egyenlőtlenségének kérdése áll. A különböző médiatermékek kvantitatív és kvalitatív analízisének eredményei alapján elmondható, hogy ezek a patriarchális, előítéletekkel amúgy is telített magyar társadalomban a mindkét nemből tovább erősítik a káros sztereotípiákat.

Argejő (1998a) hetilapok, hírműsorok, és szappanoperák tartomelemzésével kereste a választ arra, hogy miképp jelenítik meg a médiumok a nőket, és milyen képet mutatnak a két nem egymáshoz való viszonyáról. Egyrészt a hírműsorok kommunikátorait, másrészt a hírekben megjelenő szereplőket vizsgálta. Azt találta, hogy a televíziós műsorvezetők, tudósítók és riporterek között a férfiak magasan felülreprezentáltak. Még kedvezőtlenebb képet kapott annak elemzése során, hogy milyen témákban készítették interjúkat a női riporterek; ekkor ugyanis kiderült, hogy a látványos, intellektuálisan megközelítendő, nagy horderejű témákat és a társadalmi hierarchia csúcsán rangos pozíciókat betöltő interjúalanyokat dominánsan a férfi kommunikátorok sajátítják ki. Ezzel szemben a nőknek be kell érniük a kevésbé jelentékeny (nem ritkán jelentéktelen), néha már az extrémitás határát súroló – de nagyon sokszor empatikus képességeket is igénylő – témákkal és interjúalanyokkal. A hírek szereplőit tekintve a női egyenjogúságról még komorabb kép rajzolódott ki; a hírek 81%-ának nem volt értékelhető nőképe. A nők közül leginkább azok jelennek meg, akik sikeresen felküzdötték magukat a férfiaké-

val azonos pozícióba (politikus, gazdasági vezető, jogász, főorvos), illetve akik családjai szerepkörükben nyilatkoznak. A felmerülő problémák értelmezésének és megoldásának azonban szinte kivétel nélkül férfiak a letéteményesei. Ha férfiak és nők együtt szerepelnek, akkor a férfiak hosszabb szereplési lehetőséget kaptak, sőt a nők sok esetben meg sem szólalnak, így csupán a maszkulin világ „háttéranyagát” szolgáltatva. „A hatalom férfidolog” – ez hírműsoraink üzenete, amelyek a hagyományos női-férfi attribútumok mentén jelenítik meg a két nemet: a nőt kevészer, eljelentéktelenítve, míg a férfit nyilvános terekben mozogva, a cselekvés aktív részeseként. A három legolvasottabb magyar női hetilap vizsgálata pedig arra mutatott rá, hogy ezek a nőket leginkább a karriert építő férj „hátszágát” biztosító társként, családanyaként mutatják be.

A kutatás konklúziója szerint a hírműsorokban a férfiak nem engedik belépni a nőket „saját” világukba, a nőknek szóló hetilapok pedig nem engedik kilépni őket a szűkre szabott életkereteikből, a tradicionális szerepeken túl nem mutatnak fel számukra követendő alternatív életmodelleket.

Szintén a hagyományos szerepfelfogás képződik le a médiában a különböző devianciák bemutatása során. *Argejő* (1998b) 16 elektronikus és nyomtatott hírforrás hat héten át tartó elemzése során azt találta, hogy bár a nők körében is komoly problémát okoz az alkoholizmus, a növekvő droghasználat és az öngyilkosság, nemcsak ezek, hanem egyéb „kényes” témák (szex, homoszexualitás) megjelenítése esetén is alulreprezentáltak a nők.

Az IgEN (Igazságosság és Esélyegyenlőség a Nemek Között Egysület) a Global Media Monitoring Project résztvevőjeként 2005. februárjában egy nap hírjelentéseit vizsgálta különböző hazai médiumokban – sajtó, rádió, televízió – annak céljából, hogy a magyarországi hírmédia társadalmi nemi szempontú megfigyelésével hozzájáruljon az ilyen irányú újságírói gyakorlat feltérképezéséhez, és általában a gender szempontú médiaelemzés jelentőségének megismertetéséhez. A kutatás eredménye lesújtó képet mutatott: az átlagosnak mondható hétköznap média-keresztmetszete szerint a híralanyok között a nők aránya csak 12% volt a férfiak 88%-os arányához képest. A komolyabb médiatermékek és a bulvársajtó egyaránt a férfi közszereplőket helyezte előnybe, és általában a férfiakról szóló eseményekről számoltak be. A nők a főbb hírekben szinte egyáltalán nem szerepeltek, inkább a kevésbé fontosakban kaptak helyet. A bulvársajtó termékeire fokozott mértékben volt jellemző a nők sztereotip ábrázolása, amely gyakran abban merült ki, hogy csupán háziasszonyként vagy a férfiak szexuális vágyának tárgyaként jele-

nítettek meg őket. Az elemzésben a legnagyobb példányszámban eladott politikai napilap, a Népszabadság sportrovatát és sportnapilapunkat is görcső alá vették, s az derült ki, hogy a sportról szóló hírekben szinte elenyésző számban szerepelnek nők (4%), ezeket egyértelműen a jellegzetesen férfi sportágak, illetve a férfi sportolók (96%) dominálják. A kutatók szerint a sportban és egyéb olyan hírtémákban, mint például az egészségügy, oktatás, gazdasági élet a nők aránytalanul kisebb megjelenése nem tükrözi valós társadalmi szerepeiket és jelenlétüket.¹

Itt kell megemlíteni, hogy már 1994-ben megalakult a Magyar Újságíró Szövetség Nők a médiában szakosztálya, mely kettős célt vállalt; saját tagjainak érdekvédelmén túl figyelni és elemzi, hogy a hétköznapi nők miképpen jelennek meg a különböző sajtótermékekben. Hogyan ábrázolják őket, hogyan használják fel őket a reklámokban, illusztrációkban, nemegyszer méltatlan módon, méltatlan beállításban. Az 1995-ben alapított budapesti Független Médiaközpont pedig – melynek célja, hogy támogassa és erősítse az etikus magatartáson alapuló pártatlan újságírást – 2004-ben újtára indította átfogó programját a társadalmi nemek kiegyensúlyozottabb ábrázolása érdekében. Céljuk az volt, hogy a Phare Access 2002 Program által támogatott projekttel a gender mainstreaming („a nemek főáramba helyezése”) koncepcióját megismertesse és tudatosítsa a médiában.² A különböző – elektronikus és írott – médiában dolgozóknak, illetve a civil szervezetek képviselőinek bemutatták azokat a technikákat, eszközöket, amelyek elősegítik a nemek kiegyensúlyozott, sztereotípiáktól mentes ábrázolását.

Margit Patrícia (2002) szerint számtalan tényező függvénye a nők nyilvánosság előtti megjelenítése, amelyek között az előítélet, a munkahelyi diszkrimináció, a szexuális zaklatás, a feminizmus, a nők saját helyzetének észlelése és az erre adott reakcióik egyaránt meghatározóak. A szerző empirikus vizsgálatában arra a kérdésre kereste a választ, hogy a nemzetközi állapothoz képest milyen nőkkal kapcsolatos jelentések cirkulálnak a magyar napilapokban és milyen a nők reprezentációja a sajtóban. A hagyományos tartalomelemzés mellett kutatásában a kódolás folyamatát is vizsgálta: a nők megjelenésével kapcsolatos újságírói gyakorlatot, a „gyártási folyamatot”, a szabályozást és az újságírók-szerkesztők nemi identitását. Emellett elemezte a dekódolásnak a nők médiahasználati szokásaiban meg-

¹ Lásd: www.globalmediamonitoring.org

² A PHARE (Poland-Hungary Assistance for Restructuring the Economy) Program az egyik azok közül az Európai Unió által finanszírozott programok közül, amelyek célja a középkelet-európai országok uniós csatlakozásának előkészítése volt.

nyilvánuló módozatait is. Kutatása konklúziójaként megállapítja, hogy a nők médiareprezentációja torzít, nem a valós társadalmi helyzetet tükrözi; a Népszabadság politikai, gazdasági, kulturális rovatában még olyan témák tárgyalásánál sem egyenlítődik ki a reprezentáció a két nem között, amely területen egyébként azonos a férfiak és a nők részvétele a mindennapi életben. A sportrovatban a kutatás szerint a nők szempontjából legrosszabb a helyzet; a nők látványosan alulmaradnak a médiareprezentáció szempontjából. Ugyanakkor az újságíró- és szerkesztőnők többsége ambivalens módon gondolkodik a feminizmusról. Bár többségük szívesen foglalkozna nőkkel kapcsolatos témákkal, azokat férfikollegáik nem veszik komolyan; így a szerkesztőségek férfiuralmi környezete és az üvegplafon (az a láthatatlan határ, amely fölé, vezetői pozícióba a férfiakhoz viszonyítva csak kevés nő jut) azonban azt eredményezi, hogy a jelentések kódolása során vívott csatákat a nők többnyire elveszítik. Mindenképpen jelzésértékűek a nők médiahasználati szokásaiban tapasztalt változások is: a jellemzően férfivilágú hagyományos napilapok iránti csökkenő érdeklődés és ezzel párhuzamosan a női magazinok növekvő népszerűsége feltehetően azt mutatja, hogy a hölgyek végre szeretnének saját magukról is többet olvasni.

A politikában és általában a közéletben részt vevő nők aránya minden esetben jelzésértékű a nemek egyenlőségének vagy egyenlőtlenségének megítélésekor. A média nagy szerepet játszik abban, hogy milyen mértékben, illetve hogyan jeleníti meg a különböző pártok női képviselőit. *Rimai* (2006) a 2004-es decemberi kettős népszavazás időszakában vizsgálta a különböző sajtóorgánumokat abból a célból, hogy a női politikusok média általi megjelenítését jellemezze. Az eredmény, mely szerint a politikusnők a népszavazást megelőző kampány egy hónapjában jelentősen hátrányban voltak az írott médiában, még annak ismeretében is elszomorító, hogy közismerten alacsony a nők száma a pártokban. A tartalomelemzés adatai szerint itt is a férfiak megnyilatkozásai a fontosak, a női politikusok véleménye háttérbe szorul.

Epilógus

A sport a feminista társadalomtudósok véleménye szerint még manapság is férfiuralmi terület, ahol a nők – annak ellenére, hogy a női sport az elmúlt évtizedekben hatalmas mértékben fejlődött – hátrányban vannak. Bár bővül a hölgyek számára a sportágak palettája, és egyre magasabb az olimpiai résztvevők között a nők aránya (a leg-

utóbbi, athéni játékokon már elérte a 40%-ot, amire korábban nem volt példa), a sportmédia erre nem reagál „valóságghűen”. Úgy tűnik tehát, hogy bár a tömegközlelési eszközök segítő kezét adták a női sport népszerűsítésekor, manapság már csak a kisujjukat nyújtják ehhez; a nemek egyenlőtlen bemutatásával, a férfiak sportjának nagyfokú felülreprezentálásával a sajtóban és a televízióban a női sportok alacsonyabbrendűségének érzetét közvetítik a társadalomnak.

A gazdag nyugati szakirodalom megismerése felkeltette a hazai sportszociológusok érdeklődését is az utóbbi évtizedekben szimbiózisban élő versenysport és média kapcsolatának elemzése iránt. Komoly hiányosságnak tekinthető, hogy mind a mai napig nem történt olyan vizsgálat, amely a kizárólag az élsportoló férfiak és nők média általi bemutatására fókuszált volna. Ennek az úrnek a betöltésére vállalkozik az a kutatás, melynek célja a női sportolók hazai média-reprezentációjának vizsgálata; ennek során nemcsak a napilapok sporttémájú cikkeinek elemzése, hanem a hírgyártás és szelekció vezérelveinek feltérképezése is sorra kerül. Emellett megismerhetjük a magyar élsportoló nők, illetve a fogyasztók, vagyis az olvasók sport-sajtóról alkotott szubjektív véleményét is. A kutatás egyben része a Global Women in the Sports Media projektnek, amelyben a világ 22 országából érkező, a női sportolók athéni olimpiai játékok alatti médiareprezentációjáról szóló elemzést hasonlítanak össze. Az eredmények várhatóan a 2007-es év második felében kerülnek bemutatásra.

Irodalom

- Angelusz, R. (1983). *Kommunikáló társadalom*. Ferenczy, Budapest.
- Argejő É. (1998a): *Hímnem, nőnem: a médium nem semleges*. In: Argejő É. (Szerk.): Jelentések könyve. Új Mandátum, Budapest. 173-179. p.
- Argejő É. (1998b): *Menekülés a túlélésbe. A devianciák a médiában*. In: Argejő É. (Szerk.): Jelentések könyve. Új Mandátum, Budapest. 180-184. p.
- Bachmann, A. (1998): *Wie eine Katze schmiegt sie sich an, an die Hochsprunglatte: Geschlechterdifferenz in der Sportbrichterstattung*. PhD-thesis, University of Salzburg.
- Bajomi-Lázár P. (2006): *Média és társadalom*. Médiakutató Alapítvány.
- Bernard, J. (1981): The good-provider role: Its rise and fall. *American Psychologist*, 36. 1-12.
- Bernstein, A. (2002): Is It Time for a Victory Lap?: Changes in the Media Coverage of Women in Sport. *International Review for the Sociology of Sport*, 3-4. 415-428.
- Brown, P. (1994). The containment of women in the Australian sporting press from 1880-1990. *The ACHPER Healthy Lifestyles Journal*, 1. 32-44.

- Bryant, J. (1980): A two-year selective investigation of the female in sport as reported in the paper media. *Arena review*, 4. 32-44.
- Busby, L. J. (1985): *The mass media and sex role socialization*. In: J. R. Dominick and J. E. Fletcher (Eds): *Broadcasting research methods*. Allyn & Bacon, Boston, MA.
- Connell, R. W. (1990): *An iron man: The body and some contradictions of hegemonic masculinity*. In: Messner, M. A. and Sabo, D. F. (Eds): *Sport, men and the gender order*. Human Kinetics Books, Champaign, IL.
- Crossman, J., Hyslop, P., Guthrie, B. (1994): A content analysis of the sports section of Canada's national newspaper with respect to gender and professional/amateur status. *International Review for Sociology of Sport*, 29. 123-132.
- Daddario, G. (1994): Chilly Scenes of the 1992 Winter Games: The Mass Media and the Marginalization of Female Athletes. *Sociology of Sport Journal*, 11. 275-288.
- Duncan, M. C., Messner, A. M. (1994): *Gender Stereotyping in Televised Sports: A Follow-up to the 1989 Study*. Amateur Foundation of Los Angeles, Los Angeles.
- Dunning, E. (2002): A sport mint a férfiaknak fenntartott terület: megjegyzések a férfi identitás társadalmi gyökereiről és változásairól. *Korall*, 7-8. Március. 140-154.
- Durkin, K. (1985a): Television and sex role acquisition 1: Content. *British Journal of Social Psychology*, 24. 101-113.
- Durkin, K. (1985b): Television and sex role acquisition 2: Content. *British Journal of Social Psychology*, 24. 191-210.
- Eitzen, S., Baca Zinn, M. (1989): The Deathletization of Women: The Naming and Gender Making of Collegiate Sport Teams. *Sociology of Sport Journal*, 6. 4:362-370.
- Fasting, K., Tangen, J. (1983): Gender and Sport in Norwegian Mass Media. *International Review of Sport Sociology*, 1. 61-69.
- Fejes, F. J. (1992): *Masculinity as fact: A review of empirical mass communication research on masculinity*. In: S. Craig (Ed.): *Man, masculinity, and the media*. Sage, Newbury Park, CA.
- Fowles, J. (1996): *Advertising and popular culture*. Sage, Thousand Oaks, CA.
- Gál A. (2005): Társadalmi nem és média: A női sport megjelenítése a sportsajtóban. *Magyar Sporttudományi Szemle*, 2. 37-41.
- Gáldi G. (2002): Fizikai aktivitás Magyarországon az ezredfordulón. *Magyar Sporttudományi Szemle*, 3-4. 16-18.
- Gerbner, (2000): *A média rejtett üzenete*. Osiris, Budapest.
- Giddens, A. (1995): *Szociológia*. Osiris, Budapest.
- Gunter, B. (1986): *Television and sex role stereotyping*. Unwin Hyman, London.
- Hall, S. (1980): *Encoding, decoding*. In: S. Hall, D. Hobson, A. Lowe & P. Wills (Eds.): *Culture, media, language*. Routledge, London. 128-139. p.
- Hadas M. (2003): *A modern férfi születése*. Helikon Kiadó, Budapest.

- Han, J. Y. (2003): *Gender Representation in Television Sports show: A Comparison of ESPN Sportscenter with KBS Sports News*. In: Universiade Conference Proceedings, Daegu. 592-598. p.
- Harris, J., Clayton, B. (2002): *Feminity, Masculinity, Physicality and the English Tabloid Press :The Case of Anna Kournikova*. *International Review for the Sociology of Sport*, 37. (3-4) 397-414.
- Hayes, L. (2002): *The Panopticon*. www. gpsports.com
- Klapper, J. T. (1960): *The Effects of Mass Communication*. Free Press, Glencoe, IL.
- Lenskyj, H. J. (1998): 'Inside Sport' or 'On the Margins'? Australian Women and the Sport media. *International Review for the Sociology of Sport*, 1. 19-32.
- Lumpkin, A., Williams, L. D. (1991). An analysis of 'Sport Illustrated' feature articles, 1954-1987. *Sociology of Sport Journal*, 8. 16-31.
- Margit P. (2002): A nők reprezentációja. *Médiakutató*, 3. 81-96.
- Mathesen, H., Flatten, K. (1996): Newspaper representation of women athletes in 1984 and 1994. *Women in Sport and Physical Activity Journal*, 5. (2) 65-83.
- Milkie, M. A. (1994): Social world approach to cultural studies: Mass media and gender in the adolescent peer group. *Journal of Contemporary Ethnography*, 23. 354-380.
- Menzies, H. (1989): *Women's sport: Treatment by the media*. In: Dyer, K. (Ed.): *Sportswomen towards 2000: A celebration*. Hyde Park Press, Adelaide. 220-231. p.
- Pirinen, R. (1997): *Catching Up with Men? Finnish Newspaper Coverage of Women's Entry into Traditionally Male Sports*. *International Review for the Sociology of Sport*, 3. 239-250.
- Pringle, R., Gordon, S. (1995): A content analysis of Western Australian print media coverage of the Commonwealth Games with particular reference to gender differences. *The ACHPER Healthy Lifestyle Journal*, Winter. 4-8.
- Rimai A. (2006): Csak ha vészmadár vagy. Politikusnők a sajtóban a 2004. decemberi népszavazási kampány idején. *Médiakutató*, Tavasz. 69-82.
- Szabó A. (2001): *Men versus women in the sports media: Fair play?* In: Ruskin, H. & Lämmer, M. (Eds). *Fair Play: Violence in Sport and Society*. The Cossell Centre for Physical Education, Leisure and Health Promotion, The Hebrew University of Jerusalem, Israel. 158-175. p.
- Theberg, N. (1991): A Content Analysis of Print Media Coverage of Gender. *Women and Physical Activity*. *Journal of Applied Sport Psychology*, 3. 36-48.
- Theberg, N., Birrell, S. (1989): *Ideological Control of Women in Sport*. In: Birrell, S., Cole, C. L. (Eds): *Women, Sport and Culture*. Human Kinetics, Champaign. 241-359. p.
- Theberg, N., Cronk, A. (1986): Work routines in newspaper sports departments and the coverage of women's sports. *Sociology of Sport Journal*, 7. 195-203.

- Toohey, K. (1997): Australian television, gender and the Olympic Games. *International Review for Sociology of Sport*. 32, 19-29.
- Valgeirsson, G., Snyder, E. (1986): A cross-cultural comparison of newspaper sports sections. *International Review for Sociology of Sport*, 21. 131-140.
- Vigorito, A. J. (1998): Marketing masculinity: gender identity and popular magazines. *Sex Roles: A Journal of Research*. [www. findarticles.com](http://www.findarticles.com).

TESTNEVELŐ TANÁROK PRESZTÍZSE: PÁLYAVÁLASZTÁSTÓL A PÁLYAELHAGYÁSIG A NEMEK MENTÉN

**Prestige of the physical education teacher's profession:
From choice of career to leaving the profession by gender**

- **Bognár József¹**
- **Istvánfi Csaba¹**
- **Kovács T. László²**
- **Antal Zsanett¹**

¹Semmelweis Egyetem Testnevelési és Sporttudományi Kar,
Testnevelés-elmélet és Pedagógia Tanszék

²Eötvös József Főiskola, Baja

Összefoglaló

Tanulmányunk célja, hogy betekintést nyerjünk a testnevelők tapasztalataiba a pályaválasztás, a presztízis és a pályaelhagyás területein. A főleg zárt végű kérdéseket tartalmazó kérdőívet 564 testnevelő küldte vissza úgy, hogy az teljes és értékelhető volt. Eredményeink alapján elmondható, hogy a pályaválasztást legnagyobb mértékben a sport szeretete befolyásolta, emellett jelentős szerepet kapott, hogy úgy vélték, szeretnek gyermekekkel foglalkozni és tehetséget éreztek a pályához. A testnevelők majd' fele nem bánta meg a pályaválasztási döntését. Emellett a válaszadók úgy vélik, hogy a szülők és a tanulók többnyire nagyon jól elismerik munkájukat, és többnyire anyagi okok miatt aránylag sokan gondoltak már a pályaelhagyásra. A férfiak és nők közötti különbség a pályaválasztásnál kis mértékben, a többi kérdésnél egyáltalán nem jelentkezik.

Kulcsszavak: testnevelők, pályaválasztás, presztízis, pályaelhagyás.

Abstract

The goal of our study was to explore choice of profession, career prestige and burnout of physical education teachers. Altogether 564 PE teachers filled out the questionnaire that consisted mostly closed ended questions. According to our results the choice of career had been mostly influenced by the love of the profession. Besides, they thought they would enjoy educating kids and felt that they had talent to become good teachers. Almost half of the participants did not regret becoming a physical education teacher and most feel that their work is well recognized by parents and students. Also, those who think about quitting their position

did that due to financial problems of profession. The only slight difference between male and female PE teachers appears in choice of career.

Keywords: physical education teachers, choice of career, prestige, leaving position.

Bevezetés

Az oktatási-nevelési folyamat vizsgálatakor a pedagógus pályával kapcsolatos döntésekre és tényezőkre irányult a figyelmünk. A pedagógusokra egyre nehezebb és összetettebb szerep hárul (Szolnoki, 2004), hiszen a hagyományos pedagógus szerep elvárásain kívül a munkaerő-piaci, társadalmi értékrendbeli, fenntartói követelmények, valamint az oktatás tartalmi-formai szabályozásai is rákényszerítik őket a szüntelen alkalmazkodásra, változásra (Nagy, 1997). Az is nehézséget okoz, hogy ezen szüntelen változások következtében a pályán lévő és a pályára lépni kívánó pedagógusoknak fel kell készülniük arra, hogy feleslegessé válhatnak, hogy az intézményen belül más irányú vagy jellegű munkát kell végezniük (Nagy, 1997). A téma érdekessége és fontossága ellenére pályakezdet indítékait, motivációt és tényezőit kevesen kutatták (Gombocz O., 2004). A témát érintő tanulmányok kisebb része a pályán lévő tanárok (Nagy és Varga, 2006), nagyobb része a tanárképzés résztvevőinek tapasztalataira és véleményére volt kíváncsi (Kocsis, 2003).

A magyar rendszerváltás óta jelentős mértékben változtak, illetve változnak a társadalmi-gazdasági körülmények, a demográfiai helyzet, az oktatásfinanszírozás és ezek kényszerítő hatása természetesen a pedagógusokra is kivetítődik (Deák, 1998). A megnövekedett társadalmi igények és a közoktatás modernizációja folyamatosan változtatja az oktatók-nevelők mindennapos tevékenységét, a velük szemben támasztott elvárásokat és ezek természetesen bizonyos szerepkonfliktusokat okozhatnak (Ferenczi, 1998).

A fejlett gazdasági mutatókkal rendelkező országokban a pedagóguspálya vonzereje csökkenő tendenciát mutat (Imre és Nagy, 2003), a tanári presztizs pedig egybehangzóan közepes, illetve gyenge szinten van (Nagy, 2001). Ingesoll (2001) tengerentúli eredményei alapján az is egyértelmű, hogy a probléma egyik legfőbb oka az alacsony pedagógusbér mellett a helyi és a központi vezetés-irányítás hiánya, a fegyelmzési problémák minőségileg és mennyiségileg is növekvő jellege, valamint a tanulók alacsony motivációs szintje. Az már évtizedek óta ismeretes, hogy az alacsony munkabérek kétséget kizáróan hozzájárulnak a pedagógusok egyértelműen

gyenge társadalmi státuszához, illetve alacsony elfogadottságának szintjéhez (*Lortie, 1975*).

A Marketing Centrum Országos Piackutató Központ 1996-os felmérése szerint a pedagógusok presztízse a jogásztól, a számítástechnikustól, a politikustól, a menedzsertől és a sportolótól jóval lemaradva, de a rendőrnél, a szociális munkásnál, az ipari szakmunkásnál és a mezőgazdasági termelőnél előnyösebb helyzetben van. *Maár* (2002) eredményei is azt mutatják, hogy a pedagógusok a rangsor utolsó harmadában helyezkedtek el, méghozzá úgy, hogy minél alacsonyabb fokon tanít egy pedagógus, annál alacsonyabb a megbecsültsége. Érdekessége a tanulmánynak, hogy a pedagógusok a foglalkozásukat a legalacsonyabb presztízssűnek értékelik a sorban. *Maeroff* (1988) szerint ennek oka főleg az aránytalanul alacsony fizetésben és az általános munkafeltételek gyenge szintjében keresendő. *Szabó* (1998) is hasonló eredményekről számol be: a pedagógusok többsége nem érzi azt, hogy a sokirányú és meghatározó társadalmi kötelezettségnek megfelelő társadalmi és anyagi megbecsülésben lenne részük.

Az évezred elején a lakosság több mint kétharmada véli úgy, hogy nagyon nagy, vagy nagy szerepe van a pedagógusoknak abban, hogy Magyarország sorsa hogyan alakul a következő évtizedekben. Általánosan elmondható, hogy a lakosság elégedettnek tűnik a pedagógusok felkészültségével és a tanulók értékelésével kapcsolatos tevékenységet érintően, a lakosság szerint a tanulói eredményesség leginkább a gyerek tehetségének és a családnak tudható be, és csak utána a jó tanárnak (*Imre és Nagy, 2003*). A szakirodalom alapján azonban elmondható, hogy az oktatással való elégedettség az elmúlt időszakban csökkenő tendenciát mutat (*Medgyesi, 2006*).

A pedagógusok körében a szerény bérek miatt a munkaviszony stabilitása erős szelekciós és ösztönzési tényezőként működik (*Galasi, 2002*). Nemzetközi adatok azt bizonyítják, hogy a foglalkozás elvárásai és az elégedetlenség miatt a pedagógusok különösen hajlamosak a munkába való belefáradásba, kiegészre, pályaelhagyásra és pályamódosításra (*Farber, 1991*). Ennek okai lehetnek a korábban már említett megbecsültség és a hivatástudat hiánya (*Kocsis, 2003*), illetve következményei között mutatkozik a hiányzás, a pályaelhagyásra készülődés, illetve ennek tudatos tervezése, a munkateljesítmény csökkenése és bizonyos pszichés betegségek sorozata (*Maslach, Schaufeli és Leiter, 2001*).

A testnevelés területén

A rendszerváltás óta a hazai empirikus kutatások csak csekély figyelmet szenteltek a testnevelők pályaválasztására, presztízisére és pályaelhagyására jelentős részük pedig a férfiak és a nők közötti eltéréseket sem vették figyelembe. Minthogy a testnevelők mintegy 65%-a nő (Gergely, 2002), a kérdés több szempontból is érdekes lehetőségeket kínál a vizsgálatokra.

Gombocz János (2004) felhívja a figyelmet egyrészt arra, hogy a testnevelő tanárok nem a kornak megfelelő szerepfelfogása miatt a szakma elfogadottsága gyenge, másrészt, hogy a testnevelői hivatás válsága elsősorban a társadalom változásaiból, a folyamatos konfliktusokból, illetve a megoldatlan problémákból eredeztethető. Ezzel ellentétben Gergely (2002) általánosan elfogadhatónak, néhol jónak minősíti a testnevelők mindennapos munkájának minőségét és presztízisét. Gergely tanulmányai (é.n. a,b,c) egybehangzóan azt sugallják, hogy a szülők kevésbé tartják fontosnak a testnevelést, mint a diákok. Ezzel ellentétes információval szolgál Huszár és Bognár (2006), akik szerint a magyar felnőttek egyértelműen jelentősnek minősítik az iskolai testnevelés életükre kifejtett hatását. Bognár és Kovács (2007) empirikus tanulmánya arról számol be, hogy a felsőtagozatos tanulók túlnyomó többsége kifejezetten fontosnak véli a testnevelés tantárgyat az iskolában.

A testnevelők jelentős része keres munkát az iskolarendszeren kívül, és ez mintegy kétszer annyi nőt érint, mint férfit (Evans és Williams, 1989). Hasonlóan a pedagógus pálya többi területeihez, a testnevelő szakma is egyre inkább elnőiesedik (Gergely, 2002), általában alacsony státusszal jellemezhető (Lindhom, 1997) és szerepkonfliktusokkal telített (Smith és Leng, 2003).

Mindezek alapján arra vállalkoztunk, hogy betekintünk a testnevelők döntéseibe, illetve véleményébe a pályaválasztás, a presztízis és a pályaelhagyás területein. Ezen túl megpróbáltuk összehasonlítani a férfi és női testnevelők tapasztalatait a pedagógus pálya előbb említett tényezői mentén.

Módszer

A mintát 564 testnevelő alkotta az ország minden régiójából (ez megközelítőleg 70%-a volt az összes kipostázott kérdőívnek). Az adatgyűjtést a Magyar Testnevelő Tanárok Országos Egyesülete adatbázisa alapján végeztük. A minta kiválasztása során kritérium

volt a minimum ötéves testnevelői tapasztalat a közoktatásban. A mintában a férfi testnevelők aránya 54,3%, míg a nőké 45,7% volt.

Az adatgyűjtés feleletválasztásos kérdőív segítségével postai úton történt. A kérdőívet a pályaválasztás (1-3. táblázat), a presztízs (4. táblázat) és a pályaelhagyás (5-6. táblázat) területein úgy szerkesztettük meg, hogy a testnevelők egyszerűen és aránylag gyorsan válaszolhassanak a kérdésekre. A pályaválasztást meghatározó tényezők közül a szakirodalom instrukciói alapján kilencet választottunk ki és ezeket a kérdéseket háromfokozatú skálán kellett értékelnie a válaszadóknak (nagyértékben meghatározó, közepesen meghatározó és nem meghatározó). A státusra és presztízsrre vonatkozó kérdések között volt háromfokozatú (ha újra 18 éves lenne...) és ötfokozatú (mennyire biztos munkahelyében, elismertség az iskolavezetés, önkormányzat, tantestület, szülők és tanulók részéről) is. A pályaelhagyás kérdéskörét egy ötfokozatú skálán (nagyon, eléggé/jól, közepesen, kicsit, legkevésbé/nem) és egy nyílt végű kérdéssel is vizsgáltuk.

A kérdésekre adott válaszokat leíró és nem parametriás statisztikával (khi négyzettel, Pearson khi négyzetet) vizsgáltuk. A nyílt végű kérdéskörnél a válaszokat tartalmuk alapján csoportokba tettük, kódoltuk és így kvantifikálva elemeztük. Szignifikanciaszintnek a $p < 0,05$ értéket fogadtuk el. Minden statisztikai elemzést az SPSS 14.0 for Windows statisztikai program segítségével végeztük.

Eredmények

Pályaválasztás

Az mintát alkotó testnevelők a sport szeretetét (94,5%), a gyermekekkel való foglalkozás szeretetét (68,8%), illetve a pálya iránt érzett tehetséget (44,1%) jelölték, mint amik nagyértékben meghatározóak voltak számukra a pályaválasztásnál. Érdekes a kérdésre adott válaszokat a másik oldalról is bemutatni, miszerint a pályaválasztási döntésben nem jelentett meghatározó tényezőt a pálya anyagi vonzata (97,5%), a könnyű diplomaszerezés (87,2%) és a pálya társadalmi presztízse (86,9%). Emellett a megkérdezettek 73,4%-ánál nem jelentett meghatározó tényezőt a szülei és 45,9%-ban a pedagógusai és edzői tanácsa, javaslata (1-2. táblázat). A kérdésre egyéb szempontot is jelölt a minta 7,7%-a, azonban a válaszadók nem pontosították az „egyéb” jelentését. Minden pályaválasztásra irányuló kérdésre szignifikáns eredmény született ($p < 0,01$).

1. táblázat: A pályaválasztás meghatározó tényezői (N=564)

	A sport szeretete		Szeret gyerekekkel foglalkozni		Tehetséget érzett a pályához		Szülei tanácsára		Tanára vagy edzője tanácsára	
	Férfi	Nő	Férfi	Nő	Férfi	Nő	Férfi	Nő	Férfi	Nő
Nagymértékben meghatározó (%)	94,5		68,8		44,1		4,4		23,0	
	95,3	93,4	63,8	74,8	40,8	48,0	3,4	5,6	22,2	23,9
Közepesen meghatározó (%)	5,0		27,0		43,4		22,2		31,1	
	4,7	6,1	30,2	23,2	45,5	40,9	20,0	24,9	31,6	30,5
Nem meghatározó (%)	0,2		4,2		12,5		73,4		45,9	
	0	0,5	6,0	2,0	13,7	11,1	76,6	69,5	46,2	45,7
Nemek közötti szignifikancia	Nincs		p=0,020		Nincs		Nincs		Nincs	

2. táblázat: A pályaválasztás meghatározó tényezői (N=564)

	Edző (is) szeretett volna lenni		A pálya társadalmi presztízse		Könnyű diplomát szerezni		A pálya anyagi vonzata	
	Férfi	Nő	Férfi	Nő	Férfi	Nő	Férfi	Nő
Nagymértékben meghatározó (%)	19,5		1,9		1,6		0,2	
	26,2	11,7	2,2	1,5	2,6	0,5	0,4	0
Közepesen meghatározó (%)	32,3		11,2		11,2		2,3	
	39,1	24,4	14,7	7,1	12,4	9,7	2,6	2,0
Nem meghatározó (%)	48,1		86,9		87,2		97,5	
	34,8	64,0	83,1	91,4	85,0	89,8	97,0	98,0
Nemek közötti szignifikancia	p=0,000		p=0,038		Nincs		Nincs	

Amint az 1-2. táblázatokból kiolvasható, a férfi és nő testnevelők között mindössze három kérdésben mutatkozott különbség. A nőknél nagyobb szerepet kapott, hogy „Szeret gyerekekkel foglalkozni” ($p=0,020$), és hogy nem meghatározó „A pálya társadalmi presztízse” ($p=0,038$), míg a férfiak többen jelezték, hogy „Edző (is) szeretett volna lenni” ($p=0,000$).

A pályaválasztáshoz soroltuk azt a kérdést, hogy mai fejjel újra ezt a szakmát választanák-e a válaszadók. A szakma számára nem túl biztató az a tény, hogy a testnevelők mindössze 49,1%-ban választanák újra a pályát, ha újra 18 évesek lennének. A minta több mint egyötöde (22,7%) biztosan más pályát választana, míg 28,2% nem tudott határozott választ adni ($p<0,0001$) (3. táblázat). A kérdés tekintetében a férfi és nő testnevelők nem vélekedtek eltérően.

3. táblázat: Ha ismét 18 éves lenne (N=564)

	Százalék	
	Férfi	Nő
Ugyanezt a szakmát választaná (%)	47,7	50,8
Talán más szakmát választana (%)	30,3	25,8
Biztos más szakmát választana (%)	22,0	23,4
Szignifikancia	$p<0,0001$	
Nemek közötti szignifikancia	Nincs	

Presztízs

A kutatás résztvevői ötfokozatú skálán véleményezték, hogy az iskolavezetés, az önkormányzat, a tantestület (kollégák), a szülők, illetve a tanulók részéről mennyire elismert a munkájuk. A testnevelők úgy vélekednek, hogy nagyon jól, illetve jól elismerik munkájukat a tanulók (90,0%), a szülők (77,1%), az iskolavezetés (71,2%) és a tantestület (68,6%). A 4. táblázat adatai azt jelzik, hogy a pedagógusok szerint az önkormányzat ismeri el őket legkevésbé (jól és nagyon jól együttesen 47,0%). Mindegyik presztízssre vonatkozó kérdés szignifikáns eredményt mutatott, viszont a nemek között egyik kérdésben sem volt statisztikailag számottevő különbség.

A 6. táblázat azt mutatja be, hogy azok, akik gondoltak már a pályaelhagyásra, egyértelműen megélhetési gondokat említették (68,2%), míg az anyagi és erkölcsi tényezőket együtt emelték ki (21,5%). Emellett említésre kerültek az erkölcsi tényezők (7,3%), illetve 2,4%-ban, hogy egyszerűen csak elég volt ($p=0,000$). A férfi és a nő testnevelők válaszai között nem volt szignifikáns különbség.

6. táblázat: Milyen okból hagyná el a pályát? (N=333) ($p=0,000$)

	Anyagi (megélhetési)	Anyagi és erkölcsi	Erkölcsi	Elegendő volt
Összesen (%)	68,8	21,5	7,3	2,4
Férfi (%)	67,2	24,9	6,8	1,1
Nő (%)	70,6	17,7	7,8	3,9

Összegzés, javaslatok

Munkánk célja a testnevelő tanárok pályaválasztásának, presztízsének és pályaelhagyásának vizsgálata volt. Vizsgálatunk során lényeges szempontként kezeltük a nemek összehasonlítását kérdéseinkre adott válaszok tekintetében.

A pályaválasztás, a presztízs és a pályaelhagyás kérdéseiben a testnevelők helyzete – eredményeink alapján – a hiedelmekkel és a publikációk nagy részével (Deák, 1998; Nagy, 1997) szemben aránylag jónak tekinthető. A pályaválasztás indokai, a presztízs és a pályaelhagyás sem mutatott szélsőségesen negatív értékeket.

Az eredmények tükrében úgy tűnik, hogy visszaemlékezve a sok évvel korábbi pályaválasztási döntésre, elsősorban a belső indíttatás és a pszichés tényezők szerepe mutatkozott meg (a sport szeretete, szeretet gyermekekkel foglalkozni és tehetséget érzett a pályához). Fel-tűnő, hogy a válaszadók szerint sem a szüleik, sem az őket oktató-nevelő pedagógusok, valamint edzőik sem játszottak szerepet a pályaválasztás fontos és jövőt meghatározó döntésében. A tapasztalatok azonban azt mutatják, hogy a tanárok és az edzők fontos szerepet töltenek be a pályához szükséges motiváció, tehetségérzés kialakulásában.

Az edzői munka, mint rokon szakma lehetősége sem játszott szerepet a döntésben. Nem meglepő, hogy nem a presztízs, a diplomaszerezés könnyűsége és a pálya anyagi jellegű juttatásai miatt választották a testnevelői hivatást.

A minta majdnem fele az oktatást érintő nem túl kedvező politikai, gazdasági és társadalmi változások ellenére is ugyanezt a szakmát választaná. Ez a pedagógus hivatás átalakulását és jelenlegi

4. táblázat: Elismertség az oktatás szereplői részéről (N=564)

Elismert- ség (%)	Iskola- vezetés		Önkor- mányzat		Tantestület		Szülők		Tanulók	
	Férfi	Nő	Férfi	Nő	Férfi	Nő	Férfi	Nő	Férfi	Nő
Leg- kevésbé	4,6		18,1		1,8		1,8		0,4	
	5,5	3,5	1,5	16,4	2,2	1,3	1,4	2,4	0,7	0
Kicsit	6,4		10,6		4,8		4,4		0,6	
	7,0	5,7	10,0	11,3	5,5	3,9	3,8	5,1	0,4	0,9
Közepesen	17,8		24,3		24,8		16,6		9,0	
	17,7	17,8	25,3	23,1	22,5	27,5	18,8	14,2	10,7	7,1
Jól	38,7		28,0		47,6		32,9		49,6	
	36,2	41,7	24,5	32,3	48,0	47,2	31,0	35,0	50,0	49,1
Nagyon jól	32,5		19,0		21,0		44,2		40,4	
	33,6	31,3	20,7	16,9	21,8	20,1	44,9	43,3	38,2	42,9
Szignifi- kancia	p=0,000		p=0,000		p=0,000		p=0,000		p=0,000	
Nemek kö- zötti szig- nifikancia	Nincs		Nincs		Nincs		Nincs		Nincs	

Pályaelhagyás

Arra a kérdésre, hogy mennyire biztosak a munkahelyükben, állásukban, a válaszadók mindössze 6,4%-a válaszolta, hogy legkevésbé, illetve semennyire (5. táblázat). Közepesen biztos (16,5%), illetve eléggé és nagyon biztos a jelenlegi állásában a testnevelők 77,1%-a ($p < 0,0001$). A nemek között nem volt statisztikailag jelentős különbség.

5. táblázat: Mennyire biztos a munkahelyében, állásában? (N=564) ($p=0,000$)

	Nagyon	Eléggé, jól	Közepesen	Kicsit	Legkevésbé, illetve nem
Összesen (%)	44,7	32,4	16,5	4,5	1,9
Férfi (%)	45,2	33,9	13,8	4,9	2,1
Nő (%)	44,1	30,6	19,6	4,1	1,6

Szignifikánsan többen (60,9%) említették, hogy gondoltak a pályaelhagyásra, mint akik még nem (39,1%) ($p < 0,0001$). A férfiak többen gondoltak már arra, hogy elhagyják a testnevelő tanári pályát, mint a nők ($p=0,012$).

problémáit tekintve (Ferenczi, 1998; Imre és Nagy, 2003) jelentős eredménynek tűnik. Vélhetően a jelenlegi testnevelők mintegy fele elégedett annyira az anyagi, erkölcsi, illetve szakmai helyzetével, hogy biztosan maradni akarjon a szakmában. Ebben természetesen szerepet kaphat az a gyakorlat is, mely szerint a tanórán kívüli sportfoglalkozások és táborok munkalehetőségei több szempontból előnyösek az érintett testnevelők számára.

A testnevelők nagy része úgy véli, hogy a nevelés-oktatás legfontosabb szereplői (iskolavezetés, kollegák, szülők és tanulók) is többnyire elismerik a munkájukat. Az önkormányzatot, mint fenntartót már nem annyira vélik pozitívnak a folyamatban. Ennek többféle oka lehet, tapasztalataink szerint az elismertség hiánya általában nem az iskolai foglalkozások minőségére, hanem az iskolai versenyekre és egyéb, az iskolai oktatáson kívüli rendezvényekre irányul.

A pályaelhagyás értékei kicsit ellentmondanak az előző eredményeknek. Mintánk majdnem kétharmad része többször gondolt már a pályaelhagyásra, ami a pillanatnyi vagy az általános elégedetlenséggel és/vagy a kiútkereséssel magyarázható. Vélhetően a folyamatos társadalmi, gazdasági és fenntartói változások eredményeképp fordult meg a fejükben, hogy más, számukra eredményesebb és sikeresebb pályán folytassák az életüket. Amiért mégsem döntöttek tömegesen a pályaelhagyás mellett, annak az lehet a legfőbb oka, hogy más munkaterületeknek is bizonytalan a jövőképe.

A férfiak és a nők vonatkozásában a pályaválasztást meghatározó tényezők nem mutatnak statisztikailag számottevő különbséget. A legnagyobb különbség a „Szeret gyerekekkel foglalkozni” kérdésnél volt, bár a kérdésre a nők háromnegyede (74,8%), míg a férfiak kétharmada (63,8%) jelölte meg a „nagyértékben” választ. Ez arra enged következtetni, hogy a testnevelő pályát választók zömének erőteljes a pedagógiai érdeklődése. Ennek okát a testnevelés tantárgy sajátos jellegében érdemes keresnünk, ugyanis a testnevelésórán a tanár és a tanuló kapcsolatát az oktató-nevelő munkában a sokoldalúság jellemzi, mely nagyfokú bizalomra és elfogadottságra épül a tanórán és azon kívül is (Bognár és Kovács, 2007).

A „Ha ismét 18 éves lenne” kérdésre adott válaszok azt mutatják, hogy nincs különbség a két nem véleménye között. Elismertség az oktatás szereplői részéről kérdéskörnél szintén nincs statisztikai különbség a férfiak és a nők között, s hasonló eredményt kaptunk a „Mennyire biztos a munkahelyében, állásában” kérdésre, valamint „Ha elhagyná a pályát, miért” kérdés tekintetében is.

Az eredmények ismeretében úgy tűnik, érdemes volna tovább vizsgálni a témát. Érdekes lehet több szempontból és több forrásból

vizsgálni a kérdéseket, illetve interjúkkal kiegészíteni a kutatási módszert. A kapott eredmények több vonatkozásban is újabb kérdések kutatására ösztönöznek. Jelen kutatásunkban nem volt célunk, de érdekes lehet továbblépni a tekintetben is, hogy a pedagógusok tapasztalatának mennyisége (hány éve tanítanak) miként befolyásolja véleményeiket, tapasztalataikat. A közoktatás szintere (általános vagy középiskola) is különbséget mutathat az eredményekben, ezt is érdemes lenne vizsgálni.

Leszögezhetjük, hogy a kutatásban részt vevő testnevelők között a pályaválasztás, a presztízs és a pályaelhagyás kérdéseiben a két nem között nem mutatható ki lényeges eltérés. Ez a testnevelő férfiak és nők nagyban hasonló gondolkodását, elvárásainak, elhivatottságának és szakmaszeretetének hasonló jellegét, szintjét bizonyítja.

Irodalom

- Bognár József, Kovács T. László (2007): Értékelés és testnevelés órán: Felső tagozatos tanulók tapasztalatai. *Iskolakultúra*, 1. 88-95.
- Deák Zsuzsa (1998): *A pedagógusok munkája*. In: Nagy Mária (Szerk.): *Tanári pálya és életkörülmények 1996-1997*. Okker Kiadó, Budapest. 61-87. p.
- Evans, J., Williams, T. (1989): *Moving up and getting out: The classed, generated career opportunities of physical education teachers*. In: T. Templin and P. Schempp (Eds): *Socialization into physical education: Learning to teach*. 235-250. p.
- Farber, B.A. (1991): *Crisis in education: Stress, burnout American teachers*. *Journal of Educational Research*, 77. 325-331.
- Ferenczi István (1998). *A pedagógusszerep szükséges változása*. *Új Pedagógiai Szemle*, 3. 9-16.
- Galasi Péter (2002): *Pedagógusdiplomával rendelkező pályakezdekők munkaerő-piaci helyzete*. Országos Közoktatási Intézet Kutatási Központ, Budapest.
- Gergely Gyula (2002): *A testnevelés tantárgy helyzete és fejlesztésének feladatai*. *Új Pedagógiai Szemle*, 7-8. 161-174.
- Gergely Gyula (é.n. a): *A testnevelés tantárgy helyzete egy felmérés tükrében*. Országos Közoktatási Intézet. <http://www.oki.hu/oldal.php?tipus=cikk&kod=kerdoives-gergely-testnevelés#kapcs>
- Gergely Gyula (é.n. b): *A testnevelés tantárgy helyzete és fejlesztési feladatai*. Országos Közoktatási Intézet. <http://www.oki.hu/oldal.php?tipus=cikk&kod=tantargyak-gergely-testnevelés>
- Gergely Gyula (é.n. c): *Testnevelés a középiskolában – A 2003-as obszervációs felmérés tapasztalatai*. Országos Közoktatási Intézet. <http://www.oki.hu/oldal.php?tipus=cikk&kod=kozepfoku-gergely-testnevelés>
- Gombocz János (2004): *Egy tanári szakma csendes válsága és bizonytalan útkeresése*. *Mester és Tanítvány*, 4. 64-68.

- Gombocz Orsolya (2004): Pályakezdő pedagógusok problémái az ezredfordulón. *Mester és Tanítvány*, 4. 83-91.
- Huszár Anikó, Bognár József (2006): Fiatal felnőttek testkultúrája avagy az iskolai testnevelés felnőttkori hatásai Magyarország és Finnország példáján. *Új Pedagógiai Szemle*, 6. 107-114.
- Imre Nóra, Nagy Mária (2003): *Pedagógusok*. In: Halász Gábor és Lannert Judit (Szerk.): Jelentés a magyar közoktatásról. Országos Közoktatási Intézet, Budapest. 273-307. p.
- Ingesoll, R. M. (2001): *Turnover among mathematics and science teachers in the U. S.* In: Teacher demand and supply. OECD DEELSA/ED, Paris.
- Kocsis Mihály (2003): *A tanárképzés megítélése*. Iskolakultúra könyvek 18. köt. PTE, Pécs.
- Lindholm, J.A. (1997): Secondary school physical education motivation: An application of personal investment theory. *Journal of Teaching in Physical Education*, 16. 426-439.
- Lortie, D.C. (1975): *Schoolteacher*. University of Chicago Press, Chicago.
- Maár Tiborné (2002): Presztízsvizsgálat. *Acta Pedagogica*, 3. 2-7.
- Maeroff, G.I. (1988): A blueprint for empowering teachers. *Phi Delta Kappa*, 69(71). 472-477.
- Maslach, C., Schaufeli, W.B., Leiter, M.P. (2001): Job burnout. *Annual Review of Psychology*, 52. 397-422.
- Medgyesi Márton (2006): *Az oktatás társadalmi és gazdasági környezete*. In: Halász Gábor és Lannert Judit (Szerk.): Jelentés a magyar közoktatásról. Országos Közoktatási Intézet, Budapest. 2-54. p.
- Nagy Mária (1997): A tanári munka és szabályozási környezet változásai. *Új Pedagógiai Szemle*, 2, 57-66.
- Nagy Mária, Varga Júlia (2006): *A pedagógusok*. In: Halász Gábor és Lannert Judit (Szerk.): Jelentés a magyar közoktatásról. Országos Közoktatási Intézet, Budapest. 313-340. p.
- Szabó Ildikó (1998): *Tanárok szakma- és szerepfelfogása a kilencvenes években*. In: Nagy Mária (Szerk.): Tanári pálya és életkörülmények 1996-1997. Okker Kiadó, Budapest. 145-175. p.
- Smith, D., Leng, G.W. (2003): Prevalence and sources of burnout in Singapore secondary school physical education teachers. *Journal of Teaching in Physical Education*, 22. 203-218.
- Szolnoki Tibor (2004): Tekintély és tekintélyelvűség a tanári hivatás gyakorlásában. *Mester és Tanítvány*, 4. 49-57.

HIPERAKTÍV GYERMEKEK A TESTNEVELÉSÓRÁN

Hyperactive children in physical education class

- Kiszela Kinga
- Révész László
- Bognár József

Semmelweis Egyetem Testnevelési és Sporttudományi Kar,
Testnevelés-elmélet és Pedagógia Tanszék

Összefoglaló

Magyarországon ma közel 300.000-re tehető azon hiperaktív gyermekek száma, akik részt vesznek a közoktatásban. A hiperaktivitás elméletének és az ide kapcsolódó terápiás kezeléseknél a bemutatása után célunk volt, hogy felmérjük egyrészt a testnevelő tanárok (N=107) elméleti ismereteit és gyakorlati tapasztalatait a hiperaktivitásról, másrészt az integráció lehetőségeit és az új információkra való igényt. Eredményeink alapján elmondható, hogy a testnevelők többsége találkozott hiperaktív tanulóval az órán, többnyire felismerik a tüneteket, a tanárok nagyobb-részt megoldhatónak vélik a túlmozgásos gyermekek órai foglalkoztatását, tanulmányaik során nem vagy alig kaptak erre felkészítést, és többnyire hiányzik ezen információ a mindennapos munkájuk során.

Kulcsszavak: hiperaktivitás, integráció, képzés.

Abstract

There are approximately 300,000 hyperactive students in the Hungarian public schools. After discussing the theories and therapies related to the topic in this article, we focused on how much physical education teachers (N=107) know about hyperactivity, what possibilities there are for integration in the school system and if there is a need for further information. We found that most PE teachers have had hyperactive students in their classes, more or less they realize the symptoms, and they believe it is possible to include hyperactive pupils in PE class. Also, most teachers have had no information about hyperactivity during their education and this piece of information is lacking in their everyday work.

Keywords: hyperactivity, integration, education.

Bevezetés

A közoktatás minden szereplőjére, így a testnevelő tanárookra is igaz, hogy számos különböző jellegű tevékenységet kell ellátniuk az oktatási folyamat optimálissá és eredményessé válása érdekében.

Amellett, hogy a diákok egészsége, sportolási szokásai és motoros képességei folyamatosan romló tendenciát mutatnak, egyre több megoldandó feladatot jelent a sajátos nevelési igényű, és azon belül is a hiperaktív gyermekek aktív és biztonságos órai részvételének megszervezése.

Magyarországon a gyermekek körülbelül 10-15%-a fogyatékos, ebből egyes források szerint 2%, más hivatkozások szerint 3-5% hiperaktív, és előfordulása a fiúk esetében 3-6-szor gyakoribb, mint a lányoknál (László, 1997). A hiperaktivitás az egyik leggyakoribb gyermek- és ifjúságpszichiátriai megbetegedés ma hazánkban. Megdöbbentő adat, hogy közel 300.000-re tehető azon hiperaktív gyermekek száma, akik ma Magyarországon részt vesznek a közoktatásban.

Az AD/HD (Attention Deficit/ Hyperactivity Disorder), azaz a figyelemzavar-hiperaktivitás szindróma kísérő tünetei lehetnek a különféle tanulási zavarok, ezek közül is elsősorban a diszkalkulia (Márkus, Tomasoovszki, Barcsi, 2000). Napjainkra egyre nyilvánvalóbb, hogy a hiperaktív gyermekekkel való foglalkozás az egész pedagógus társadalom feladata és felelőssége, nem hárítható egy emberre és természetesen nem csak az iskolapszichológus feladatkörébe tartozik.

Érdemes utalnunk az 1993. évi közoktatási törvény 30. §-ának 7. bekezdésére, mely kifejti, hogy „a beilleszkedési, tanulási, magatartási nehézséggel küzdő gyermek, tanuló a közösségi életbe való beilleszkedését elősegítő rehabilitációs célú foglalkoztatásra jogosult. A rehabilitációs célú foglalkoztatás a nevelési tanácsadás, az óvodai nevelés, az iskolai nevelés és oktatás keretében valósítható meg.” Emellett a 2005/2. OM rendelet 2. melléklete kimondja, hogy „a pszichés fejlődés zavara miatt a nevelési, tanulási folyamatban tartósan és súlyosan akadályozott” tanulók csoportjába tartozik „a kóros hyperkinetikus vagy kóros aktivitászavar”. A rendelet megfogalmazza a „testnevelés és sport műveltségi terület fejlesztési feladatainak megvalósítása során” alkalmazható terápiás lehetőségeket, mint például a „szenzoros integrációs programok és terápiás vagy gyógyítás...”

Elgondolkoztató, hogy a testnevelőtanár-képzés, a törvényi szabályozás ellenére sem foglalkozik mélyrehatóan és a probléma súlyának megfelelően a kérdéssel. A hiperaktivitás testnevelési vonatkozásait eddig csak kis mértékben vizsgálták a kutatók, jóllehet a probléma a hazai iskolákban valós és jelentős, ezért mindenképp érdemes több figyelmet szentelni a témának. A betegség kialakulásának okairól, az integráció-inklúzió általános akadályairól és a

különbéle terápiais lehetőségekről van hozzáférhető szakirodalom, azonban a testnevelésórai befogadást és az ott alkalmazható terápiais lehetőségeket mindezidáig kevesen vizsgálták.

Hiperaktivitás az elméletben és a gyakorlatban

A gyermekkori hiperaktivitás első bemutatását Heinrich Hoffmannak (1845) tulajdonították, aki verses-képes mesekönyveket írt a hiperaktivitás tüneteit mutató gyermekek kalandjairól, például Rosszcsont Ferkóról. Az első tudományos igényű elmélet Stilltól (1902) származik, aki szerint a kisgyermekkorban bekövetkezett bármely agyi károsodás hiperaktivitást eredményezhet, vagy azzal párosulhat (Földi, 1997). Érdemes megjegyeznünk, hogy az 1918-as encefalitisz járvány is ezt az elgondolást erősítette, hiszen az azon átesett gyerekek hiperaktív tüneteket produkáltak.

Az 1960-as években terjedt el az a nézet, hogy a betegség kialakulása mögött organikus okok húzódnak meg, amit akkor minimális cerebrális dysfunkciónak (MCD) neveztek el. Ezután terjedt el a kutatók között az a felfogás, hogy a zavar oka az elégtelen arousalszervezés mechanizmusában keresendő, azonban nem volt egységes az álláspont annak tekintetében, hogy az alacsony, vagy a magas arousalszint lehet a hiperaktivitás okozója. A problémát az amfetaminszármazékokra adott várttal ellentétes hatás vetette fel. A „magas” elmélet ellen szólt, hogy pszichostimulánsok hatására megnyugodtak a hiperaktív gyerekek, vagyis az aktivációs szintnek alacsonynak kellett lennie. Ezt emelik a gyógyszerek és a motoros aktivitás normális szintre, tehát a túlmozgásosság az elmélet szerint tulajdonképpen egy öngyógyító folyamat. Az „alacsony” elmélet cáfolataként vetették fel, hogy a stimulálószeres azért hatékonyak a gyógyításban, mert tovább emelve az amúgy is magas arousalszintet, beindítják az agyi gátló folyamatokat.

A tudományos fejlődés során egyértelművé vált, hogy az elméletek közötti ellentmondást csak egy komplex modell oldhatta fel. Ezt, a szakirodalom által farmakológiai modellnek nevezett elméletet, Wender alkotta meg 1971-ben. Az elmélet szerint a mozgásfejlődésért, magatartásvezérlésért és viselkedésgátlásért felelős agyi régiók megfelelő működéséért neurotranszmitterek, ingerületátvivő anyagok a felelősek, az említett régiók esetében ezek a chatecolaminok csoportjába tartozó adrenalin, noradrenalin, dopa és dopamin (Kulcsár, 1993; Wender, 1997). A dopaminrendszerek az agy különböző területein eltérő módon működnek és serkentő, illetve gátló hatást is kifejtenek. Ennek alapján megállapítható, hogy a hiperaktivitás ki-

alakulásáért tulajdonképpen a gátló funkciók későbbi érése tehető felelőssé. A gátlás a korrall és a nemi éréssel fokozódik, így a viselkedéses megnyilvánulások idővel csökkenhetnek, de teljesen sohasem normalizálódnak és elsősorban, mint figyelemzavar, megmaradhatnak (F. Földi, 1999). A szakirodalom alapján a hiperaktivitás kialakulásának körülbelül 50%-ában az öröklött tényezők felelősek (Gyarmathy, 2002), de nagy hangsúlyt kapnak a környezeti tényezők is, például a nem megfelelő családi háttér, a nyugalom, a bizalom, a szeretet hiánya, az iskolai körülmények, valamint a legújabb vizsgálatok szerint az egyes tápanyagokkal szembeni túlérzékenység, allergia is (Jones, 2001).

A hiperaktivitás a BNO-10, a Tanulási Képességeket Vizsgáló Szakértői és Rehabilitációs Bizottságok, valamint a Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders/Mentális betegségek diagnosztikai kézikönyve (DSM) által használt fogalom (F. Földi, 2004). A betegség viselkedéses megnyilvánulásai között tartják számon a túlmozgékonytságot, a figyelemzavart és az impulzivitást. A DSM egy olyan osztályozási rendszer, mely a pszichés megbetegedéseket veszi számba és írja le tüneteiket. A rendszert folyamatosan újítják, bővítik, pontosítják, mi azonban a hozzáférhetőség miatt az 1994. évi változatát tanulmányoztuk. A DSM-IV szerint a hiperaktivitás megállapítható, ha a figyelemzavar alábbi tüneteinek közül hat, legalább fél évig megfigyelhető:

1. nem figyel a részletekre, gondatlan hibákat vét;
2. nehézséget jelent a figyelem megtartása a feladat- vagy játéktevékenységen belül;
3. gyakran úgy tűnik nem figyel, amikor beszélnek hozzá;
4. nem követi az utasításokat, az elkezdett munkát nem fejezi be;
5. nehézsége van a feladatok, tevékenységek megszervezésében;
6. elkerüli, nem szereti vagy ellenáll az olyan feladatoknak, amelyek tartós értelmi erőfeszítést igényelnek;
7. elveszti a tevékenységhez szükséges dolgokat;
8. külső ingerek könnyen elvonják a figyelmét;
9. a napi tevékenységben feledékeny.

A túlmozgékonyág és az impulzivitás alábbi tüneteinek közül is hatnak, legalább fél éven keresztül jelentkeznie kell ahhoz, hogy a gyermek a hiperaktív kategóriába besorolható legyen:

1. ülés közben babrál, fészkelődik;
2. elhagyja helyét az osztályban, vagy más olyan helyzetekben, amikor elvárnák tőle, hogy ülve maradjon;

3. rohangál, ugrál, mászik olyan helyzetekben, amikor az nem helyénvaló;
4. nehézséget jelent számára az önálló játéktevékenység;
5. „izeg-mozog”, vagy úgy cselekszik, mint akit felhúztak;
6. túl sokat beszél;
7. kimondja a választ, mielőtt a kérdés befejeződött volna;
8. neheze érik a várakozás;
9. gyakran félbeszakít másokat (László, 1997; DSM-IV, 1997).

Mozgásterápiák, kezelési lehetőségek

A betegség mozgásos tevékenységen keresztül jól kompenzálható (Földi, 1997), és ezt négy terápia eljárás is alátámasztja:

1. A Jean Ayres által kidolgozott Szenzoros Integrációs Terápia (SZIT), a vestibuláris rendszer fokozott ingerlésével próbál az idegrendszer fejlődésére hatni, és ezáltal a motoros nyugtalanságot csökkenteni (Ayres, 1979).

2. Az osztrák pszichológus, Brigitte Sindelar által kidolgozott Sindelar-program egy kognitív terápia, elsősorban az idegi eredetű tanulási és magatartási zavarok hatékony terápiája. Ez a komplex módszer, mely funkcionális gyakorlási helyzetek sorozatából áll. A fejlesztés az ismeretszerzés legfontosabb területeire terjed ki, mint a figyelem, észlelés, kódolás, emlékezet, szerialitás, téri orientáció. A program két korosztályt, az óvodásokat és az általános iskolásokat célozza meg (Zsoldos, 1999).

3. A Lakatos Katalin-féle Hidroterápiás Regenerációs Gimnasztika szintén komplex mozgásfejlesztő program. Csoportterápiás eljárás, melyben a fokozatosság elvét betartva, egymásra épülő gyakorlatokkal próbálják pótolni a hiányzó mozgáskultúrát és a motoros ügyességet egy, a gyermek számára szokatlan, félelmetes, mégis érdekes közegben, a vízben (Lakatos, 1994 a, b, 1995).

4. A Földi Rita által kidolgozott mozgásterápia a mozgásos játékok, labdagyakorlatok használatára épül nemcsak a testnevelésórán, hanem az azon kívüli foglalkozásokon is (Földi, 1997). Az egyensúlyérzék fejlesztése mellett fontos a mozgáskoordináció javítása, hiszen a hiperaktív gyermekekre jellemző lehet a holisztikus mozgások összerendezetlensége, valamint a ritmus és időészlelés zavarai mellett a finommotoros koordináció zavara is (Kiphard, 1998). A fejlesztésben fontos szempont, hogy ingergazdag környezetben, rendszeresen, sok játékkal végezzék, valamint legyen komplex, több területet érintő és a fejlődést folyamatosan lehessen követni, dokumentálni. Elsőként az alapvető készségeket kell a normális szintre

fejleszteniük egyszerű szimmetrikus, majd ciklikus mozgásminták gyakorlásával és ezeket egyesíteni a mozgásos játékokban. Ezután térhetnek rá a komplex képességek kialakítására labdás feladatokkal, majd végül összetett, bonyolult játékfeladatokkal (Földi, 1998).

A mozgásterápiák mellett a klasszikus orvostudomány különböző kezelési lehetőségeket használ a hiperaktivitás gyógyítására, melyek természetüknél fogva kiegészítik egymást. Ilyenek a pszichoterápia (nevelési tanácsadás, családterápia), gyógyszeres kezelés, ergoterápia (foglalkoztatási terápia) és az autogén tréning (Franz, 1998). A gyógyszeres kezelés megítélése hazánkban eléggé ellentmondásos. Vannak, akik elítélik, mert úgy vélik, hogy a gyerekeknél függőséget okozhat, droggént hathat szervezetükre (Állampolgári Bizottság az Emberi Jogokért Alapítvány, 2002) és vannak, akik pont az ellenkezőjét vallják: a gyógyszeres kezelés a kulcsa annak, hogy a gyerek egyáltalán kezelhető legyen, hogy problémáin segíteni lehessen. Emellett azt is leszögezik, hogy a gyógyszeres kezelés csak azoknál vezet sikerhez, akiknek organikus eredetű a hiperaktivitásuk. A stimulánsok beindítják azokat a belső biokémiai folyamatokat, amelyek lehetővé teszik, hogy a gyermek képes legyen saját magát kontrollálni. Magyarországon ma a methylphenidat tartalmú Ritalint alkalmazzák, jelenleg ez a piacon lévő legbiztonságosabb szer (Gyarmathy, 2002).

A szakirodalom és a mindennapok tapasztalatai alapján célul tűztük ki, hogy felmérjük egyrészt a testnevelő tanárok elméleti ismereteit és gyakorlati tapasztalatait a hiperaktivitásról, másrészt az integráció lehetőségeit és az új információkra való igényt. Emellett célunk volt összehasonlításokat végezni a testnevelők neme, iskolatípusa, a tanítási évek száma és a felsőfokú tanulmányok helyszíne alapján.

Módszerek

A vizsgálatban szereplő alanyok kiválasztásához rétegzett mintavételi eljárást alkalmaztunk, melyben a rétegeket az összes megye, illetve Budapest jelentette. A tanulmány megírásáig összesen 11 megyéből és Budapestről érkeztek vissza kérdőívek, mely 107 értékelésre alkalmas kérdőív bevonását jelentette a kutatásba (57%-a a kézbesített kérdőíveknek).

A válaszadók 47,7%-a nő, 52,3%-a férfi volt, 51,5%-a a TF-en szerzte diplomáját, míg 48,5% egyéb felsőfokú tanítóképző intézményben. A mintában szereplő testnevelők átlagosan 20,5 ($\pm 10,03$) év tanítási tapasztalattal rendelkeznek, akiket a céljainknak megfe-

lelően négy csoportba osztottunk: 13 événél kevesebb tapasztalata volt 25,2%-nak, 14-20 év közötti tapasztalattal 26,2%, 21-28 között 25,2%, míg 29-43 között 23,4% rendelkezett. Emellett 34,6% jelenleg általános iskolában és 65,4% középiskolában tanít.

Kérdőívünk összesen 22 kérdést tartalmazott, melyből jelen tanulmányban nyolc került elemzésre. A kérdések a tanárok meglévő ismereteire, a hiperaktív gyermekekkel való találkozásra, a testnevelésórai integráció lehetőségeire, valamint a továbbképzések jelentőségére, szükségességére irányultak. A fogalmak tisztázásához a DSM-IV osztályozási rendszer 11 állítását használtuk fel. A testnevelők egytől-ötig terjedő Likert-skálán értékelték a válaszokat, ahol az 1-es jelentette az egyet nem értést, az 5-ös a teljes mértékben egyetértést. Emellett nyílt végű kérdések is szerepeltek a kérdőíven, a válaszokat kódoltuk és csoportosítottuk. Gyakoriság mellett khi-négyzetet számoltunk. A kérdésekre adott válaszokat a következő kategóriák mentén vizsgáltuk: a testnevelők neme, iskolatípusa, a tanítási évek száma, a felsőfokú tanulmányok helyszíne. Az adatokat az SPSS 14.0 for Windows statisztikai program segítségével értékeltük. A Cronbach's alpha értéke a 12 kérdésre: 0,827.

Eredmények, megbeszélés

Arra a kérdésre, hogy munkájuk során találtak-e már hiperaktív gyermekkel, a testnevelők 84,9%-a válaszolta, hogy igen és 15,1%-a, hogy még nem ($p < 0,0001$). A testnevelők neme, iskolatípusa, a tanítási évek száma és a felsőfokú tanulmányok helyszíne alapján nem találtunk szignifikáns különbséget. Mivel minket azon testnevelők véleménye érdekelt, akik találtak már a problémával, ezek után csak azokkal a kérdőíveket elemeztük, akik az első kérdésünkre igenel válaszoltak ($N=90$).

A következőkben arról szerettünk volna megbizonyosodni, hogy tisztában vannak-e a testnevelő tanárok a hiperaktivitás fogalmával, tüneteivel, melyhez a DSM-IV osztályozási rendszer állításait használtuk fel a figyelemzavar, a túlmozgékonyosság és az impulzivitás tekintetében. Az eredményeinket az alábbi táblázat mutatja.

Testnevelő tanárok véleménye a hiperaktivitás tüneteiről (N=107)

	Likert-skála	Egyáltalán nem érték egyét	Kicsit érték egyét	Közepesen érték egyét	Nagymértékben egyét érték	Teljes mértékben egyétérték
	A hiperaktív gyermek					
1.	nem figyel a részletekre, gondatlan hibákat követ el	1,0	10,4	33,3	32,3	22,9
2.	számára a figyelem megtartása problémát jelent	0	4,2	12,5	37,5	45,8
3.	nem követi az utasításokat, feladattudata nem megfelelő	4,2	9,5	40,0	30,5	15,8
4.	elkerüli az olyan feladatokat, melyek tartós odafigyelést igényelnek	2,1	14,6	26,0	38,5	18,8
5.	számára a külső ingerek könnyen elvonják a figyelmét	0	5,2	14,6	31,3	49,0
6.	állandóan feszkelődik, valamivel babrál	2,1	6,3	10,5	34,7	46,3
7.	elhagyja a helyét	1,1	11,6	28,4	36,8	22,1
8.	rohangál, mászkál, amikor az nem helyénvaló	2,1	13,7	25,3	38,9	20,0
9.	túl sokat beszél	2,1	17,7	33,3	26,0	20,8
10.	előbb elkezd a feladatot, mint lehetne	7,4	10,5	33,7	31,6	16,8
11.	számára nehézséget okoz a várakozás	1,1	4,2	8,4	35,8	50,5
12.	félbeszakít másokat	3,2	4,2	36,8	31,6	24,2

Az egyáltalán nem értek egyet és kicsit értek egyet állítások együttesen sehol sem kaptak magas százalékot (4,2-19,8%). Ugyanakkor említésre méltó, hogy a közepesen értek egyet választ aránylag nagy számban jelölték meg a kutatásban részt vevők (8,4-40,0%), nyolc válasz kapott 25,0%-nál, és öt 30,0%-nál magasabb értéket.

Itt azt a négy állítást elemezzük alaposabban, amelyekben a nagymértékben és teljesen egyetértők aránya meghaladja a 80%-ot. Amint az a táblázatból is kitűnik, a válaszadók 83,3%-a nagymértékben és teljesen egyetért azzal, hogy a hiperaktív gyermeknek a figyelem megtartása problémát jelent, míg 80,3%-ban nagymértékben vagy teljesen egyetértenek a testnevelők abban is, hogy a hiperaktív gyermek figyelmét külső ingerek könnyen elvonják. Ez a két állítás a hipermotív gyermekek figyelemzavarára vonatkozik. Szintén magas, 81,0% a teljesen és nagymértékben egyetértők aránya arra az állításra nézve is, hogy a hiperaktív gyermek állandóan feszkelődik, valamivel babrál, mely megállapítás már a túlmozgékonyság viselkedésbeli megnyilvánulására utal. A hiperaktív gyermekek impulzivitására vonatkozik az az állítás, amelyben a legmagasabb, 86,3% az egyetértők aránya: a hiperaktív gyermeknek nehézséget okoz a várakozás. Elmondható, hogy a szindróma viselkedéses megnyilvánulásait a testnevelők nagy arányban felismerik, és lényegesnek tűnik, hogy főként azokkal az állításokkal értenek nagy arányban egyet, amelyek a testnevelésóra keretei között problémát jelenthetnek.

Ezek után összehasonlításokat végeztünk a testnevelők neme, iskolatípusa, a tanítási évek száma, a felsőfokú tanulmányok helyszíne alapján és úgy tűnik, hogy az iskolatípus, a tanítási évek, illetve a felsőfokú tanulmányok helyszíne tekintetében nincs különbség. Azonban a nő testnevelők kevésbé értettek egyet azzal a megállapítással, mint a férfi testnevelők, hogy a hiperaktív gyermek előbb elkezd a feladatot, mint lehetne ($p=0,046$), illetve sokkal inkább egyetértettek azzal, hogy a hiperaktív gyermek nem figyel a részletekre, gondatlan hibákat követ el ($p=0,038$).

A következőkben azt vizsgáltuk, hogy a kutatásban szereplők szerint mennyire lehet bevonni a hiperaktív tanulókat a testnevelés-óra munkába. Érdekes, hogy senki sem említette, hogy nem lehet, viszont a többség szerint közepesen (56,7%). Emellett 43,3% jelezte, hogy jól vagy nagyon jól meg lehet ezt oldani a testnevelésórán ($p<0,0001$). Érdeemes megjegyezni, hogy mindössze 5,6% jelezte, hogy nagyon jól megoldható a hiperaktív diákok bevonása. Fő indokként a sikerélmény, a versenyhelyzet emelkedett ki (44,7%), azonban lényegesnek tűnt a megfelelő pedagógiai módszertani kultúra szerepe (23,7%), a differenciálás és az egyéni bánásmód kérdésköre

(15,8%), illetve az osztály hozzáállása, viszonyulása is (11,8%), ($p < 0,0001$). A két kérdést illetően hasonlóan vélekedtek a férfiak és a nők, az általános és középiskolában tanító, a különböző idejű tanítási tapasztalatokkal rendelkező, illetve TF-en és más intézményekben végzett testnevelők.

A bevonás érdekében különféle testnevelés-módszertani eljárásokat alkalmaztak, például differenciáltak (10,7%), sajátos mozgásos feladatokat használtak (28,0%), próbálták a gyerekek impulzivitását kihasználni úgy, hogy velük mutattatták be a feladatokat, vagy hogy ők voltak a csapatkapitányok bizonyos játékszituációkban (12,0%), illetve mindezeket együtt (42,7%). Türelmet emelt ki a testnevelők 6,7%-a. Ebben a kérdésben sem találtunk különbséget a négy kategória összevetése során.

Kitértünk a testnevelés-órai integrációs lehetőségekre is, melyek alapján úgy tűnik, hogy a testnevelők 33,3%-át mindig vagy gyakran zavarják a hiperaktív tanulók, 44,5%-ot néha vagy egyáltalán nem, míg 22,2% jelezte hogy közepesen ($p < 0,0001$). A testnevelők neme, iskolatípusa, a tanítási évek száma, a felsőfokú tanulmányok helyszíne alapján itt sem találtunk szignifikáns különbséget.

Fontos kiemelnünk, hogy a testnevelő tanárok tanulmányai kiterjedtek-e a sajátos nevelési igényű gyermekek oktatásával kapcsolatos ismeretekre, esetleg továbbképzések alkalmával találkoztak-e a problémával. Egyáltalán nem kapott ilyen jellegű információt 31,1%, nem vagy csak érintőlegesen 52,2%, volt valami információ a hiperaktivitásról a minta 13,3%-ánál és mindössze 3,3% jelezte, hogy jól felkészítették az ilyen irányú feladatokra ($p < 0,0001$). A testnevelők 63,0%-a egyértelmű hiánynak érzi ezt munkája során, 32,1% egyáltalán nem, és 4,9% nem tudta eldönteni ($p < 0,0001$). Ennek fényében nem meglepő, hogy 58,8% szívesen venne részt a témába vágó képzésen vagy továbbképzésen, 34,4% esetleg, és mindössze 7,8%-ot nem érdeklí a téma ($p < 0,0001$). A válaszok itt sem különböztek a nem, az iskolatípus, a tanítási évek száma, illetve a felsőfokú tanulmányok helyszíne tekintetében.

Összegzés, konklúzió

A szakirodalom szerint a hiperaktív tanulók inklúziójának legfőbb akadályai a pedagógusok, valamint az iskolarendszer hozzáállásában keresendők a következő fő problémák miatt (Szűcs, 2003a,b):

1. A pedagógusoknak nem megfelelőek az ismereteik a betegségről, képzésük során nem ismerkedtek meg azokkal a módszerekkel,

amelyek segítségével fejleszthetők ezek a gyerekek, valamint szakmai kompetenciájuk sem a legmegfelelőbb a probléma kezeléséhez.

2. Az iskola nem tud és nem is akar alkalmazkodni ezen tanulók sajátos nevelési feltételeihez, jellemző, hogy a tanulásban lemaradó gyerekeket az osztály előtt megszegyenítik, mely maga után vonja a tanári és osztályközösségi kiközösítést, majd végül a szegregációt.

3. Ezekre, a többnyire magatartási problémákkal is küszködő gyerekekre még a bűnbak szerepét is ráakasztják, tulajdonképpen megbélyegzetté teszik őket, valamint gyakori, hogy a gyerekek fegyelmezésére a büntetést alkalmazzák, azonban ez a hiperaktív tanulónál nemhogy sikert érne el, pont az ellenkezőjét, teljes visszaesést, vagy éppen szembefordulást eredményez.

4. A tanárok nem adnak sikerélményre lehetőséget a rosszul teljesítő, hiperaktív gyermek számára, mely a tanuló teljes önbizalomvesztéséhez, végzetes perifériára kerüléséhez vezet, ahonnan már gyakorlatilag nincs visszaút.

A kutatásunkban szereplő testnevelők több mint 80%-a találkozott már munkája során hiperaktív gyermekkel. A hiperaktivitás viselkedéses megnyilvánulásait viszonylag jól felismerték, tehát csekély annak az esélye, hogy összetévesztik a hiperaktív gyereket az úgynevezett „rossz” gyerekekkel. Persze ezt nem állíthatjuk olyan nagy biztonsággal, hiszen még a tudósok között is vita tárgya a hiperaktív szindróma valóság, validitása és mibenléte.

Az esetek nagy részében a testnevelő tanárok rendelkeznek valamiféle tapasztalattal a túlmozgásos gyermekekről. A probléma tehát tényleg létezik, az ilyen gyermekek ott vannak a közoktatásban. Azonban kérdéses lehet: vajon tényleg hiperaktív volt az a gyermek, vagy csak az átlagosnál mozgékonyabb? Diagnosztizált beteg volt, vagy csak vélt „beteg”, „álhiperaktív”? A hiperaktivitás a kutatásunk tanulsága szerint valóban létező probléma ma Magyarországon, ami nemcsak a testnevelő tanárok, de az egész pedagógus társadalom számára megoldandó feladatot jelent.

A testnevelő tanárok gondolkodásmódja a hiperaktivitásról biztatóbbnak tűnik, mint ahogy azt a szakirodalom a pedagógusok szempontjából felvázolja. Abban igaza van *Szűcsnek* (2003c), hogy a tanárok ismeretei hiányosak a problémáról, azonban a testnevelők – a többi tanárral ellentétben – úgy tűnik, igazi problémának érzik ezt. A többség úgy gondolja, megkönnyíthetné a munkájukat a témát érintő ismeretanyag bővítése.

A hiperaktív tanulók integrációjával, inklúziójával nem sokan foglalkoztak eddig. *Szűcs* (2003c) vizsgálta a hiperaktív gyermekek in-

tegrációjának akadályait, azonban az integrációs lehetőségeket még nem tárták fel mélyrehatóan. Ezen felül nem találtunk hazai publikációt a testnevelés-órai integrációs lehetőségekről. Pedig ez a betegség mozgásos tevékenységen keresztül javítható volna. A mozgásos cselekvés ezen gyermekek számára öngyógyító folyamat és mi, testnevelők lehetnénk az ő terapeutáik.

Felvetődhet a következő probléma: ma már az ép gyermekek testnevelésórája sem tölti be funkcióját. Az óraszám kevés, a diákok hozzáállása nem a legmegfelelőbb. Hogyan oldható meg mindezek javítása mellett még a sajátos nevelési igényű gyermekek foglalkoztatása is? Ahhoz, hogy ezt meg tudjuk válaszolni, ki kell aknáznunk a testnevelésóra integrációs lehetőségeit, ami azonban még nem történt meg. Pedig az általunk megkérdezett testnevelők túlnyomó többsége szerint a hiperaktív gyermekek testnevelés-órai integrációja általában megoldható.

Hiányosságként éli meg a testnevelő tanárok többsége hogy tanulmányai során nem kapott felkészítést a különleges bánásmódot igénylő gyermekekre. Egyértelműen jelezték, hogy fontos és szükséges az erre irányuló képzés, továbbképzés. A testnevelőtanár-képzésbe és a továbbképzésbe jobban be kell építeni ezeket az ismereteket, hiszen, mint ahogy a kutatás eredménye is mutatja, ezt igényelnék a már aktív és a leendő testnevelő tanárok is.

Érdekes adalék a vizsgálat szempontjából, hogy nem találtunk szinte semmi különbséget a testnevelők válaszaiban sem a nemek, a tanítási évek száma, a felsőfokú tanulmányaik helyszíne tekintetében, illetve, aszerint, hogy milyen iskolatípusban végzik munkájukat.

Arra a megállapításra juthatunk, hogy a testnevelő tanárok a hiperaktivitás viselkedéses megnyilvánulásai közül inkább a figyelemzavar és az impulzivitás tüneteire érzékenyebbek. Úgy véljük, ez az óra jellegének is köszönhető. A testnevelésóra középpontjában a mozgásos cselekvés áll, tehát inkább fel vannak készülve az extrém helyzetekre, mint az akaratosságra, vagy éppen a figyelemzavarra. Az óra célja maga a mozgás, ezért talán kevésbé szembetűnő a hiperaktív gyermek mozgékonyága. Ami mégis megoszthatja a testnevelő tanárok figyelmét, az éppen a túlmozgásos gyermek figyelmetlensége, szétszórtsága, ami által ezen gyermekek akár ön- és közveszélyessé is válhatnak. Ez rója a legnagyobb felelősséget a testnevelő tanárra. Az AD/HD-s gyerek impulzív hajlamait a testnevelők jól meg tudják fékezni azáltal, hogy a mozgásos feladatokat vele mutatatták be, és engedik, hogy bizonyos játékokban ő legyen a csa-

patkapitány. Ezek általánosan említett megoldások voltak a testnevelő tanárok részéről.

Terápiás eljárások szerencsére már nagy számban állnak a testnevelő tanárok rendelkezésére, azonban ezek testnevelés-órai keretek közötti alkalmazása még nem megoldott. Célunk a jövőre nézve egy olyan fejlesztési program kidolgozása a hiperaktív tanulók számára, amit testnevelésóra keretében is meg lehet valósítani.

Ezek a gyerekek mások, mint a többiek. Kicsit izgágák, kicsit nyugtalanok, kicsit figyelmetlenek és sajnos, bizonyos esetben ön- és közveszélyesek. Éppen ezek a tulajdonságaik azok, amiért fel kell készülnünk arra, hogy lesz ilyen gyermek tanítványaink között. Rengeteg energiát emészt fel az odafigyelés, de megéri majd. Ezek a gyerekek, ha látják, hogy fontosak a tanárnak és látják, hogy elfogadják őket, nagyon ragaszkodóak és szeretetre méltóak tudnak lenni. Meg kell tanulni őket teljes értékű emberként kezelni. Tisztelni kell őket és akkor ők is tisztelni fognak minket.

Irodalom

Állampolgári Bizottság az Emberi Jogokért Alapítvány (2002):

Hiperaktivitás, figyelemzavar – Betegségek-e valójában? *Új Pedagógiai Szemle*, 7. 204-210.

Ayres, Jean (1979): *Sensory Integration of the child. Western Psychological Services*, 1-25. *DSM-IV. diagnosztikai kritériumai*. Animula Kiadó, Budapest.

F. Földi Rita (2004): Neuropszichológiai vizsgálatok jelentősége a tanulási és viselkedészavarok diagnosztikájában. *Magyar Pszichológiai Szemle*, 1. 19-40.

F. Földi Rita (1999): *A pszichikus fejlődés problémái*. Okker Kiadó, Budapest.

Földi Rita (1998): Hiperaktív gyermekek fejlesztése. *Óvodai Nevelés*, 6. 184-187.

Földi Rita (1997): Hiperaktivitás az óvodában. *Óvodai Nevelés*, 10. 306-310.

Franz, Silvia (1998): *A hiperaktív gyerek*. Trivium Kiadó, Budapest.

Gyarmathy Éva (2002): A hiperaktivitás kezelése. *Új Pedagógiai Szemle*, 11. 204-210.

Jones, Maggie (2001): *Hiperaktív gyermekek*. Édesvíz Kiadó, Budapest.

Kiphard, E. J. (1998): *Az ügyetlen gyerek*. Akkord Kiadó, Budapest.

Kulcsár Zsuzsanna (1993): Gyermekkori hiperaktivitás. *Magyar Pszichológiai Szemle*, 3-4. 270-292.

Lakatos Katalin (1994a): A nehezen kezelhető, hiperaktív, részképességkieséssel küzdő kisiskolás gyerekek csoportos uszodai mozgásterápiája a hidroterápiás rehabilitációs módszerrel. *Testnevelés- és Sporttudomány*, 1. 29-32.

Lakatos Katalin (1994b): A HRG módszer általános bemutatása. *Mozgásterápia*, 3.

- Lakatos Katalin (1995): Korai vízi fejlesztés a HRG módszer alkalmazásával. *Mozgásterápia*, 4.
- László Zsuzsa (1997): *Az örökmozgó gyerek*. FI-MO-TA Bt: SALVE alapítvány, Kistarcsa.
- Márkus Attila, Tomasovszki László, Barczy Judit (2000): Diszkalkulia (Dyscalculia - DC) és a figyelemzavar-hiperaktivitás szindróma (Attention Deficit with Hyperactivity - ADHD). *Magyar Pszichológiai Szemle*, 4. 567-582.
- Szűcs Marianna (2003a): A részképességzavarokkal is küzdő hiperkinetikus gyermekek iskolai integrációjának akadályai. *Új Pedagógiai Szemle*, 7. 162-176.
- Szűcs Marianna (2003b): Miért válnak a hiperkinetikus szindrómás gyermekek az iskolai szelekció áldozataivá? *Új Pedagógiai Szemle*, 11. 85-94.
- Szűcs Marianna (2003c): *Esély vagy sorscsapás? A hiperaktív, figyelemzavarral küzdő gyerekek helyzete Magyarországon*. Nemzeti Tankönyvkiadó, Budapest.
- Wender, Paul H. (1997): *A hiperaktív gyermek, serdülő, felnőtt*. Medicina Könyvkiadó, Budapest.
- Zsoldos Márta (1999): A tanulási és magatartási zavarok kognitív terápiája - A Sindelar- program. *Új Pedagógiai Szemle*, 1. 70-76.

**A KÉTFÉLE VERSENGÉSI ATTITÚD
ÉS AZ EGYÜTTES FELADATMEGOLDÁS
A VERSENGÉSI KARAKTEREK MEGHATÁROZÁSA
CSAPATSPORTOKBAN**

**Two types of competitive attitudes
and joint problem solving.**

Determination of competitive characters in team sports

● **Koltai Miklós**

Semmelweis Egyetem Testnevelési és Sporttudományi Kar,
Testnevelés-elmélet és Pedagógia Tanszék

Összefoglaló

A jó csapatjáték feltétele a sikeres *együttes feladatmegoldás*, ami a legkorábbi felfogás szerint elképzelhetetlen versengés nélkül. Az embereknek a versengéshez való viszonyulása eltérő, alapvetően kétféle versengési attitúd létezik. A *hiperversengés* az egyén szükséglete, hogy versengjen és nyerjen, illetve elkerülje a vereséget bármi áron. Ezzel szemben az *önfejlesztő versengő* egyén nem másoktól függetlenül és mások rovására kívánja önmagát kifejezni, nála az extrém individualizmus helyett az együttes individualizmus a meghatározó. Ryckman és munkatársai a múlt század kilencvenes éveiben kifejlesztették a hiperversengő és az önfejlesztő versengő attitúd mérési skálákat. A két skála kevert változatának alkalmazásával meghatározható négyféle versengési karakter, melyek ismerete komoly adalékot jelenthet a sportjátékokban dolgozó edzők munkájához.

Kulcsszavak: együttes feladatmegoldás, együttműködés-versengés, versengési attitúdok, hiperversengő, önfejlesztő versengő, versengési karakter.

Abstract

Condition to a good team-work is successful cooperation, which according to the most recent approach is unimaginable without competition. People's relation to competition is different, basically there are two types of competitive attitudes. *Hypercompetitiveness* refers to an indiscriminate need by individuals to compete and win and to avoid losing at any cost. Contrary to this *Personal Development Competitive Individuals* aim to reach their self-expression not independently of other people and at other's cost, instead of *extreme individualism ensemble individualism* is determinant. In the 1990's Ryckman and his colleges developed two scales to measure Hypercompetitive and Personal Development Competitive attitudes. Applying the mixed version of these two scales four types of competitive characters can be defined. This

knowledge means a significant contribution to the work of trainers in team sports.

Keywords: Cooperation: cooperation – competition, competitive attitudes, hypercompetitive attitude, personal development competitive attitude, competitive character.

Bevezetés

A sport – és ezen belül a csapatsportok – lételeme, mozgatórugója a *versengés*. A tradicionális szabályok adta kereteken belül, sőt annak határait nem egyszer a végsőkig kitágítva, adott esetben akár át is lépve feszülnek egymásnak a játékosok (sportolók), illetőleg csapatok a győzelem kivívásáért. Közvetlen céljuk a pillanatnyi helyzet számukra legkedvezőbb megoldása, végső céljuk pedig az adott verseny vagy mérkőzés, illetve bajnokság megnyerése. Az egyéni ambíciókon túlmenően (siker, elismertség, megbecsülés) jelentős szerepe van a mai sportban az anyagi elismerésnek is.

Az élet tele van versengéssel. Versengünk a családban, az iskolában, a munkahelyen és a társadalmi élet különböző szinterein (*Fülöp*, 2000, 2001, 2002). A versengés, vetélkedés során megnyilvánul az egyén a maga fizikai, szellemi, pszichikai tulajdonságaiban, *attitűdjében*. A versengéshez való egyéni viszonyuláson túlmenően egyes társadalmi formációk más-más elvárásokat, eltérő szemléleteket közvetítenek felénk. A fejlett piacgazdaság megköveteli a versenyhelyzetek kialakulását és az ilyen szituációkban való folyamatos megmértetést. Az együttműködés-versengés dinamikus egyensúlya itt az *individualizmus* irányába tolódik el. Ugyanakkor a fejlett ázsiai társadalmakban, ahol a gazdaság ugyancsak világszínvonalú, a célok elérését az egyén a versengés során inkább a *közösségi viszonyok* oldaláról közelíti meg, persze egy pillanatra sem tévesztve szem elől az egyéni érdeket, csak a megvalósítás más útját választva.

Komoly gazdasági tényezőt jelent és emiatt jelentős kutatások folynak a gazdasági élet különböző területein, hogy – sajátos érdekeltégi viszonyokat kialakítva – miként lehet nagyobb *erőfeszítésre* serkenteni a *teamben* dolgozókat és ezáltal növelni teljesítményüket. A kulcskérdés minden esetben az együttműködés és a versengés témaköre.

Erev és munkatársai (1993) narancsültetvényen dolgozók körében végzett vizsgálatai bebizonyították, hogy a *leghatékonyabban* azok a csoportok teljesítettek, ahol a *csoportközi versengésnek* nagy szerepet tulajdonítottak a munka díjazásánál. Ezeknél a csoportoknál elkerülhető volt a csoporton belüli „*lazsálás*”, amely akkor tapasztalható,

ha az egyén a csoport sikerességét látva – akár tudat alatt is – visszafogja saját teljesítményét, és másoktól várja a problémák megoldását. Ennek megfelelően a kezdeti jó eredmények után a csoport teljesítménye csökken.

Charlesworth (1996) sajátos kísérletével bebizonyította, hogy az együttműködés és versengés egyidejű, *kevert* stratégiaként való alkalmazása *evolúciósan* a legstabilabb, legeredményesebb megoldás. Ez az elmélet egyébként egybecseng a játékelmélet alaptételével is. A Neumann és Morgenstern (1947) által kifejlesztett *minimax tétel* ugyanis kimondja, hogy minden véges, zéró összegű, teljes információs játéknak van megoldása, létezik legalább egy olyan *egyensúlyi helyzet*, egy mindkét fél számára optimális stratégia, amely az egyéni tiszta, illetve vegyes stratégiák véletlen keveréke, amelytől – ha egyszer kialakul – egyik játékosnak sem célszerű egyoldalúan eltérni, mert ezzel a nyereségét nem növelheti. Ezt az egyensúlyi helyzetet *nyeregpontnak* nevezzük.

A Charlesworth-kísérlet rendkívül szellemesen kialakított alaphelyzete szerint 4 fős gyermekcsoportok (5-8 éves gyermekek) egy számukra érdekes rajzfilmet nézhetnek egy sajátos szerkezeten keresztül. Az elrendezés következtében egyszerre mindig csak egy résztvevő nézhet a filmet, azonban ahhoz, hogy ezt megtehesse, két másik társ *együttműködésére* volt szükség. Egyiküknek egy gombot kellett folyamatosan nyomnia az ernyő megvilágításához, a másiknak egy kart kellett tekernie, hogy mozgásba hozza a filmet. A negyedik társ pedig tétlenségre volt kárhozható. Ez a megoldás egyidejűleg egy sajátos *versenyhelyzetet* is teremtett. A vizsgálat 10 percig tartott, és azt mérték, hogy mennyi időt töltenek a gyerekek az egyes szerepekben. Megállapították, hogy azok nézték a legtöbb ideig a filmet, akik a legtöbbet is dolgoztak annak érdekében, hogy a társuk nézhessen. Charlesworth a vizsgálatot elvégezte az amerikai gyermek populáción kívül hasonló korú indiai, malajziai és dél-afrikai gyerekekkel is, és megállapította, hogy nem befolyásolja a kísérlet eredményét az eltérő szocializáció.

A teamben dolgozni tudó ember, illetve csapatszerkezetben együttműködésre kész és képes egyén egymással paralel fogalmak, hiszen a cél mindkét esetben ugyanaz: a teljesítmény növelése.

A jó csapatjáték feltétele a sikeres *együttes feladatmegoldás*, amely a legkorszerűbb felfogás szerint elképzelhetetlen versengés nélkül. Az *együttműködés* és *versengés* tehát nem egymást kizáró tényezők – mint azt korábban gondolták, lásd Deutsch (1949) – nem egymásnak komplementerei, hanem kölcsönösen egymást segítő, feltételező és meghatározó elemei. Az együttműködés hatékonyságát sok esetben az

jellemezi, hogy az egyén mint individuum mennyire képes időlegesen lemondani *közvetlen* egyéni érdekeiről a kooperációban rejlő nagyobb siker elérése érdekében. A csapatban szereplő játékos mint individuum a maga fizikai és pszichikai tulajdonságaival, játékindelligenciájával egy rendszer részeként tevékenykedik a közös siker érdekében. Az egyén sikere és a csapat sikeressége szorosan összefügg egymással.

A sportban nemegyszer *sűritett*, a végsőig kiélezett *téthelyzetek* megoldását kell pillanatról pillanatra megvalósítani. Ez azonnali *döntéseket* követel és a döntések helyességének visszaigazolása is azonnal megtörténik. Gyakorlati megfigyelés, hogy a játék hevében a személyiség a maga teljes valóságában „tárulkozik ki”, nem érvényesülhet semmilyen képmutatás. Az embereknek magához a versengéshez kapcsolódó viszonyulásuk eltérő.

A kétféle versengési attitűd

A hiperversengő attitűd skálája (Hypercompetitive HCA Attitude Scale)

Ryckman és munkatársai (1990) a témát kutatva állították fel a *hiperversengő attitűd skáláját*. A HCA kimunkálásakor Horney (1937) neurózis-elméletéből indultak ki. Horney definíciója szerint a *hiperversengés* az egyén szükséglete, hogy versengjen és nyerjen, illetve elkerülje a vereséget *bármilyen áron*. Hogy növelje önbecsülését, nem válogat az eszközökben, célját megpróbálja elérni akár mások *manipulációja* vagy *lealacsonyítása* által is. Horney úgy gondolta, hogy a hiperversengő egyének hajlamosak a *narcizmusra*. Azzal érvelt, hogy tudat alatt gyengének és jelentéktelennek érzik magukat, általában a szigorú szülői neveltetés miatt. Hogy felülkerekedjenek ezen és leküzdjék az alsóbbrendűség és a jelentéktelenség érzését, elkezdtek fantáziálni, hogy korlátlanul sikeresekké és erősekké válhassanak azáltal, hogy saját magukat felnagyítják másokkal szemben a *válogatás nélküli versengés* által. Csak arra koncentrálnak, hogy *bármilyen áron* sikeresek legyenek. Ez pedig mások lealacsonyításával párosul. Mély meggyőződésük, hogy mások felett állnak és állandó figyelmet, elismerést érdemelnek.

A hiperversengés és a narcizmus összefüggései

A narcisztikus személyiségi jegyek főbb jellemzői: a nagyfokú önteltség, beképzeltség, exhibicionizmus, lankadatlan törekvés az elis-

merés felkeltésére. Horney azt is felismerte, hogy a hiperversengő személyek, miközben folytonosan törekednek a mások általi elismerésre és a sikerre, minden területen a legjobbak akarnak lenni. *Túlzott ambíciójuk* túl nagy elvárásokra sarkallja őket saját magukkal szemben, ezért mindig elégedetlenek önmagukkal. Azért küzdenek, mert minden helyzetben meg akarnak felelni önmaguknak és másoknak. Ez a túlteljesítés állandó feszültségekhez és konfliktusokhoz vezet, ezért ezek az emberek alapjában véve ingerlékenyebbek, idegesek, rosszindulatúak és szakadatlanul *elégedetlenek* az életükkel.

A hiperversengés és a machiavellizmus összefüggései

Megfigyelhető ugyanakkor, hogy a hiperversengő alkat rokon vonásokat mutat a machiavellistákkal. Machiavelli elképzelései szerint az erkölcsi elveket teljesen alá kell rendelni a *célszerűségnek*, a cél elérését szolgáló szempontoknak. A machiavellisták általában nem kedvelnek másokat, de időnként előtérbe helyezik a partnerséget céljaik elérésére. Az ilyen emberek ellenőrzés alatt tartanak másokat, és ha a direkt hatalomgyakorlás akadályokba ütközik, akkor *indirekt* módon próbálkoznak.

Az egyes személyiségtípusok domináns tulajdonságainak összehasonlításából eredő tapasztalati megfigyeléseket igazolandó – a kialakított HCA mérési skála tesztelése során – Ryckman és munkatársai korrelációs számításokat és teljes körű regresszióanalízist végeztek az alábbi személyiségi tesztek, illetve a HCA vonatkozásában:

- CPI-NAR skála (Gough, 1987), amely a nácizmus vizsgálatára szolgál.

- SS-skála (Zuckerman, Eysenck és Eysenck, 1978), amely a feltűnési hajlamot vizsgálja.

Altételei:

- » TAS-skála: félelem és kalandvágy vizsgálata, mely szerint a feltűnni vágyó személy belevág veszélyes vagy sebességfüggő sportokba.

- » ES-skála: a tapasztalat utáni vágy vizsgálata, melynek kapcsán az egyén szeretne minél több dolgot kipróbálni a tapasztalatszerzés céljából.

- » DIS-skála: a tiltott gyümölcs utáni vágy vizsgálata, társadalmi és szexuális tabuk ledöntésére törekvés.

- » BS-skála: az unalomra való fogékonyságot vizsgálja.

- E-skála: (Thornton, 1992) a szereptúlteljesítéseket és a konfliktusokat vizsgálja.

- MACH-skála: a machiavellizmust vizsgálja, mely tulajdonsággal rendelkező személy hazugsággal és mások manipulálásával próbál előbbre jutni.

- SSE-skála: Texas társadalmi viselkedési teszt (*Helmreich és Stapp, 1974*) a társadalmi önbecsülésbeli különbségeket méri.

- M-CSD skála: (*Crowne és Marlowe, 1964; Reynolds, 1982*).

- EM-skála: (*Aiken, 1974*) azt vizsgálja, hogy az alanyok mennyire élvezik, illetve kedvelik a matematikát.

A kutatások is igazolták (*Horney, 1937; Kaczor és mtsai, 1991; Ryckman és mtsai, 1990*), hogy a hiperversengés negatív személyiségi jegyekkel párosul. Ez a vizsgálat még inkább alátámasztotta, hogy a hiperversengő egyének fokozottan nárcisztikusak, nagymértékű önértékeléssel és csekély önbecsüléssel rendelkeznek. Hogy növeljék az önbecsülésüket, gyakran olyan tevékenységekbe kezdenek, amelyek nem konvencionálisak vagy törvénytelenek. Ezzel látszólag növelik az elismertségüket, amelyet érzésük szerint megérdemelnek másoktól. A dicséret azonban hamar megszokottá válik, folyamatosan nagyobb elismerésre vágnak. A hiperversengő egyének gyakran nem válogatnak az eszközökben a célok elérése érdekében, a HCA- és a MACH-skála szoros összefüggést mutat, a cél szentesíti az eszközt alapon (lásd machiavellizmus) cselekednek. Sőt, gyakran túlvállalják magukat, vagyis olyan feladatokat is magukra vállalnak, amelyeket már nem győznek teljesíteni, túlbecsülik saját energiájukat, nem ítélik meg reálisan a feladat végrehajtására szükséges időt. Ez folyamatos küzdelmet eredményez számukra, amely sokszor vezethet elégedetlenséghez, illetve időzavarhoz, adott esetben akár a *depresszióhoz*.

Horney (1937) – jelentősen megelőzve korát – úgy gondolta, hogy az amerikai társadalom táplálja a túlzott versengő attitűdöt, ami mentális problémákhoz vezet. *Horney* szerint az ilyen egyéneknek meg kell küzdenie másokkal, akik ugyanabba a csoportba tartoznak, el kell nyomnia őket, de gyakran meg is kell bennük bízni. Az egyik ember előnye gyakran a másik ember hátránya, hasonlóan a játékelméletben megfigyelhető zérus összegű játszmákhoz. Ez a tény azonban állandó feszültséghez vezet az egyének között. Az ilyen versengés és a rosszindulat – amely végigkíséri az embert egész élete során – aláás minden normális emberi kapcsolatot, és alapjául szolgál a neurózis kialakulásának.

A HCA-skála részletes bevizsgálása reliabilitási és validitási szempontokból

A HCA-skála elődjei, amelyek a versengési, illetve együttműködési hajlandóság mérésére tettek kísérletet – *Lakie* (1964): „Győzni bármi áron” a sportban, a pszichometriai mérési skálája, *Martin és Larsen* (1976): versengő és együttműködő viselkedési skálája – *reliabilitási és validitási szempontokból* nem váltották be a hozzájuk fűzött reményeket.

Ryckman és munkatársai (1990) a HCA-skála kifejlesztése és részletes *bevizsgálása* érdekében négy bizonyító erejű tanulmányt tettek közzé. Kezdetben kialakítottak a maine-i egyetemen egy 90 itemből álló mérési skálát, amely *Horney* (1937) hiperversengés-definícióján alapult. A kérdőív válaszaiban ötfokú Likert-skálát alkalmaztak, a kérdések fele fordított megfogalmazású volt.

Az eredmények elemzése során mérték a teszt *belső konzisztenciáját*, az egyes kérdések *korrelációját* a társadalmi elvárások összpontszámával. Ezt követően először 65, majd később a végleges 26 itemre csökkentették a skálát. Ezt követően a skála megbízhatóságát hathetes „*teszt, újra teszt*” módszerrel igazolták. A két teszt korrelációjával igazolták a megbízhatóságot [$r(99)=0,81$; $p<0,001$; $M1=72,07$; $SD1=14,12$; $M2=71,87$; $SD2=12,18$], ami figyelemre méltó eredményt mutatott.

A Ryckman, Hammer, Kaczor, Gold-féle HCA-skála itemjei:

1. Ha nyerek, erősebb személynek érzem magam.
2. Tapasztalatom szerint olyan helyzetekben is versengek, ahol erre nincs szükség.
3. A versenyben az ellenfeleket nem látom ellenségnek.
4. Olyankor is rivalizálok, amikor mások nem versengenek velem.
5. Ha a sportban nyerek, nem érzem, hogy mások felett állnék.
6. Ha nyerek, attól nem érzem magam értékesebbnek.
7. Ha versenytársaimat megjutalmazták a teljesítményükért, irigységet érzek.
8. Sokszor komoly harccá változtatok egy barátságos játszmat vagy tevékenységet.
9. A farkasok világában élünk. Ha nem kerekedsz fölébe másoknak, akkor bizonyosan mások kerekednek föled.
10. Nem érdekel, hogy teret adjak valakinek olyasvalami elvégzésére, amit én ugyanolyan jól vagy még jobban el tudok végezni.
11. Ha meg tudom valahogy zavarni az ellenfeleket, hogy nyerhessek, akkor megteszem.

12. Egészen magam alatt vagyok, ha veszítek egy sportversenyen.
13. A versenyhelyzetben nem az a fontos számomra, hogy mások elől elvigyem a díjat.
14. Szeretem a kihívást, hogy olyat szerezzek meg, aki már valaki máshoz tartozik.
15. Kapcsolataimra nem szoktam vetélkedésként gondolni.
16. Nem idegesít, ha vezetés közben megelőznek.
17. Nem bírom elviselni, ha vitában alulmaradok.
18. Az iskolában nem éreztem magam fölényben olyankor, ha jobb eredményt értem el egy dolgotban, mint mások.
19. Nem érzem úgy, hogy elégtételt kell vennem valakin, aki kritizál, vagy rossz színben tüntet fel mások előtt.
20. Ha vesztek, nincs rám különösebb hatással.
21. Ha hibázom vagy vesztek, értéktelenebb személynek érzem magam.
22. Gyenge emberek azok, akik feladják a versenyt.
23. A vetélkedés kiemelkedésre ösztönöz.
24. A vitában nem próbálok családom tagjai fölé emelkedni.
25. Hiszek abban, hogy rendes ember létedre nyerhetsz, lehetsz sikeres egy versenyben.
26. Versenyhelyzetben könnyen elégedett vagyok a teljesítményemmel.

Megjegyzés: A fordított itemek sorszáma vastagon szedve.

A teszt *érvényességének* megállapítása érdekében *Ryckman* a HCA-skála eredményeit összehasonlította más személyiségi skálák pontjaival. Megállapítható volt, hogy a HCA a korábban alkalmazott, *Lakie*-féle „Győzni minden áron” (1964) sportolói teszttel pozitív korrelációt mutatott. Az elvárásoknak megfelelően pozitív korreláció volt a HCA és az *Eysenck*-féle (1975) neuroticizmusskála (EPQ) között, míg negatív korrelációt mutatott a *Rosenberg*-féle (1965) önbecsülésskálával.

Egy másik csoport eredményeit vizsgálva megállapítható, hogy a HCA-skála jelentősen konvergál a „versengő - együttműködő” viselkedési skálával (*Martin és Larsen*, 1976), viszont a korreláció hiánya mutatható ki a „társadalmi elvárások elfogadása” (*Crowne és Marlowe*, 1964) vonatkozásában.

Ezen kívül használták még a „társadalmi bizalmi skálát” (*Rotter*, 1967), a POI (Personal Orientation Inventory; *Shostrom*, 1963) egy rövidített változatát és a „dogmatizmus”-skálát (*Rokeach*, 1960).

Az előzetes mérések és számítások, valamint a „teszt, újra teszt”

eredmények egyértelműen bizonyították a HCA-skála szerkezeti és tartalmi *érvényességét és megbízhatóságát*, hiszen számtalan személyiségi tesztel jelentős, *szignifikáns* összefüggést mutatott.

A következtetések igazolják *Horney* (1937) eredeti nézetét, mely szerint a hiperversengés hibás felfogás. A hiperversengő egyének ugyanis erőteljesen *neoritikusak* és alacsony az önbecsülésük. Ezen kívül erőteljesen *dogmatikusak* és bizalmatlanok. Alapjában véve meg vannak győződve arról, hogy mindenki rosszindulatú, és legjobb esélyük a túlélésre, ha mindenkit *bizalmatlanul* kezelnek. Hogy felülke-rekedjenek az alacsony önbecsülés érzésén, úgy erősítik magukat, hogy másokkal kapcsolatos pozitív érzéseiket elnyomják. A másokkal szembeni hatalomszerzés, a *revans* és a diadal igénye hajtja őket, meggyőződésük, hogy mindenképpen felül kell kerekedniük. Rosszindulatúvá, arrogánssá, *agresszív*vé válnak más emberekkel szemben. Az ilyen férfiak sokkal *macsóbbak* a kevésbé versengőknel, lekicsinylő viselkedést tanúsítanak a nők irányában, és az erőszakot férfias tulajdonságnak tekintik.

A HCA-skála felhasználásának területei

A HCA-skála – megbízhatósága miatt – orvosi diagnózisok felállítására is alkalmas, és használható a pszichoterápia területén. A sportban is felhasználható a helytelen viselkedések, ellenfélhez történő hibás viszonyulások kijavítására, a „győzni bármi áron” szemlélet korrigálására. A pedagógia területén a káros hiperversengő szemléletek felismerésére szolgálhat, amelyek a tanulmányi eredményt is károsan befolyásolhatják. Végül az üzleti, gazdasági élet területén – például a munkatársak kiválasztásánál, toborzásánál – alkalmas azok kiszűrésére, akik manipulációval, agresszivitással és kizsákmányoló felfogással oldják meg a területre jellemző versenyhelyzeteket.

Az önfejlesztő versengő attitűd skálája (Personal Development Competitive Attitude Scale, PDCA)

Sampson (1988) – *Horney* elméletén túlmenően, amely a pszichológiailag és társadalmilag ártalmas *extrém individualizmusra* épülő hiperversengésre vonatkozik – az individualizmusnak egy másik fajtáját tárgyalja. A „*együttes individualizmus*” – amely sokkal hasznosabb az emberek számára – lényege abban áll, hogy az egyén ön kifejezését nem lehet másoktól függetlenül meghatározni. Ezek az

emberek egy közös felfedezési folyamatban sikereiket és céljaikat egy soha véget nem érő *együttélési folyamatban* érik el.

A pszichológiaiilag egészséges versengő viselkedés abban nyilvánul meg, hogy nem a *végeredmény* az elsődleges (pl. a minden áron való győzelem megszerzése), hanem a *feladat elvégzésének élvezete*. Az ilyen emberek elsősorban nem másokkal akarnak versenyezni, hanem fontosabbnak tartják önmaguk megismerését, fejlesztését és a feladat megoldását. A személyiségfejlesztés ezen formájában nem mások lealacsonyítása áll a középpontban, és nem úgy látják a többi személyt, mint akik gátolják őket céljaik elérésében, hanem mint segítőköt *önfelfedezésükben* és lehetőségeik kiaknázásában. Az önfejlesztő versengők részéről is erős az akarat a nyeresre és a sikerek elérésére, de nem minden áron és *nem mások rovására*.

Ezen elképzelés figyelembevételével *Ryckman* és munkatársai (1996) megalkották a PDCA mérési skálát a maine-i egyetemen. A teszt válaszaiban ötfokú Likert-skálát alkalmaztak, a kérdések egy része fordított megfogalmazású volt.

Első lépésben egy 52 kérdésből álló kérdőívet alkottak és az eredményeket összevetették az M-CDS skálával (*Crowne* és *Marlowe*, 1964; *Reynolds*, 1982). A kérdőív szerkezeti és *belső konzisztenciáját* értékelve, csak azokat az itemeket hagyták meg, amelyek szoros korrelációt mutattak a „társadalmi elvárás” skála elemeivel. A szelekció után 15 kérdés maradt, melyeket további vizsgálatoknak vetettek alá.

Az önfejlesztő versengő attitűd skálájának itemjei:

1. Szeretek versenyezni, mert közben felfedezhetem képességeimet.
2. A versengéstől sem magamat, sem másokat nem fogok jobban megismerni.
3. A versengés révén barátságok alakulhatnak ki.
4. A versengés nem alkalmas arra, hogy kihozza belőlem a legjobbat.
5. Inkább azért élvezem a versengést, mert a legjobbat hozza ki belőlem, és nem annyira azért, mert attól jobbnak érzem magam másoknál.
6. Nem hiszem, hogy a versengés jó eszköz arra, hogy magamról, vagy másokról többet tudjak meg.
7. Szeretek versenyezni, mert sokat tanulok belőle magamról.
8. Nagyra becsülöm a versengést, mert az a legjobbat hozza ki belőlem.
9. Élezem a versengést, mert megmutathatom a képességeimet és lehetőségeimet.

10. A versengés nem segít abban, hogy jobban kifejlesszem képességeimet.

11. Versengés nélkül sohasem fedeztem volna fel bizonyos lehetőségeimet, képességeimet.

12. Szeretek versenyezni, mert a versenytársaimmal emberileg közelebb kerülünk egymáshoz.

13. Szeretek versenyezni, mert az sokkal jobban segít kibontakoztatni a képességeimet, mintha ugyanazokat a tevékenységeket egyedül csinálnám.

14. Inkább azért élvezem a versengést, mert magasabb motivációs szintre visz, hogy kihozzam a legjobbat magamból, és nem annyira azért, hogy általa mások fölé kerekedjek.

15. A versenyzéssel úgy érzem, mások jó közérzetéhez is hozzájárulok.

Megjegyzés: a fordított itemek sorszámát vastagon szedve.

A megbízhatóságot egy négyhetes „teszt, újra teszt” eljárással bizonyították, mely szerint a megbízhatóság $r=0,70$, $p<0,001$. Ezt követően – az érvényesség kritériumát igazolandó – a PDCA-skálát egy teljes körű regresszióanalízis keretében az alábbi személyiségvizsgáló tesztekkel vetették össze: HCA-skála (Ryckman, 1990), az „önbecsülési” skála (SE; Rosenberg és mtsai, 1965), a „társadalmi önbecsülési” skála (SSE; Helmreich és Stapp, 1974), a „neuroticizmus” skála (N; Eysenck és Eysenck), a „személyi orientációs kutatási” skála (POI; Shostrom, 1963), illetve annak rövidített változatával (Reynolds, 1982), valamint a „társadalmi elvárások” skála (M-CSDS; Crowne és Marlowe, 1964). Az eredmények igazolták a teszt alkalmazhatóságát.

A kétféle versengési attitűd összehasonlítása

Egy másik vizsgálat keretében Ryckman és munkatársai (1997), hogy a HCA, illetve PDCA-értékeket egymással is összehasonlíthatóság más tesztekhez való viszonyuk alapján, alkalmazták az agresszióskálát (AGG), a dominanciaskálát (DOM), az exhibicionizmuskálát (EXH), a beilleszkedési készség skálát (AFF), a teljesítményskálát (ACH) (Edwards, 1959), valamint a M-CSDS-skáláját (Crowne és Marlowe, 1964).

A vizsgálat eredményeként leszűrhető volt, hogy a magas HCA-val rendelkező egyének nehezen léptek kapcsolatba másokkal, alacsony volt az empátiájuk, agresszívek és dominánsak voltak. Ezen kívül magas HCA-jú egyéneknél felfedezhető a nárcisztikus hajlam,

illetve nagyfokú exhibicionizmus állapítható meg. Ezzel szemben a magas PDCA-jú egyének nem exhibicionisták, *empatikusabbak*, valamint kevésbé agresszívok és dominánsak.

Annak ellenére, hogy jelentős személyiségi különbségek vannak a magas HCA-val, illetve a magas PDCA-val rendelkező személyek között, van azonban egy lényeges hasonlóság: *mindkét típusú egyének erősen motiváltak arra, hogy sikert érjenek el, hogy olyan feladatokat teljesítsenek, amelyek komoly jártasságot és erőfeszítést igényelnek.* A fő különbség azonban az, hogy a magas PDCA-jú egyének (önfejlesztő versengő típus) a sikert nem minden áron, nem mások rovására akarják elérni.

Ráadásul bizonyítást nyert az is, hogy a PDCA- és a HCA-skálák között *nincs korrelációs összefüggés.*

A magas PDCA-jú egyének (önfejlesztő versengők) alkalmasak másokkal való hatékony *együttműködésre* azért, hogy megpróbálják önmagukból a legtöbbet kihozni. A magas HCA-jú egyének (hiperversengők) ezzel szemben *egyéni*leg sikeresek lehetnek, de súlyosan sértik a közösségi morált, mások produktivitását és hatékonyságát.

Ryckman és munkatársai a továbbiakban azt vizsgálták, hogy a *hiperversengő* és az *önfejlesztő versengő* típusú egyének hogyan viszonyulnak bizonyos társadalmi értékrendekhez. A HCA- és a PDCA-skála eredményeit összevetették egyrészt a Schwartz-féle érték kutatási teszttel, mely 10 értéktípus-alskálából áll. Ezek: teljesítmény, hedonizmus, stimuláció, önmeghatározás, hatalom, jóindulat, univerzalizmus, tradíció, konformitás, biztonság. Ezen kívül ide vették még a Lorr-féle (1973) CDSA-skála önbizalom-, kaland- és altruizmus-alskálájával és az M-CDS rövidített változatával való összehasonlítást.

Kifejezték az egyes értékek közötti korrelációt, ugyanakkor teljes körű regresszióanalízis keretében értékelték az eredményeket. Mint már az eddigiekből is várható volt, a magas HCA-jú és PDCA-jú egyénekre egyaránt jellemző az individualista értékek elfogadása, mint például a kemény munkában való hit, a teljesítmény, a *hedonizmus* és egy izgalmas, kihívásokkal teli életre törekvés, de csak a hiperversengő egyének emelték ki a hatalom és a mások feletti ellenőrzés értékét. A magasabb PDCA-jú egyéneket inkább az *együttes individualista értékek* iránti vonzalom jellemzi, a mások egyenlőként való kezelése, a másokra való odafigyelés. A két versengő attitűd közti különbözőség az *eltérő szocializációra* vezethető vissza.

Az *individualista kultúrákban* szocializálódott egyéneknél a hangsúly az énközpontú sikerek elérésén van (Horney, 1937), ami nagyfokú bizalmatlansággal párosul. Központi értékeik közé tartozik például a *hatalom* iránti vágy, mely a mások feletti ellenőrzésre tö-

rekvésében és mások lealacsonyításában teljesedik ki, a *hedonizmus* és a *stimuláció*, amely az önös vágyak kielégítése iránti indíttatást jelenti. A magasabb HCA-jú egyének jobban értékelik a teljesítményt, amelyben a személyes tulajdonságok kiteljesülését, az *egyéni ambíciók* lehetőségét látják.

A *kollektív kultúrák* tagjai részéről – ahol demokratikus, támogató családi légkörben nevelkedik a gyermek – a hangsúly a csoport sikerén van, és olyan értékek kerülnek előtérbe, mint a tradíció, biztonság, *konformizmus* és *univerzalizmus*, illetve a kollektív érdekek (Fülöp, 2002). A tradicionális értékek elfogadása a csoport közös tapasztalatainak felhasználási készségét jelenti, míg a konformizmus ebben a vonatkozásban azt fejezi ki, hogy az egyén hajlandóságot mutat arra, hogy saját szükségleteit képes legyen mások kívánságának alárendelni. A *csoport normáihoz való igazodás*, a másokkal való törődés azt sugallja, hogy az egyén le tud mondani az egyéni akciókról, hogy mások, illetve a közösség érdekében cselekedjen. A nevelés alapeleme a bizalom és a biztonság, valamint az *együttműködés* fejlesztése, ezért képes az egyén saját fejlődésére koncentrálni. Az ilyen egyén képes önálló döntéseket hozni, képes nyitni mások irányába, kifejlődik benne a mások megértésének képessége, kialakul ugyanakkor egyfajta versengő viselkedés is, azonban a verseny során minden esetben betartja a *fair play* szellemét.

A két elméleti meghatározás, egyrésztől Horney (1937) *extrém individualizmusa*, másrésztől Sampson (1988) *közösségi individualizmusa* a kétféle személyiség típus ellentéteit hordozza magában.

A versengési attitűdökkel kapcsolatos ismeretek felhasználása az edzői munkában, versengési karakterek meghatározása

A kétféle versengési attitűd együttes vizsgálatára a két Ryckman-kérdőív kevert változatának alkalmazása ajánlott Fülöp Márta fordításában (Torma, 2002) és az egyes játékosoknál megfigyelt HCA- és PDCA-értékeknek a minta egészének átlagától történő eltérése alapján célszerű az alábbi kategóriákat felállítani Fülöp (2002) értelmezése nyomán.

Aszociális „flegmatikus” típus (mindkét értékében a minta átlaga alatti). Versengési attitűdje semleges. Az ilyen, *aszociális „flegmatikus”* típus nem hagyja, hogy a győzelem vagy a vereség hasson rá. Az úgynevezett *halvóérű* egyéneket aligha tudjuk rávenni töretlen győzni akarásra. A versenyhelyzetekre közömbösen megnyilvánuló személyiség nem mutat készséget arra, hogy „felvegye a kesztyűt” az ellenféllel való küzdelemben. Az *aszociális személyek* sem az együtt-

működéssel, sem a versengéssel nem tudnak igazán mit kezdeni, pedig mi olyan játékos szeretnénk kinevelni, aki „*kész meghalni a pályán*”, mindent megtesz a győzelemért.

Hiperversengő típus (HCA-értékei átlagon felüliek). Sok problémánk adódhat a *hiperversengő* egyénekkkel is. Az ilyen felfogásban játszó csapattag folyton megszegi a szabályokat, nem egyszer durva szabálytalanságokba sodródik és ezáltal hátrányos helyzetbe hozhatja a csapatot. Az sem kedvező, ha minden helyzetet saját maga akar megoldani, mert ez az ellenfél szempontjából könnyen kiismerhetővé teszi csapatunk játékát. A nárcisztikus vonások is gyengítik a csapategységet, ilyenkor a túlzottan *önző*, a közönségnek tetszeni akaró egyén megfeledkezik a csapatérdekről, saját dicsőségét mindenek fölé helyezi, ezáltal a játék célszerűségén esik csorba. Többnek érzi magát másoknál, úgy érzi, joggal irigylik és csodálják. Mivel elégedett magával, a győzelem után kiereszt és kevesebbet dolgozik. Utál veszíteni, dühöng, gyűlöli a győztest, komoly agresszív indulatok keletkeznek benne iránta. A hiperversengő személyeknek minden helyzetben a versengés az egyetlen stratégiájuk, kevésbé hajlandóak a győzelem érdekében stratégiát váltani és együttműködni. Az ilyen módon versengő személyeket a *csoporközi versengés* paradox módon hatalmas együttműködésre készíti. Ez a saját csapat tagjaihoz fűződő pozitív hozzáállásuk azonban csak addig tart, amíg a csapat sikeres. Amikor azonban veszít, ellenségessé válhatnak, és hajlamosak elhagyni a közösséget egy másik, sikeresebb csapatért.

Meg kell jegyezni azonban, hogy a sport bizonyos szintjén kívánatosá válik a győzelem elérése, akár minden áron. Óriási nyomás nehezedik a csapatokra és a játékosokra, ezért gyakran alkalmaznak kockázatos, a szabálytalanság és sportszerűtlenség határait súroló megoldásokat a győzelmi kényszer hatására.

Együttműködő típus (PDCA-értékeiben átlagon felüli). Az *együttműködő* személyiség típus számára a győzelem megélése jellegzetes módon mutatkozik meg, ugyanis igyekszik a sikerrel kapcsolatos érzelmeit leplezni. Azt vallja, hogy a győztesnek *szerénynek* kell maradnia, különben kivívja mások ellenérzését és irigységét. A vesztesre önmaga leértékelésével, kisebbrendűségi és értéktelenségi érzéssel, szégyennel, büntudattal és *passzivitással* reagál. Fáradtnak és tehetetlennek érzi magát. Éppen ezért kerülni igyekszik a mások legyőzésére irányuló helyzeteket. Az együttműködő emberek nem érzik jól magukat versenyhelyzetekben. Az ilyen versenyzőket sikeresen vonhatjuk be az együttműködésre épülő játékhelyzetekbe, ugyanis az edzői utasításokat mindig maradéktalanul betartják. Nem vár-

hatjuk el ugyanakkor tőlük a befejezőjátékos szerepének vállalását, illetve éles, téthelyzetekben a kreatív kezdeményezést.

Kiegyensúlyozottan versengő típus (a HCA- és a PDCA-értékekben egyaránt átlagon felüli). A *kiegyensúlyozottan versengő* személy ideális típus számunkra, hiszen az ilyen csapattag számára nagyon fontos a győzelem, melyre örömmel, lelkesedéssel és büszkeséggel reagál. A siker átélése kapcsán kellő magabiztosság hatja át. A győzelem megsokszorozza energiáit, új célokat állít fel, és legközelebb is mindent elkövet a győzelemért. Veszíteni azonban nem szeret, a vereségre szomorúsággal és *frusztrációval* reagál. A kiegyensúlyozottan versengő személyek rugalmasan és *kreatívan* tudnak váltani, és azokban a helyzetekben, ahol inkább versengeni kell, ott versengenek, ahol inkább együttműködésre van szükség, együttműködnek, és a kétféle magatartást tetszés szerint tudják *ötvözni* annak érdekében, hogy másoknál jobb eredményt érjenek el vagy győzelmet arassanak.

Összegzés

A korábbi kutatások, ahol a versengést változóként vizsgálták, általában a konfliktusok forrásaként, illetve legkevésbé elfogadott formájaként és megoldási módjaként tekintették. A pedagógiában a hetvenes, nyolcvanas években elterjedt irányzatok a versengésnek az oktatási folyamatból való kiiktatását tűzték ki célul (Johnson és Johnson, 1992). A köznapi szemléletben még a mai napig is él az a nézet, mely szerint a versengés tönkreteszi a barátságot és a csoportléggkört. Talán írásunkkal is sikerült bizonyítanunk, hogy ennek épp az ellenkezője igaz. A fair play szellemében történő versengés építő jellegű, a teljesítményt jelentősen növelő tényező. A sportjátékoknak az együttműködés és a versengés egyidőben zajló, természetes velejárója. Csapaton belül is létezik versengés, például a csapatba kerülésért vagy az adott helyzetek kihasználásáért.

Engedtessek meg, hogy példáinkat kedvenc sportágunkból, a röplabdázás területéről hozzuk. Röplabdásportágban minden posztra létezik a csapaton belül több személyi alternatíva is. Az adott posztot betöltő játékosok egyike épp a pályán tartózkodik, a másik pedig a cserepadon ül. Azonos képességű játékosok esetén mindig a pillanatnyi forma dönti el, hogy melyik játékos vagy mobil csapatrész mennyi időt tölt a pályán. A csapaton belüli egészséges versenyszellem keretében folyamatosan küzdenek egymással a játékosok az adott pozíció betöltéséért, és ez emeli a teljesítményt és a játék színvonalát.

Megfigyelhető ugyanakkor a csapatsportokban zajló problémamegoldás és a játékelmélet számtalan rokon vonása. A konfliktus (versengés) és együttműködés ugyanis a matematikai játékelmélet két fő mozgatórugója. Csapatsportokban, így a röplabdázásban is kiemelt jelentőségű kérdéskör a taktikai küzdelem, és így a játékelméleti fogalmak értelmezhetők a sportág keretein belül is.

Ez a sportjáték is mindenki által ismert, nemzetközi *játékszabályok* keretén belül zajlik. A résztvevők pontosan ismerik ezeket a szabályokat és tudják, hogy ellenfeleik is pontosan *informáltak* erről. A játékban pontosan meghatározott a *kifizetés*, azaz, hogy mikor lehet pontot elérni, és mikor hagyhatja el egy csapat győztesen a küzdőteret. A pontért való küzdelem egy adott szituációban, de a mérkőzés egésze is *zérus összegű* játékként értelmezhető. A csapatok előzetesen megpróbálnak teljes mértékben *informálódni* az ellenfél harcmodoráról, legjobb játékosairól, a mérkőzések során alkalmazott jellemző megoldásaikról. Ez a taktika természetesen tartalmazhat meglepetéseket is, és mivel ez a megfontolás is kölcsönös, így a játék nem alakítható *teljesen informálissá*. A közönség számára a sportélmény hatását fokozza, hogy a legtöbb alkalommal nem jósolható meg teljes bizonyossággal a játék végkimenetele, bizonytalansági tényezőkkel kell számolni, tehát jelentős a *véletlen* szerepe.

A röplabdajáték jellege a játékszabályok értelmében egészen speciális. A labdával való kapcsolat a továbbítás során csak pillanatszerű lehet – nincs effektív *labdabirtoklás* – ezért utólagos korrekcióra egy esetleges hiba esetén a játékosnak már nincs, csak a társaknak van lehetősége, így a döntési helyzetekre szánt időkeret is jelentősen beszűkül. Az együttműködés ebben az esetben speciálisan fokozottabb jelentőségű, ugyanakkor teret nyit a gyors, improvizatív megoldásoknak. Érdekes még hozzávenni ehhez a mérkőzés hevében fokozottan megnövekedett terhelési tényezők – a fizikai és szellemi elfáradás, dekoncentrálttság – módosító hatásait.

A legkíméletlenebb taktikai sport, a sakk esetén nagy teljesítményű számítógépekkel sikeresen modellezték az egyes lépések és döntések várható kimenetelét, elemezve az ellenfél minden lehetséges választát és annak hatásait a játszma alakulására. A mérkőzésre való felkészülés ennek alapján elemzésekből és a lehetséges variációk memorizálásából áll. Egy játék megnyitása és első néhány lépése a legtöbb esetben gépiesen alkalmazott húzások sorozata, hiszen minden akcióra a legmegfelelőbb sémát alkalmazzák a játékosok. A sportjátékokban a taktikai megoldások számítógépes elemzése még várat magára, de nem is olyan egyszerű ez a kérdéskör, mint a sakkban. A

sakk esetén egy lépés mindig ugyanúgy történik meg, ugyanakkor a labdajátékokban nincs két teljesen egyforma labdamenet.

Ha kiemeljük a röplabdában alkalmazott játékelemek közül a nyitást, megállapíthatjuk, hogy számtalan olyan taktikai kérdés merül fel, amelyek megoldásánál célszerű a játékelméleti gondolkodás. A nyitás – mint önmagában zárt mozgáskészségen alapuló játékelem – egyszerűen modellezhető ilyen módszerekkel. Ennek kialakításához számba kell venni a szabályok adta lehetőségeket, illetve a leggyakoribb technikai megoldásokat, valamint a játékosok által preferált megoldási változatokat. A nyitást az alapvonal mögül, az alapvonal teljes szélességéből lehet végrehajtani a játékvezető sípjelétől számított 8 másodpercen belül. A nyitás történhet a talajról vagy felugrásból, az egyszerűség kedvéért lehet pörgős vagy lebegő. A becsapódás helyét tekintve a leggyakoribb megoldások az 5-ös és a 6-os, illetve az 1-es helyre érkező nyitások, de csökkenő előfordulási gyakorisággal figyelembe kell még vennünk a trükkös, röviden becsapódó megoldásokat, vagy a hálóról átperdülő nyitást (amit egyébként elég nehéz és kockázatos is begyakorolni). Az ellenfél nyitásfogadására a leggyakrabban a három (néha kettő) fő nyitásfogadó specialista játékos alkalmazása a jellemző valamennyi forgásrendben, akik közül egyik legtöbbször a liberójátékos. Célszerű a továbbiakban számolni az ellenfél feladójának helyezkedésével is. Nem tanácsos például az 1-es helyről befutó feladó esetén az 5-ös hely mögüli zónából átlós nyitást alkalmazni, hiszen a labda röppályája ezáltal hosszabb lesz, ráadásul az ennek következtében könnyebben fogadható nyitás folytán a bejátszást a befutó feladó éppen szemből kaphatja, ami jelentősen megkönnyítheti a feladást. De hát ezt az ellenfél is tudja, így ennek alkalmazása akár váratlan húzásnak is számíthat. Talán ez a példa is jól mutatja, hogy minden megoldási módozat a nyitó játékos részéről (helyezkedés, a kivárás időtartama, a technika kiválasztása, a nyitás iránya) egy-egy változóként értelmezhető, és ezeknek a kimeneteknek a várható eredményessége (kifizetése) pontokban vagy százalékértékekben ennek alapján jól becsülhető, a mérkőzés-elemzések kapcsán igazolható. A következetesen, kizárólagosan a nyilvánvaló helyekre történő nyitás (tisztá stratégia) háritása normál esetben nem jelent nagy gondot. A váratlan helyzetek alkalmazása is csak alkalmanként hoz feltétlen sikert, mert ha az ellenfél számít rá, akkor könnyedén védi. Sokkal eredményesebb megoldás a kevert stratégia alkalmazása, a nyitási variációk véletlenszerű és folyamatos változtatása.

Hasonló szellemben modellezhetjük a röplabdázás további játékelemeit is, mindegyikben adódik a játékelméletből ismert *fogolydi-*

lemmákhoz hasonló helyzet (Mérő, 1996). A játék során persze csak korlátozott számú információk állhatnak rendelkezésre a döntések meghozatalához (Sterbenz, 2006). Gondoljunk csak a jelentős idő-kényszerre, az információ feldolgozásának sebességi korlátaira, az idegrendszer tárolási és műveletvégzési kapacitásaira az adott, szorító időhatárok között; mindezt még tetézzve a csúcsterhelés, illetve a tét nagyságának nyomasztó fiziológiai és pszichológiai módosító hatásmechanizmusaival. Ezek mind olyan szempontok, amelyek lát-szólag ellentmondanak a játékelméleti szemléletű felfogásnak. Hogyan is várhatnánk el egy játékostól, hogy helyes döntéseket hozzon?

Az ellentmondás úgy oldható fel, hogy a felkészülés során az adott képzési szinteken valós játékhelyzetek sűrített változatát gyakoroltatjuk a játékosokkal, valódi verseny- és téthelyzeteket szimulálva (Rigler és Koltai, 2005), melyek során konkrét sémákat, bizonyos helyzetekben egyértelműen alkalmazható és alkalmazandó, igen nem döntéseken alapuló algoritmusokat fejlesztünk mozgásmintaként, döntési modulként készségszintre, és ennek alapján alakítunk ki olyan dinamikus sztereotípiákat, amelyeket hasonló játékhelyzetekben eredményesen lehet alkalmazni.

A forráselemzés eredményeit leszűrve, alapvetően két fontos következtetést hozhatunk. A versengési karakterek ismerete egyrészt komoly adalékot jelenthet a sportjátékokban az egyes szerepkörök vagy taktikai megoldásokban való részvétel megtervezésében. Irányító, feladó szerepkörre például az a játékos a legalkalmasabb, aki a sportághoz kapcsolódó, megfelelő technikai, taktikai és kognitív képességekkel rendelkezik, és ezen túlmenően átlagon felüli együttműködési készséggel is bír. Hiszen a feladó az összekötő kapocs a játékosok és az edző között, az edző *jobb keze*, általa érvényesülnek a pályán az edzői elképzelések, stratégiai elgondolások. Ugyanakkor kellő kreativitással ki kell tudnia választani a taktikai repertoárból az adott játékszituációnak legjobban megfelelő variációt, amit a csapattársakkal történő magas szintű együttműködés keretében, közösen valósítanak meg. Ez a poszt egyidejűleg számtalan lemondással is jár (rokon vonások az altruizmussal), hiszen egy kiválóan előkészített helyzetet az ütő játékosok már rutinszerűen oldanak meg, ugyanakkor a közönség elismerése mégis az akciót eredményesen befejező játékos irányában nyilvánul meg. Nem lehet jó irányító egy aszociális, flegmatikus típus, és a legkielevezettebb helyzetek megoldását kockázatos dolog lenne hiperversengő egyénre bízni.

Másrészt mindenképpen megfontolandó az a tény, hogy a sportolók képzésében nagyobb figyelmet kellene fordítanunk – a fizikai,

technikai és taktikai képzésen túlmenően – a pedagógiai, illetve pszichológiai módszerek alkalmazására és ezen keresztül a kedvező versengési attitűdök kialakítására. Így teljesebbé tehetjük versenyzőink felkészítését, akik alkalmasabbá válhatnak a nagyobb sikerek elérésére egy szakmódszertanilag tudatosan tervezett felkészítési program keretében, a képzés különböző szintjein (Rigler és Koltai, 2001, 2005).

Irodalom

- Aiken, L. R. (1974): Two scales of attitude toward mathematics. *Journal for Research in Mathematics Education*, 5. 67-71.
- Charlesworth, W. R. (1996): Co-operation and Competition: Contributions to an Evolutionary and Developmental Model. *International Journal of Behavioral Development*, 19. 1. 25-39.
- Crowne, D. P., Marlowe, D. (1964): *The approval motive: Studies in evaluative dependence*. Wiley, New York.
- Deutsch, M. (1949): An Experimental Study of the Effects of Co-operation and Competition upon Group Process. *Human Relations*, 2. 199-232.
- Edwards, A. L. (1959): *Edwards Personal Preference Schedule Manual*. Psychological Corporation, New York.
- Erev, I., Bornstein, G., Galili, R. (1993): Constructive intergroup competition as a solution to the free rider problem: a field experiment. *Journal of Experimental Social Psychology*, 29. 463-478.
- Fülöp Márta (2000): *A versengés mint szociális képesség*. In: Csapó Benő, Vidákovich Tibor (Szerk.): *Neveléstudomány az ezredfordulón*. Nemzeti Tankönyvkiadó, Budapest.133-146. p.
- Fülöp Márta (2001): A versengés szerepe. *Új Pedagógiai Szemle*, 11. 3-17.
- Fülöp Márta (2002): *A versengés kulturális tükrében*. In: Halász L., Marton M., Czigler I. (Szerk.): *Az általánostól a különösig*. Books-in-Print. Budapest. 337-356. p.
- Gough, H. G. (1987): *California Psychological Inventory: Administrator's guide*. Consulting Psychologists Press, Palo Alto, Ca.
- Helmreich, R. L., Stapp, J. (1974): Short forms of the Texas Social Behavior Inventory (TSBI), an objective measure of self-esteem. *Bulletin of the Psychonomic Society*, 4. 473-475.
- Horney, K. (1937): *The neurotic personality of our time*. Norton, New York.
- Johnson, D. W., Johnson, F. P. (1992): *Positive interdependence: The heart of cooperative learning*. Interaction Book Company, Edina, NM.
- Kaczor, L. M., Ryckman, R. M., Thornton, B., Kuehnel, R. H. (1991): Observer hypercompetitiveness and victim precipitation of rape. *Journal of Social Psychology*, 131. 131-134.
- Lakie, W. L. (1964): Expressed attitudes of various groups of athletes toward athletic competition. *Research Quarterly*, 35. 497-503.
- Lorr, M., Suziedelis, A., Tonesk, X. (1973): The structure of values: Conceptions of the desirable. *Journal of Research in Personality*, 7. 139-147.

- Martin, H. J., Larsen, S. (1976): Measurement of competitive-cooperative attitudes. *Psychological Reports*, 39. 303-306.
- Mérő László (1996): *Mindenki másképp egyforma. A játékelmélet és a racionalitás pszichológiája*. Tericum Kiadó, Budapest.
- Neumann, J., Morgenstern, O. (1947): *Theory of games and economic behavior*. Princeton University Press, Princeton, NJ.
- Rigler Endre, Koltai Miklós (2001): *Gyakorlatgyűjtemény a röplabda iskolai oktatásához*. TF, Budapest.
- Rigler Endre, Koltai Miklós (2005): *Röplabdázók felmérő és felkészítő eljárásai*. TF, Budapest.
- Reynolds, W. M. (1982): Development of a reliable and valid short form of the Marlowe-Crowne Social Desirability Scale. *Journal of Clinical Psychology*, 38. 119-125.
- Rokeach, M. (1960): *The open and closed mind: Investigations into the nature of belief systems and personality systems*. Basic Books, New York.
- Rosenberg, M. (1965): *Society and the adolescent self-image*. Princeton University Press, Princeton, NJ.
- Rotter, J. B. (1967): A new scale for the measurement of interpersonal trust. *Journal of Personality*, 35. 651-665.
- Ryckman, R. M., Hammer, M., Kaczor, L. M., Gold, J.A. (1990): Construction of a Hypercompetitive Attitude Scale. *Journal of Personality Assessment*, 55 (3-4). 630-639.
- Ryckman, R. M., Hammer, M., Kaczor, L. M., Gold, J.A. (1996): Construction of a Personal Development Competitive Attitude Scale. *Journal of Personality Assessment*, 66 (2). 374-385.
- Ryckman, R. M., Libby, C.R., Van den Born, B., Gold, J. A., Lindner, M. A. (1997): Values of Hypercompetitive and Personal Development Competitive Individuals. *Journal of Personality Assessment*, 69 (2). 271-283.
- Sampson, E. E. (1988): The debate on individualism: Indigenous psychologies of the individual and their role in personal and societal functioning. *American Psychologist*, 40. 15-22.
- Shostrom, E. L. (1963): *Personal Orientation Inventory*. Educational and Industrial Testing Service, San Diego.
- Sterbenz Tamás (2006): Sportjátékok döntései. *Kalokagathia*, 1-2. 96-105.
- Thornton, B. (1992): *The Type-E (everything to everybody) personality: Psychometric properties of a brief assessment of individual differences mediating the experience of multiple roles*. Unpublished manuscript. University of Southern Maine.
- Torma J. (2002): *A versengés és rivalizáció vizsgálata vállalati környezetben*. Szakdolgozat. Szegedi Bölcsészettudományi Kar, Szeged.
- Zuckerman, M., Eysenck, S., Eysenck, H. J. (1978): Sensation seeking in England and America: Cross-cultural, age and sex comparisons. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 46. 129-139.

EGY DIGITÁLIS TANKÖNYV HATÁSA A TANTÁRGYVÁLASZTÁSRA A SZOCIÁLPEDAGÓGUSOK KÉPZÉSÉBEN

Effect of an e-learning
coursebook on selecting courses considering
social pedagogy training programmes

● **Bucsy Gellértné**

● **Katona György**

Nyugat-magyarországi Egyetem Benedek Elek Pedagógiai Kar,
Sopron

Összefoglaló

A szerzők a szociálpedagógus-hallgatók testkulturális képzését támogató *Sportrekreáció* digitális tankönyv hatását elemzik abból a nézőpontból, hogy az említett taneszköz miként befolyásolja a vizsgálati személyek tantárgyválasztását. A multimédiás technikák alkalmazása különösen indokolt az alacsony kontaktóraszámú levelező tagozatos képzésben, ahol az ismeretek önálló feldolgozása így a leghatásosabb. Ezért a vizsgálat mintáját levelező tagozatos hallgatók képezik, a hipotézisek igazolása tudásszintmérő tesztekkel és az írásbeli kikérdezés módszerével történik.

Kulcsszavak: sportpedagógia, szociálpedagógus képzés, digitális tankönyv.

Abstract

The article presents some partial results of a research on sport pedagogy conducted at University of West Hungary Benedek Elek Faculty of Pedagogy. The newly developed *Sportrecreation* e-learning coursebook supports the students' physical culture education in social pedagogy training programmes. The authors analysed the effects of this digital material on students' choice of courses. The use of multimedia technics is justified especially in part-time training, where unaided acquisition of knowledge is optimal in this way. For this reason the sample of this study was taken from a group of part-time students. Justification of hypothesis was performed by methods of questionnaires and knowledge tests.

Keywords: sport pedagogy, social education training programmes, e-learning coursebook.

Bevezetés

A *Sportrekreáció* multimédiás tankönyv (Bucsyné és Katona, 2004) a rekreációs célú testedzés alapvető elméleti és gyakorlati ismeretanyagát foglalja össze, középpontba állítva „az életen át tartó sportolás” szempontjait. A CD-ROM elsősorban a szociálpedagógushallgatók sportszakmai tárgyai ismeretanyagának hatékonyabb elsajátítását célozza. A soproni kredittantervben az ide tartozó tantárgyak kötelezőek (sportrekreáció, szabadidősportok elmélete és gyakorlata I.), illetve kötelezően választhatóak (szabadidősportok elmélete és gyakorlata II.).

Korábbi tanulmányokban bemutattuk a digitális tananyagfejlesztés pedagógiai előnyeit a hagyományos tankönyvekkel szemben (Bucsyné és Katona, 2004). Más szerzők is írtak az érdeklődés táplálta aktív és értelmes tanulás feltételeinek (Biróné, 1994) és a tanulás individualizálásának (Báthory, 1997) megvalósulásáról, az ismeretszerzés formáinak és technikáinak változatosságáról (Forgó, 2001). Felvázoltuk azokat a lehetőségeket is, amelyek a tudás ellenőrzését biztosítják, így a vizsgán való számonkérés módja kiszámíthatóbbá válik és ez biztonságot ad a hallgatóknak (Katona és Bucsyné, 2005). A nagy létszámú levelező és esti tagozatos hallgatóra tekintettel a digitális technikák alkalmazásával valósulhat meg az ismeretek önálló feldolgozása a leghatásosabb módon, a tömegképzésből fakadó hátrányok csökkenthetőek (Vonáné, 2004).

Véleményünk szerint az említett előnyök hatással vannak a hallgatók tantárgyválasztására is. A tanár személye mellett egy taneszköz is befolyásolhatja a tantárgyválasztást, ha az a diák otthoni tanulását, a vizsgára való felkészülést megkönnyíti és a vizsga sikerét garantálja. Ezen meggyőződésünk segítette vizsgálati célunk megfogalmazását is.

A hazai szociálpedagógus-képzésben a sportszakmai tárgyak oktatásának nincs központi támogatottsága, ezért fontosnak tartjuk, hogy helyi tantervünkben ezek a tantárgyak megjelenjenek, és azokat minél több hallgató válassza, a kreditrendszerből fakadó tantárgyfelvételi lehetőségeket kihasználva. Nem mindegy ugyanis, hogy az említett tantárgyak ismeretanyagának elsajátíttatásával hány pedagógusjelöltet tudunk megnyerni a rendszeres testedzésnek és a sportnak.

Minta

Mivel a digitális tananyagfejlesztést elsősorban a Benedek Elek Pedagógiai Karon tanuló levelező tagozatos szociálpedagógus-hallgatók nagy létszáma indukálta, a vizsgálat mintáját is ők képezték. A kísérleti csoportba a Sopronban tanuló diákokat soroltuk, míg a kontrollcsoportba a pápai székhelyű képzésben részt vevők kerültek.

A keresztmetszeti vizsgálatot a 2004/2005-ös tanév első félévének vizsgaidőszakában végeztük. Ekkor a két kötelező tantárgy (sportrekreáció", szabadidősportok elmélete és gyakorlata I.) vizsgaeredményeit rögzítettük 130 elsőéves levelező tagozatos soproni szociálpedagógus- és 99 fő elsőéves pápai székhelyű képzésben részt vevő hallgatónál. Megismételt vizsgálatra a szabadidősportok elmélete és gyakorlata II. kötelezően választható tantárgyból került sor a második félév zárásakor. A kísérleti csoport hallgatói a digitális tankönyvből készültek fel a számonkérésekre. A pápai kontrollcsoport tagjainak felkészülését hagyományos tankönyv segítette, amelynek tartalma megegyezett a multimédiás taneszközzel. A két tankönyv között az ismeretszerzés formáiban és technikáiban volt különbség. A CD-ROM az írott információ, a grafikus ábrázolás és a rajz mellett videofelvételekkel, továbbá hanganyaggal is segítette a tanulást.

Hipotézis és módszer

Hipotéziseink a digitális tankönyv hatására irányultak a szociálpedagógus-hallgatók vizsgaeredményeire és tantárgyfelvételére:

Feltételeztük, hogy

- a digitális tananyag hatására a soproni hallgatók vizsgaeredményei jobbak a pápai hallgatók eredményeinél;
- a multimédiás taneszköz kedvezően befolyásolja a soproni szociálpedagógus-hallgatók tantárgyfelvételét a második félévben.

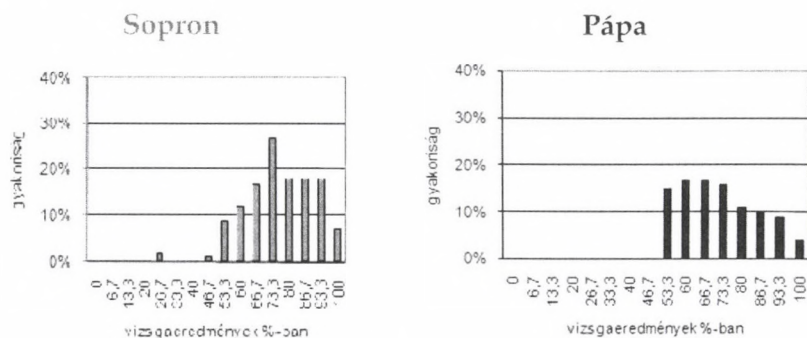
Az első félév keresztmetszeti vizsgálatának módszere a tudásszintmérő teszt volt. A teszt értékelése százalékos formában és érdemjeggyel történt. Az érdemjegy az indexbe került, ez adta a félév végi osztályzatot. A soproni hallgatók felkészülését segítették a multimédiás tankönyvben szereplő tesztkérdések is. A kérdéseket a program véletlenszerűen válogatta ki a diákoknak. Aki többet gyakorolt, többféle tesztkérdéssel ismerkedhetett meg felkészülése során.

A második félévben hosszmetzeti vizsgálatot végeztünk tudásszintmérő tesztekkel, továbbá kérdéseket tettünk fel a digitális, illetve a hagyományos tankönyv használatával és a második féléves tantárgyfelvétellel kapcsolatban (melléklet).

Eredmények

A keresztmetszeti vizsgálat eredményei

A soproni és a pápai hallgatók őszi félévi vizsgaeredményeit hasonlítottuk össze százalékos formában és az érdemjegyek alapján. A sportrekreáció kötelező tantárgyban nyújtott teljesítmények az 1. ábra alapján követhetők. Az ábra megértését az 1. táblázat segíti, ahol a százalékos értékek mellé rendelt érdemjegyeket mutatjuk be. A sportrekreáció tantárgyból legalább 53,3 százalékos eredményt, a szabadidősportok elmélete és gyakorlata I. tárgyából legalább 60 százalékos teljesítményt kellett elérni a vizsga sikeres lezárásához. A hallgatók legjobb teljesítményeit vettük figyelembe, azokat az eredményeket, amelyek az indexbe kerültek az esetleges javító- vagy utóvizsgák után.



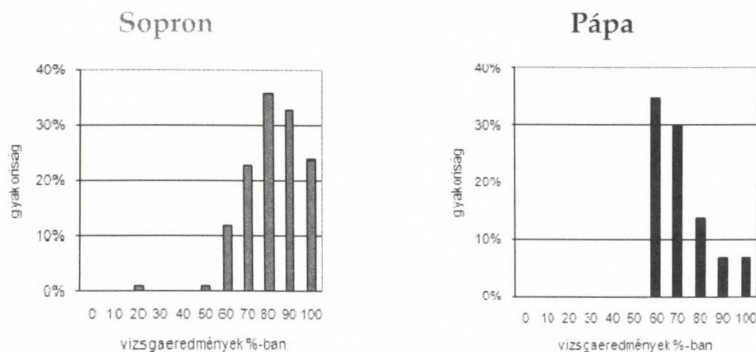
1. ábra: A sportrekreáció tantárgy vizsgaeredményei

1. táblázat: A százalékos értékekhez rendelt érdemjegyek

Sportrekreáció (%)	Vizsgajegy	Szabadidősportok elmélete és gyakorlata I. (%)
100 93,3 86,7	5	100 90
80	4	80
73,3 66,7	3	70
60 53,3	2	60
40 33,3 26,7 20 13,3 0	1	50 40 30 20 10 0

A rekreáció elméletét magában foglaló sportrekreáció tantárgyban elért eredmények a kísérleti csoportnál jobbak. Az soproni hallgatók évfolyamátlagáa 3,61 (75,8%), a pápai diákoké 3,26 (71,8%), a különbség szignifikáns volt ($p < 0,05$).

Nagyobb volt az évfolyamátlagok közötti különbség a szabadidősportok elmélete és gyakorlata I. kötelező tantárgynál, amely a rekreáció gyakorlati ismereteire irányult (2. ábra). A soproni hallgatók érdemjegyeinek átlaga 4,05 (82,6%) volt, a pápai hallgatóké 3,08 (71,5%). Az átlagok közötti eltérés 0,1 százalékos megbízhatósági szinten szignifikánsnak bizonyult.



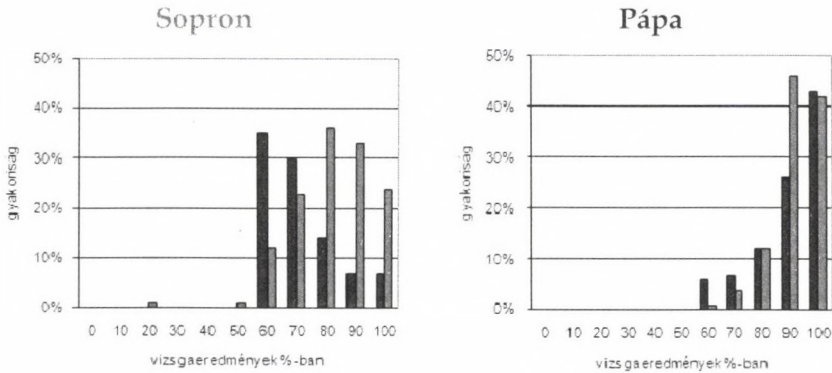
2. ábra: A szabadidősportok elmélete és gyakorlata I. tantárgy vizsgaeredményei

Véleményünk szerint a soproni diákok jobb vizsgaeredményei összefüggésbe hozhatóak a digitális tananyaggal. A *Sportrekreáció* tankönyv célja a rekreációs edzés alapvető elméleti és gyakorlati ismeretanyagának elsajátítása. Fontosnak tartottuk, hogy a felhasználók figyelmét folyamatosan erre a célra irányítsuk. Ebben segít a CD-ROM strukturáltsága. Az egyes témakörök szorosan kapcsolódnak a tanulási célokhoz, az információs egységek egymásra épülnek. A tanulási célnak alárendelve az ismeretátadás formái (a szöveg, az ábrák, a rajzok, a videó) és a járulékos elemek is (a borító, a tartalmi leírás, a háttérgrafika). A rendszerben való gondolkodást támogatja, hogy az egyes tananyagmodulokat a hallgató kapcsolni tudja az alpontokhoz és a főmenühez. Ebben a könnyen kezelhető és következetes navigálás is segíti a felhasználót.

A tanulás üteme, módja igazodik az egyedi sajátosságokhoz, ezáltal megvalósul a tanulás individualizálása. Lehetőség nyílik az ismeretek lineáris elsajátítására, de a megfelelő strukturáltság révén azok koncentrikus bővítésére is (elágazások, linkek). A memorizálást követelő tananyagrészek elsajátítását különböző eljárások könnyítik, mint a fogalmakat tartalmazó lexikon és az irodalom hipertextes összekapcsolása a szöveggel.

A hosszmetzeti vizsgálat eredményei

A második félévben a hallgatók a szabadidősportok elmélete és gyakorlata II. tantárgyat vehették fel, ami a kredittantervben kötelezően választható. Az előző félévhez hasonlóan feldolgoztuk a tudás-szintmérő tesztekben elért eredményeket, majd ezeket összehasonlítottuk a szabadidősportok elmélete és gyakorlata I. tantárgy vizsgaeredményeivel (3. ábra).



3. ábra: A szabadidősportok elmélete és gyakorlata I, II. tantárgy vizsgaeredményei

Az ábrán jól látható, hogy a soproni és a pápai évfolyamátlagok között a második félévben már nem volt olyan jelentős különbség, mint korábban. A soproni hallgatók érdemjegyeinek átlaga 4,76 (91,8 %) volt, a pápai hallgatóké 4,52 (89,9 %). Az átlagok közötti eltérés 5%-os megbízhatósági szinten szignifikánsnak bizonyult (2. táblázat).

2. táblázat: A szabadidősportok elmélete és gyakorlata I, II. tantárgy vizsgaeredményei

	Szabadidősportok elmélete és gyakorlata I.			Szabadidősportok elmélete és gyakorlata II.		
	Évfolyamátlag (%)	szórás	szórás	Évfolyamátlag (%)	szórás	szórás
Évfolyamátlag (%)	82,6 71,5	13,2 12,2	13,2 12,2	91,8 89,9	8,5 12,1	8,5 12,1
Évfolyamátlag (osztályzat)	4,05 3,08	p<0,001		4,76 4,52	P<0,05	

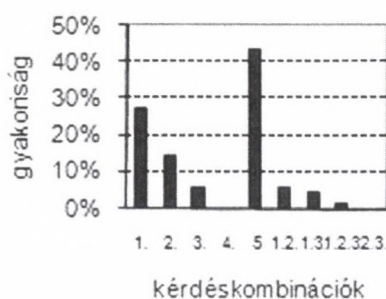
A kontrollcsoport teljesítményjavulásának okait az írásbeli kikérdezés módszerével kívántuk kideríteni (melléklet). A kapott adatokból kiderült, hogy a pápai hallgatók a sport iránt jobban motiváltak, továbbá 45 százalékuk hozzájutott a digitális tankönyvhöz, illetve valamilyen módon használta azt (tanulmányozta a videofelvételt, a tesztkérdéseket gyakorolta stb.).

A második félévben a hallgatók a szabadidősportok elmélete és gyakorlata II. tantárgyat vehették fel, ami a kredittantervben kötelezően választható. A tantárgyválasztás indokait az írásbeli kikérdezés módszerével vizsgáltuk (melléklet: I. kérdés). A kérdésekre adott válaszok gyakoriságát a 4. ábra segítségével reprezentáljuk.

Sopron



Pápa



4. ábra: A tantárgyválasztás indoklásának gyakorisági diagramjai

A soproni hallgatók 13,1 százalékának tantárgyfelvételét az motiválta, hogy a digitális tankönyv segítette a felkészülésüket. Ezzel szemben a pápai hallgatóknak csak 5,4 százaléka ítélte úgy, hogy a hagyományos tankönyv befolyásolta tantárgyválasztásukat. Adataink szerint a soproni diákok 23,8 százaléka nem vette fel a második félévben a szabadidősportok elmélete és gyakorlata II. tárgyat. A pápai hallgatók 43 százaléka viszont felvette, de kényszerből, mivel a székhelyen kívüli képzés oktatásszervezési sajátosságai miatt nem volt más lehetősége.

Tantárgyfelvételt motiváló tényező volt még a sikeres vizsga a szabadidősportok elmélete és gyakorlata I. tárgyból, továbbá a testnevelés és a sport szeretete, ami vonzóvá tette a tananyagot a diákok számára, és mélyebb ismeretek szerzésére ösztönözte őket.

Összefoglalás

A digitális tananyagfejlesztés hatására a soproni hallgatók vizsgaeredményei jobbak voltak a pápai hallgatókénál. A kontrollcsoport

második félévi teljesítményét befolyásolta a kísérleti körülmények módosulása, mivel a pápai hallgatók majdnem fele hozzájutott a digitális tankönyvhöz, és abból készült fel a vizsgára. A hagyományos tankönyvvel szemben a digitális taneszköz a gyakorlati ismeretek elsajátítását jobban szolgálta. Erre utalnak a kísérleti és a kontrollcsoportnál az évfolyamátlagok közötti eltérések a szabadidőspotok elmélete és gyakorlata I., II. tantárgyaknál.

A multimédiás tankeszköz kedvezően befolyásolta a soproni levelezősök tantárgyválasztását. A második félévben az évfolyam diákjainak 76,2 százaléka felvette a szabadidőspotok elmélete és gyakorlata II. kötelezően választható tantárgyat. A kérdőíves felmérés adatai szerint a *Sportrekreáció* tankönyv tartama, a digitális tananyag elsajátításának folyamata, a vizsgára valóra felkészülés sajátos módja és a vizsga sikere kedvezően befolyásolta a soproni szociálpedagógus-hallgatók tantárgyfelvételét.

A kedvező vizsgálati eredmények arra ösztönöztek bennünket, hogy a *Sportrekreáció* digitális tankönyvet minden tagozaton a hallgatók rendelkezésére bocsássuk és tananyagát tovább bővítsük. Ennek eredményeként 2006-ban elkészült A rekreáció elmélete és gyakorlata CD-ROM (*Bucsyné és Katona, 2006*) a szociálpedagógus alapszakra felvett diákok számára.

Irodalom

- Báthory Z. (1997): *Tanulók, iskolák, különbségek*. Okker, Budapest.
- Biróné N. E. (1994): *Sportpedagógia*. TF, Budapest.
- Bucsy G.-né, Katona Gy. (2004): *Sportrekreáció. Digitális tankönyv a rekreációs edzés alapvető ismereteiről*. NyME BEPK, Sopron.
- Bucsy G.-né, Katona Gy. (2006): *A rekreáció elmélete és gyakorlata*. NyME BEPK, Sopron.
- Forgó S. (2001): A multimédiás oktatóprogramok minőségének szerepe a médiakompetenciák kialakításában. *Új Pedagógiai Szemle*, 7-8. 69-77.
- Katona Gy., Bucsy G.-né (2005): *Tantárgy-pedagógiai kutatások. Számonkérés egy digitális sporttankönyvvel*. VII. Tantárgypedagógiai Tudományos Konferencia. EJF, Baja. 308-312. p.
- Vonáné K. Á. (2004): *Internetes tanulás*. In: Biróné N.E. (Szerk.): *Sportpedagógia*. Dialóg Campus, Budapest-Pécs. 302-307. p.

Kérdések

I. Miért vette fel a második félévben a Szabadidősportok elmélete és gyakorlata II. tárgyat? (Több válasz is lehetséges.)

1. Szereti a sportot, a testnevelést.
2. Sikeresen vizsgázott az első félévben a Szabadidősportok elmélete és gyakorlata I. tárgyból.
3. A *Sportrekreáció* digitális tankönyv segíti a felkészülést, biztonságot ad a tárgy tananyagának elsajátításához.
4. Nem akart más kötelezően választható tantárgyat felvenni.
5. Nem tudott más kötelezően választható tantárgyat felvenni.

II. Az erő-állóképességet fejlesztő gyakorlatok elsajátításánál a felkészülését mi segítette a legjobban?

1. A szaknyelvi leírás.
2. A rajzírás.
3. A videofelvételek.
4. A tesztek gyakorlása.

III. A stretchinggyakorlatok elsajátításánál mi segítette a legjobban a vizsgára való felkészülésben?

1. A szaknyelvi leírás.
2. A rajzírás.
3. A videofelvételek.
4. A tesztek gyakorlása.

IV. Házidolgozata elkészítéséhez (gimnasztikai bemelegítő gyakorlatsor) milyen segítséget vett igénybe? (Több válasz is lehetséges.)

1. A tankönyvben található ismereteket használta fel.
2. A szakirodalmat használta (kérjük az irodalom megnevezését is):

.....
3. Szakemberhez fordult segítségért (testnevelő, edző stb.).

4. Egyéb segítséget vett igénybe:

MEGSZAKÍTOTT HYPOXIKUS EDZÉS MINT A HYPOBARIKUS HYPOXIKUS FELKÉSZÜLÉS ALTERNATÍVÁJA

Intermittent hypoxic training as an alternative of hypobaric hypoxic preparation

● **Martin Pupiš**

Bél Mátyás Egyetem,

Testnevelési és Sporttudományi Tanszék, Besztercebánya

Összefoglaló

A dolgozatban a megszakított hypoxikus edzés (a továbbiakban MHE) hatását figyeljük a sportoló -gyalogló szervezetére. Kiértékeljük a vér telítődését oxigénnel a hypoxia alatt, mely a kezdeti 90% -tól 75% -ig mozgott a háromhetes kúra végén. Ennek megfelelt a belélegzett levegő O_2 -tartalma, amely az edzés végére 9% alá is csökkent, ami megfelelt a magasságok stimulációjának 7000 méteres tengerszint feletti magasság körül. A megszakított hypoxia mindig 90 percesre volt felállítva 21 napos időközökre, 3 pihenési nappal. Mivelhogy az MHE-t a magasabb tengerszint feletti magasságokban való tartózkodás alternatívájának tartjuk, megfigyeltük az azonos MHE-paraméterek hatását a sportoló szervezetére is. Spiroergometria mellett feljegyeztük a VO_{2max} növekedését $4105 \text{ ml} \cdot \text{min}^{-1}$ ről $4364 \text{ ml} \cdot \text{min}^{-1}$ -ra és $VO_{2max} \cdot \text{kg}^{-1}$ -ot $65,4 \text{ ml} \cdot \text{min}^{-1} \cdot \text{kg}^{-1}$ -ról $69,9 \text{ ml} \cdot \text{min}^{-1} \cdot \text{kg}^{-1}$ -ra. A maximális teljesítmény 3 km-en 13,7 mp -cel javult, a szubmaximális teljesítmény 10 km-en 1:42 perccel javult és az aerob küszöb szintjének megterhelésénél, 10km-es megterhelésnél 1:29 perces javulást eredményezett. A hematologiai komponensekben feltűnő változásokat nem jegyeztünk fel, ahol a hemoglobin és hematokrit változatlanok maradtak. Mérsékelt növekvést jegyeztünk fel a közepes térfogatú erytrocitáknál, amely 96,8 fl-ről 98,2 fl-re növekedett, valamint a vas kötési kapacitásánál is, amely $52 \mu\text{mol} \cdot \text{l}^{-1}$ -ről $58 \mu\text{mol} \cdot \text{l}^{-1}$ -ra növekedett. A vér szempontjából a retikulocyták növekedését gondoljuk a legjelentősebbnek, $5 \cdot 1000^{-1}$ -ről $7 \cdot 1000^{-1}$ -ra, ami 40%-os növekedés.

Kulcsszavak: megszakított hypoxikus edzés, maximális oxigénfogyasztás, vérkomponensek, szaturáció, maximális teljesítmény.

Abstract

In this work we monitor the influence of hypoxic training on organism of sportsman-racewalker. We evaluated satiation of blood by oxygen during hypoxia, which was 90% at the beginning and 75% in the end of 3 weeks cure. Into this was closely related the capacity of O_2 during in-

halation of air, which was reduced in the end of cure under 9%, what simulate the altitude of 7000 metres above sea level. Our sportsman was exposed to interrupted hypoxia always 90 minutes per day for 21 days including 3 days off. Because we consider intermittent hypoxic training (IHT) as an alternative to the training camp in high altitudes we monitored parameters, which identified influence of IHT on organism of racewalker. At spirometric examinations we monitored increase of $VO_2\max$ from $4105 \text{ ml} \cdot \text{min}^{-1}$ to $4364 \text{ ml} \cdot \text{min}^{-1}$ and $VO_2\max \cdot \text{kg}^{-1}$ from $65.4 \text{ ml} \cdot \text{min}^{-1} \cdot \text{kg}^{-1}$ to $69.9 \text{ ml} \cdot \text{min}^{-1} \cdot \text{kg}^{-1}$ and also increase of submaximal performance W170 from 3.34 W to 3.40 W. Maximal performance on 3 km improved of 3.7 sec, submaximal performance on 10 km was improved of 1:42 min. At the level of aerobic limit on 10 km it came improving of 1:29 min. In the haematological components we did not recorded any big changes. When we evaluate haemoglobine and haematocrit they did not changed. We recorded mild increase of middle capacity erythrocytes, which raised from 96.8 fl to 98.2 fl. Also bounding capacity of iron increased from $52 \mu\text{mol} \cdot \text{l}^{-1}$ to $58 \mu\text{mol} \cdot \text{l}^{-1}$. From the point of blood parameters we consider for the most important increase of reticulocytes from 5.1000^{-1} to 7.1000^{-1} , which is 40% increase.

Keywords: intermittent hypoxic training (IHT), maximal consumption of oxygen, saturation, maximal performance.

Bevezető

Magasabb tengerszint feletti magasságokban való edzés a természetes hypoxiával egybekötve már a múlt században elnyerte a sportszakértők figyelmét, főleg az 1968-as mexikóvárosi olimpián megfigyelt, a szervezetre gyakorolt hatások óta. Ismert, hogy az állóképességi és az erőnléti-állóképességi edzés a hypobarikus-hypoxikus környezetben – a gyorsaság elhagyása mellett – a normális magasságokhoz képest növeli a megterhelést 5-10%-kal (Korčok és Pupiš, 2006), ezért ilyen feltételeknél fontos redukálni a megterhelés intenzitását. A megterhelés megfelelő indikációja mellett a szervezetben pozitív változásoknak kellene létrejönnie. Springlová (1999) a magaslati tartózkodás és edzés értékességére mutat rá, amely összefoglalva felismerhető a szervezet oxigén- és energiafelhasználásának javulásában. Ennek eredménye az aerob kapacitás teljesítményének javulása, amit több kísérlet – Koadel (1994), Burtscher és mtsai (1996), Levine és Stray-Gundersen (1997), Meeuwssen, Hendriksen és Holewijn (2001), Weng (2004), Korčok és Pupiš (2006), Pupiš és Korčok (2007) – is bizonyított.

Koadel (1994), Gurský (1994), Levine és Stray-Gundersen (1997), Korčok és Pupiš, (2006), Pupiš és Korčok (2007) a vérkomponensek növe-

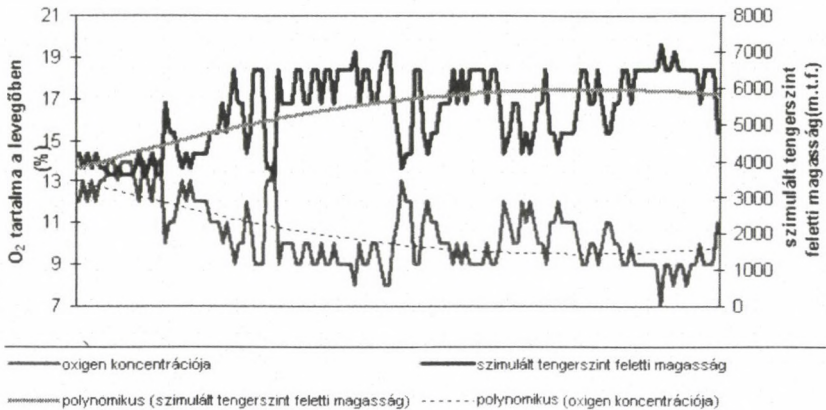
kedésére mutatott rá, melyek az oxigén szállításáért felelősek a szervezetben. Ellentétben az ő megfigyeléseikkel *Štulrajter*, *Kobela* és *Faltanová* (2001), valamint *Kobela* (2007) véleményeikben megjegyzik, hogy a magasabb tengerszint feletti magasságokban való tartózkodás által nemcsak az erythrocyták száma növekszik meg, hanem főleg a megfiatalodásuk is, mellyel javul a vér minősége.

Az elmúlt század kilencvenes éveiben a tudósok igyekeztek megvalósítani a hypoxikus edzést különböző módszerekkel. A tapasztalatok alapján a tudósok 1993-ban Finnországban és 1994-ben Svédországban házakat építettek, melyekben a normobarikus hypoxiát szimulálták. Ezekben a helyiségekben mesterségesen csökkentett az oxigén koncentrációja, a vérnyomás változásával létrehozott mellékhatások nélkül. A norvégok olyan házat építettek, melyben szimulálni tudták a 2500 méteres tengerszint feletti magasságnak megfelelő hypobarikus hypoxiát. A működési rendszere ezeknek a termeknek, házaknak, szobáknak és ma már sátraknak is azon alapul, hogy a terekben mesterségesen növekszik a szén-dioxid tartalma, az oxigén koncentrációja megmarad a 15,3% -os szinten és a parciális nyomása 116 Hgmm-en (*Koadel*, 1997). A hypoxia ezen használati módja a „fent élni, lent edzeni” módszerhez közelít. Hasonló módszert használ a félbeszakított hypoxikus edzés is, melyet orosz pilóták kezdtek használni (*Hamlin* és *Hellemans*, 2004). Ez a módszer az extrém hypoxiának kitett szervezetről indul ki, amely a magasabb tengerszint feletti magasságnak, akár több mint 6500 méternek felel meg. Ennél egy berendezést használnak, az ún. hypoxikátort, mely képes szimulálni a még ilyen extrém tengeszint feletti magasságot is.

Módszer

A megfigyelt versenygyalogló (1992 óta) egyéni rekordjai: 3 km:11:32 perc, 5 km: 19:40 perc, 10 km: 41:46 perc, 20 km: 1:23:46 óra, 50 km: 3:59:13 óra, kor 28 év, testmagassága: 175 cm, testsúlyra: 62,6 kg \pm 0,2 kg, ANP 178 \pm 1 bpm. Karrierje során több edzőtáborban is részt vett a hypoxia különböző fokozataiban (m. n. m. = méteres tengerszint feletti magasságú alacsony, közepes, magas-5 x) és jelen volt több edzőtáborban is 1900-3600 méter tengerszint feletti hypoxikus környezetben 3-tól 8 hétig (Oberntauern-Ausztria, Toluca-Mexiko, Sorata, La Paz Cochabamba-Bolívia).

A hypoxikus tréninget az AltiPower hypoxikátor segítségével valósítottuk meg, amely 9%-os oxigénkoncentrációjú levegőt képes előállítani, ez 6500 m tengerszint feletti magasságnak felel meg.

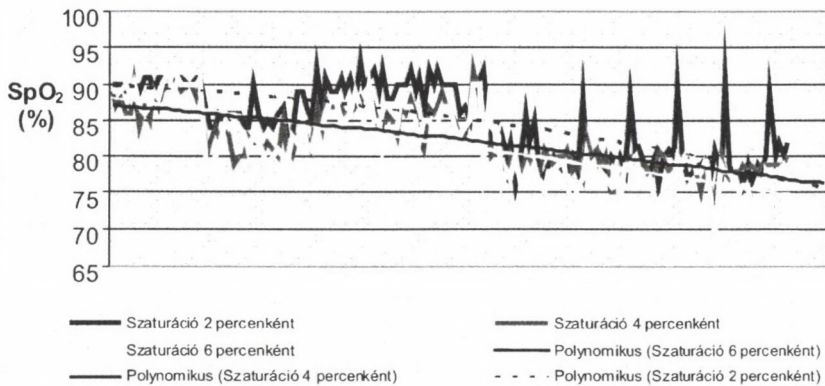


1. ábra: Az O_2 tartalma az elhasznált levegőben és a szimulált tengerszint feletti magasság az MHE során

Az MHE során a sportoló hypoxiának volt kitéve a passzív edzésen kívüli napirendben (± 90 perc a tréningtől számítva). A megfigyelt sportoló háromhetes MHE-n vett részt, melyből három nap hypoxia nélküli volt (mindig a 6. nap után). Az MHE napjaiban a megfigyelt sportolónk 90 perces hypoxiának volt kitéve, mégpedig 6 perc hypoxia + 3 perc normoxia intervallumban (10-szer megismételve). Az MHE során a sportoló a hypoxia 8-14%-os szintjének volt kitéve (több információ az 1. ábrán). Ez 3500-7000 méteres tengerszint feletti magasságnak felel meg, miközben a vér szaturációja (SpO_2) az oxigénnel 90% alatt van, egészen 70%-ig csökkent le. A szimulált tengerszint feletti magasságot a sportoló saját magának felügyelte a mellékelt berendezésen, egy oxigénelemzőn, amin egyidejűleg a pulzusmérő segítségével az S_pO_2 értékét is ellenőrizte.

A hypoxia értékelése során három felmérésből indultunk ki:

A) Spiroergometria: belépő felmérés 2 nappal az MHE előtt, kilépő felmérés az MHE befejezése után 10 nappal. A felmérést futószalagon végezték el, ahol a kezdő sebesség 8 km/h volt, majd 2 perc után 1 km/h-val megnőtt a sebesség a 6. percre és a 7. perctől percenként 16 km/h-ra gyorsult fel. Ezután már nem nőtt a sebesség, csak a futószalag lejtése, mivel a biomechanika nézőpontja alapján nem valószínű, hogy egy sportoló még magasabb sebességet tudna elérni.



2. ábra: A vér telítettsége O_2 -vel az MHE során

B) A sportoló teljesítményének felmérése 3 km-en (gyaloglás): belépő felmérés az MHE kezdetekor, kilépő felmérés az MHE után két nappal. A felmérést rekortán borítású atlétikai pályán végeztük el 9:00 órakor, amivel relatív hasonló meteorológiai feltételeket értünk el.

C) Vérvizsgálatok: belépő felmérés 3 nappal az MHE megkezdése előtt, kilépő felmérés 9 nappal az MHE után. A vérképben a vörös véresejtek, a retikulocyták szintjét, a vas kötődési kapacitását és a vas szintjét vizsgáltuk.

Eredmények és megbeszélés

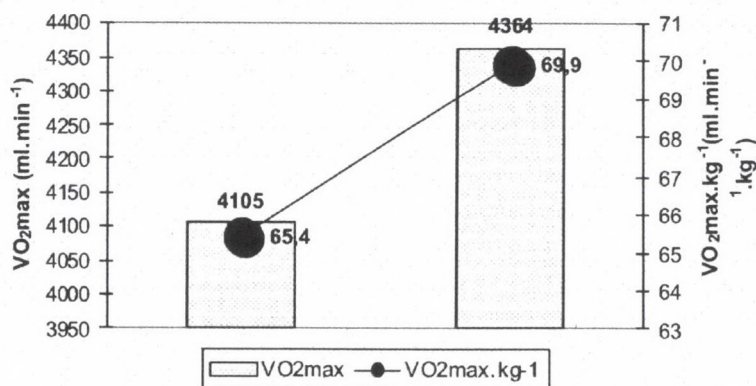
A megszakított hypoxiának kitett sportoló feljegyezte, hogy az MHE során a vér telítődése O_2 -vel az első napokban a 80-90%-os szinten volt, SpO_2 mellett pedig 12 - 14 %. Amint azt az 1.ábrán (ill. 2.ábrán) a vonal is mutatja, a hypoxia növekedése egészen a 7000 m-es tengerszint feletti magasságnak megfelelő szintig fokozatosan jutott (tehát az O_2 koncentrációja a levegőben 7-8% körül és az SpO_2 70% alatt van). A hypoxiát relatívan jól bírta, feltűnőbb negatív megnyilvánulások nélkül, melyek gyakori jellemző velejárói a hypobarikus hypoxiának. Egyetlen szubjektív negatív érzés, a gyengeség érzése volt feljegyezve az MHE szervezésének napjaiban, ami ellentétben van Hamlin és Hellemans (2004) állításaival, akik a megfigyelt sportolóknál nem jegyezték fel negatív élményeket az MHE megvalósítása alatt. Az MHE befejezésével ezek az érzések hullámzóak voltak (2 nap jó, 1 nap rossz érzés). Paradox (látszólagos ellentmondás) csupán

az volt, hogy a sportoló a negatív érzések ellenére is képes volt megvalósítani a megterhelést kitűnő érzésekkel, a legmagasabb szinten, végig a megterhelés alatt. Ez az edzések szempontjából jobb érzésekben és alacsonyabb szívfrekvenciában mutatkozott meg, például szubmaximálisan változó megterhelés 10 km-en (5x1500 m ANP-szintjén +500 m 95%-os körüli ANP-vel) és azonos átlagos szívfrekvencia mellett az MHE alatt 1:42 perccel gyorsabban végezte el az edzést (46:00 perc az MHE előtt, 44:18 perc MHE alatt), mint az MHE előtt.

Hasonó állapot lépett fel 10 km-es megterhelésnél is az aerob küszöb szintjén (53:37 perc MHE előtt, 52:08 perc MHE alatt).

A váltakozó megterhelés mellett 4 km-en (200 m 105%-os ANP szinten, 200 m 95% ANP) az MHE megvalósítása alatt 21 mp-cel jobb időt ért el mint az MHE előtt (17:17 perc MHE előtt, 16:56 perc MHE alatt). Egészében tehát megállapítható, hogy az MHE alatt a sportoló minőségibb megterhelést volt képes megvalósítani ugyanolyan szívfrekvencia mellett, összehasonlítva a normaxikus rendszer edzései-vel.

Spiroergometriai vizsgálatok bizonyítják, hogy az aerob kapacitás és a teljesítmény növekedése következett be. A megfigyelt sportoló a vizsgálat során maximális szívfrekvenciát ért el 190, illetve 191bpm és az ANP alatt pedig 178, illetve 179bpm. A megfigyelt paraméterekből Hamlin és Hellemans (2004), valamint Katayama és munkatársai eredményeivel (2003) megegyezve feljegyeztük a kismértékű növekedést a $VO_2\max$ és a $VO_2\max \cdot kg^{-1}$ értékénél.

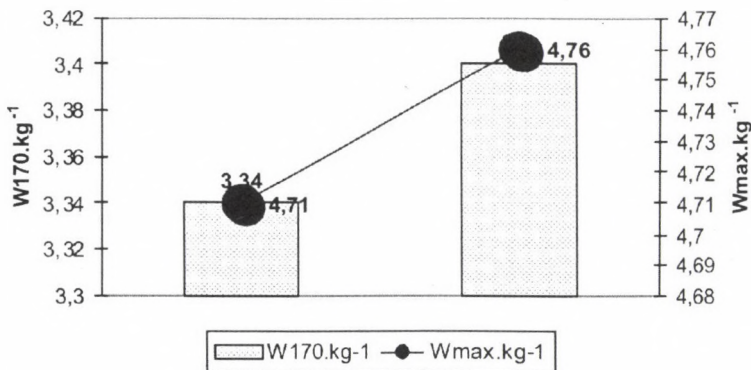


3. ábra: A $VO_2\max$ és $VO_2\max \cdot kg^{-1}$ változásai az MHE hatására

Mint ahogyan az a 3. ábrán látszik, a $VO_2\max$ 4105 ml · min⁻¹-ről 4364 ml · min⁻¹-re növekedett és mivel a testsúly a kísérlet alatt ± 0,2 kg között mozgott, érthetően a $VO_2\max \cdot kg^{-1}$ is növekedett, mégpe-

dig $65,4 \text{ ml} \cdot \text{min}^{-1} \cdot \text{kg}^{-1}$ -ról $69,9 \text{ ml} \cdot \text{min}^{-1} \cdot \text{kg}^{-1}$ -ra. Két perccel az MHE előtt az O_2 fogyasztása $1379 \text{ ml} \cdot \text{min}^{-1}$ határán mozgott (ami átszámolva kg -ra $22,0 \text{ ml} \cdot \text{min}^{-1} \cdot \text{kg}^{-1}$), két perccel az MHE után pedig $1227 \text{ ml} \cdot \text{min}^{-1}$ (ami átszámolva kg -ra $19,7 \text{ ml} \cdot \text{min}^{-1} \cdot \text{kg}^{-1}$), ez gyorsabb felépülést mutat maximális megterhelés után. Ez azt a tényt bizonyítja, hogy az MHE előtt a respirációs (lélegzési) szint 1,34, míg az MHE után 2 perccel ez a szint csak 1,27 volt.

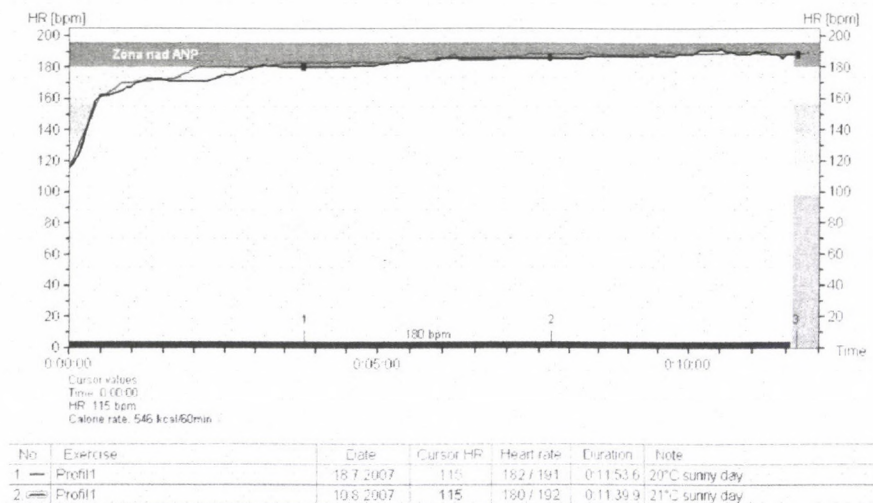
Megterhelés szempontjából a megfigyelt sportoló az MHE után ugyanolyan módszerű teszten vett részt, 30 mp-cel hosszabb megterheléssel. A 4. ábrán látható, hogy maximális munkakapacitás-növekedésre került sor $W_{\text{max}} \cdot \text{kg}^{-1}$ 4,71 W-ról 4,76 W-ra. Az ábrán az is látható még, hogy hasonlóan növekedett a szubmaximális teljesítmény is $W_{170} \cdot \text{kg}^{-1}$ 3,34 W-ról 3,40 W-ra.



4. ábra: A szubmaximális $W_{170} \cdot \text{kg}^{-1}$ és maximális $W_{\text{max}} \cdot \text{kg}^{-1}$ munkakapacitás változása az MHE hatására

A maximálisan elért sebesség mindkét esetben 16 km/h , habár a második esetben a futószalag esése $4,5\%$ volt, míg az elsőnél 4% . Az aerob teljesítmény teljes növekedése elérte a $2\text{-}7\%$ -os szintet, összefüggésben az összes paraméterrel és a spiroergometriával. A sport szempontjából a maximális sportteljesítmény a legfontosabb mutató, melyet 3 km -es gyaloglóteszten hitelesítettünk (5. ábra). Az MHE befejezésével $13,7 \text{ mp}$ -es javulás volt tapasztalható az MHE előtti tesztel szemben, ahol hasonló klímafeltételek mellett az átlagos szívfrekvencia a tesztek alatt 2 bpm -mel alacsonyabb volt. Azért választottunk 3 km -es tesztet, mert ismert, hogy a táv növelésével a gyaloglóknál csökken az oxigénszükséglet (Korčok és Pupiš, 2006). Így ez az aerob teljesítményteszt számunkra megfelelő lett, amit a laboratóriumi tesztek is bizonyítottak. A mi megállapításaink ellentétben vannak Katayama és munkatársai (2003) megállapításaival, akik felméréseikben látható változásokat jegyeztek fel, de jelentős hatása

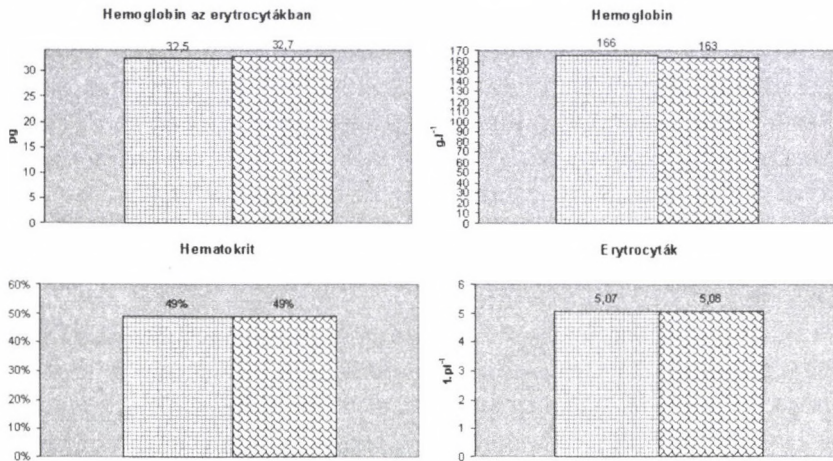
lehetett annak a ténynek, hogy ők figyelték az ultratávokon versenyzőket is, méghozzá nemzetközi szinten, akikre jellemző, hogy az ő aerob kapacitásuk jelentősen alacsonyabb. Mi a felmérésünkben olyan sportolót analizáltunk, akinek teljesítményeit a tesztben az aktuális világranglistán az első tízbe lehetne feljegyezni. Teljesítményileg ez jobban közelít az elit versenyzőkéhez, akiket *Hamlin* és *Hellemans* (2003) vizsgált és hasonló eredményeket jegyeztek fel mint mi.



5. ábra: A sportolói teljesítmény és a terhelésgörbék összehasonlítása a 3 km-es gyaloglóteszt alatt

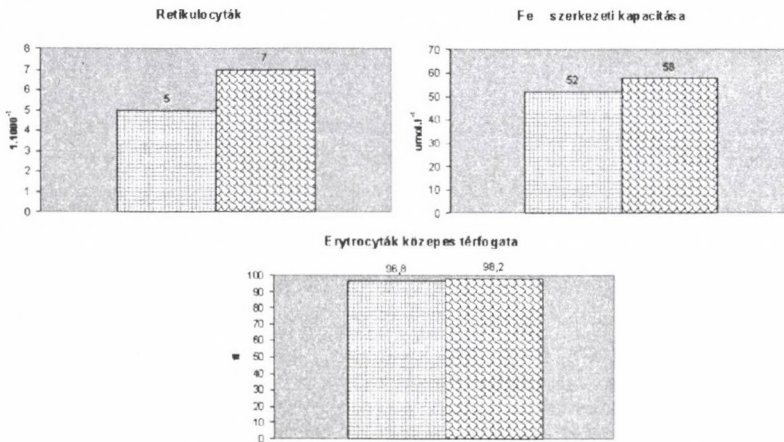
A hematológiai paraméterekben is jelentős változásokat jegyeztünk fel. Vérösszetevők, melyek a vérplazmával arányban vannak kifejezve, illetve arányos koncentrációban (hemoglobin, hematokrit, erythrocyták és hemoglobin az erythrocytáknban), szinte változatlanok maradtak (6. ábra), ami ellentétben van *Hamlin* és *Hellemans* (2004), *Katayama* és munkatársai (2003), valamint *Rodriguez* és munkatársai (2000) összefoglalásával, akik ezen vérösszetevők közepes növekedését jegyezték fel. Az állóképességi sportolónknál fontos figyelembe venni azt a tényt, hogy hosszan tartó megterhelés hatására a vér híggyá válik (hemodilúció) a vérplazma térfogat-növekedésének következtében (hypervolémia) (*Neumann, Pfuster és Hottenrott*, 2005), ami a vérkomponensek reális csökkenését idézi elő.

Štulrajter, Kobela és Faltanová (2001), valamint *Kobela* (2007) eredményeivel megegyezően, miszerint megbízhatóbb mutató a retikulocták növekedése, ami jelzi a vértermelést, tehát a fiatalodását és



6. ábra: A vérkomponensek értékei az organizmus hidratációjától függően az MHE előtt és után

minőségének javulását, $5 \cdot 1000^{-1}$ -ről $7 \cdot 1000^{-1}$ -re történt növekedést jegyeztünk fel, ami 40% növekedést mutat (7. ábra). Csekély javulás lépett fel a közepes térfogatú erythrocytáknál, ahol 96,8 fl-ről 98,2 fl-re való növekedés lépett fel, hasonlóan a vas kötés kapacitáshoz, ami $52 \mu\text{mol} \cdot \text{l}^{-1}$ -ről $58 \mu\text{mol} \cdot \text{l}^{-1}$ -re növekedett.



7. ábra: A vérkomponensek értékei a közvetlenül befolyásolható hypoxiával az MHE előtt és után

Összegzés

A megállapításaink hasonlóak Meeuwssen, Hendriksen és Holewijn (2001) eredményeihez, akik hasonló kutatást végeztek elit triatlonisták csoportjával hypobarikus természetes hypoxiában, akiknél 7%

VO₂max-növekedést, 7,4% maximális teljesítménynövekedést és 5% szubmaximális teljesítménynövekedést jegyeztek fel. A természetes hypobarikus hypoxiában hasonló eredményt jegyzett fel *Levine* és *Stray-Gundersen* (1997), illetve *Pupiš* és *Korčok* (2007) is. A hypoxiával összefüggésben a vérkomponensek növekedését a hypoxia hatásának vélik, ami a mi esetünkben nem igazolódott be, még ha *Hamlin* és *Hellemans* (2004), *Katayama* és munkatársai (2003), *Rodriguez* és munkatársai (2000) ezt a növekedést az MHE-nél is leírják, tehát a normobarikus hypoxiánál.

A mi eredményeink egyeznek *Štulrajter*, *Kobela* és *Faltanová* (2001), valamint *Kobela* (2007) megállapításaival, akik a hypoxia hatására a hemoglobinn és a hematokrit értékeinek emelkedését elhanyagolhatónak vélik és a hangsúlyt a vörsejtek szaporodására és fiatalodására helyezik.

A legfontosabb a maximális teljesítmény volt 3 km-en, ahol az MHE után 13,7 mp-es javulást jegyezhetünk fel. Ez a javulás a sportoló teljesítménye szempontjából jelentős volt. Állításunk jelentőségét megsokszorozza az a tény is, hogy az elért teljesítmény az MHE után az első tíz versenyző szintjén volt a világranglistán.

Irodalom

- Burtscher, M., Nachbauer, W., Baumgartl, P. and Philadelphy, M. (1996): Benefits of training at moderate altitude versus sea level training in amateur runners. *European Journal of Applied Physiology*, 74. 558-563.
- Gurský, K. (1994): *Človek vo veľhorách*. Vydavateľstvo Michala Vaša, Prešov.
- Hamlin, J.M. and Hellemans, J.(2003):*Intermittent Hypoxic Training in Endurance Athletes*. Reported at Australian Conference of Science and Medicine in Sport. October 25-28. 2003.
- Hamlin, J.M. and Hellemans, J.(2004): *Effects of Intermittent Normobaric Hypoxia on Blood Parameters in Multi-Sport Endurance Athletes*. Presented at 51st Annual meeting American College of Sports Medicine Held June 2-5, 2004. Indianapolis, Indiana.
- Katayama, K., Matsuo, H., Ishida, K., Mori, S. and Miyamura, M.(2003): Intermittent hypoxia improves endurance performance and submaximal exercise efficiency. *High Alt Med Biol*. 4(3):291-304.
- Koadel, L. (1994): *Telovýchovnolekárske vademecum*. Slovenská spoločnosť telovýchovného lekárstva a CIBA - GEIGY SERVICES A. G., Bratislava.
- Kobela, P. (2007): *Uplatnenie optimálnej tréningovej metódy v príprave 17-18 ročných biatlonistov v závislosti na dĺžke a mieste pobytu v stredohorí*. (Dizertačná práca.) KTVŠ FHV UMB, Banská Bystrica.
- Korčok, P. and Pupiš, M. (2006): *Všetko o chôdzi*. FHV UMB, Banská Bystrica.

- Levine, B. D. and Stray-Gundersen, J. (1997): "Living high-training low": effect of moderate-altitude acclimatization with low-altitude training on performance. *Journal of Applied Physiology*, 83. 102-112.
- Meeuwssen, T., Hendriksen, I.J.M. and Holewijn, M. (2001): Training-induced increases in sea level performance are enhanced by acute intermittent hypobaric hypoxia. *European Journal of Applied Physiology*, 84. 283-290.
- Neuman, G., Pfuster, A. and Hottenrott, K. (2005): *Trénink pod kontrolou*. Grada Publishing, Praha.
- Pupiš, M. and Korčok, P. (2007): *Hypoxia ako súčasť športovej prípravy*. Katedra telesnej výchovy a športu, Fakulty humanitných vied, Univerzity Mateja Bela v Banskej Bystrici.
- Rodriguez, F.A. et al. (2000): Erythropoietin cute rection and hematological adptions to short, intermittent hypobaric hypoxia. *European Journal of Applied Physiology*, 82. 170-177.
- Špringlová, M. (1999): *Vliv vysokohorského prostředí na adaptační změny v organizmu běžce na střední a dlouhé trati*. Závěrečná práce trenérské školy, FTVS Praha.
- Štulrajter, V., Kobela, P. and Faltanová, J. (2001): Pobyt a tréning v stredohorí a ich vplyv na hematologické ukazovatele a tréňovanosť biatlonistov. *Telesná výchova a šport*, 4. 30-33.
- Weng, G. (2004): *The Recent Development of Altitude Training in China*. National Institute of Sports Science. Beijing, China. In: Summary high altitude training symposium 2004, 19th & 20th March, Hong Kong Sports Institute, Hong Kong.

A FIZIKAI AKTIVITÁS NÖVELÉSE ÚJSZERŰ MÓDSZEREK ALKALMAZÁSÁVAL AZ EGÉSZSÉGTUDATOSSÁG KIALAKÍTÁSA ÉRDEKÉBEN

- Barthalos István
- Konczos Csaba
- Szakály Zsolt

Nyugat-magyarországi Egyetem Apáczai Csere János Kar, Győr

Bevezetés

A magyar felnőtt lakosság kb. 30%-a végez rendszeres fizikai aktivitást, mely az életkor előrehaladtával folyamatosan csökken. A fizikai aktivitás preventív hatása a krónikus betegségek megelőzésében közismert (Frenkl, 1993; Hebbelinck, 1993). Az állóképességi tevékenységek bizonyos védelmet nyújtanak a szívkoszorúér-megbetegedés ellen, vérnyomáscsökkentő hatásuk is megfigyelhető. A csontritkulás és az idegrendszeri zavarok lehetséges megelőzésének egyik sikeresen alkalmazott módja a rendszeres testedzés. A fizikai aktivitás és a zsírégetés közötti korreláció tankönyvi evidencia. A testmozgás hatással van szervezetünk számos olyan funkciójára, amelyek bizonyos rákbetegségek kialakulásának kockázatát befolyásolhatják (Davey és mtsai, 2000; Srivastava és Kreiger, 2000). Napjainkra jellemző „csúcsbetegségek” (daganatos elváltozások, kardiovaszkuláris megbetegedések, pszichoszomatikus és egyéb diszfunkciók) gyakoriságának csökkentése életmódváltás, az egészségtudatos életvitel nélkül megoldhatatlan feladat (Meleg, 2002; Harris, 2006). Ahhoz, hogy a rendszeres fizikai aktivitás a mindennapok részévé válhasson, számos feltételnek kell teljesülnie. Ilyenek például a megfelelő mennyiségű szabadidő, az elérhető és mozgósítható anyagi erőforrások, az adott lakóhelyen rendelkezésre álló szabadidős lehetőségek, szakembergárda stb. Ha mindezek rendelkezésre állnak, akkor is nagy szerepe van a résztvevőknek a sikeres eredményhez, hiszen napjainkban egyre jobban előtérbe kerül, felértékelődik az egyén szerepe, vagyis motiváltsága, döntései, egészségtudatos gondolkodása. Az egészségtudatosság olyan egészségmagatartási elemek kialakítását jelenti, amely az egészségfejlesztés érdekében történik és az egyén egészségi állapotát racionálisan, kognitív irányítással befolyásolja (Konczos és Szakály, 2007). A sikerélmény megszerzése ennyire komplex feltételrendszerhez kötött és

az emberek jelentős hányada csak ezzel ösztönözhető a rendszeres fizikai aktivitás művelésére, ami akár az úszás is lehet egy sikeres tanfolyam elvégzése után.

Győrött, „a folyók városában” a tárgyi feltételek, különösen a szabadterei és vízi sportolási lehetőségek adottak, azonban a szolgáltatás megfizetéséhez szükséges anyagiak, és az életmódbeli szemléletváltás csak egy szűkebb társadalmi réteg számára áll rendelkezésre. A szabad vizekben történő sportolási lehetőségek feltételezik a „vízbiztos” úszástudást. Városunkban több mint tizenöt éve – mára már három helyszínen is – folyik az alsó tagozatos testnevelés keretein belül szervezett úszásoktatás. A felnőttek, különösen a közép- és idősebb korúak képzésének feltételei csak az utóbbi években oldódtak meg. Iskolánkban közel tíz éve folyik a felnőttek úszásoktatása, mely nagy népszerűségnek örvend. Az oktatás során számos problémával kell szembenéznie a szakembereknek. Sok esetben negatív élményekkel, félelmekkel, rossz mozgásmintákkal érkeznek a „tanulók” az oktatásra. Le kell győzniük félelmüket, meg kell ismerniük tulajdonságaikat, a más közegben (vízben) a testükre gyakorolt más hatásokat. A tanulás megkezdése előtt tisztában kell lenniük saját képességeikkel, attitűdjükkel, kompetenciájukkal és céljaikkal.

A pedagógiai folyamat sikerességét nagyban befolyásolják a rendelkezésre álló tárgyi feltételek, a környezet minősége, a pedagógus szakmai felkészültsége – elméleti tudás, gyakorlati alkalmazás, módszerek ismerete stb. – és természetesen a pedagógus személyisége.

Az oktatás már az uszodába történő belépéskor megkezdődik. Minden tanulóval egyenként el kell beszélgetni, hogy milyen élmények kötik a vízhez, van-e gerincproblémája stb. (Egy gyermekkori negatív élmény nagyban befolyásolhatja az oktatás menetét.) Az uszoda bemutatását sem lehet elhanyagolni, hiszen a hallgatók nagy része nem volt még ilyen közegben. Az alapszabályok ismertetése után (zuhanyzás, fürdősapka stb.) lépünk be a medencetérbe. Itt már a csoporthoz beszélünk és megnyugtattunk mindenkit, hogy a medencében mindenkinek leér a lába. (A győri Sátrás uszodában oktattunk, a tanmedence 1,2 m, az úszómedence 1,2-1,6 m mélységű.) Mindezek után következik az oktatás.

A kezdők az oktatás első óráiban – a megváltozott környezet, az újszerűség miatt – a különböző gyakorlatokat, feladatokat bizonytalan testtartással, a szükségesnél feszesebb izomzattal hajtják végre. A mozdulatok bizonytalanok. Szokatlan a testhelyzetek más közegben alkalmazott felvétele. A szükségesnél lényegesen több izomcso-

port „készültségi állapota” feszes izomtónust eredményez, ami akadályozza a kezdőt a harmonikus, koordinált mozgás végrehajtásában. Ennek a feszültségnek a feloldása a feladat a vízhez szoktatásban.

A szakmai programunk a következőket tartalmazza, amit előre ismertetünk és megbeszélünk a tanfolyamon részt vevőkkel. Tizenhárom órára dolgoztuk ki az oktatás tematikáját. A fő cél a víz megszerettetése és 25 méter biztonságos leúszása.

Tematika

1. óra: Vízhez szoktatás, lebegés, gombóc, siklás.
2. óra: Kiemelt fejű lebegés, siklás.
3. óra: Mellúszó kartempó. Háton siklás.
4. óra: Mellúszó kartempóval úszás, a légvétél szabályozása.
- 5-8. óra: Mellúszó kartempó összehangolása a légzéssel.
9. óra: Mellúszó lábtempó.
10. óra: A kar- és lábtempó összehangolása. Hát lábtempó.
- 11-12. óra: Mellúszás gyakorlása. Hát kartempó.
13. óra: Elbeszélgetés az úszás elméletéről és gyakorlati bemutatás.

Hatékonyságunkat változatos módszerek alkalmazásával javítjuk. Kérdőívek segítségével informálódunk a résztvevők múltbeli tapasztalatairól, attitűdjéről, motiváltságáról, a témával kapcsolatos tudásáról, tájékozottságáról, egészségi állapotáról, személyiségéről. Módszereink közé sorolhatjuk a folyamatos explorációt, a szükséges tudás átadását, a személyes példamutatást és az állandóan jelenlévő differenciálást, a személyes („face to face”), illetve a kiscsoportokban történő munka megszervezését.

A vizsgálat célja

A vizsgálat célja az úszásoktatás hatékonyabbá tétele volt, a tanfolyamon részt vevő felnőttek alaposabb megismerésével, múltjuk, attitűdjük, tudásuk, szinte az egész személyiségük feltárásával.

Minta és módszer

Vizsgálatunkat 2004-ben Győrött, a Vidra Úszóiskolában kérdőíves módszerrel 100 fő úszni tanuló felnőtt (52 nő, 48 férfi) körében folytattuk le. A vizsgált személyek átlagéletkora 35, 76 év. A kérdőív első

felét a tanfolyam kezdetén, a másikat a tanfolyam végén töltötték ki a résztvevők. A kérdőív négyes szerkezetű volt: alapadatok (nem, életkor, foglalkozás), attitűd, ismeretek, képességek. A kérdőív zárt és nyílt végű kérdésekből állt, 17 kérdést tartalmazott, melyből 9 választásos, 6 eldöntendő és 2 kifejtendő volt.

A kérdésekre adott válaszok a tanfolyamon részt vevő felnőttek

- egészségi állapotát,
- a fizikai aktivitáshoz való hozzáállását,
- a tanfolyam előtti tapasztalatait,
- az úszni tudás előnyeivel kapcsolatos állásfoglalását,
- egy önértékelés és önbizalom - bizalom kapcsolatát kifejező állásfoglalását

mutatják be.

Eredmények, megbeszélés

Az egészségre vonatkozó kérdésfeltevés több szempontból is fontos (1. ábra). Az oktató információt kap a tanítványokról, kiszűrheti a lehetséges rizikófaktorokat és eldöntheti, hogy melyek azok a módszerek, amiket alkalmazhat, és melyek azok, melyeket nem. Például egy gerincbetegségben szenvedőnek rendelkezőnek nem célszerű mellúszást tanítani. A vizsgált személyek átlagéletkora 35,76 év volt, mindössze 10 százalékának nem volt egészségi problémája!



1 ábra: Van-e egészségügyi problémája

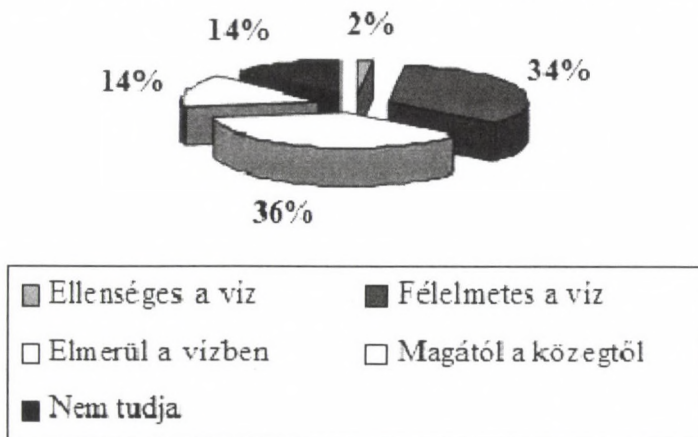
Rákérdeztünk arra, hogy vajon az úszni tanuló felnőttek az oktatást megelőző időszakban végeztek-e valamilyen fizikai aktivitást, vagy az úszástanulás egyben egy újfajta gondolkodás (a tudatosság), egy új magatartásminta alkalmazásának (fizikai aktivitás) kezdete-

e? (2. ábra). Az eredmények azt mutatják, hogy a vizsgált mintára a hypoaktivitás jellemző. A megkérdezettek 22 százaléka saját bevallása szerint egyáltalán nem mozog, 22 százalék (viszonylag magas szám) a túrázást választotta rendszeres mozgásnak. Gyakorlati tapasztalatunk, hogy a túrázást napi, esetleg heti rendszerességgel lehetetlen teljesíteni. Egyébként is a túrázásnak teljesen más szerepe van az emberek egészségmegőrzésében. Feltevésünk, hogy a felnőtt résztvevők az úszás megtanulását nem a fizikai aktivitásuk fokozásának érdekében választották, hanem ezt a mozgásformát szeretnék elsajátítani. Az egy másik kérdés, hogy ezzel a rendszeres mozgásukat is biztosítják – legalábbis a tanfolyam ideje alatt.



2. ábra: Végez-e rendszeres fizikai aktivitást?

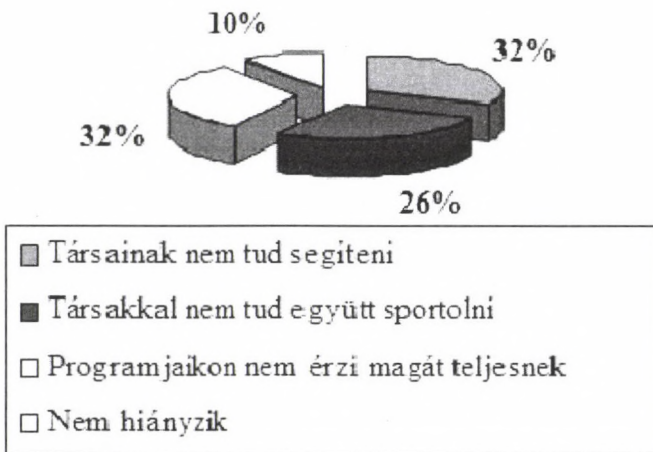
Az úszással kapcsolatos előzetes tapasztalatokat, esetleges félelmeket mutatja be a kérdőív következő kérdése (3. ábra). A válaszok egyértelműen igazolják azt a feltevésünket, hogy a felnőttek, akik el-



3. ábra: Milyen nehézségektől tart a legjobban?

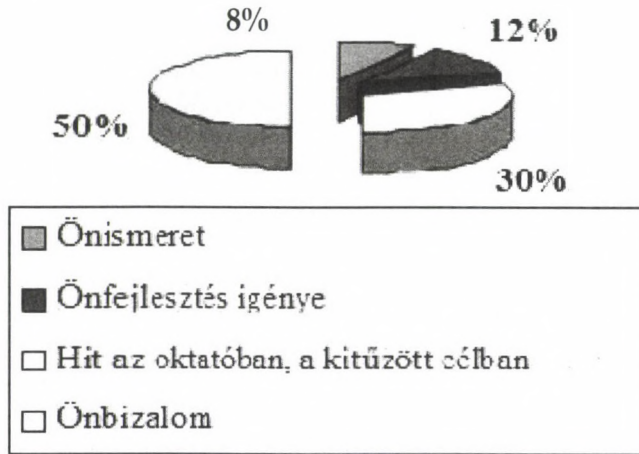
jönnek úszni tanulni, minden esetben „tartanak” (félnek) a víztől. A megkérdezettek 36 százaléka az elmerüléstől fél, 34 százalékának pedig „félelmetes” a víz. Tehát a fő feladatunk az oktatás során e gátlások feloldása, úgy, hogy a tanulók egyre jobban érezzék magukat, és egyre magabiztosabbak legyenek „a vizes közegben”.

Fontosnak tartottuk megvizsgálni azt, hogy a résztvevők miért döntöttek úgy, hogy beiratkoznak a tanfolyamra; jelent-e problémát, támaszt-e akadályt az „úszni nem tudásuk”, az úszással kapcsolatos ismereteik hiánya szabadidős programjaikban? (4. ábra). A megkérdezettek 90 százalékának az együtt sportolás lehetőségét, a jobb érzést és a segíteni tudást jelentené az úszni tudásuk. Feltételezésünk szerint a résztvevők személyiségében nagy változások mennek végbe magatartásuk, viselkedésük, társas viszonyulásuk, önbizalmuk, önértékelésük terén. A válaszadásokból érezhető volt, hogy szinte az egész személyiségüket nem tartják komplettnek az úszni tudás hiányával.



4. ábra: Hiányzik-e a társas környezetében az úszás?

A „Saját félelmei legyőzéséhez mit tart a legfontosabbnak?” kérdésre adott válaszokat az 5. ábra szemlélteti. A résztvevők fele saját önbizalmában, 30 százalékuk pedig az oktató személyében látta a megoldást félelmeik leküzdéséhez. A felnőttek gondolkodása már bizonyos tudatosságot sejtetett. A kognitív motívumok erre az életkorra jobban jellemzőek. Ezt mutatja az 50 százalékos arány, ami a válaszolók saját magukba vetett hitét reprezentálja. Érdekes, hogy a résztvevők körében fel sem merült a félelmek jelenléte vagy nem léte alternatíva. Ezt a feltételezésünket is alátámasztja, hogy ők eddig (felnőttkor) miért nem tanultak meg úszni.



5. ábra: Saját féltelmei legyőzéséhez mit tart a legfontosabbnak?

Összefoglalás

Az alkalmazott módszereink segítségével valósulhat meg az úszás-oktatásban mutatott eredményességünk. Mindazok az információk, amiket a kérdőívekből a személyes elbeszélgetések során kaptunk, azonnali visszajelzést adtak arra, hogyan álljunk hozzá az oktatási folyamatban a résztvevőkhöz, milyen mértékű differenciálást alkalmazunk csoportokon belül. A résztvevők jobb megismerése könnyebbé teszi azt a „bipoláris nyüzsgést”, ami minden pedagógiai folyamat sajátja kell, hogy legyen.

Nem elég az oktatónak megismerni a tanítványát, a tanulónak a közeledése, „megnyílása” is nagyon fontos. Az egymásba vetett bizalom lehet a siker alapja. Ezt azokkal a módszerekkel lehet elérni, amelyek a folyamatos kommunikációt biztosítják az oktatási folyamatban.

Elképzelhető, hogy e sokrétű pedagógiai módszerek alkalmazása alapozza meg a mindennapos fizikai aktivitás megvalósulását, a társadalom egészségi állapotának javulását Magyarországon?

Irodalom

- Davey Smith, G., Shipley, M. J., Batty, D., Morris, J. N. and Marmot, M. (2000): Physical activity and cause-specific mortality in the Whitehall study. *Public Health*, 114:308-315.
- Frenkl Róbert (1993): *Testkultúra - Mentálhigiéne- Megelőzés*. MSTT Országos Sporttudományos Kongresszus. Budapest. 43 - 46. p.

- Harris, C. (2006): Good practice guidelines in physical education teacher education. *The British Journal of Teaching Physical Education*, 1. 17-19.
- Hebbelinck, M. (1993): *Egészséges életmód, fizikai fittség és betegségmegelőzés*. MSTT Országos Sporttudományos Kongresszus. Budapest.17-33. p.
- Konczos Csaba, Szakály Zsolt (2007): Az ifjúság fizikai aktivitásának jellemzői, az életstílus befolyásolása, a fizikai aktivitás tudatos alkalmazása - témakörök irodalmi áttekintése *Magyar Sporttudományi Szemle*, 2. 39-45.
- Meleg Csaba (2002): Iskolai egészségnevelés: a feladat újrafogalmazása. *Magyar Pedagógia*, 1. 11-28.
- Srivastava, A., Kreiger, N. (2000): Relation of physical activity to risk of testicular cancer. *Am. J. Epidemiol*, 151:78-87.

A TORNASPORT HANYATLÁSÁNAK LEHETSÉGES OKAI A RENDSZERVÁLTOZÁS ÓTA

● **Benkő Emőke**

● **Kiss Júlia**

● **Bognár József**

Semmelweis Egyetem Testnevelési és Sporttudományi Kar,
Testnevelés-elmélet és Pedagógia Tanszék

*„Fiam, azt kell csinálni, amit szeretsz,
mert sportolni csak így érdemes.”*
(Iglói Mihály)

Összefoglaló

A torna sportág, mely korábban hazánkban nemzetközi szinten is a leg-eredményesebb sportágak közé tartozott, napjainkban szemmel láthatóan mélyrepülésben van. Célunk ezen hanyatlás okainak vizsgálata és feltárása, valamint megállapítani, hogy miért nem képes a magyar torna nemzetközi szinten a korábbihoz hasonló kiemelkedő eredmények elérésére az 1980-as évek közepe-vége óta. Adatainkat interjúk készítésével nyertük, mely során nyílt végű kérdéseinkre a férfi- női válogatott volt és jelenlegi edzői, tornászok és volt tornászok adtak választ (N=34). Ezeket az interjúmódszer sajátosságainak megfelelően kvalitatív elemzéssel dolgoztuk fel. A kutatási eredmények egyértelműen kimutatták, hogy szociális téren nem történt jelentős változás: jellemzően a társadalom alsó- és középosztálya a bázisréteg, az értelmiségi szülők gyerekei elmaradoznak. Az edzők és a sportolók is a gyerekek sporthoz való hozzáállását, illetve a tornasport jellegének átalakulását, valamint a sportág vezetésének hibáit nevezték meg első számú problémának. A sportágban hasonlóan leépülést idézett elő a társadalmat érintő történelmi, politikai és gazdasági változások komplex problémaköre is, a rendszerváltozás. A sportág szempontjából elengedhetetlen a vezetők, edzők és sportolók együttgondolkodásának, elhivatottságának, hozzáállásának javítása, hiszen az alulmotiváltság eredménytelenséget szül. Ugyanígy lényeges lenne a szülők- gyerekek- edzők kapcsolatának optimalizálása, a közös gondolkodás megteremtése és a legkiválóbb edzőink külföldre való távozásának megakadályozása. Fontos lenne a sportág piacképessé tétele, népszerűsítése is.

Bevezetés

A sport kiváló lehetőséget kínál a múlt és a jelen elméleteinek és gyakorlatainak vizsgálatára, illetve elemzésére (Frenkl, Gallov, 2002). Építve az elméletek és gyakorlatok történelmi alakulására és fejlődésére.

désére, lényeges a téma hazai vizsgálata és ebből a konkrét tanulságok levonása, alkalmazása. Annak ellenére, hogy a rendszerváltás utáni sport kérdései bizonyos szempontokból már elemzésre kerültek (Dóczy, 2006), érdemes ezeket felhasználva speciális területeken folytatni a vizsgálatokat.

Hazánkban jobbra csak a rendszerváltás politikai és gazdasági hatásainak sportbeli résztémáit elemezték a kutatók (Frenkl, 2003; Laki, Nyerges, 2001; Takács, 1996). A politikai, társadalmi és gazdasági változások, melyek a rendszerváltás alatt és az azt követő években mentek végbe hazánkban, erős hatást gyakoroltak a magyar sportéletre (Földesiné, 1996). Gazdasági vonatkozásban az élsport elvesztette állami támogatásának jelentős részét. Az élsport szinte magányügy lett, ahol csak az maradhat fenn, aki eladhatóvá tudja tenni sportágát, illetve aki egyúttal a média kívánságainak és elvárásainak megfelel. Fontos szempont mindez, de nem határozhatja meg a szakmai munkát (Frenkl, 2003).

Munkánkban a tornasport helyzetét vizsgáljuk, kiemelten kezelve a rendszerváltás és a sportág hanyatlásának kapcsolatát.

A szertorna helyzete

A szertorna, mint versenysport sok időt, energiát és lemondást kíván mind a gyerektől, mind a szülőtől (Karácsony, 1989). A versenytor-nára való felkészülést 4-5 éves korban célszerű elkezdni, hiszen a torna napjainkban egyre fiatalodó sportág (Pápai, Szabó, 2003). Ennek következtében folyamatos anyagi és szervezési áldozatok nélkül lehetetlen végigcsinálni azt a 8-10 év kemény, folyamatos munkát, ami a sikerek és a nemzetközi helytállás érdekében alapkövetelménynek számít.

„Aki ma olimpiai érmet akar nyerni, annak először a szüleit kell jól megválasztania – szól a kissé már elcsépelet mondás, ami persze rengeteg igazságot takar. Ez a szállóige eloszlát minden korábbi illúziót, s rávilágít a nyers biológiai realitásra” (Hamar, 1996, 8.). A nagyfokú, komplex és korai terhelés, illetve a több szempontból tekintélyes mennyiségű befektetés miatt már igen fiatal korban el kell dönteni a gyerekről, hogy milyen adottságai vannak, rendelkezik-e speciális sportági tehetséggel, van-e megfelelő szociális háttere. A sportvezetésnek, az edzőknek azt is egyértelműen és minél korábbi stádiumban meg kell határozni, hogy mennyire érdemes a versenyfelkészítés és menedzselés az adott esetben, illetve, hogy mennyi esélye van a sportolónak a beválásra (Révész és mtsai, 2005).

Amennyiben a gyerek aránylag későn, az általános iskolában kezd

érdeklődni a torna iránt, a szülők mellett a testnevelő tanárnak van nagy felelőssége ennek felfedezésében és a továbbiakban a megfelelő iránymutatásban (Bognár és mtsai, 2006). A tornában ez már késői időpontnak számít, de az igazi tehetségek semmit sem veszítenek, ha később kezdik a tornát (Hamar, 1996). Emellett lényeges hangsúlyozni, hogy az érdeklődés kialakításában és fenntartásában a kortárs csoportok szerepe egyre meghatározóbb (Trzaskoma-Bicsérdy, Bognár, Révész, 2002).

Szertornában a sportágelhagyás mértéke a serdülőkorban a legmagasabb, aminek elsősorban fizikai, pedagógiai és pszichés okai vannak (Kiss és mtsai, 2006). A fizikai változások a hirtelen növéssel és ezzel kapcsolatban a testarányok megváltozásával, a test súlypontjának áthelyeződésével magyarázhatók. Ezek a lényeges testalkati változások pont abban a korban jelentkeznek, amikor a tornásznak a bonyolultabb elemeket és elemkapcsolatokat kellene elsajátítania, ám ehelyett a korábban már tudott elemeket kell újra gyakorolnia és pontosítania.

Serdülőkorban a hirtelen testmagasság- és testsúlynövekedés a lányoknál jellemzően 9-13, míg a fiúknál 11-15 éves korban jelentkezik (Farmosi, 1999; Mészáros, 1990). Ebben az időszakban különösen fontos az edző, a szülő és a tanárok megértő hozzáállása, mert csak odafigyeléssel, és megfelelő segítséggel lehet átsegíteni (értsd megtartani) a gyereket ezen a korszakon. Az edzőnek kiemelten fontos szerepe van abban, hogy kezelni tudja a szinte napról-napra változó személyiséget, az ehhez kapcsolódó érzelmi ingadozásokat és kitöréseket. Ha ez sikerült, az időszak lezárása után elmondhatja, hogy van egy tornásza, viszont ha mégsem sikerül átvészelnie ezt a periódust, mintegy 5-8 évi befektetett munka megy kárba pillanatok alatt.

Tagadhatatlan tehát az edző komplex szerepének jelentősége. Mindenképpen ki kell emelnünk a sportszakmai tudás jelentőségét, de emellett a modern pedagógiai, pszichológiai ismeretek alkalmazási képessége talán még jelentősebb.

A szakirodalom tanulmányozása és a saját tapasztalataink során felvetődő kérdések sarkalltak arra, hogy munkánkban edzők, jelenlegi, illetve volt tornászok véleménye, szakmai ismeretei alapján meghatározzuk a magyar torna rendszerváltozás utáni hanyatlásának, sikertelenségének okait.

Módszer

Munkánk során a budapesti egyesületek edzőinek és tornászainak nyílt végű kérdéseinkre adott válaszait dolgoztuk fel. Összesen 12 egyesületi, illetve válogatott edző, 5 volt válogatott versenyző, illetve 17 még ma is aktív tornász válaszolt kérdéseinkre az ország különböző egyesületeit képviselve.

A múlt és a jelen problémáit, illetve változásait firtató kérdéseinket egyenként félórás interjúk során válaszolták meg a megkérdezettek. Az interjúk során a sikerről és a sikertelenségről, az edző-tanítvány kapcsolatról, az anyagi, gazdasági, illetve politikai változásokról és problémákról esett szó.

A válaszok elemzése és összehasonlítása után kapott eredményeket dokumentumelemzésekkel is összehasonlítottuk és megerősítettük. A dokumentumok edzésnaplót és felmérési lapokat jelentettek, melyeket az edzők készítettek volt és jelenlegi versenyzőikről. A válaszokat kvalitatív elemzésnek vetettük alá, csoportosítottuk, és ennek alapján összegeztük, értékeltük.

Eredmények

Rendszerváltozás és torna

Egyértelműen megmutatkozott az eredményeinkben, hogy a rendszerváltozás előtti időszak sportideálja és sporttámogatási rendszere a maihoz képest kifejezetten kedvezett a sportágnak. Azokban az években a sportolók közvetett és közvetlen módon is támogatást kaptak a társadalomtól, mely napjainkban sajnálatos módon szinte teljesen megszűnt. Akkoriban gazdasági és szociális szempontból harmonikusabb volt a kapcsolat a torna és a társadalom között.

A rendszerváltozás során bekövetkező politikai változások kihatással voltak a gazdasági és szociális viszonyokra, nagymértékben befolyásolták azokat, és ezeken keresztül a sportot is. Ennek ellenére Frenkl (2003) és Földesiné (1996) is felveti a kérdést, hogy igazából történt-e rendszerváltozás a sportban. Míg a korábbi társadalmi rendszerben a torna a sportágak között vezető szerepet töltött be, s az állam nagymértékű támogatását élvezte, napjainkban a tornát a piacnak kellene eltartania. Azonban ez a sportág alacsony nézettsége és népszerűsége miatt nemigen lehetséges (lásd a szponzorok, támogatók hiányát).

A média és a szponzorok aszerint értékelik a sportágakat, hogy az általuk nyújtott látvány mennyire alkalmas televíziós megjeleni-

tésre, mekkora a nézettségük. A tornasport ma nem rendelkezik kellő szponzori háttérrel, így nem tud fizetni azért, hogy többet közvetítsék. Ennek köszönhető, hogy – a tévétársaságok felmérései szerint – a tornasport a kevésbé nézett sportok közé tartozik. Például a legutóbbi világbajnokságot délelőtt és késő este közvetítették, tehát nem sokan láthatták. A sporthírekben sem lehetett hallani a napi aktuális híreket, Berki Krisztián 2. helye sem került címlapra. Gál és Hetrovics eredményeit szintén nem lehetett olvasni a sportmagazinokban, ha igen, akkor is csak elbujtatva az olvasó elől jelent meg a hír.

Az állam a rendszerváltozás előtt mintegy 80%-kal támogatta a magyar tornasportot, így a szponzorok szerepe nem volt annyira jelentős. Napjainkban ez minimálisra csökkent, például 2007-ben a tornaszövetség mindössze 1,2 millió Ft-ot tudott biztosítani a szakosztályoknak. Ezt az összeget esetleg pályázatok útján a szakosztályok ki tudják egészíteni, bár az ez irányú tevékenység a legtöbb klubban és szakosztályban nem sikeres. Azt is hozzá kell tenni, hogy a támogatás mértéke a sikeres sportolók számával arányos. Végső soron a szakosztályok manapság 90%-ban önfenntartók.

Napjainkban a sport támogatottsága nem mutat olyan egységes rendszert, mint tette azt a rendszerváltozás előtt. Az állami támogatás hirtelen megszűnése és a Magyar Olimpiai Bizottság által kidolgozott támogatási rendszer az iskolákat és az utánpótlás-nevelő intézményeket az összeomlás szélére sodorta (pl. Vasas SC, UTE, Honvéd női tornaszakosztály).

Az interjúk egységesen azt mutatták, hogy egy rövid ideig még plusz motivációt nyújtott a rendszerváltást követően kialakult „hurrahangulat”, de az 1996-os atlantai olimpia után hamar hanyatlásnak indult a versenysport. Ennek legfőbb oka az volt, hogy kiüregedtek az 1980-as években nevelkedett klasszisok, valamint ezzel egy időben megindult az edzők nagyobb mértékű külföldre vándorlása. A rendszerváltozást követően közel 120 szakember hagyta el hazánkat, melynek elsődleges oka a tornasport ellehetetlenedése, anyagi és erkölcsi megbecsülésének hanyatlása volt (*Leopold, 2006*).

A politikai változásokat követően a sport diktatórikus vezetése megszűnt, s ez nem kedvezett a tornának. Miután a sportág nagyfokú fegyelmet, erős irányítást követel meg már igen fiatal gyermekkortól, a mai szabadelvű világunkban nehezebb, mint a szocializmusra jellemző fegyelmi viszonyok között. A fegyelem nem csak eszköze, hanem eredménye is a nevelésnek (*Biróné, 2004*). A fegyelem mellett az önfegyelem megszerzése is cél, mely alapfeltétele

a sikerhez vezető úton való haladásnak. Vigh László mesteredző mondta egy interjú során: „Szerencsém is volt. Kedvezett nekem a kor, a szemléletmód, a torna fejlettsége” (Dobor, 2004. 132.).

Torna – ma: társadalom és gazdaság

Az is nehezíti a sportág fejlődését, hogy a média jóval kevesebb figyelmet szentel az aranykovácsnak, mint annak, aki az aranyat átveszi. A tekintély és az elismerés hiánya nehezíti az edző munkáját. Az eredményesség 30-40%-ban az edző felelőssége (tudás és személyiség), 10-20%-ban a sportoló genetikai adottsága, alkata és 30-40%-ban a sportoló hozzáállása, szorgalma.

A versenyzők többsége megemlítette, hogy az esetleges plusz támogatás egyesületfüggő, a szakosztály anyagi forrásaitól függ. A plusz támogatásokban elsősorban a pályázatok és a tehetősebb szülők anyagi hozzájárulásai jelennek meg, illetve ez sok helyen kizárólagosnak mondható. A válogatott tornászok különleges helyzetben vannak, mert néhányan közülük fizetést kapnak vagy évente néhány fontosabb felszerelést az edzésekhez. Azonban ez kevés, mert a hazai (klub-) felkészülés mellett az edzőtáborok mennyisége, minősége és a nemzetközi versenyekre való kijutás lehetőségének hiánya nagyon gátolja az utánpótlás fejlesztését, fejlődését. Erre a legjobb példa talán a 2000-ben megrendezett ifjúsági Európa-bajnokságon elért lehangoló eredmények, amelyek reálisan tükrözték a hazai viszonyokat. „Úgy tűnt, hogy az utánpótlás mélypontra került. A csapat teljesítménye és az egyéni eredmények sem érték el az európai középmezőny színvonalát” (Karácsony, 2000, 159.). Ráadásul az Eb után még a legjobbak közé tartozók is abbahagyták a tornát.

Amíg az utánpótlás-nevelés nem kap megfelelő támogatást, addig nem is várhatunk eredményeket, mert a magyar sport politikai gyakorlata azt mutatja, hogy csak azt támogatja, ahol siker van, így egy sajátos ördögi kör alakult ki, melyből egyelőre nem látunk kiutat. A helyzet nem javul, a tornában nagyon kevés versenyzőnk jut ki nemzetközi versenyre és azok eredményeit sem becsüli meg a sportág vezetése. Így a jól megtervezett és felépített versenyprogramok hiányában a versenyrutin sem alakul ki, pedig e nélkül nem várható el kiemelkedő eredmény tornászainktól.

Annak ellenére, hogy a pénzhiány minden interjúban előjött, érdemes kihangsúlyozni: a magyar rendszer legfőbb hibája, hogy nem egységes és nem hozzáértő a sportág vezetőinek gondolkodása. Ez jelentkezik a pénzszerzésben, a szövetséggel való folyamatos együttműködés igényében, a főváros és vidék támogatási rendszerében

mutatkozó szakadéokban. A vidéki klubok jóval kevesebb támogatást élveznek, mint a fővárosiak, miközben női tornában a két legsikeresebbnek számító egyesület vidéki.

Korábban a területi eloszlás, az egyesületek és a környék iskolái alapján történt a gyerekek kiválasztása. Ez napjainkban (mind Budapesten, mind vidéken) már nem jellemző. Ma a lakóhely is befolyásolja ezt az eloszlást. Ebben is megmutatkozik, hogy a klubokban nincs egységes munka, elvárás és együttgondolkodás.

A tapasztalatok azt mutatják, hogy a társadalmi rétegződést figyelembe véve nem történt jelentős változás: jellemzően a társadalom alsó- és középosztálya a bázisréteg, értelmiségi szülők gyerekei kevésbé képviseltetik magukat. Elsősorban a szűkös anyagi háttérrel rendelkező családok gyerekei jelentkeznek a sportágra, ami a szülői támogatás fontos szerepét figyelembe véve, nem kedvez a sportág és a sportegyesületek anyagi helyzetének.

Erőteljesen megjelent az interjúk során, hogy elkényelmesedett a magyar társadalmi közeg, aminek hatása kiterjedt a sportra is. Az is szembetűnő volt, hogy a sportot már nem tekintik kiemelkedési lehetőségnek. Korábban a sport lehetővé tette többek között az egyetemekre, főiskolára való bejutást, valamint a társadalmi elismerés mellett a külföldi utak lehetőségét is magában rejtette. Ma már a külföldi út kisebb befektetéssel és egyszerűen megoldható, a társadalmi elismerés pedig szinte teljesen elmarad.

A társadalmi elvárások összetettsége és sokirányú volta eredményezi, hogy a gyerekek mentálisan sokkal kevésbé összeszedettek, mint az ezt megelőző időkben. A kilencvenes éveket megelőző időszakra jellemző kizárólagosság napjainkra teljesen megszűnt, a felnövekvő generáció tagjainak az élet sok területén kimagasló teljesítményt kell nyújtania.

A sporthoz való hozzáállást nagymértékben befolyásolja a családi háttér, az otthonról hozott értékrend. Kezdetben a szülők véleménye és a megfelelni vágyás a legmeghatározóbb befolyásoló tényező, serdülőkorban azonban a kortárs csoportok, a tanuló társak, a baráti kör és az adott sportág élversenyzőinek hatása növi ki magát a legfontosabb motivációt biztosító tényezőnek. Az edző személyisége, tudása, kapcsolata a tanítványával az egész sportpályafutás során meghatározó jelentőséggel bír.

Torna - ma: kiválasztás, siker, tehetség

Napjainkban a szertornára jelentkező gyerekek száma jóval alacsonyabb, mint a rendszerváltozás előtt, ami az alacsonyabb születési

számmal és a torna elértéktelenedésével, valamint a publicitás hiányával magyarázható. Eredményünk megerősíti *Bicsérdy* (2002) tapasztalatait, miszerint a fiatalabb nemzedék értékrendjében csökkenő jelentősége van a sportnak. A torna gépezetébe bekerülő gyerekek sokkal kisebb mozgástapasztalattal és mozgáskultúrával rendelkeznek, mint korábban, ami a napjainkban egyéb összefüggésekben is oly sokat hangoztatott mozgásszegény, ingerszegény környezetből adódik és jelentősen érezteti negatív hatását a versenytornában.

Az edzések időtartama ma is és a közelmúltban is azonos, de mennyiségi és minőségi különbség figyelhető meg. Ennek egyik oka, hogy a mai elemek nehezebbek, nagyobb mentális felkészülést igényelnek, ami időigényes. Ugyanakkor a gyerekek sokkal leterheltebbek a társadalom, az iskola elvárásai miatt. Napjainkban az iskola csak minimálisan járul hozzá a gyerekek versenyszerű sportolásához, ha egyáltalán hozzájárul. Régen lehetőség volt csak a sportolók számára osztályokat létrehozni. A 15-20 fős osztályok tanulói kiváltságos helyzetbe kerültek a tanulmányi rendet illetően. Erre ma már - egy-két iskolától eltekintve - nincs lehetőség.

Megfigyelhető, hogy fizikálisan is egyre nehezebben terhelhetőek a gyerekek. A csökkenő terhelhetőségből automatikusan csökkenő edzőmunka következik, ami szintén meghatározó tényezőként jelentkezik az eredménytelenségben. A szertorna rendkívül időigényes sporttá vált, a rengeteg befektetett munka gyakran nem is térül meg az évek folyamán. További problémát jelenthet, hogy a gyerekek többsége a szülő hatására kezd el tornázni 3-4 évesen, ami később, főként serdülőkorban sportág elleni lázadáshoz vezethet. A tornasport elfiatalodó tendenciája miatt sokkal korábban kell nehezebb elemeket megtanítani a gyerekeknek, ami sokkal nagyobb mentális felkészítést igényel az edző részéről.

A szocializmus időszakának elején a torna, mint művészi sportág szerepelt a sportok palettáján, és a mai ritmikus gimnasztikát is magában foglalta, így sokkal általánosabb képességeket követelt meg, mint napjaink versenytornája. A speciális képességek jelentősége azonban egyre nő, az átlag feletti motoros képességek már nem elegendők, a pszichés, szociális jellemzők legalább ekkora szerepet töltenek be a siker elérésében.

A megkérdezettek körében abban teljes volt az egyetértés, hogy tornára azokat a gyerekeket kell kiválasztani, akik alkatilag erre a legalkalmasabbak. A tornához szükséges fizikai adottságokban is történtek változások: ma az erősebb testalkat, a kifejlettebb izomzat a kívánatos, míg régen a nőiesebb testalkat dominált a női tornában. Mára az alacsony testmagasság, a keskeny csípő és a széles váll a leg-

fontosabb genetikai adottság a szakemberek szemében és a testarányok is fontos szerepet kapnak. A sportágban komoly szelekció történik, aki nem felel meg, még egy ideig folytatja, majd általában magától hagyja ott a tornát.

A sikerhez töretlen akaraterőre, lemondásra és fanatizmusra van szükség. A torna sportágban a fájdalomtűrés képességén túl a félelem leküzdésének képessége és a mozgásszabályozási képességek a mérvadóak. Azok az elemek, amiket ma meg kell csinálniuk a tornászoknak, a kívülálló szemével nézve „hajmeresztőnek” tűnnek. A mai elemek már össze sem hasonlíthatóak a múlt század végi elemekkel. Míg 1979-ben 50 A, B, C nehézségű elem ismerete volt a cél, ez napjainkban már jóval magasabb értékeket jelent. „Egy magasán képzett tornásznak mindegy 50 C, D, E értékű elemet kell napra készen tudnia. Ez a szám kissé szerénynek tűnhet, de ezek az elemek csak a jéghegy csúcsát képezik, azaz azok az elemek tartoznak ide, amelyek egy széles bázisból (mozgásrepertoárból) kiemelkednek” (Hamar, 1996, 8.). Ebből is adódik, hogy az összhang az edző és versenyző között elengedhetetlen feltétellé vált. Állandó testi kontaktus van közöttük a közvetlen segítségnyújtás, asszisztálás miatt, ami bizalom nélkül nem működik, hiszen a tornaelemek elsajátítása hosszú időt vesz igénybe, a mozdulatoknak be kell érniük. Ezalatt a torna iránti érdeklődést nagyon nehéz fenntartani. Tökéletes motivációs munka szükséges az edző részéről, aminek hiánya napjainkban meghatározó tényező a sportágelhagyás szempontjából.

Eredményeink alapján elmondható, hogy mintegy nyolc év kitartó felkészülésre van szükség valamilyen nemzetközi eredmény elérésére. A tapasztalatok azt mutatják, hogy a gyerekek többsége 4 évesen kezdi, és 12-13 évesen juthat ki nemzetközi versenyekre. Ezután további fejlődési lehetőségei vannak, hisz a mozgástanulási képesség fejleszhetőségének optimális időszaka a 8-12 és a 15-17 éves kor (Hamar, 1996).

A tornához az edző és a versenyző részéről is elhivatottság, kitarítás, ambíció és motiváció szükséges, mindezt együtt kell létrehozniuk, figyelembe véve, hogy a torna – jellegéből adódóan – nem engedi a közvetlen viszonyt edző és tanítvány között, mert az tekintély- és elismerésvesztéshez vezethet. Ugyanakkor a kapcsolat a tanítvány és a mestere között sokkal közvetlenebb, mint más sportágakban a személyes segítségnyújtás miatt. Az edző fontos és nehéz feladata feloldani az ebből fakadó kettősséget és ellentmondást.

Az edző és a sportoló kapcsolatát a sporttevékenység élteti, enélkül nem maradhat fenn. A sportoló legalább annyira függ edzőjétől,

mint fordítva, ez meghatározza a sikerességet is, hiszen ha a sportoló sikeres, az edző is az. Ez a munkakapcsolat (más ilyen jellegű kapcsolatokhoz hasonlóan) bármikor felmondható, megszakítható. Ezért kell törekedni a folyamatosságra, az összhangra. A válaszadók mindegyike kiemelte ezt a kölcsönös függőséget.

Megbeszélés, következtetések, javaslatok

A torna sportág hanyatlásának legfőbb okai:

- Az anyagi és erkölcsi támogatás hiánya.
- Az egyesületeket és ezáltal az edzőket érintő létbizonytalanság.
- A sport presztízsvesztesége, a sport már csak hobbi, kevés embernek munka.
- Motivációs problémák, az elegendő munka felvállalásának hiánya. Sem a sportolók, sem az edzők nem kapnak megerősítést arra nézve, hogy érték, amit csinálnak.

Mindezek alapján a lehetséges megoldások:

- Határozottabbá kell tenni a piaci szempontok érvényesítését a sportéletben, ösztönözni kell a piacot.
- Sportbarát jogi és gazdasági környezetet kell kialakítani.
- A sportág piacképessé tétele (erre a torna esetében a 2005-ben kidolgozott új pontozási rendszer használatával már kísérletet tettek, hiszen a maximális 10 pont eltörlésével az új pontrekordok felállítása új kihívás jelent a sportolók és edzőik részére, új tartalmat adva ezzel a sportnak).
- A sportág népszerűsítése a média által, nemzetközi és hazai versenyek, bajnokságok közvetítése.
- A sportág látványos elemeinek hangsúlyozása, a mögöttük lévő munka bemutatása.
- A magyar sikeredzők hazai foglalkoztatása.
- Vonzó életpálya lehetőségének biztosítása a sportágon belül. (A tornászok 25%-a marad csak az anyagi nehézségek ellenére is a sportág mellett, ami egy újabb nemzedék felneveléséhez kevés.)
- A szertorna nagymértékű fizikális és mentális felkészültséget követel, ennek összhangja elengedhetetlen az eredményesség szempontjából. A sporton kívüli élethez is megfelelő alapot adhat, ezért ezt a kívülállóknak is tudatosítani kellene.
- A média által erőteljesen kihangsúlyozott sérülések valóban megjelenhetnek, de a mindennapokat nem ez határozza meg. Ez a tény már nem jut el a köztudatba.

- A torna presztízisének emelése, megfelelő megbecsülés biztosítása, ezáltal vonzóvá tétele.
- A befektetett munka megtérülésének biztosítása anyagi és erkölcsi téren egyaránt, valamint a további életvezetés szempontjából fontos és előnyös tulajdonságok kialakítási lehetőségének kihangsúlyozása.

Míg az élsport más országokban megbecsült társadalmi tevékenység, nálunk csak egy szűkebb réteg önfinanszírozó tevékenysége. Tőlünk keletre (pl. Oroszország, Kína) és nyugatra (pl. Franciaország, Nagy-Britannia) a tornát mindenki számra elérhetővé tették. Az USA-ban, ahol egy háromlépcsős átjárható rendszert építettek ki, ami az utánpótlás-nevelés és a sport népszerűsítési problémájára is megoldását jelent, a torna napjainkban is az egyik legnépszerűbb versenytévékenység, hatalmas tömegbázist mozgat meg – és nem csak az élsport szintjén. Ezzel ellentétben, hazánkban harmad-, negyedrangú tevékenység lett, ami befektetést igényel, de nem hoz nyereséget. (Szombathely a kivételek közé tartozik, mert a torna mind az élsport, mind a szabadidő-tevékenység szintjén népszerű és keresett.)

Hazánkban a sport lassan, de biztosan értékét veszti. Amíg a magyar oktatási intézmények külföldre képeznek szakembereket, addig ne várjunk hazai sikereket. Jobb híján örülünk az orosz, az amerikai, a román és a többi magyar edzőt foglalkoztató nemzet sikereinek, hiszen azok a mieink keze nyomán születtek.

A magyar torna, csakúgy mint a többi sportág és az oktatás Magyarországon súlyos szociális, gazdasági és pedagógiai válságban van, és ott is marad, amíg ezt magasabb szinten próbálják kompenzálni, kezelni. Az oktatás és az egyesületi sport szorosan összetartozik, de ezt az elmúlt 15-20 évben lassan különválasztották. Ennek köszönhető, hogy most mindkettő súlyos pedagógiai, szakmai válságban van. Az oktatás és a sportélet egy bizonytalan mélypont felé halad, és hamarosan el is érheti azt, ha rövidesen nem történik érdemi változás mind a legmagasabb, mind az alacsonyabb szinteket figyelembe véve.

Irodalom

Bicsérdy Gabriella (2002): Sportágválasztás a különböző életkorokban.

Magyar Sporttudományi Szemle, 3-4. 7-14.

Bíróné Nagy Edit (Szerk.) (2004): *Sportpedagógia*. Dialóg Campus, Budapest-Pécs.

- Bognár József, Trzaskoma-Bicsérdy Gabriella, Révész László, Géczi Gábor (2006): A szülők szerepe a sporttehetség-gondozásban. *Kalokagathia*, 1-2. 86-95.
- Dobor Dezső (Szerk.) (2004): *Edzőóriások*. Magyar Edzők Társasága, Budapest.
- Dóczi T. (2006): Sport és globalizáció: A 21. század kihívásai. *Kalokagathia*, 1-2. 5-13.
- Farmosi István (1999): *Mozgásfejlődés*. Dialóg Campus, Budapest- Pécs.
- Földesiné Szabó Gyöngyi (Szerk.) (1996): *A magyar sport szellemi körképe*. OTSH - MOB, Budapest.
- Frenkl Róbert (2003): *A TF és a magyar sport belülről*. Fair Play Sport, Budapest.
- Frenkl Róbert, Gallov Rezső (Szerk.) (2002): *Fehér könyv. Helyzetkép a magyar sportról*. Budapest.
- Hamar Pál (1996): Hogyan tovább tornasport? *Mesteredző*, 3. 7-12.
- Karácsony István (1989): Gondolatok a sportági kiválasztáshoz tornában. *Testnevelési Főiskola Közleményei*, 3. 33-44.
- Karácsony István (2000): *A magyar tornasport krónikája*. Gulliver Kiadó, Budapest.
- Kiss Júlia, Bognár József, Fügedi Balázs, Honfi László (2006): Sportág-elhagyás a tornában: a serdülőkor problematikája. *Magyar Edző*, 1. 16-20.
- Laki László, Nyerges Mihály (2001): Sportolási szokások az ezredfordulón a fiatalok körében. *Kalokagathia*, 1-2. 5-19.
- Leopold József (2006): Tornászélet az USA-ban. *Kalokagathia*, 3-4. 110-117.
- Mészáros János (1990): *A gyereksport biológiai alapjai*. Sport, Budapest.
- Pápai Júlia, Szabó Tamás (2003): A tornászgyermek sportágválasztását befolyásoló tényezők. *Kalokagathia*, 1. 18-31.
- Réthy Endréné (2003): Motiváció, tanulás, tanítás: *Miért tanulunk jól vagy rosszul?* Nemzeti Tankönyvkiadó, Budapest.
- Révész László, Bognár József, Géczi Gábor, Benczenleitner Ottó (2005): Tehetség-meghatározás, sportágválasztás és kiválasztás három egyéni sportágban. *Magyar Sporttudományi Szemle*, 4. 17-23.
- Takács Ferenc (1996): *Testkultúránk aktuális szociológiai problémái a rendszerváltozás után*. In: Földesiné Sz. Gy. (Szerk.): *A magyar sport szellemi körképe 1990-1995*. OTSH-MOB. Budapest. 53-67. p.
- Trzaskoma-Bicsérdy Gabriella, Bognár József, Révész László (2006): Sportágválasztás az általános iskolában. *Magyar Sporttudományi Szemle*, 1. 21-25.

AZ ANIMÁCIÓ FOGALMA, KAPCSOLATA A REKREÁCIÓVAL TURISZTIKAI ÉS RENDEZVÉNYANIMÁCIÓ

● Lacza Gyöngyvér

Semmelweis Egyetem Testnevelési és Sporttudományi Kar,
Rekreáció Tanszék

Bevezetés

Amikor az átlagember meghallja az *animáció* kifejezést, elsősre szinte mindenkinek az animációs filmek, rajzfilmek vagy a számítógépes animációk jutnak eszébe. A rekreációs vagy turisztikai területen dolgozó szakemberek azonban ezek után mindenképpen valamilyen programszervezésre gondolnak. Hazánkban és külföldön is évről-évre szaporodik a szabadidős programszervezéssel foglalkozó intézmények, cégek, szakemberek száma. A kérdés valójában az, hogy miért is van ez így? Miért van szüksége az embereknek arra, hogy „segítsünk” nekik eltölteni az időt? A „miért” után pedig felmerül a kérdés, hogyan, milyen formában tudunk ebben segíteni?

Kis (2002) a rekreációt „meghatározott társadalmi kihívásokra adott eszmei és gyakorlati válasz-tevékenységrendszerként” határozza meg. Úgy tűnik, a jelenkor egyik nagy kihívása sokaknak az, hogy egyáltalán legyen szabadidejük. (Szabadítsunk fel időt saját magunkra!) Ez az egyén saját felelőssége, itt a szakember szerepe a döntés elősegítése. A második nehézség pedig, hogy ezt az időkeretet az egyén meg tudja tölteni értékes tartalommal. (Legyen LEISURE az életünkben, azaz valóban megélt „szabadidő”!) A rekreációs szakemberek kedvenc mondása: „A szabadidő önmagában még nem rekreál!” (Kovács, 2004) – vagyis a szabadidővel rendelkező személy még nem feltétlenül részesül szabadidős élményben. Közismert jelenség napjainkban a szabadidő úgymond „elfolytatása”, azaz nem minőségi eltöltése. Sokan nem értik, miért nem frissülnek fel, miért nem érzik pihentebbnek magukat akár több, nem munkával eltöltött óra után sem. Ennek sokszor az az oka, hogy nem olyan tevékenységet választanak, amelynek számottevő rekreatív hatása lenne számukra. Nekik van szabadidejük, csak nem jól töltik el azt. Persze akadnak olyanok is, akiket annyira leköt a munkájuk, hogy nem is törekednek arra, hogy legyen szabadidejük, ők a munkamániások. Tanácsaltalanok akkor, amikor váratlanul szabadnapot kapnak. Gyakori

jelenség, hogy amikor az egész évben dolgozó, agyonhajsolt ember végre eljut szabadságra, egyszerűen nem tudja, mit kezdjen az idejével. Napokba telhet, mire felszabadul és elkezd élvezni a pihenést. *Finger és Váczy (2002)* használja először az „üdülési sokk” kifejezést a magyar szakirodalomban, amely a következőt takarja: „a mindennapokból a »totális szabadságba« történő váltás – az utazási tapasztalatok bővülése ellenére – sok embert még mindig bizonytalanná, zavarttá tesz. Az üdüléssel kapcsolatos várakozásaik és a saját tényleges viselkedésük között egy határozottan érzékelhető szakadék tátong.” A jelenség tehát jól ismert, sokaknak nehézséget okoz, mit kezdjenek a végre szabadon tervezhető idővel. Erre a problémára mintegy válaszként jelent meg a szabadidős, rekreációs területen az animáció. Tágabb értelemben itt lép be a körbe a rekreációs szakember, aki egyénnel és csoportokkal egyaránt foglalkozik, az elsősorban csoportos programszervezésre fókuszáló animátor, valamint más szakmák képviselőinek szerepe. Az animáció nemcsak a szabadidő, azon belül például a nyaralás, vagy rövidebb kikapcsolódás (egyórás vagy egynapos program, rendezvény) amúgy használatlan energiáit aktivizálja, hanem az aktívan megélt szabadidőn keresztül lehetőséget kínál az életminőség javítására is. Az angolszász szakirodalomban ezt a jelentéstartalmat többnyire a „leisure”, azaz a valóban megélt szabadidő fogalmával azonosítják.

Az animáció fogalma

Az animáció latin eredetű szó, az *animo* szóból ered, amelynek jelentései a következők:

- éltet; elevenít; élővé tesz; életet önt valamibe;
- lelkesít; buzdít; „felhangol”.

Francia értelmezésben az animer = életet önt valamibe igéből kiindulva kisközösségi aktiválást jelent. Azaz „animálni” annyit tesz, mint lelket, szellemet önteni egy közösségbe, életet adni egy csoportnak, lehetővé téve, hogy fejlessze, kiteljesítse önmagát.

Az animátort, az „Animatőr-t” a német *Brockhaus enciklopédia* a következőképpen határozza meg: „Szabadidő-tanácsadó, modern foglalkozás az idegenforgalmi szakterületen. Eredetileg csak az üdülőklubokban dolgoztak animatőrök, ma már a nagy szállodákban is. Az animatőrök szórakoztatják a vendégeket, sport- és szabadidőprogramokat szerveznek, előmozdítják a vendégek közötti kapcsolatokat.”

A német szakirodalomban *Finger* és *Gayler* (1990) az animációt mint betűszót használja, és ezzel határozza meg jelentését:

- **A** nregung (biztatás, ösztönzés);
- **N** euger (kíváncsiság);
- **I** nteresse (érdeklődés);
- **M** otivation (motiváció);
- **A** ufforderung (felkérés, buzdítás);
- **T** atigkeit/Tun (tevékenység);
- **I** mpuls (impulzus, elindítás);
- **O** ffenheit (nyitottság);
- **N** achwirkung (utóhatás), vagyis élményközpontúság.

A *Brockhaus enciklopédia* második pontban a francia értelmezést említi: Franciaországban állami diplomával rendelkező, a Németországban működő szociális munkásokhoz hasonló alkalmazottak, akik a szociális nevelésben és a felnőttképzésben dolgoznak. (A rekreációs képzési hálózathoz tartozó 2-4 éves képzési formaként is megjelenik

Összefoglalva tehát animálni tehát annyit tesz, mint életet önteni egy csoportba, közösségbe, aktivizálni azt. Az animátor pedig olyan csoportvezető, aki életre kelt, mozgásba hoz egy csoportot.

Az animáció kifejezés és az ebből levezetett fogalmak majdnem minden európai országban megtalálhatóak:

- Ausztria, Svájc: animator;
- Franciaország: animation, animateur, animatrice;
- Hollandia: animatie;
- Olaszország: animazione, animatore, animatrice;
- Szerbia, Horvátország: animacija, animatore;
- Spanyolország: animación, animador, animadora;
- Törökország: animasyon, animatör, animatörler.

Ettől jelentősen csak az angol nyelvterület tér el, ahol a Guest relations (~ vendégkapcsolatok) vagy az Active guest relations (~ aktív vendégkapcsolatok) kifejezésekkel találkozhatunk. Sok helyen hallottam már az entertainer (szórakoztató) kifejezést is.

Az animáció megjelenése különböző területeken

Az animáció kifejezéssel több területen is találkozhatunk. Ilyen a jól ismert filmes animáció, de megjelenik a népművelési és közösségfejlesztési területen is. Számunkra a legfontosabb a fogalom rendez-

vényszervezésben és a turizmus területén való használata, értelmezése.

Filmes és számítástechnikai animáció

Az animáció szó hallatán az emberek jelentős részének első asszociációja a filmipar és az animációs filmek. Ez nem véletlen, hiszen itt is az élettelen válik élővé, nevezetesen egy „képregény” elevenedik meg. Az animáció olyan filmkészítési technika, amely élettelen tárgyak (többnyire bábok), vagy rajzok, ábrák stb. „kockázásával” olyan illúziót kelt a nézőben, mintha az egymástól kis mértékben eltérő képkockák sorozatából összeálló történetben a szereplők megélevenednének. Az animációs filmeknek számos változata létezik, a hagyományos rajzfilmekről kezdve a homokkal rajzoláson át az élő szereplőkkel együtt játszó rajzfigurákig. Számítógép segítségével az animáció egyre közelebb jut az életszerű lények reális mozgásához, ugyanakkor szinte korlátlan fantáziájú háttereket lehet előállítani a virtuális ábrázoló eszközök segítségével.

Az animációs film, mint hangos rajzfilm a 20. század vívmánya. Benne emberi és más hangokat, zörejeket, zenét és képet kombinálnak. A művész az animációs filmben teljesen kibontakozhat, ha ő a rendezője, a rajzolója, az animátora és a vágója is a filmnek. Ma már nemcsak rajzfilmes animációról beszélhetünk, de létezik tévésorozat, játékfilm is, amely animációs technikával készül. Fajtái:

- rajzfilm,
- Flash animáció,
- bábfilm,
- trükkfilm,
- pixilláció,
- gyurmafilm,
- stop motion,
- számítógépes animáció.

A rajzfilm filmművészeti ágazat, ami gyors egymásutánban vetített képekkel hoz létre folyamatos mozgást. Bár a szó minden ilyen típusú filmre vonatkoztatható, többségük gyerekek számára készül. Magyarországon a harmincas évektől kezdve sok animációs (főleg reklám-) film került ki Halász János és Macskássy Gyula keze alól, míg végül a háború után, 1951-ben készült el A kiskakas gyémánt félkrajcárja című alkotás Macskássy irányításával, amit ma az első magyar rajzjátékfilmként ismerünk. Az ötvenes évek végén megalakult Pannónia Filmstúdióban számos, nemzetközi díjat is nyert al-

kotás készült, mint a Ceruza és radír vagy A piros pöttyös labda (ez utóbbi a gyermekfilmfesztivál pálmáját hozta el Velencéből).

A Flash animáció egyre gyakrabban használt multimédiás megjelenítés, amely csodálatos fény- és hanghatásokat eredményez, és lehetőséget nyújt a tökéletes interaktivitásra is.

A CGI (computer-generated imagery, azaz számítógép generálta ábrázolás) különleges effektusok létrehozása céljából alkalmazott számítógépes grafika. A CGI-t használják filmekben, tévémsorokban, reklámokban és nyomtatott médiában. Gyakran magasabb minőséget eredményez, s jóval könnyebben irányítható, mint más eljárások, illetve olyan képek kidolgozására alkalmas, melyeket semmilyen más technológiával nem lehetséges létrehozni. Továbbá lehetővé teszi egy művésznak, hogy színész, költséges díszletek vagy kellékek nélkül dolgozzon.

A számítógépes animációs technika alkalmazásának további két nagy területe a fizikai jelenségek animációja és a sejtbiológiai animáció. Ezzel a technikával a tudósok élethűen tudják modellezni a különböző mechanikai, termodinamikai és optikai jelenségeket, vagy akár a sejt működést, a fotoszintézist, a DNS-reprodukciót.

A szociokulturális animáció fogalma közösségfejlesztési terület

Az animáció – tágabb társadalmi összefüggésrendszerben – az Európa Tanács által „szocio-kulturális animáció”-nak elnevezett fogalomkörbe tartozik: „Az animáció – a szabadidő-kultúra egyik kulcsfogalma és képzési területe – teljesen új tevékenységi kört jelöl a kötetlen szituációkban történő indirekt motiválás, ráhangolás és segítségnyújtás terén. Az animáció lehetővé teszi a kommunikációt, felszabadítja a kreativitást, segíti a csoportképződést és megkönnyíti a kulturális életben való részvételt. Az új tevékenységi kör fontos sajátossága, hogy nemcsak verbális eszközöket használ, hogy intellektuális, érzelmi és szociálkommunikatív területekre is kiterjed, és még ott is hatékony, ahol az emberi beszéd már csődöt mond.”

A népművelés és a közösségfejlesztés több évtizedes gyakorlatában a nyolcvanas években jelent meg az animáció fogalma. Elsősorban abban különbözött a hazai csoportvezetési gyakorlattól, hogy nem előre meghatározott tartalmak bevitelére törekszik, célja a csoportban rejlő lehetőségek kibontása. Nézzünk egy másik meghatározást: „A szociokulturális animáció olyan stabilizációs technika, melyet a különböző társadalmi testületek, szervezetek, ... egyesületek keretében alkalmaznak, s melynek legfőbb célja az állam szociális destabilizációs tényezőinek felszínre hozása, és közösségi

körülmények közötti ... szakszerű alkalmazása... Ennek érdekében a művelődési mozgalmak és szervezetek célrendszerében a módszer lemond a mindenek feletti műveltségnevelő és tudásbővítő funkció-ról. Ehelyett az egyénben benne lévő, és egy adott szinten kondicionált kulturális szintre építve, a magatartás olyan – elsősorban kreatív – elemeit hozza domináns helyzetbe a személyiség szerkezetén belül, mely birtokában az animációs folyamatban aktivizált egyén a saját problémájának kreatív, társadalmilag értékes, az uralkodó norma-rendszerrel adekvát cselekedetek és megoldások felé tör..." (Bokor és Koltai, 1995).

Valójában ha „rekreációs nyelvre” szeretnénk ezt lefordítani, a következőkre kell gondolnunk: a szociokulturális animáció is egyfajta válasz a rekreáció szakirodalmában szereplő társadalmi jelenségekre, kihívásokra, mint például az ipari forradalommal elinduló urbanizáció, az evvel együtt járó társadalmi elidegenedés, deviáns viselkedésű fiatalok csoportjainak megjelenése vagy a munkanélküliség. A szociokulturális animáció a kultúrát eszközként használja fel, hogy a nehézségekkel küzdő egyének csoportokba rendeződve képessé váljanak arra, hogy a társadalomban megtalálják a helyüket, saját erőből tartósan cselekedhessenek (Bokor és Koltai, 1995). Elsősorban a nyugat-európai országokban fejlődött ki az eredetileg észak-amerikai eredetű mozgalom, amely az 1960-as évektől széleskörűen elterjedt.

Mint láthatjuk, az animáció fogalmát többek többféleképpen határozták már meg, s nehéz kiválasztani közülük a számunkra megfelelőt. Legteljesebb és naprakészebb talán Kovács Erzsébet, szociokulturális animációt oktató tanár definíciója, aki a francia animátorképző (állami) intézmények terminológiájára építve a következőket írja: „Az animáció önkéntes és személyes részvételen, valamint összetartozáson alapuló csoport fejlődésének elősegítése és dinamizálása annak érdekében, hogy a csoport közös céljai és az egyéni célok egyaránt megvalósuljanak; a csoportban, a társadalmi környezetben meglévő erőforrások optimális felhasználásával. A csoportok fejlődése különböző tevékenységeken keresztül valósulhat meg, amelyekben a megismerő és ösztönző folyamatoknak egyaránt fontos szerepe van” (Magyar, 2004).

A szociokulturális animáció célja

A szocio-kulturális animáció Bokor és Koltai szerint (1995) elsősorban kétszintű stabilizáló tevékenység. Egyrészt a kultúra közvetítésével stabilizálja az egyént, olyan krízis-helyzetekben, amelyek rajta kívül álló okokból jöttek létre, amilyen például a munkahely-el-

vesztése vagy a szülők válása. Az animátor segít, saját programot ad az általa nem befolyásolható események, helyzetek elfogadásához, kezeléséhez. Másrészt a szociokulturális animáció makroszinten is stabilizál. A társadalom egészét szolgálja azáltal, hogy a társadalmi érdekeknek, értékeknek is megfelelő megoldásokat mutat, reakciókat gerjeszt, ezáltal preventív funkciót lát el. Megelőzi, hogy az egyén önmaga és a környezete számára káros eszközökhöz nyúljon, feszültsége levezetése és/vagy nehézségei enyhítésének céljából (például alkohol, drog, vandalizmus stb.).

Limbo (1985) az animáció céljait a következőképpen csoportosítja:

- Minden embernek lehetőséget adni arra, hogy felfedezze önmagát, hogy részt vegyen a csoport és a társadalom életében, javaslva bizonyos változtatásokat, javításokat, elősegítve az élet minőségének állandó emelkedését.

- Támogatni a szabadon kidolgozott, az egyes tagok és társadalmi csoportjuk által átélt problémák, szükségletek, törekvések megfelelő célokhoz való csatlakozását.

- Segíteni a különböző élethelyzetű emberek egymás mellett élését és kapcsolatát, egymás értékeinek, vélekedésének, környezetének és szokásainak elfogadásában és tiszteletben tartásában.

- Lehetőséget adni mindenkinek önmaga elhelyezésére, kitérülésére, felszabadulására, hogy a lehető legteljesebb összhangban élhessen saját vonatkoztatási kereteivel.

A szerző még hozzát teszi, hogy ezek természetesen magukban hordozzák a személyek, a csoportok és a társadalmi struktúrák megváltoztatásának állandó lehetőségét. A fentiek alapján azt mondhatjuk, hogy az animátori munka a szociális háló egyfajta részének tekinthető.

A szociokulturális animációt a turisztikai animáció egyfajta nonprofit gyökerének is tekinthetjük. Szakirodalmából és gyakorlatából számos dolog átvihető a turisztikai és a rendezvényanimációba. A turisztikai szakemberek és rendezvény szervezők számára az animáció hatékony eszköz lehet arra, hogy a vendégek, résztvevők passzivitását feloldja, az egyedül érkezőket (magányosokat) bevonja, az egyénekből csoportot kovácsoljon.

Az animáció fogalma még további két területen jelenik meg:

- turisztikai animáció,
- rendezvényanimáció.

A turisztikai animáció fogalma

A turisztikai animáció fogalmának tisztázásához fontos, hogy megismerjük a turizmus fajtáit és megtaláljuk az animációval való kapcsolódási pontjait. *Tomecskó* (2006) a turizmus területét két csoportra, hivatásturizmusra és szabadidő-turizmusra bontja. Felfogása szerint a szabadidő-turizmus „állandó, lakáson kívül, szabadidőben végzett és szabadon választott tevékenységek összessége. Az ember rendelkezésére álló időkeretnek azon része, amelyben a tevékenységét saját kedvére választhatja ki, minden kötöttség nélkül. Turista, aki a szabadidejének eltöltése céljából, szabadsága, szabadideje alatt, szórakozás céljából utazik. A saját maga által választott szolgáltatásokat a diszkrecionális jövedelméből fizeti.” A hivatás turizmus pedig a munkával, üzleti céllal összefüggő utazásokhoz kapcsolható. A hivatásturizmusban részt vevők csoportja teljesen elkülöníthető a turistától, hiszen nem a szabadidejükben, nem saját pénzből utaznak. Csoportosítása a következő:

1. Üzleti turizmus, üzleti rendezvények.
2. Konferenciaturizmus, konferenciátípusú rendezvények.
3. Incentive turizmus, ösztönző rendezvények.
4. Kapcsolható rendezvénytípusok (kiállítás, árubemutató, tréning, tanácsadás, képzés, fesztiválok, kulturális és sportrendezvények)."

Az animációs munka mindkét területen megjelenhet. A hivatásturizmusban elsősorban kiegészítő szerepe lehet, míg a szabadidő-turizmus területén az animáció, a szervezett programokon való részvétel lehet akár a fő attrakció, az utazás célja is.

Finger és *Váczy* (2002) a turisztikai animáció meghatározásában az animáció nyolc alapelemére épít, amelyeket a következőképpen foglal össze:

- az animáció ösztönzés, biztatás, ráhangolás;
- az animáció üdülésre, szabadságra vonatkozik;
- az animáció tehát az üdülés közben érvényesülő ösztönzés, biztatás;
- az animáció elsősorban csoportokra irányul;
- az animáció elősegíti és javítja a kapcsolatteremtést, a kommunikációt;
- az animáció válasz az emberek üdülés alatti szociálkommunikatív igényeire;
- az animáció szolgáltatás;
- az animáció az animátorok munkaterülete.

Mindezek alapján *Finger* és *Váczy* (2002) szerint az animáció meghatározása a következő: „Az animáció az üdülés és szabadidő alatti közös tevékenységre való ösztönzés, biztatás, felhívás.”

Ez a meghatározás azonban csupán az animációs munka egy részét öleli fel. Az ösztönzés és biztatás valóban a megoldás kulcsa, azonban a definíciónak tartalmaznia kell, hogy az animáció maga a megvalósítás is. *Magyar Márton* (2003) a turisztikai animációt tágabb értelmezésben használja: „Kereskedelmi szálláshelyeken, szabadidőcentrumokban, sportlétesítményekben és egyéb idegenforgalmi helyszíneken megvalósuló szolgáltatás, melynek célja a vendégeknek maradandó élményt nyújtani emberek közötti kapcsolatok kiépítésén és játékos programok lebonyolításán keresztül. Ennek érdekében a közös tevékenységekre való ösztönzést, biztatást, felhívást tűzi ki elsődleges feladatául.”

A turisztikai animációval foglalkozó szakember maga az animátor, akit játékmesternek is nevezhetünk. Számos nagynevű magyar programszervező cég használja az animátor és a játékmester fogalmat is, akár egyszerre mindkettőt, különböző pozíciókra. Például a játékmester az, aki magukat a játékokat, feladatokat levezeti, az animátor pedig több játékmester munkáját koordináló vezető. Mi a továbbiakban az animátor kifejezést használjuk, mert a turisztikai animátor szerepköre a játékmesteri funkción túlmutató feladatokat is felölel (pl. egy szállodában az animátor egyben házigazda is). Rendezvényanimációban a játékmester kifejezés könnyebben értelmezhető.

Térjünk vissza az Európa Tanács által „szociokulturális animáció”-nak elnevezett fogalomkörhöz, amelyben az animáció a kötetlen szituációkban történő indirekt motiválás, ráhangolás és segítségnyújtás eszközeként szerepel, kiemelve, hogy az animáció lehetővé teszi a kommunikációt, felszabadítja a kreativitást, segíti a csoportképződést és megkönnyíti a kulturális életben való részvételt. Tulajdonképpen az animátor a turizmus területén is hasonló funkciókat lát el.

A turisztikai animáció kialakulása

A piac más területeihez hasonlóan a tudományos és technikai forradalom hatására létrejövő társadalmi változások, életmódváltozások a turizmusiparban is fordulatot hoztak. Tekintsük át először a fordulatot elősegítő folyamatot:

- Tudományos és technikai vívmányok: a közlekedési eszközök fejlődése.

- A városiasodás mértéke fokozódik.
- A szabadidő mennyiségének növekedése, a szabályozott munkaidő fogalmának megjelenése.
- Növekvő jólét (még nem jól-lét).

A városiasodással járó társadalmi kihívásokra mintegy válaszképpen jelentek meg a különböző rekreációs irányzatok, például az outdoor irányzat, amelyen belül számos tevékenység a turizmus területéhez kapcsolható. Az említett hatások összességének köszönhetően mindez változást jelentett a turizmusban is. A turizmus tömeges méreteket öltött, az utazási intenzitás jelentősen megnövekedett. Lásuk, hogyan is történt mindez!

Utazzunk vissza az időben, gondoljunk a régi magyar filmekre, vidéki kiruccanásán hol szállt meg annak idején Jávor Pál Tolnay Klárral? Általában egy fogadóban. Itt a fogadós már a ház előtt várta a vendégét, a fogadósné, „Marcsa” már ismerte és be is készítette a nagyságos úr és a kisasszony kedvenc ételét, italát az asztalra. A vendégek bemutatkoztak egymásnak a vacsoránál...

Később, az ötvenes években, főként Nyugat-Európában a turizmusipar soha nem látott méreteket ölt. Hatalmas tömegeket kiszolgáló szállodasorok épülnek, hosszú plázsokkal, komoly szórakoztatólétesítményekkel. Evvel együtt azonban a társas kapcsolatok már alig kapnak teret az üdülőhelyeken. A korábbi évekből ismert házigazda-szerepkör szinte teljesen eltűnik. A mai tömeges utaztatásban mindez hatványozódott, sokan jártunk már olyan helyen, ahol a tulajdonképpeni vendéglátás egy boríték felvételéből állt (az apartman kulcsával), talán már a repülőtéren. Természetesen ezen utazási formáknak is megvan a helye és a tömegbázisa. Azonban sokan valami másra, több személyes interakcióra vágynak.

Ezt az igényt ismerte fel *Gerard Blitz* és *Gilbert Trigano* az ötvenes évek Franciaországában. Tőke híján úgy gondolták, egy új üdülési formát honosítanak meg, amelyben visszanyúlnak a régi vendéglátó-hagyományokhoz. Kibéreltek egy területet Mallorca szigetén, ahol nyaralófalut nyitottak, amelyet kezdetben főként a barátaik látogattak. A személyzetet diákokból, friss diplomás fiatalokból toborozták, akiknek feladata a szórakoztatás, a jó hangulat megteremtése volt. Így alakult ki, hogy a vendégek hamar megismerkedtek egymással, szívesen részt vettek a fiatalokkal közös programokon, sőt az étkezéseket is közösen szervezték. Értelmezésünk szerint *ők tekinthetők az első animátoroknak*.

Ez volt az ötvenes években a Club Mediterrane, amely mára világ egyik vezető üdültetőklubjává vált. Trigano és Blitz sikerén felbuz-

dulva sorra alapították a további klubüdülőket (Club Med, Club Al-diana, Magic Life, Iberostar, Groupanimateur, 1 2 Fly stb.)

A turisztikai animáció kialakulása egyfajta rekreációs választévkénységnek fogható fel a turizmus területén is lezajló folyamatokra, a személyes kapcsolatok visszaszorulására és az elidegenedésre.

A turisztikai animáció gyökerei Magyarországon

Magyarországon a különböző vállalati és szakszervezeti üdülőkben, továbbá a KISZ-táborokban tulajdonképpen már a szocialista időszak alatt is folyt egyfajta animációs munka, akkoriban ezt a munkakört az úgynevezett kultúrosok és sportfelelősök végezték. Igaz, céljai jelentősen különböztek a mai turisztikai animációs céloktól. A vendégek azonban nagy valószínűséggel hasonlóképpen élhették meg az akkori programokkal színesített üdülést, mint a mai szállodai animációt. Ezzel párhuzamosan a 20. századi globális gazdasági és társadalmi változások, bár hazai sajátosságokkal, de Magyarországra is begyűrűztek. A rendszerváltozás után kezdett kialakulni az igény az „animált” nyaralásra. Így tehát, amikor a politikai és gazdasági háttér ezt lehetővé tette, megjelent a piacon a turisztikai animáció. Az első valódi szállodai animáció hazánkban csak röviddel a rendszerváltozás előtt jelent meg. Az első fecske a Club Tihany volt, amely 1987-ben nyitotta meg kapuit.

Az utóbbi években egyre több szálloda ismerte fel a turisztikai animációban rejlő lehetőségeket. Ma Magyarországon mintegy 50 szállodában és a nagyobb kempingláncokban egyaránt van szervezett animációs program. Ez a szám különösen az utóbbi években ugrott meg, köszönhetően talán annak, hogy Magyarországon is kezdenek megjelenni a külföldi üdültetőklubok (például a Necker-mann, 1 2 Fly) és a szállodák versenye is egyre kiélezettebb. Sajnos, az animáció többnyire még mindig szezonális jelleggel működik, és csupán néhány olyan szállodáról tudunk, ahol állandósított animátor vagy animátorcsapat dolgozik. A következőkből kiderül, vajon milyen előnyöket jelent egy szálloda számára a turisztikai animáció bevezetése.

A turisztikai animáció marketingcéljai

Az animációs tevékenység egy turisztikai létesítmény esetében jelentős gazdasági és marketingcélokkal is rendelkezik, melyeket *Wilhelm Pompl* alapján *Magyar Márton* művére építve mutatok be (*Magyar*, 2003).

1. Versenyelőny: Az animáció – mint turisztikai termék – egy USP-t (Unique Selling Product = egyedi értékesítési termék) jelent, amely az egyediségével jelentős versenyelőnyt eredményezhet a konkurenciával szemben. Minél több és a vendégeink számára érdekesebb tevékenységet tudunk ajánlani, annál speciálisabb lesz a kínálatunk. Gondoljunk csak a siófoki Aranypart hasonló színvonalú szállodáinak sorára, melyik szállodát választanánk? Aki programokra vágyik, biztosan az animációs szolgáltatásokat nyújtót részesítené előnyben.

2. (Vevő-) vendégkötődés. Minél megfelelőbb egy vendég számára a kínált szolgáltatások minősége, annál inkább megerősödik abban a tudatában, hogy érdemes volt abba a szállodába, kempingbe ellátogatnia. Ennek következményeként következő alkalommal is valószínűleg ezt fogja választani. Kötődés kialakulhat: vendég-szálloda; vendég-animátor és vendég-vendég között is. Például a gyerekek ragaszkodni kezdenek a velük foglalkozó animátorhoz. Jövőre is őt fogják majd keresni. A leginkább elérendő cél a vendégek közötti kapcsolatok kialakítása, amelyekre a közös programokon való részvétel kiváló lehetőséget nyújt.

3. Bevételnövelés. A szállodavezetéstől sokszor lehet hallani, hogy az animációnak be kell hoznia a költségeit. Hogyan lehetséges ez? Egy vonzó szórakoztatóprogram, mint például az esti show-műsor, vagy az utána következő diszkó, a vendég számára megfelelő nehézségi fokozatú aerobik, a klubtánc stb. hatására a vendég szomjas lesz. Emiatt biztosan rendel italt a bárból, nem megy fel olyan hamar a szobájába, ott marad és tovább szórakozik. Vagyis hosszabb lesz a fogyasztási ideje. Ez növeli az adott vendéglátóegység napi bevételét, s a vendég is jól érzi magát. (A bevétel növekedése akár 20-30%-ot is elérhet, ha a szálloda területén animátorok tevékenykednek, s nincs „all inclusive” ellátás.)

4. Szezonhosszabbítás. Ennek Magyarországon különleges jelentősége van, hiszen a főszezon hazánkban mindössze a nyári 2-3 hónapra és az ünnepek időszakára tehető. Hogyan tudjuk ezt meghosszabbítani? A programok többsége lebonyolítható a szálloda falain belül is, rossz idő esetén. Nem csak a nyári hónapok kedvezőek az animáció számára. Ősszel szüreti mulatságokkal, télen hógolyócsatával, szánkózással, gesztenyesütéssel, forralt borral lehet aktivizálni a vendégeket. Tavasszal akár tojásfestést, tojáskeresést is bevihetünk a szálloda programkínálatába.

Rendezvényanimáció

A rendezvényszervezés fogalma

A *Magyar Értelmező Kéziszótár* (1987) „rendezvény” alatt a következőket érti: „Szervezett közösség keretén belül rendezett (szórakoztató jellegű) összejövétel”. Ez a meghatározás azonban szakmai szemszögből nézve részben túlságosan leszűkíti a fogalmat, másfelől azonban túlságosan tág keretnek mutatkozik. A „szórakoztató jelleg” ugyanis majdhogynem kizárja a szakmai jellegű összejöveteleket, például a konferenciákat, hiszen azok időtartamának csupán egy része lehet szórakoztató jellegű. Másodszor pedig a „szervezett közösség” meghatározás pedig kissé tág fogalom lehet, hiszen egy cég dolgozóinak munka utáni összejövetele egy kávézóban például nehezen tekinthető rendezvénynek.

A rendezvény fogalmával gyakran szinte szinonimájaként használják az „esemény” és a „program” szavakat, ami nem helyes. Egy esemény (történés, eset) nem feltétlenül szervezett formájú, például örömteli esemény gyermekünk születése, de ez nem mondható rendezvénynek. A program (műsor, terv stb.) pedig gyakran egy rendezvény része, de egy rendezvény nem igazán tekinthető a program egy részének. Például egy családi sportnap típusú rendezvény egyik programja lehet a „Családi Labdarúgó Kupa”, ami természetesen fordítva nem igaz.

Endrődy és Kozma *Rendezvényszervezés* című munkájukban (1998) a rendezvényt a következőképpen definiálják: „Rendezvény egy meghatározott térben, időszakban és témakörben, nem üzemszerű ismétlődéssel szervezett eseménysorozat, továbbá folyamatos üzemeltetés keretében szervezett családi esemény, amelynek során emberek egy csoportja közös cselekvést hajt végre alkalmi, kitüntetett jelleggel.”

→ Vagy egyszerűbben: „A rendezvény emberek meghatározott térben, időben történő alkalmi találkozása, ahol az emberek (résztevők) száma a csoport mennyiségét eléri.”

Fontos kiemelni a meghatározásokból az alkalmi, egyszeri, illetve kitüntetett jelleget. Ezek különböztetik meg a rendezvényt egy állandó kiállítástól vagy egy színházi évadtól.

Mi az, ami nem rendezvény? Nagyon sok társadalmi esemény, cselekvés rendezvénynek tekinthető. Például egy esküvő is rendezvény a család, a barátok szempontjából. A lakodalomnak otthont adó étterem vagy szálloda szempontjából azonban az esküvői fogadás lebonyolítása üzemszerű szolgáltatás végzését jelenti, tehát nem te-

kinthető rendezvénynek. Természetesen vannak határesetek is, amelyeket nehéz behatárolni. Véleményem szerint a definíciók két legfontosabb eleme az alkalmi, kitüntetett jelleg, illetve a szervezett forma.

A továbbiakban áttekintjük, mi tekinthető a rendezvényszervezéshez tartozó feladatnak. A Magyar Rendezvényszervezők Szövetsége a rendezvényszervezést a következőképpen definiálja: „A rendezvényszervezés előre meghatározott célból (társadalmi, tudományos, szakmai, kulturális, sport, egyéb) adott helyen és időben tartott összejövetellel *kapcsolatos teljes körű előkészítő, szervező, összehangoló munka*, mely magában foglalja az esemény megvalósításával kapcsolatos *infrastruktúra* (helyszín, technika, tolmácsolás, kiszolgáló egységek stb.) biztosítását, valamint a *résztevőkről való gondoskodást* (szállás, étkezés, kísérőprogramok stb.).”

A rendezvényszervezés alapvető részét képezi tehát a résztevők programjairól való gondoskodás.

A rendezvények csoportosítása

Mielőtt rátérnénk az animátorok szerepére a rendezvényeken, érdemes megvizsgálnunk a rendezvények csoportosítását, valamint hogy mely rendezvénytípusokon jelenik vagy jelenhet meg az animációs munka.

Endrődy és Kozma (1998) a rendezvényeket ágazati szakjellegük szerint az alábbiak szerint csoportosítja:

- művészeti,
- tudományos,
- közművelődési,
- társadalmi, politikai,
- egyházi,
- sport,
- kereskedelmi,
- egyéb,
- valamint a fentiek keverékéből álló komplex rendezvény.

Alapvetően a sportjellegű rendezvényeken lehet szükség animátorok munkájára. *Kraicné Szokoly Mária* (2004) hasonló, véleményem szerint szerencsésebb felosztást javasol, a rendezvényeket jellegük szerint csoportosítva:

- művészeti,
- szórakoztató,
- sportrekreációs,
- közéleti, szervezeti élethez kötődő,
- szakmai, felnőttképzési,
- kereskedelmi.
- vegyes profilú (pl. roadshow) stb.

E szerint a felosztás szerint a dőlt betűvel kiemelt sportrekreációs, valamint a szórakoztató és a szervezeti élethez kötődő rendezvényeken, amennyiben egy céges családi napot vagy sportnapot ide sorolunk, alkalmazhatnak animátorokat.

Érdekes *Endrődy és Kozma* (1998) funkció szerinti csoportosítása. Ennél is a dőlt betűvel kiemelt rendezvénytípusnál van kapcsolódási pont az animációval, bár a kvízzjátékokat inkább a közösségi szabadidőprogramok egy típusaként említhetjük.

A rendezvény funkcionális tartalma szerint:

- kongresszusok, konferenciák és altípusaik;
- előadóművészeti élműsorok;
- versenyek;
- kiállítások;
- *kvízzjátékok, közösségi szabadidős programok, performance, népszokások;*
- látványfelvonulások, demonstrációk, nagygyűlések;
- szertartások, protokolláris események, fogadások, ünnepi megemlékezések;
- többfunkciós, komplex rendezvények stb.

Egy másik csoportosítás alapján a funkcionális tartalom szerint 13 rendezvénycsoportot különböztethetünk meg (*Tomecskó, 2006*). Több szinten látunk kapcsolódási lehetőséget az animációval a kiemelt területeken:

1. kongresszusok;
2. konferenciák;
3. incentive utazások (az eddigieket gyűjtőnéven hivatásturizmusnak szokás nevezni);
4. szertartások;
5. protokolláris események;
6. fogadások;
7. ünnepi megemlékezések
8. kiállítások, vásárok;
9. többfunkciós, komplex rendezvények;

10. kvízzjátékok, közösségi, szabadidős programok, csapatépítés;
11. látványfelvonulások, demonstrációk, nagygyűlések;
12. színházi események, előadó-művészeti műsorok, koncertek, szórakoztató programok;
13. versenyek, sport- és kulturális események.

Valójában szinte megszámlálhatatlan a csoportosítási lehetőségek száma. Szervezési szempontból azonban az alábbiakra kell még kitérnünk. Helyszín szerint léteznek termi, szabadtéri és vegyes helyszíni rendezvények. Időtartamuk egy órától akár több napig vagy hétig terjedhet (a hosszabbakat már inkább rendezvénysorozatnak szokták nevezni). Léteznek továbbá a résztvevők létszáma és összetétele szerinti csoportosítások.

Szervezési szempontból még egy felosztást kell kiemelnünk, a *meghívottak köre* szerinti tagozódást. Itt zárt, illetve nyitott rendezvényekről beszélhetünk.

1. Zártkörű rendezvények, ahol a meghívottak köre korlátozott:

- az üzleti, vállalati rendezvények (bálok, *családi napok*);
- protokollrendezvények;
- reprezentációs rendezvények;
- termékbemutatók;
- kiállítások;
- partnertalálkozók, díjátadások, ösztönző utak;
- *aktív, csapatépítő rendezvények*.

2. Nyílt, bárki által látogatható, nagyközönség számára rendezett eseményeknél a résztvevők száma korlátlan, a költségeket általában a belépőjegyekből vagy szponzorok, támogatók útján fedezik. Ide tartoznak:

- kulturális események;
- *sportrendezvények*;
- közönségvásárok;
- nyílt napok, eseménynapok.

A későbbiekben láthatjuk, hogy tervezéskor ezek kulcskérdések, hiszen természetesen nem mindegy, hogy fix, megadott létszámmal vagy csak hozzávetőleges létszámmal tudunk-e számolni.

Az animáció és az animátorok helye a rendezvényszervezésben

Mindezek után felmerül a kérdés, hol a helye az animációnak a rendezvényszervezésben? Ezen a rendkívül széles körű és sokszínű

területen miért és hol van, vagy lehet szükség animátorokra? A turisztikai animációban kitértünk az animátor által a szállodában betöltött házigazda-szerepkörre. Azonban a rendezvényszervezésben ezt a feladatot többnyire a hostessek és hostok látják el. „A konferenciákon, egyéb rendezvényeken a háttérben dolgozó tolmácsok és más személyzet mellett gyakran *hostessek, hostok* dolgoznak, akik feladata a *háziasszony, illetve a házigazda* szerepének betöltése, valamint információadás, illetve kisebb szervezési, technikai feladatok végrehajtása, a vendégek kísérése, segítése. Ide tartozhat a vendég szórakoztatása is, bár a *hostess* nem rendezvényszervező” (Gyarmati, 2005). Hozzáteszem: ...és nem is animátor.

Mint már láttuk, az *animátor* többnyire csoportokkal foglalkozik. Feladata alapvetően a különböző szabadidős programok megszerzése, levezetése, a vendégek csoportban történő szórakoztatása. Célja, hogy a vendégek jól érezzék magukat az adott helyszínen. Mondhatnánk, hogy *játék- vagy mókamester*, de valójában ennél bővebb feladatkört lát el.

A rendezvényanimáció fogalma

A rendezvényanimáció új keletű fogalom. A szakirodalomban jelenleg nem igazán lelhető fel önálló területként, azonban az animációs/játékmeisteri irányzat már évtizedek óta jelen van a magyar rendezvénypiacon.

Hét alapelemre épül, amelyeket a következőképpen foglalhatunk össze:

- az animáció ösztönzés, biztatás, ráhangolás;
- az animáció elsősorban csoportokra irányul;
- az animáció elősegíti és javítja a kapcsolatteremtést, a kommunikációt;
- az animáció válasz az emberek rekreációs és szociálkommunikatív igényeire, amelyeket szabadidejükben elégitenek ki;
- a rendezvényanimáció szolgáltatás...
- a rendezvényanimáció az animátorok egyik munkaterülete;
- a rendezvényanimáció a rendezvényeken megvalósuló szervezett tevékenységre vonatkozik.

Összefoglalva tehát: *A rendezvényanimáció rendezvényeken megvalósuló tevékenység, amelynek célja a tartalmas szabadidő-eltöltésre, közös rekreációs tevékenységre való ösztönzés, biztatás szervezett keretek között.*

A magyarországi rendezvényanimáció kialakulása

Az animációval színesített rendezvényeket alapvetően két csoportba sorolhatjuk: a céges (pl. tréningjellegű programok, sportnapok, családi napok) és a közösségi rendezvények (pl. gyermekprogramok, falunapok, konferenciák szabadidős programjai).

A céges típusú rendezvényanimáció magyarországi elődjének a szocialista vállalatok, gyárak, szövetkezetek szervezett családi, sport- és egyéb közösségfejlesztő jellegű rendezvényeit tekinthetjük. Azt mondhatjuk, ezek alapvető célja a maiakhoz lényegében hasonló volt, eltekintve természetesen háttérben meghúzódó ideológiai céloktól.

A közösségi jellegű rendezvényanimáció elődjeként a közösségi és művelődési házakban, iskolákban, településeken folyó ifjúsági, népművelési és sportszervezési munkát tekinthetjük. Igaz, az előbbieken elsősorban népművelők vettek és vesznek részt, akiknek munkaterületei inkább a kultúrához, a művészeti neveléshez kapcsolódnak, azonban az animáció alapvető jellegzetességeinek egy része – az ösztönző, buzdító, közösségformáló elemek – itt is megfigyelhetőek. A népművelők szakirodalmából és gyakorlati tapasztalataiból csakúgy, mint a közösségfejlesztés területének tapasztalataiból sok elem fellelhető a mai rendezvényanimációs tevékenységekben. Ide sorolhatóak továbbá az iskolákban és a településeken szervezett szabadidős programok is.

Tulajdonképpen a rendszerváltás után átalakuló gazdasági és társadalmi struktúra tette lehetségessé és szükségessé ennek a területnek a különválását és rohamos tempójú fejlődését. A régi vállalatok strukturális átszerveződése, valamint az újonnan alakuló cégek belső környezete nem kedvezett a munkahely által szervezett szabadidős tevékenységeknek. Úgy is fogalmazhatnánk, hogy rémisztően kevés cég alkalmazott és alkalmaz olyan szakembert, aki gondoskodik a dolgozók rekreációs lehetőségeiről. Tudatosan használtuk a „rémisztó” kifejezést, hiszen a hazai statisztika jóval alulmúlja az európai átlagot. Testkulturális területen dolgozó szakemberként ismerjük ennek negatív hatásait.

Általánosan a következő megoldási formák figyelhetőek meg a különböző cégeknél:

- Alkalmaznak rekreációs szakembert. Általában csak a sok száz vagy ezer fős cégeknél fordul elő, vagy a régi állami vállalatoknál „maradt meg” a korábbi feladatkör.

- A humánpolitikáért felelős munkatárs szervezi.
- Aktuálisan egy alkalmas belső munkatárs (általában nem szakember) segítségével oldják meg.

Az ilyen szervezéseknél szerencsés esetben megjelenik az animációs jellegű, célzatú tevékenység (például a rekreációs szakember és segítői részéről), bár gyakorta előfordul, hogy ezeken a programokon inkább csak a tevékenység keretei vannak biztosítva. Folyamatos támogatásról, buzdításról és házigazda-szerepköréről nemigen beszélhetünk.

A negyedik formánál jelenik meg a valódi animációs tevékenység.

- Külső céget bíznak meg a program szervezésével és lebonyolításával. A cég nagyobb rendezvényei tartoznak ide, például az éves családi napok vagy sportnapok. Ezek lebonyolításában képzett animátorok, játékmesterek segídeknek.

Ebből a megközelítésből tehát az *első rendezvényanimátorok* vagy játékmesterek a nyolcvanas évek végén jelentek meg Magyarországon, elsősorban a céges és a közösségi programszervezési területeken.

Rendezvényanimáció ma

Az éves statisztikákra és kutatási eredményekre támaszkodva azt mondhatjuk, hogy évről-évre újabb és újabb tréning- és rendezvény-szervező cég nyit az animációs terület felé. Sőt, egyre több kizárólag rendezvényanimációval foglalkozó szereplő jelenik meg a piacon. Az első esetre példaként említhetem a *Játék-Mester Élményprogramot*, amely eredetileg az ismert Pro-wide humán erőforrással foglalkozó cég új irányvonalaként indult, majd száznál is több játékmestert foglalkoztató „óriássá” nőtte ki magát. A rendezvényanimáció egyik úttörője Magyarországon a *Fair Play Event Kft.*, ismertebb nevén a *Játszóbusz*, ahol a cég tulajdonosai kifejezetten játékspecialisták és több játékos könyv szerzői. Harmadik típusként említhetem a *Játékvilág Kft.*-t vagy *Felfújható Játékvilág*ot, akik a felfújható játékok fejlesztése, készítése, bérbe adása és üzemeltetése területén az elsők közt jelentek meg hazánkban, de az elmúlt év során kibővítették kínálatukat animációs tevékenységekkel is.

A két terület, nevezetesen a *turisztikai* és a *rendezvényanimáció* szakmailag nagyszerűen egymásra épül. Több azonosság is megfigyelhető, például mindkét terület részben azonos programelemekből építkezik. A gyakorlati tapasztalatok pedig egyik vagy másik területről kölcsönösen átültethetőek. A különbségek leginkább a *kör-*

nyezeti és időbeli eltérésekből adódnak (környezeti: állandó szállodai közeg vagy folyamatosan változó rendezvényhelyszínek; időbeli: szezonális vagy 1-2 órás, néhány napos programok). Az azonosságokból eredő előnyöket kihasználva több cég is van a hazai piacon, akik mindkét területtel foglalkoznak. (Jó példa erre az Animation Club.) Ennek természetesen praktikus okai is vannak, hiszen a turisztikai animációs időszak erősen szezonális jellegű, míg a rendezvényanimációs piac ennél némileg kiegyensúlyozottabb, bár a legintenzívebb periódus itt is a nyár és az ünnepek tájéka. A legjobb szállodai animátorok pedig a gyakorlott rendezvényanimátorokból válhatnak.

Összegzés

Összegzésképpen elmondhatjuk, hogy az animáció igen sok területen használt fogalom. A szabadidős, rekreációs tevékenységhez azonban alapvetően három terület köthető: a szociokulturális, a turisztikai és a rendezvényanimáció. A rekreációban az animációs tevékenység jelentősége, hogy segít az egyénnek vagy a csoportnak felfedezni saját szabadidős igényeit és beteljesíteni azokat. A valós igények mellett az animátor és a csoport hatására a résztvevő megismerheti rejtett igényeit is, amelyek esetleg csak a tevékenység kipróbálása után épülnek be a szükségleti rendszerbe. Magyarországon az utóbbi években ez a terület rohamosan fejlődik, számos új képviselő jelenik meg az animációs piacon. Ennek megfelelően a képzőintézmények is igyekeznek megfelelni a munkaerőpiaci elvárásoknak. Jelenleg azonban még az útkeresés folyik. Ennek kutatása egy újabb tanulmány témáját képezheti.

Irodalom

- Bokor Béla, Koltai Dénes (1995): *Szociokulturális animáció*. Janus Pannonius Tudományegyetem, Pécs.
- Endrődy Gábor, Kozma Kálmán (1998): *Rendezvény szervezés I.* Kereskedelmi, Vendéglátóipari és Idegenforgalmi Főiskola, Budapest. 24-32. p.
- Finger, Claus, Váczy Sándor (2002): *Az animáció alapjai*. Kodolányi János Főiskola, Székesfehérvár. 17-30. p.
- Finger, C., Gayler, B. (1990): *Animation im Urlaub*. Oldenbourg, München.
- Gyarmati Ildikó (2005): *Rendezvény szervezési kalauz*. Atheneum 2000 Kiadó, Budapest.

- Kis Jenő (2002): *Bevezetés egy nemzeti érvényességű rekreációelméletbe*. In: Dobozy László (Szerk.): *Válogatott tanulmányok a rekreációs képzés számára*. Magyar Sporttudományi Társaság, Budapest.
- Kovács Tamás Attila (2004): *A rekreáció elmélete és módszertana*. Fitness Kft., Budapest.
- Kraicné Szokoly Mária (2004): *Felnőttképzési módszertár*. Új Mandátum Könyvkiadó, Budapest.
- Limbos, Edouard (1985): *Kulturális és szabadidős csoportok animációja*. Népművelési Intézet, Budapest.
- Magyar Márton (2003): *Turisztikai animáció*. Budapesti Gazdasági Főiskola Kereskedelmi, Vendéglátóipari és Idegenforgalmi Kar, Budapest.
- Tomecskó Erika (2006): *Konferencia típusú rendezvények szervezése*. Budapesti Gazdasági Főiskola Kereskedelmi, Vendéglátóipari és Idegenforgalmi Kar, Budapest.

OROSZ FEJLESZTÉSEK A PEKINGI OLIMPIÁIG

- **Barna Tibor**
- **Fodor Tamás**

Semmelweis Egyetem Testnevelési és Sporttudományi Kar,
Küzdősportok Tanszék

A Magyar Sportszövetség főtítkárának becslése szerint (1988-ban) az állami pénzek a sport összköltségeinek alig 10 százalékát fedezték. A magánszektor – a nagy multinacionális vállalatoktól a honi kisvállalkozásokig – reklámbefizetéseivel a sport szükségleteinek csupán további 10 százalékát teremti elő.

Az Országos Testnevelési és Sporthivatal közgazdasági főosztály-vezetőjének korábbi becslése szerint az állam, s az állami vállalatok 1990 és 1994 között legalább 24 milliárd forinttal csökkentették a magyar versenysportnak nyújtott támogatásukat. Anyagi forrás hiányában tovább folytatódott a csaknem két milliárd értékű magyar sportlétesítmény-állomány értékcsökkenése. (A jelenlegi helyzet józan elemzését hallhattuk a legutóbbi Olimpiai Edzők Fórumán egy nagy tekintélyű, sokat tapasztalt sportszakembertől, dr. Ormai Lászlótól.) A leépülés természetesen a sportban dolgozó versenyzők és edzők létszám változásával is kifejezhető. 1984-1988 között az igazolt sportolók száma több mint 10 százalékkal, az edzőké 20 százalékkal csökkent. A sportegyesületek száma 1988 és 1991 között 3307-ről 2176-ra apadt, a szakosztályoké csaknem 24 százalékkal lett kevesebb, az igazolt versenyzők száma 12 százalékkal, a minősített edzőké 27 százalékkal zsugorodott.

Így kezdődött, és ez a tendencia nem változott napjainkig.

Magyarország mindig büszke volt olimpiai sikereire, nagyságához és lakosságának számához képest fényes sikereket aratott a nemzetek közötti versenyekben.

A NOB vizsgálatot indított a 2002-es Salt Lake City-i téli olimpia pályázatának ügyében, mivel felmerült a gyanú, hogy a pályázati bizottság mintegy 500 ezer USD tanulmányi ösztöndíjjal támogatott 13 személyt, köztük a pályázatot elbíráló testület hat tagjának hozzátartozóit.

Marc Hodler, a NOB egyik alelnöke, az olimpiai odaitélését érintő széles körű korrupcióról tett említést 1998. december 13-án Lausanneban. A nagy tekintélyű 80 éves svájci ügyvéd kifejtette: „Egy négy főből álló ügynökcsoport a voksok adásvételéből teremti elő megélhetését”. Állítása szerint ezek az emberek ötszázezer és egymillió dollár kö-

rüli összegekért ígérték meg a kérdésben dönteni hivatott NOB-tagok szavazatait az olimpiát rendezni szándékozó városok részére.

Az eredmény ismert, az erkölcsi értékcsökkenés felbecsülhetetlen.

Sajnos a sok reklámot és nagy pénzügyi előnyöket ígérő sportokban nem sok keresnivalónk van. Melyek ezek a sportágak? Elsősorban a világ legnagyobb sportvállalata, a labdarúgás.

Az 1997-ben Burkina Fasóban megrendezett Afrika Kupa meccseit a fekete kontinensen 140 millió tévénéző figyelte. A mérkőzések 98%-át átvették az afrikai csatornák, és a városi lakosság 90%-a nézte is a közvetítéseket. Afrikában soha semmilyen esemény sem váltott ki ekkora és ilyen intenzív érdeklődést.

Az Egyesült Államokban rendezett 1994-es labdarúgó-világbajnokságnak 3,2 milliárd nézője volt a világon, a franciaországinak (1998) már 3,7 milliárd. Ezekhez a számokhoz képest az 1996-os atlantai olimpiai játékok 2 milliárdos nézőszáma már-már csekélynek mondható. Egy világszintű labdarúgó heti fizetése ma körülbelül 20.000 GBP, angol viszonylatban ez egy egyetemi tanár fizetése, no nem egy hétre, hanem egy évre. Tényként kezelhetjük, hogy a labdarúgás mind a nézettséget, mind a szövetkező tagországok számát tekintve megelőzte az egész sportvilágot.

Napjainkra olyan helyzetbe kerültünk, hogy a korábbi sikersportágaink (vívás, birkózás, úszás) anyagi gondokkal küzdenek, mert mindig is viszonylag kevés nézőt vonzottak, emiatt kevés szponzort találnak (a sport társadalmi funkcióit elsősorban személyiségformáló erejét, a sportot, mint nevelési színteret a *politikusaink* „*máshogy*” látják).

A sportszakember számára nehezen elfogadható hogy a gazdasági átalakulás legnagyobb vesztese a sport legyen.

Az igazán drámai bejelentésről 2006. november 26-án adott hírt a sajtó, a bejelentést a MOB elnökségi ülésén Berkes István, az Országos Sportegészségügyi Intézet főigazgatója tette: bár hivatalos értesítése még nincs – kedden közlik a részleteket a minisztériumban –, az újsághírek alapján úgy tűnik, a Sportkórház léte veszélyben forog, könnyen lehet, hogy rehabilitációs intézetté alakítják át. Ez alapjaiban rengetné meg a magyar sport pekingi felkészülésének stratégiáját, hiszen egyrészt keretorvosok, masszőrök, sportpszichológusok vesztenék el fizetésüket – a központi akarat így szól: a szövetségek vegyék meg a szolgáltatást a piacon –, másrészt ezen túl sem a jelen sportolói, sem a múlt nagyjai nem részesednek az OSEI-ben nyújtott magas színvonalú ellátásban. Mi több, megszűnik a lehetőség, hogy az olimpiai kerettagok átessenek az évi szűréseken, ami elengedhetetlen a sportolók erőnlétének, egészségügyi állapotának megbízható

feltérképezéséhez (és a magyar sport sikereihez nélkülözhetetlen kutatási részleget is be kell zárni). Mikola István nem tartotta helyesnek, hogy a kormány ki akarja venni az egészségbiztosítás finanszírozásából az élsportolók kezelését. Mint mondta, az élsport nem úri luxus, hiszen ha nincs élsport, akkor tömegsport sincs.

Hazánkban a sport iránti lelkesedés utoljára 2001-ben volt tapasztalható. Az akkor Lausanne-ban tartózkodó Orbán Viktor miniszterelnök május 21-én közölte Juan Antonio Samaranchsal, a Nemzetközi Olimpiai Bizottság – azóta nyugalomba vonult – elnökével, hogy Budapest megpályázza a 2012-es nyári olimpia megrendezését. Ekkor a sport egyik pillanatról a másikra a magyar közélet legfrekvenciáltabb szelete lett, különösen azok után, hogy hazánk bejelentette igényét a 2008-as labdarúgó Európa-bajnokság rendezésére is.

Birkózás a középpontban

Birkózásban, csakúgy, *mint a többi taktikai sportban, a váratlanul megjelenő, rövid időn belül nehezen érthető és tisztázható, sőt eddig a versenyző előtt ismeretlen küzdőhelyzetben a mentális és motoros válaszadásra készítő kihívások és megoldásmódjuk olyan eredménycentrikus hozzáállást feltételez, amely alapvetően az információk leadásán, felvételén és feldolgozásán nyugszik.* Ez a folyamat már az adott verseny vagy mérkőzés előtt az ellenfél aktuális állapotáról való információgyűjtéssel megkezdődik. Ezt tettük mi is, amikor utánajártunk, hogy a világelső orosz birkózás milyen stratégiai terv szerint készül a következő olimpiára.

Az orosz birkózószövetség elhatározása, hogy jelentősen fejlessze az egyes régiókban a birkózósportot, legfőképp a gyermekbirkózást. A szövetség – *saját finanszírozásban* – az ország egyes régióiban 1000 komplett edzőtermet épít, 10 000 birkózószőnyeget vásárol, és 30 000 komplett sportöltözéket oszt szét az egyes válogatott kereteknek és a klubcsapatoknak! *A pekingi olimpiai játékok eredményességének javítása érdekében a következő intézkedéseket hozta:*

1. A válogatott keret tagjaival (8 fő/súlycsoport) szerződést kötött (az olimpia időpontjáig tart), amely a következő fizetéseket foglalja magában:

I. kategória – (olimpia, vb- és Eb-aranyérmesek) – 5000 dollár/hó,

II. kategória – (világversenyek érmesei) – 3000 dollár/hó,

III. kategória – (világversenyek pontszerzői + a junior világversenyek érmesei) – 2000 dollár/hó.

Az anyagi juttatások a nevezett versenyzők edzőit is ugyanolyan mértékben megilletik!

2. A világversenyeken kimagaslóan szereplő versenyzők jutalmazását a következőképp állapították meg (ez az összeg a szövetség részéről kerül kifizetésre, az állami szervek, a szponzorok, illetve a helyi klubvezetők prémiumai külön számítanak):

	I. hely	II. hely	III. hely
Felnőtt			
vb	8000 \$	5000 \$	3000 \$
Eb	5000 \$	3000 \$	2000 \$
Junior			
vb	5000 \$	3000 \$	2000 \$
Eb	3000 \$	2000 \$	1000 \$

A szóban forgó összegeket az edzők is megkapják a versenyzőik után.

3. A felnőtt válogatott keretekben a szövetségi kapitányt hét edző segíti, az egyes edzők egy adott súlycsoportért felelnek. Fizetésüket a szövetség biztosítja (az összeg nem ismert).

4. A szabad- és a kötöttfogású válogatott keretek (8 fő/súlycsoport) költségvetése 4,5 milliárd forint (2 éves ciklus), a női csapaté 1,5 milliárd forint. Ez a versenyeztetést, edzőtáborozást, felszerelést, az orvosi csoport és a tudományos csoport költségeit foglalja magában.

Jelentősen növelik a külföldi nemzetközi versenyeken való részvételt, akár súlycsoportonként 4-5 főt is kipróbálnak (például 2006 novemberében, azonos időpontban, Finnországban 16 fő, Franciaországban 18 versenyzőt indítottak). Emellett fontosnak tartják a női szakág fejlesztését, koncentrálva a négy olimpiai súlycsoportra. Ennek érdekében kérték fel Szergej Beloglazovot (kétszeres olimpiai, hatszoros világbajnok), aki jelenleg a női szövetségi kapitány. Natalia Golts (55 kg), mint az év női versenyzője, Moszkvában egy kétszobás lakást kapott karácsonyra a szövetségtől, hogy ezzel is biztosítsák a zavartalan felkészülését.

5. Évente átlagosan 8-10 nagyobb pénzdíjas nemzetközi versenyt rendeznek, ahol általában 5-3-2 ezer dollárt kapnak a dobogós helyezettek, illetve az edzőik.

6. A „Norilszkij Nikkel” (szibériai nikkeltányászati cég) és a „Nafta-Moszkva” (olajipari cég) cégekkel a szövetség szponzori szerződést kötött, ők biztosították 2007-ben két nemzetközi verseny megrendezését, a következő kondíciókkal:

Jarigin-émlékverseny (Krasznojarszk): 400 millió forintot investálnak a sportcsarnok elektronikai rendszerének fejlesztésére, egy új edzőközpont létrehozására, és egy 4 csillagos vendégszállás létrehozására. A verseny összdíjazása 100 ezer dollár volt.

Szabadfogású (és női) világbajnokság (2007 március, Krasznojarszk): a verseny összdíjazása 150 ezer dollár.

Ilyen feltételekkel készülnek ellenünk, míg a magyar versenyzők egy része anyagi természetű gondjaik miatt a visszavonulást fontolgatja azután, hogy az engedély nélküli külföldi versenyzés miatt több versenyző hazai és nemzetközi versenyzési jogát a szövetség felfüggesztette.

A STRESSZ- ÉS SZORONGÁSKUTATÓ TÁRSASÁG (STAR) 28. KONFERENCIÁJA (Bavor, 2007. július 19-22.)

A Stress and Anxiety Research Society (Stress- és Szorongáskutató Társaság) 28. konferenciája a dominikai Bavaroban került megrendezésre. Első ízben rendeztek a karibi térségben STAR-konferenciát. A különleges környezet és az európaiaktól jelentősen eltérő egyenlítői időjárás különösen érdekessé tették a helyszínt. A varázslatosan fehér homok és a korlátlan szállodai szolgáltatások felejthetlenné tették a három napot. A szervezés és a lebonyolítás óriási munkáját *Cecil Hiralciónak* köszönhetjük, aki igazán jó vendéglátónak bizonyult.

A konferencia témái nagy változatosságot mutattak. Magukban foglalták a pozitív és negatív érzelmek pszichológiai értékelését, a stressz és szorongás vizsgálatát krónikus betegségekben szenvedők-nél, illetve HIV-fertőzötteknél, amely témakör kiemelt jelentőséggel bírt a házigazdák országában, tekintettel a HIV-betegség (AIDS) betegség térségen belüli előfordulási gyakoriságára. Hangsúlyt kaptak a stressz és szorongás, illetve a negatív érzelmek kezelésére és a beavatkozás fontosságára figyelmet felhívó témák. Szóba került a stressz pszicho-fiziológiai háttere és a stressz-elméletek kognitív megközelítésének problémái. A konferencián a stressz, a szorongás és a megküzdéskultúrák közötti összehasonlítást bemutató előadások is elhangzottak.

A sokrétű témaköröket a vitaindító előadók nagyhatású bemutatói tették teljessé. *Charles D. Spielberger* (University of South Florida, USA) – a TF díszdoktora – a haragra való hajlam, az A-típusú személyiség és a szívbetegségek kapcsolatáról beszélt. Előadásában kiemelte, hogy azok a személyek, akik magasabb haragra való hajlammal rendelkeztek, nagyjából az A-típusú (ingerlékeny) személyiségkategóriába sorolhatók. Az ilyen személyeknél nagyobb kockázattal jelentek meg szívbetegségek, mint a kontrollszemélyek-nél. *Gerald Koocher* (Simmons College, USA), aki az Amerikai Pszichológiai Társaság (APA) elnöke, előadásában a pszichoterápia gyakorlati részébe nyújtott betekintést; azokról a szülőkről beszélt, akik elvesztették a gyermeküket, és konkrét példán mutatta be a klinikai pszichológia terápiás lehetőségeit. *Peter Lang* (University of Florida, USA) a szorongás pszichofiziológiájáról tartott előadást. Kifejtette, hogy a „neural imaging

technics” lehetővé teszi a különböző szorongásos betegségek hatékony kezelését.

Charles D. Spielberger bejelentette, hogy 25 ezer amerikai dollárt ajánl fel a Stress and Anxiety Research Society számára, melyet a későbbiekben a fiatal kutatók támogatására és vendéglődők meghívására fordítanak.

A szokatlanul kevés (összesen 50) előadás mellett 16 poszterbemutató színesítette a konferencia programját. A korábbiaktól eltérően – feltehetően az alacsony részvétel miatt – nem volt külön sportpszichológiai szekció. Lényegét tekintve az előadók közül egyedül a magyar szerzők témája volt sportvonatkozású.

Tóth László (Tóth, Géczi, Sipos és Bognár) *Examination of competitive state anxiety (CSAI-2), athletic coping strategies (ACSI-28), and STPI-Y variables at national team members and in different age groups of Hungarian ice hockey players* (A magyar felnőtt férfi jégkorong-válogatott és a különböző utánpótláskorú jégkorongversenyzők versenyszorongásának, megküzdőstratégiájának és STPI-Y változónak vizsgálata) címmel tartott előadást, amelyben kifejtette, hogy a kutatás elsődleges célja felnőtt válogatott és a különböző életkorú utánpótláskorú jégkorongjátékosok szorongásának és megküzdőképességének összehasonlítása volt. A mintában az U-16, az U-18, az U-20 és a felnőtt jégkorong-válogatott tagjai vettek részt (N=120). A vizsgálatok során először versenyszorongást (kognitív és szomatikus szorongás, illetve önbizalom) mérték (Martens et al., 1990). A megküzdőképességet (ACSI-28) a következő alskálákkal vizsgálták: 1. skála: csapásokkal való megküzdés (coping with adversity), 2. skála: teljesítmény téthelyzetben (peaking under pressure), 3. skála: célkitűzés/mentális felkészülés (goal setting/mental preparation), 4. skála: koncentráció (concentration), 5. skála: szorongásmentesség (freedom from worry), 6. skála: önbizalom és teljesítménymotiváció (confidence and achievement motivation), 7. skála: edző általi irányíthatóság (coachability) (Schmidt et al. 1990; magyar változat: Jelinek, 2000).

Az STPI-Y önértékelő skálát a szorongás, a kíváncsiság, düh/harag, és a depresszió egyéni különbségeinek kimutatására Spielberger (1995), a magyar változatot Sipos, Bodó és Spielberger (2004) fejlesztette ki. Az eredményekből egyértelműen kiderül, hogy az alkalmazott pszichometriai skálák megbízhatóak és érvényesek az adott populáció pszichológiai állapotának vizsgálatára. A jégkorongjáték sajátosságaiából következő megemelkedett feszültségi szintet (pillanatnyi harag/düh) detektálták a szerzők és megállapították, hogy a magasabb feszültségi szint kontrolljának elégtelenségéből fakadóan a fiatalabb életkorban az emocionális szabályozás instabillá válik. A felnőtt, tapasztalt versenyzők megtanulták az emocionális

folyamatokat kontrollálni. Teljesítményük egyik fontos összetevője a koncentrálóképesség színvonala. A feszültségi szintet jól bevált módszerekkel hatékonyan lehet szabályozni, s javasolható az említett módszerek (autogén tréning, mentál tréning stb.) fiatalabb életkortól történő oktatása, gyakorlása.

Az edzhetőség (edző általi irányíthatóság) a teljesítmény szempontjából lényeges összetevő. A vizsgálat eredményei szerint a különböző életkorú versenyzők eltérő edzésvezetési stratégiákat igényelnek. Az életkor előrehaladtával az edzői kommunikáció hatékonysága attól függ, hogy mennyire képes az edző aktívan bevonni a játékosokat az edzéstervezés folyamatába.

Úgy tűnik, hogy a felnőtt jégkorongozóknál az agresszív impulzusok intenzívebb kielése a depresszióra való hajlam alacsonyabb értékével jár együtt.

A vizsgálat eredményei megerősítették, hogy a férfiasabb, keményebb sportokat űzőket sem kerülik el az emocionálisan labilisabb állapotok, melyek tartóssá válása esetén a teljesítményt negatívan befolyásoló tényezőkké válhatnak. A fiatal felnőttkorban a kedvezőtlen személyiségvonások – szakember segítségével – meglehetősen hatékonyan módosíthatók (Abstracts book, CD).

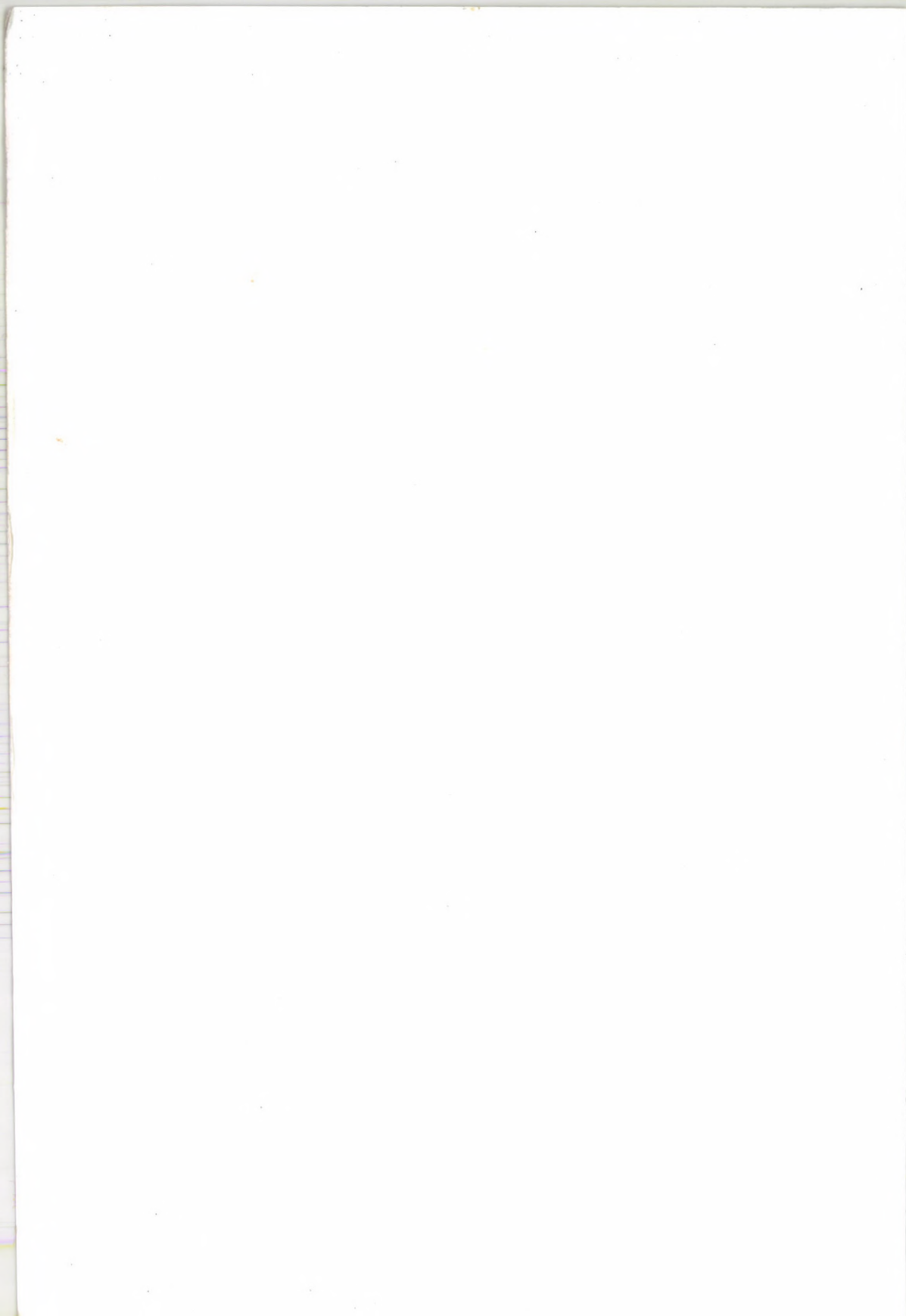
A 28. STAR-konferencia meglehetősen szűk körű volt. A relatíve kevés résztvevő általában jellemző az Európán kívüli helyszíneken rendezett konferenciákra. A családi hangulatot a különleges környezet és az előadások minősége is fokozta megfigyelhető volt, hogy sok fiatal kutató első ízben vesz részt a konferencián. A társaságot alapító nagy nevek mellett – elsősorban a társaság folyóiratának szerkesztői között – az új generáció képviselői egyre nagyobb teret nyernek. Például a fiatal pszichológus, *Tobias Ringeisen* lett a STAR hivatalos újságjának a szerkesztője. Az egyes országok képviselői között is megkezdődött a fiatalok előretörése, ami azáltal valósul meg, hogy a sorra kerülő konferenciák szervezői automatikusan nemzetük képviselőivé válnak. Ez volt megfigyelhető a Dominikai Köztársaság (STAR-2007) esetében, és így lesz a jövőre Londonban megrendezésre kerülő STAR-2008 esetében is.

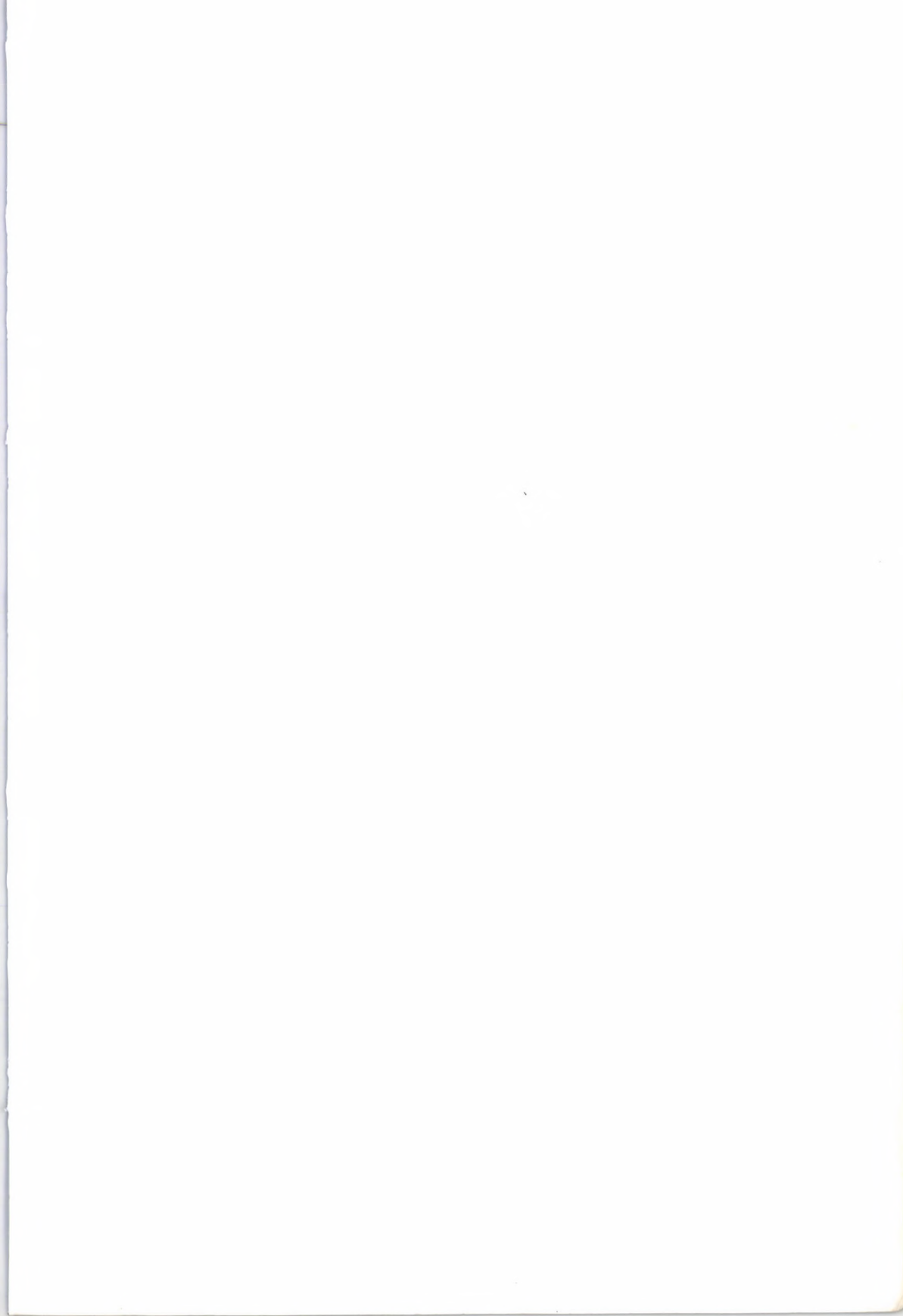
A 2009-es STAR-konferencia lehetséges helyszínei között ismét szerepel Budapest, ahol egy európai pszichológiai/sportpszichológiai konferencia szatellitrendezvényeként (ahogy a 12. STAR-konferencia esetében történt 1991-ben) a TF ismét egy rangos tudományos összejevetel házigazdája lehet. Ennek érdekében e sorok írója a társaság elnökével, *Michael Eysenck* professzossal folytatott személyes beszélgetés során ismertette elképzeléseit a 30. STAR-konferencia megrendezésével kapcsolatban. Az elnök úr biztosított a támogatá-

sáról, s jelezte, hogy a végső döntés a téli rendkívüli elnökségi ülésen lesz, amelyre a budapesti konferencia szervezőbizottságának elnöke (dr. Tóth László) és a STAR magyarországi képviselője (prof. dr. Sipos Kornél) egyaránt meghívást kapott.

Tóth László









SEMMELWEIS EGYETEM • BUDAPEST • SEMMELWEIS UNIVERSITY

KALOKAGATHIA

A TESTNEVELÉSI ÉS SPORTTUDOMÁNYI KAR KÖZLEMÉNYEI
Review of the Faculty of Physical Education and Sport Sciences



XLVI. évf. 2008. 2-3. sz.

Vol. XLVI. 2008. No. 2-3.

SEMMELWEIS EGYETEM

Testnevelési és Sporttudományi Kar (TF)

Könyvtár Bp.200 9.05.06.

Lelt.sz. 16765 Rakt.j. 80-577

2009 - - 1

KALOKAGATHIA

A TESTNEVELÉSI ÉS SPORTTUDOMÁNYI KAR KÖZLEMÉNYEI
Review of the Faculty of Physical Education and Sport Sciences



10042137
TF Könyvtár

XLVI. évf. 2008. 2-3. sz.
Vol. XLVI. 2008. No. 2-3.

KALOKAGATHIA

SEMMELWEIS EGYETEM

A Testnevelési és Sporttudományi Kar Közleményei

SEMMELWEIS UNIVERSITY

Review of the Faculty of Physical Education and Sport Sciences

Szerkesztőbizottság/Editorial Board

Bognár József (főszerkesztő/Editor-in-Chief),

Farkas Anna, Hamar Pál, Krasovec Ferenc,

Radák Zsolt (a szerkesztőbizottság elnöke/Chairman of the Editorial Board),

Szikora Katalin, Tóth László

Nemzetközi szerkesztőbizottság/International Editorial Board

Clayton, Brenda L.	University of Wisconsin, Department of Health, Physical Education and Sport Sciences, Whitewater, USA
Czyż, Stanisław	University of Physical Education, Sport Didactic Department, Wrocław, Poland
Kampmiller, Tomáš	Comenius University, Faculty of Physical Education and Sport, Bratislava, Slovakia
Manolas, Victor M.	Athens Naval Hospital, Greece
Martinez Alvarez, Lucio	University of Valladolid, Department of Pedagogy of Body Expression, Spain
Salvara, Marina I.	National and Kapodistrian University of Athens, Department of Primary Education, Greece,
Seinbach, Dirk	German Sport University, Department of Leisure Studies, Cologne, Germany
Tóth, Igor	Comenius University, Faculty of Physical Education and Sport, Bratislava, Slovakia

Tanácsadó testület/Consulting Board

Berkes István, Földesiné Szabó Gyöngyi, Gombocz János,

Keresztesi Katalin, Mészáros János, Pavlik Gábor, †Rigler Endre,

Sipos Kornél, Tihanyi József

Olvasószerkesztők/Proof-readers

Krasovec Ferenc, Nagy Pál

Szerkesztőség/Address of the Editorial Board

1123 Budapest, Alkotás u. 44.

Tel.: (1) 487-92-00/1271, fax: (1) 356-63-37

E-mail: bognar@mail.hupe.hu



ISSN 1218-1498

Kiadja a Semmelweis Egyetem Testnevelési és Sporttudományi Kar (TF)

A kiadásért felel a Kar dékánja

Készült a TF nyomdájában (Plantin-Print Eurotrans Kft.)

Published by Faculty of Physical Education and Sport Sciences
of the Semmelweis University

Responsible publisher is the Dean of the Faculty

Printed in the Printing offices of the Faculty

TARTALOM

Contents

Bakonyi Tibor

- Államszocializmusból az újkapitalizmusba: Átmenetek és átmentések
a sportpolitikában Magyarországon5
From state socialism into neo-capitalism: Transitions and preservations
in sport policy in Hungary

Ábrahám Júlia

- Útkeresés a rekreációkutatásban: A rekreáció és a pozitív
életérzések kapcsolata28
Seeking for the way of recreation-researches: Relationship between
recreation and positive attitudes of life

Takács Bence

- A 13-17 éves magyarországi fiúk és lányok televíziózási szokása
fizikai aktivitásuk tükrében47
About role of the television's in the lifestyle of boys and girls (age between
13 and 17) in the mirror of their phisycal activity in Hungary

Komáromi Dániel

- A játék logosza61
The logos of play

Velencei Attila, Kovács Árpád, Szabó Attila, Szabó Tamás

- Sportaudit az utánpótlás-nevelésben: Egy lehetséges módszer alapjai?85
Sport-data acquisition system in sport talent care: Can it be the basic
of a possible method?

Koltai Miklós, Bognár József

- Játékelméleti szemlélet alkalmazása a röplabdázás döntési
mechanizmusában az együttes feladatmegoldás hatékonyságának
fokozása érdekében107
Applying the approach of game theory in the mechanisms of volleyball
for the sake of enhancing the efficiency of collective task solving

Suskovics Csilla

- Adatok a Somogy megyei növekedésvizsgálathoz - bőrredővastagságok122
Data for investigation of growth in Somogy county - Skinfold measurements

Maja Bučar, Marjeta Kovač, Karácsony István, Jernej Pajek, Ivan Čuk

- Női hallgatók testalkati jellemzői, mint teljesítményt meghatározó
tényezők az akrobatika oktatási programjában136
Morphological characteristics of female students as a performance factor
in the acrobatic study program

<i>Nemes Gábor, Nagykáldi Csaba</i> Teniszjátékosok küzdőképességének elemzése	145
Analysis of assertiveness in tennis players	
<i>Kanczler István, Nagykáldi Csaba</i> A sportoló képe a reális és az ideális edzőről	152
The picture of athlete about real and ideal coach	
<i>Hajduné László Zita</i> Aktuális szorongás a versenysportban	160
State anxiety in the competitive sport	
<i>Németh Endre, Nagykáldi Csaba</i> Edzésterhelés hatása a pszichometriai jellemzőkre judóban	173
The effect of trainingloading to the psychometrical	
<i>Dobos Károly, Nemes Gábor</i> A tenisz alapvető mozgáselemeiben nyújtott teljesítmények elemzése testnevelés szakos hallgatók eredményei alapján	181
An analysis of basic tennis movements performance based on the results of physical education university students	
<i>Reigl Mariann</i> A testnevelés érettségi, a közoktatás és a felsőoktatás kapcsolata	200
<i>Leopold József</i> Fiú tornászok versenyrendszere és tehetséggondozása az USA-ban	208
<i>Kormosné Acsai Irén</i> Az egyetemi diáktanácsadás pedagógiai-pszichológiai tapasztalatai: Egy működő gyakorlat elemzése	214
<i>Szabó Eszter, Turcsik István, Sivadó Linda, Leibinger Éva</i> Nemzetközi testnevelési és egészségügyi intenzív program (Tilburg, 2008. március 6-15.)	226
<i>Kovács Katalin</i> 10. Nemzetközi sporttudományi kongresszus (Bolu, 2008. október 23-25.)	230
<i>Szikora Katalin</i> Újabb szintézis az ókori görög sport máig aktuális kérdéseiről	234

ÁLLAMSZOCIALIZMUSBÓL AZ ÚJKAPITALIZMUSBA: ÁTMENETEK ÉS ÁTMENTÉSEK A SPORTPOLITIKÁBAN MAGYARORSZÁGON

From state socialism into neo-capitalism: Transitions and preservations in sport policy in Hungary

● Bakonyi Tibor

Semmelweis Egyetem Testnevelési és Sporttudományi Kar
Zsigmond Király Főiskola

Összefoglaló

A magyar sport több politikai rendszerváltást élt meg az elmúlt hat évtized folyamán, melyek mindegyike megteremtette a maga sportpolitikai eszméjét azzal a céllal, hogy szocializálja a korábbi elitista és látványos profi sportot. Ez kifejezésre jutott a sporttal foglalkozó minden jelentős és átfogó politikai dokumentumban az 1947-1948. évi kommunista hatalomátvételt követően mind a mai napig. Ezen időszaknak a sporttal foglalkozó minden politikai dokumentumában voltak olyan hasonlóságok, melyek miatt ezeket érdemes összehasonlítani. A szerző komparatív módszerrel elemzi az említett dokumentumokat és eközben a bennük ismétlődő motívumokra koncentrál. Ezekből a dokumentumokból a kutatók reális képet kaphatnak a társadalmi sportok helyzetéről Magyarországon, még az államszocializmus azon évtizediből is, amikor az országban nem létezett sportszociológia. A posztkommunizmus csaknem két évtizede alatt három különböző sporttörvényt adtak ki, nem is szólva ezen alaptörvények számos módosításáról. Jelen dolgozat alapvetően a sporttal foglalkozó politikai szövegekben szereplő tényleges elemzésekkel foglalkozik, melyekből egy dolog mindig hiányzik: az anyagi és a pénzügyi források kérdése. Ily módon a számos jóakarató és időnként radikális átmenet ellenére, mely a politikában csakúgy mint a sportpolitikában lejátszódott a demokratikus Magyarországon, úgy tűnik, hogy a magyar sport struktúrája meglehetősen konzervatív és hasonló az államszocializmusbeli struktúrákhoz.

Kulcsszavak: sporttörténet, sportpolitika, szociáldemokrácia, államszocializmus, rendszerváltás, parlamenti demokrácia, kapitalizmus.

Abstract

Hungarian sport has gone through more than one change of political regimes during the past six decades. Which all produced their sport-poli-

tical concept aiming to socialize the former elitist and spectacular professional sport. This had been manifested in every significant and comprehensive political documents, on sport following the Communist takeover in 1947-1948 up to now. Each political document of this period on sport has certain similarities that make these documents worth to compare. The following study analyses these political documents in a comparative way and meanwhile it focuses on the repetitive motifs of them.

From these documents the researchers can get a realistic picture of the social sports in Hungary even from those decades of state socialism when there was no sociology of sport in the country. In the almost two post-Communist decades three different laws on sport have been issued not to mention the numerous modifications of these basic laws. This study focuses mainly on the actual analyses given in the political texts, on sport from which one thing has always been missing: the material and financial resources. Thus despite the numerous benevolent and sometimes radical transitions in politics as well in sport politics in democratic Hungary the structures of the Hungarian sport seem to be rather conservative and similar to the state socialism's structures.

Keywords: Sport history, sport policies, social democracy, state socialism, change of political regimes, post-Communism, parliamentary democracy, capitalism.

Bevezetés

A dolgozat arra vállalkozik, hogy a közismert sportpolitikai szövegek rejtett dimenzióinak feltárásával bemutassa, mennyiben volt az 1989-at követő sportpolitikai rendszerváltás egyszerre strukturális átmenet, és struktúrák átmentése. A magyarországi „törvényes forradalom” (Király és Bozóki, 1995) bársonyos átmenetet biztosító körülményei között a magyarországi sport struktúrái – a kelet-európai új demokráciákéhoz képest – számos elemét meg tudták őrizni az államszocialista korszak sportpolitikájának, annak ellenére, hogy a sport és a sportpolitika sosem volt témája a rendszerváltás „forgatókönyvét” rögzítő 1989-es kerekasztal-tárgyalásoknak (Bozóki, 1999). A magyarországi sport rendszerváltásának nem volt forgatókönyve, ahogy az 1989-90-ben formálódó magyarországi többpártrendszer egyetlen szereplője sem rendelkezett határozott és világos sportpolitikai koncepciókkal. Ez a politikai környezet határozta meg a magyarországi sport átmenetét, amely máig nem zárult le. Az átmenet egyes – jellegzetesen kormányzati ciklusokhoz köthető – szakaszaiban egyszerre és együtt léteztek s működtek az államszocialista korszakra jellemző sportpolitikai mechanizmusok és struktúrák a piacialapú újdemokráciák mechanizmusaival. Hol az állam, hol az önszerveződő társadalom – azaz a civil sportszervezetek –, hol pedig a piac és ezek lehetséges közös metszetei tűntek az aktuális sportpo-

litika *parakoncepciók* doktriner alapjainak. A hazai sporttársadalom elitje igyekezett minden ciklusban alkalmazkodni az aktuális sportpolitikai realitásokhoz, gyakran épp pártpolitikai szinten is kiszolgálva azt. Ennek következtében a magyarországi sport vezetői kényszerűségből politizáltak, míg a politika – holobból, hol ideológiai-politikai okokból – foglalkozott a sporttal. A politika sport iránti érzékenysége nem arról szólt sohasem, hogy felismerte és beismerte volna a sport társadalmi hasznát. Elsősorban szavazatmaximalizálási okokból tett a rendszerváltó politikai elit szesztusokat a sportnak és a sporttal. Ez utóbbinak legnyilvánvalóbb jelentkezése az volt, hogy a parlamenti helyekért küzdő pártok az első két ciklusban több népszerű olimpikont, olimpiai bajnokot is választási listájukon szerepeltettek. Ez a gyakorlat mára megszűnni látszik, az egykori neves sportolók ma már csak *vezető* politikusok mögött, a politikai nagygyűlések tribünjein mint mozgósító illusztráció jelennek meg. A sportnak ilyen típusú szimbolikus politikai felhasználásának csökkenése *is* jelzi, hogy a rendszerváltás második évtizedére a sport politikai haszna és használhatósága erősen csökken. Ugyanakkor a politika eltávolodása a sporttól nem járt együtt a sporttársadalom elitjének depolitizálódásával, a politikától – és a politikai kurzusok újraelosztási gyakorlatától – való függetlenedésével.

A magyar sport szerkezete természetesen nem az 1948-1949-es kommunista hatalomátvétel során formálódott. Hogy e dolgozat nem foglalkozik az – amúgy roppant fontos, s az állampárti korszakkal több, mint kevesebb strukturális párhuzamot mutató – két világháború közötti korszakkal, annak oka, hogy a klebersbergi ihletésű sportpolitika nyíltan volt versenysportközpontú, elitista és militarista. Az önmagát marxistaként meghatározó kommunista (sport-) politika – az elvi kinyilatkoztatások szintjén legalább is – épp ennek tagadása lett volna. Az államszocialista korszak egymást követő sportpolitikai direktíváiból kiolvasható, hogy nem sikerült a jelszavakon túl hatékonyan megtagadni a két világháború közötti korszakot, aminek következtében sajátos kettős beszéd jellemezte mindvégig a szocialistának nevezett időszak sportpolitikáját. Ez a sajátosság kettős beszéd – az előző korszak gyakorlatának elítélésével és megtagadásával együtt *is* – természetesen a magyarországi sportpolitika egyik máig élő súlyos öröksége.

A dolgozat aktualitását az adja, hogy 2008-ban jelent meg az a keményfedeles, gazdagon illusztrált reprezentatív kötet (*Útban a sportoló nemzet felé*) az illetékes kormány szerv kiadásában, amely szándékai szerint a 21. század magyarországi sportjának koncepcionális alapvetéseit tartalmazza. A kiadvány szerkesztőinek megfogalmazása szerint ez az útmutató a legfontosabb sportpolitikai, sportstratégiai szöveg a rendszerváltás óta. E szöveg lehetséges történeti, történelmi kontextusát szeretnénk felvázolni az alábbiakban.

A szocialista örökség

A nemzetközi és a hazai sporttörténeti szakirodalom mind ez idáig megegyezett a szocialistának nevezett korszak sportpolitikai direktíváinak politikai-ideológiai leírásával, minősítésével. Ugyanakkor ezek az ideologikus politikai direktívaszövegek alkalmasak arra, hogy ne csak az aktuális sportpolitika leírását segítsék, hanem izgalmas és újszerű megvilágításba helyezték a sportot és sportpolitikát mint történelmi jelenséget.

Richard Maltby szellemes formulájával élve, a sport a politika meghosszabbítása csak más eszközökkel (Maltby, 1994). A Clausewitz-től újított parafrázis a hidegháború, a bipoláris világrend végére vonatkozott, ám annak elmúltával is alkalmazhatónak tűnik, legalábbis Magyarországon. Ezt szeretnénk illusztrálni a hazai sportpolitika alapján. Az átmenetre fókuszoló munkánk először tisztázní szeretné a szocialista sport, az államszocialista sportpolitika fogalmát, annak tartalmát, majd a magyar sportban mind a mai napig le nem zárult rendszerváltás átmeneti sportpolitikai útkereséseit felvázolni. Mindezek során az idézett maltby-i parafrázis aktuális magyarországi megjelenési formáit igyekszünk megragadni a hazai sportpolitikai szövegek egységes korpuszát használva, azokat feleltetve egymással. Ennek kettős oka van. Az első a kézenfekvőbb: a szövegek történeti kontextusba helyezése elősegíti az adott szövegek és a mögöttük – gyakran valóságosan is – megbúvó sportpolitikák rejtett dimenzióinak megragadását. Ugyanakkor az egyes szövegek elemzését, felhasználását az is indokolja, hogy épp az átmenet évtizedeiben ezek a politikai, sokszor direktíva típusú dokumentumok gyakran reflektálnak a korábbi időszakok hasonló szövegeire.

Kiindulási pontunk az úgynevezett szocialista sport. A szocialista sport fogalma távolról sem monolitikus. Nyilvánvaló különbség volt az ellenzékben lévő szocialista munkáspártok és a hatalmi monopóliumot élvező kommunista állampártok sportpolitikájában is. A hagyományos marxista, szociáldemokrata munkáspártok a két világháború közötti korszakban elvi, doktriner módon viszonyultak a sporthoz és a sportpolitikához, megalapozva az államszocialista korszak sportpolitikai beszédmódját.

A 20. század első fele nemzetközi munkás-sportmozgalmának tekintélyes vezetője és teoretikusa, a vezető osztrák szociáldemokrata politikus, Julius Deutsch foglalta össze a marxista-szocialista sportpolitikai hagyományt a legkiválóbban (vö. Wheeler, 1978). A magyarul is megjelent könyve érdekes témánk szempontjából, mert az európai baloldal olyan „sportpolitikai hagyományát” összegezte teoretikusan, mellyel a háború után radikálisan szakított a kommunista párt felügyelte sportpolitika.

Az osztrák sportpolitikus szerint a fejlett kapitalizmus körülményei között nem létezett semleges sport. Mind formájukat, mind tar-

talmukat illetően alapvető és antagonisztikus különbséget látott az úgynevezett polgári és a munkástömegsport között. Osztályharcos szociáldemokrataként lesújtó véleménye volt a polgárinak nevezett sportról, amelyet kapitalista üzemenként értelmezett. A „cirkuszinak” bélyegzett professzionális polgári sport mellett a nem szocialista tömegsportszervezeteket, egyesületeket is éles kritikával illette. Ennek a „polgári” sportnak a tagadása lehetett csak a szocialista sport, amely a szerző meghatározása szerint nem elitista, nem versenysportközpontú, nem militarista, hanem demokratikus és tömegsportközpontú (*Deutsch*, 1931).

A két világháború között nem csak a nemzetközi szociáldemokrata mozgalomban folyt vita a sport politikai funkciójáról. Egyes magyarországi szociáldemokrata politikusokban is felmerült annak veszélye, hogy a „polgári” sport elvonja a munkásosztályt politikai harcaitól. Mások amellet érveltek, hogy a sport, a munkássport a proletariátus felszabadításának eszköze. Általában megállapítható, hogy a sport nem illeszkedett szervesen a magyar szakszervezeti és szociáldemokrata mozgalomba (*Kutassi*, 1987a). Ugyanakkor a magyarországi szocialisták, marxisták is egyértelműen elutasították az elidegenedett professzionális, militarizált, hazafiaskodó polgári sportot. Az 1945-öt követő forradalmi rendszerváltás látszólag megteremtette annak a lehetőségét, hogy ezt az elutasítást a hatalomba hosszú időre berendezkedő, önmagukat marxistaként meghatározó munkáspártok, majd az egyetlen állampárt „anyagi erővé” változtassák, s megszüntessék a sportban is az elidegenedést.

A hazai sportélet számára a világháborút követő rendszerváltás teljesen új helyzetet teremtett. A demokratikus Magyarország egy minőségileg új, szociálisabb, demokratikusabb rendszert akart megteremteni a sportban is.

Már az 1945-ös esztendőben felismerték a sport politikai fontosságát, amit egyebek mellett az egyes pártokban létrejött sportosztályok (alosztályok) is jeleztek. Az együttműködő pártok a sport területén is igyekeztek a többi párt kárára növelni befolyásukat. Ebben a küzdelemben a kommunista párt (MKP) taktikája alapvetően különbözött koalíciós partnereitől.

Az MKP sportpolitikája teljesebb volt, mint a koalíciós partnereié. Egyértelműen használni akarták politikai céljaikra a sportot, ám elvetették a saját sportegyesületi hálózat létrehozását. Az MKP úgy döntött, hogy a meglévő sportegyesületekbe, szervezetekbe kell inkább beépülni, s azokban kell a kommunista befolyást növelni (*Kutassi*, 1987b). A Nemzeti Sport Bizottságban megvalósult a kommunista dominancia, majd hozzáláttak a sportegyesületek felügyeletéhez, illetve döntő szerepük lett a „fasiszta, militarista, feudális” jellegűnek kinevezett sportszervezetek feloszlításában. A formálisan autonóm sporthatóságban leplezetlenül érvényesült „az egészséges egyensúly”-nak nevezett kommunista befolyás.

A kommunista párt hivatalos sportpolitikai koncepciójának középpontjában a tömegsport, azon belül is elsősorban az ifjúsági és a munkássport állt. Az MKP-n belül általános volt az a nézet, hogy sikeres, nemzetközileg jegyzett élsport csakis az „egészséges népi tömegsportból” nőhet ki. Az 1947. augusztus 31-i választásokat követően a magyarországi sportéletben *nyílt* kommunista uralom alakult ki. A hatalomban hosszú távra berendezkedni kívánó MKP új sportpolitikával léphetett elő. A *Népsport* október 2-i vezércikke leszögezte, hogy „a magyar sport nem halad jó irányban”. Az MKP Politikai Bizottsága hosszas előkészületek után, 1947 novemberében fogadta el új sportpolitikai programját (*Népsport*, 1947. november 23., *Szabad Nép*, 1947. november 23.). Ebben szerepelt a szovjet mintájú jelvénytulajdonos versenyek, a sportágak napjai és egyéb kampányszerű sportmegmozdulások bevezetése éppúgy, mint falusi sportpályák és a Népstadion építése. A program második részében foglaltak szerint az élsportot minden lehetséges eszközzel támogatni kell, mert serkentőleg hat a tömegek sportjára, szórakoztat és nemzetközileg dicsőséget szerez Magyarországnak. Az MKP új sportprogramját december végére kormányprogrammá nyilvánították (*Kutassi*, 1987b).

A proletárdiktatúra sportpolitikájának jelentős eseménye a szovjet mintájú tömegsportmozgalom hazai megteremtése volt. Az önszerveződő sportegyesületek helyét az állami főhatóság által generált és hatalmi eszközökkel bevezetett – legfőképp az adminisztrálásban kimerülő – „sportmozgalom” vette át. Ez semmilyen alkotóelemében nem volt valódi mozgalom. A legfőbb szervező és irányító szerv, az Országos Sport Hivatal (OSH) feladata egyre inkább a társadalmi, politikai kontroll intézményesítése lett a sport területén.

Az eredendően marxista párt sportpolitikájában azt ígérte, hogy hatalomra jutva a társadalmi feltételeket szabja az egyéni igényekhez. Bár a szovjet mintát követő gyakorlat propagandája az ellenkezőjét állította, ahogy a nagypolitikai direktívák is folyamatosan ezt erősítették, a valóságban mindez fordítva történt a sportéletben, ahogy az élet más területén is. A magát mindenhatónak tartó politikai vezetés az emberek viselkedését, szükségleteit, sőt érzéseit igazította a meglévő körülményekhez. A testi-lelki felszabadítást ígérő ideológia politikai gyakorlata épp a szabadság korlátozását hozta magával. Így lépett az öntevékeny, önszerveződő és szabad társadalmi sport helyébe a társadalmi kontroll. A szovjet mintára létrejövő sportpolitika és sportélet folyamatosan kétlelkű volt és az is maradt a szocialista rendszer végéig. Ezt a sportpolitikát alapvetően a meghirdetett, propagált eszmények és a gyakorlat közötti eltérés jellemezte.

A korai államszocialista korszak magyarországi tömegkultúrájának egyik legfontosabb eleme volt az úgynevezett látványsport. A sportrendezvények látogatása a városi társadalom meghatározó sza-

badidős tevékenysége maradt egészen a televízió tömeges elterjedéséig. Míg a korszak sportja a tömegek számára szórakozást, szabadidős tevékenységet jelentett, a versenyzők számára az élsport „jószerivel az egyetlen, anyagi-társadalmi előnyökkel járó kiugrási lehetőség volt. (...) A sportsikereknek fontos szerepük volt a halmozódó feszültségek levezetésében is” (Valuch, 2001. 335-336.).

Miközben azt hangoztatták, hogy a dolgozó tömegek sportja, illetve az élsport elválaszthatatlanok egymástól és egyenértékűek, addig ebből a „tömegek” alig érezhettek bármit is. Az anyagi források elosztásakor rendre a nemzetközi sikerekre törő élsport került ki „győztesen”. Ma már tudható, hogy ennek szintén ideológiai okai voltak. Miközben a hivatalos politika és propaganda folyamatosan elítélte a nacionalizmus mindenféle megnyilvánulását, s a „proletár internacionalizmust” mindenek fölé helyezte, addig épp a versenysport volt hivatott megjeleníteni és/vagy szimulálni a nemzeti büszkeséget.

Kommunista kettős beszéd a sportban

A hatalomban berendezkedő párt sportpolitikájának kiindulópontja volt, hogy nem létezik politikamentes sport. A párt szerint „a sport mint a társadalom kulturális életének egyik megnyilvánulási formája, az ideológiai felépítmény egy része” (Ujhelyi, 1949. 4.). A tőkés társadalom sportjának szimbóluma a meghaladni kívánt professzionális sport lett, mely a kizsákmányolást testesítette meg.

Ujhelyi (1949) a Népi demokrácia és sport című munkájában azt fejtegette, hogy a kapitalizmusban a sport a profitszerzés és az üzleti reklám, az osztályharc levezetésének és a tömegek félrevezetésének egyik eszköze. Véleménye szerint a kapitalizmusban a sportoló maga is áruvá változik, aki már nemcsak a munkaerejét bocsátja áruba, hanem őt magát szintén veszik és eladják. A szerző azt fejtegette, hogy a munkásokat szellemileg, fizikailag egyaránt elnyomó és megnyomorító polgári sportrendet forradalmi módon kell megváltoztatni. A hazai sportélet felépítésében, a sportolók gondolkodásában számos polgári elemet vélt felfedezni, a sportot a reakció egyik „bűvöterületének” látta. Így jellemezte a magyar sportéletet: „Természetesen feltétlenül helyeseljük, hogy élsportunk fejlesztésére megfelelő gondot fordítsunk, de mi azt tartjuk, hogy a demokrácia élsportja nem lehet azonos a múlt gyökértelen élsportjával. A mi élsportunk csak az egészséges népi tömegsportmozgalomból nőhet ki. (...) A felszabadulás utáni időkben nem fordítottunk kellő gondot a népi tömegsportra, a piramist a csúcánál kezdtük építeni, megfedkezve arról, hogy először a széles alapokat kell lerakni és így történt, hogy a múltból átmentett élsporttal átvettük annak minden hibáját is. A felszabadulás utáni idők hivatalos sportvezetésének hibája volt az, hogy élsportunk építése mellett keveset törődött az új típusú, új szervezetű népi

demokratikus tömegsport megteremtésével” (Újhelyi, 1949. 16-17.). Eszerint a „létező szocializmus” országában a sport szervezete és működése teljességgel ellentétes a meghirdetett, propagált „demokratikus” elvekkel. A népi demokrácia sportéletének alapját képező tömegsportmozgalomról azt állította a szerző, hogy nem, vagy csak alig-alig létezik. A piramishasonlat a valóságnak is megfelelt, Újhelyi 1949-es diagnózisa időtállóan bizonyult.

Az elvek és a gyakorlat közti különbséget, a mindenkori sikersportpropaganda sem tudta elkendőzni. Ez a későbbi évtizedek sportpolitikai dokumentumaiban is mindig megjelent, bár egyre kevésbé olyan élesen és szokimondó módon, mint Újhelyi írásában (Bakonyi, 2007). Az új rendszer sportpolitikájának pozitív eredményei közül elsőként a „minőségi sportban” elért eredményeket említette Újhelyi, amelyek terén nemcsak elérték, de túlhaladták a korábbi színvonalat. Ugyanakkor a legfontosabb, központi kérdés a sportélet szerkezeti átalakításának végrehajtása maradt, a sport társadalmasítása céljából. Ez az 1949-es kérdés, azaz a sport valódi társadalmasítása folyamatosan felbukkan az államszocialista korszak sportpolitikai dokumentumaiban.

A kommunista sportpolitikai hagyományoknak megfelelően az állampárt rendszeresen megpróbálta párthatározatokkal „egészséges” és társadalmivá formálni a magyar sport szerkezetét, az aktuális pártvonalnak megfelelően. Ezt a célt szolgálta a Magyar Dolgozók Pártja (MDP KV) 1954. december 15-i, a Testnevelési és sportmozgalmak helyzetéről című határozata. A dokumentum helyesnek ítélte az előző évek gyakorlatát és az újabb tehetségek folyamatos kiemelkedését biztosító, széles alapokon nyugvó tömegsport fejlesztését tűzte ki elsődleges feladatnak. Ezt a gyakorlatot a londoni és a helsinki olimpián, valamint más világversenyeken elért sikerekkel nyugtázta a határozat. Ugyanakkor, az MDP KV 1953. júniusi határozata a kormánydokumentumok sportéletben való alkalmazását hiányolta. A határozatban megfogalmazott sportpolitikai (ön)kritika a magyar sportélet struktúráját elmarasztaló megállapításokat tett: „A nagyarányú fejlődés ellenére testnevelési és sportmozgalmunkban nem kívánatos jelenségek, súlyos hibák is vannak, amelyek komolyan veszélyeztetik eredményeinket és a további előrehaladást. (...) Alapvető hiba, hogy a tömegek és különösen az ifjúság testedzése nem fejlődik kielégítően, világviszonylatban híres élsportunk sok sportágban vékony utánpótlási rétegre támaszkodik, egyes sportágak fejlődésében visszaesés tapasztalható. (...) Az iskola (...) mégis testnevelési és sportmozgalmunk egyik legelhanyagoltabb területe. (...) Tanulóifjúságunk egészségének fejlesztését nem sikerült kielégítően megoldani. (...) Az üzemekben, vállalatokban és hivatalokban a tömegsport elhanyagolt.”

A KV-határozat külön kihangsúlyozta azt a cáfolhatatlan tényét, hogy a magát sportnemzetnek beállító, magát külföldön ekként nép-

szerúsító Magyarországon kritikán aluli a sportlétesítményekkel való ellátottság.

A dokumentumban megjelenő korabeli sportélet képe teljesen eltért a korábbi évek kritikátlan sikerpropagandájától. A határozatban megfogalmazott helyzetértékelés megrázó volt azok számára, akik ezt a sikerpropagandát csinálták, illetve abból éltek. Ne feledjük, ekkorra már komoly sportnómenklatúra alakult ki az 1950-es évek pártállamában. Nyilvánvalóan ezeket az embereket roppant érzékenyen érintette az a tény, hogy az addigi és egyöntetű sikerpropaganda helyett a fenti helyzetjelentést adta a párt központi vezetősége a magyar sportról. Jellemző módon a hibák okait olyan jelenségekben vélték megtalálni, mint a burzsoá gondolkodás, az anyagiasság elterjedése az élsportolók között, a bundázás, az edzők politikai képzetlensége, pedagógiai munkájuk gyengesége, a sportagitáció és a sportsajtó nem kellően kritikus szemlélete, a sportkáderek politikai és szakmai gyengesége. Mindezek a magyar sportvezetés hibájaként kerültek felsorolásra. A határozat a legnagyobb hibának a pazarlást nevezte meg, ami a legfelsőbb sportvezetéstől a legkisebb sportkörig általánosan tűnt.

A fizikailag sokoldalúan képzett, egészséges ifjúság nevelését, a tömegsport fejlesztését célul kitűző dokumentum elítélte a sportvezetés bürokratizmusát és személyi kultuszát, „helyzetjelentése” szerint csak az ifjúság igen szűk rétege folytatott rendszeres sporttevékenységet, a *társadalmilag* és az új politika szempontjából legfontosabb, valódi tömegsportok iránt közöny uralkodott.

A határozatban megfogalmazott helyzetjelentés az 1950-es évek közepének magyarországi sportjáról lesújtó kritikát fogalmazott meg. Arról a sportéletről és sportpolitikáról, melyet a rendszer hivatalos propagandája az előző években az egyik legfontosabb érvként használt a szocializmus sikerei és felsőbbrendűsége mellett érvelve.

Az MDP KV 1954. decemberi határozata, főleg annak „helyzetértékelése” a későbbi évek sportpolitikai dokumentumaiban és a vonatkozó sporttörténeti tárgyú szövegekben negatív értékelést kapott. Olyannak mutatták be azt, amely tévútra vezette az 1948-ban megkezdődött egészséges folyamatokat a magyarországi sportmozgalomban. Az 1956-ot követő kádári konszolidáció végére az idézett MDP KV-határozat által megkritizáltak visszatértek a sportélet csúcsaira. Az 1954-eshez hasonló, őszinte kritikai hangokat a hazai sportéletről legközelebb csak az 1980-as években lehetett hallani. A hatalomba visszarendeződő Magyar Szocialista Munkáspárt (MSZMP) sportpolitikájának summázata alig öt évvel az 1954-es határozatot követően jelent meg, arra reflektált, ahhoz képest – és az 1956-ot követő konszolidáció szellemében – vázolta az adott helyzetet és a kívánatos sportpolitikát (*A Magyar Szocialista Munkáspárt művelődéspolitikájának értelmezése a testnevelési és sportmozgalomban.* 1959).

Különösen érdekes – „a régi kizsákmányoló rendszer” rituálisan elítélt sportpolitikája tükrében, a szocializmusban elért és általában feldicsért forradalmi változások nyugtázása után – a már a bevezetőben megjelenő kritikus helyzetértékelés: „A nagyarányú fejlődés ellenére a testnevelési és sportmozgalomban voltak nemkívánatos jelenségek, súlyos hibák is. A tömegek és különösen az ifjúság testnevelése és sportja nem fejlődött a követelményeknek megfelelően, mert túlságosan nagy súlyt helyeztünk az élsportra, s a kimagasló eredményekért elvi és anyagi engedményeket tettünk” (*A Magyar Szocialista Munkáspárt művelődéspolitikájának értelmezése a testnevelési és sportmozgalomban*, 1959. 5.).

A fentiek szerint az MSZMP sportpolitikai korifeusai ugyanolyan reálisan látták sportmozgalmunk legfőbb gondjait, mint az elődeik öt esztendővel korábban. Figyelemre méltó a dokumentumnak az a megállapítása, hogy a rendszer kirakataként funkcionáló élsport fejlesztéséért és fenntartásáért feláldozták a tömegsportot. A továbbiakban a dokumentum a korszakra jellemző kétlelkű „kétfrontos harc és kritika” szellemében elsősorban az „ellenforradalom” által okozott károkat, az elkövetett hibákat sorolta és bírálta, kihangsúlyozva a Nagy Imre-i vezetés által folytatott „tisztogatások” negatív hatásait a sportban. Az általános kritika az 1950-es évek „egészségtelen” sportpolitikájára vonatkozott, ám a konkrét kritika az új vonallal kezdődő „ellenforradalminak” nevezett, az 1950-es évek sportpolitikáját strukturálisan megváltoztatni kívánó sportpolitikára utalt.

Az MSZMP tézisei először elviekben, majd a gyakorlati útmutatások szintjén igyekeztek tisztázni „a testnevelés és a sport helyét és szerepét szocializmust építő társadalmunk életében”. Az elvi rész a korábbi évtizedből ismert módon tett különbséget a kapitalista és a szocialista sport között, hangsúlyozva, hogy ez utóbbi „az egész dolgozó nép javát szolgálja”. A dokumentum felismerte az iparosítás és az urbanizáció forradalmi hatását a szabadidőre, pontokba szedve lefektette a testnevelés és a sport szerepét „a szocialista ember kialakításában” és elítélte azt a gyakorlatot, miszerint „az alacsony színvonalon versenyző fiatalok is munkaidő- és egyéb kedvezményeket kapnak”.

Az MSZMP tézisei szerint a magyarországi sportmozgalom „demokratikus tömegmozgalom”. Az eszmei, politikai nevelés és a nevelői példaadás mellett azt is leszögezte, hogy az említett nemes célok eléréséhez „jelentős anyagi eszközök szükségesek”. A dokumentum szándéka szerint a különböző forrásokból élő sportmozgalom koordinálása, ellenőrzése és hatékonyabbá tétele érdekében az iskolai testneveléstől a hadseregig bezárólag „egységesebb testnevelési rendszerre” van szükség.

Külön fejezet foglalkozott az „élsportpolitikával”, melynek jelentőségét sem lebecsülni, sem pedig eltúlozni nem tanácsolta. Leszögezte, hogy „a tömegek testnevelésének és sportjának természetes

következménye és bizonyítéka a sikereket felmutató élsport”, amelynek – hogy „külföldön képviselje a Magyar Népköztársaság testkultúráját” – a továbbiakban is támogatásban és kedvezményekben kell részesülnie. A dokumentum elmaradottként jellemezte a tömegsportot s azt a KISZ és a szakszervezetek illetékességéhez utalta: azaz a leggyengébb szintre delegálta azt. A tömegsport anyagi és létesítményi ellátásáról – ellentétben az élsporttal – nem fogalmazott meg konkrét direktívákat, míg a tömegsport anyagi háttérének biztosítását a lehető legalacsonyabb szintre tervezte. Kimondatlanul, az államot mintegy mentesítette a tömegsport támogatásának feladata alól. Ez utóbbi körülményben is megmutatkozik a konszolidált Kádár-korszak sportpolitikájának kétlelkűsége, amelyben tetten érhető a folyamatosság az 1950-es évek hivatalos sportpolitikájával.

A *Magyar Szocialista Munkáspárt művelődéspolitikájának értelmezése a testnevelési és sportmozgalomban* című téziseket hat évvel később egyéb sportpolitikai dokumentumokkal együtt, kivonatos formában újra ki kellett adni. A dokumentum a sportmozgalmunk helyzetének értékelésével adós maradt, így arról csak a közvetett utalásokból szerezhetünk információkat: „A sportmozgalom fejlesztésének összes feltételeit javítani kell” (*A Magyar Szocialista Munkáspárt Művelődéspolitikájának értelmezése a testnevelési és sportmozgalomban*. 1965. 13.). Javítani nyilvánvalóan akkor szükséges, ha az adott helyzetben elégtelenek „a feltételek”. Elsősorban az anyagi és a létesítményi feltételekről beszélt a dokumentum, melyek megteremtését az állam központi és helyi szerveire, a tömegszervezetekre, az üzemekre, a szövetségekre és magukra az egyesületekre bízta.

A kiadvány arra figyelmeztette az egyesületek vezetőit, hogy minden pazarlás ellen fel kell lépni, ami egyértelműen arra utal, hogy ez a káros jelenség a korabeli sportélet mindennapjainak része volt. A jelenség törvényszerűen fakadt a szocialista korszak kétlelkű sportéletéből.

Miközben a „sportmozgalomnak” nevezett társadalmi sportot decentralizálni kívánta, az élsportot tovább centralizálta: A sport és a sportpolitika továbbra is szerves része volt az államszocialista rendszernek, amit a központi terveződésnek nevezett *hiánygazdálkodás* jellemezett (Kornai, 1989). Ez legpregnansabban épp a nemzetközileg jegyzett versenysport szervezésében és vezetésében mutatkozott meg.

Az MSZMP KB Politikai Bizottsága 1973. januári határozatában a testnevelési és sportmozgalom irányítását ismét állami feladattá nyilvánította. A PB határozata alapján a Magyar Népköztársaság Elnöki Tanácsa 1973. évi 9. számú törvényerejű rendeletében, majd a Minisztertanács 1973. IV. 1. rendeletében implementálta a párt új sportpolitikáját. Ennek kimondott célja az volt, hogy a párt sportpolitikájának végrehajtása érdekében a szocialista állam hatékonyabb szervező- és egységes irányítótevékenységet végezzen. A

Magyar Testnevelési és Sportszövetséget megszüntető és az Országos Testnevelési és Sporthivatal (OTSH) létrehozó határozat már az előszavában is egyértelműen utalt kiadásának aktualitására. Ez az utalás egyben a hazai sportvalóságra történő utalás is volt: „fokozódik az iskolai testnevelés és sport szerepe az ifjúság nevelésében” (*A Magyar Szocialista Munkáspárt határozatai és dokumentumai. 1971–1975. 1979. 429.*).

Az OTSH létrehozásával a sportirányítás központosításának fokozása volt a cél. A határozat a sportirányítás feladatául írta elő, hogy „biztosítani kell az anyagi eszközök rendszeres fejlesztését, összehangolt és célszerű felhasználását, a létesítményhelyzet elmaradottságának fokozatos csökkentését” (uo. 432.). Tehát megfogalmazódott, hogy a társadalmi tömegsport anyagi és „létesítményhelyzete” elmaradott.

Az 1973. januári sporttárgyú PB-határozat hatékonyságáról az ugyanezen testület majd' három évvel később kiadott újabb határozata a leghitelesebb forrás. Az, hogy erre a kérdésre ilyen rövid időn belül újból visszatért a korszak legfontosabb politikai szerve, azt jelzi, hogy az 1973-as határozat nem hozta meg a várt sikereket. Ezt támasztja alá az 1975. decemberi PB-határozat is.

Az 1973-as sportpolitikai határozat nem teljesítette a neki szánt feladatot a társadalmi sport fejlesztésében. Az 1975-ös határozat 2. pontja ezt meg is fogalmazta: A fejlődés ellenére az ifjúság testnevelését és tömegsportját alapvetően a korábbi határozatokban is megfogalmazott gondok jellemzik. Ennek okát abban látta a Politikai Bizottság, hogy „az ifjúság testnevelése és tömegsportja még nem vált társadalmi üggyé, a személyi és tárgyi feltételek nem kielégítőek, illetve a meglévők nincsenek megfelelően kihasználva”. (*Az MSZMP Központi Bizottsága Politikai Bizottságának határozata az ifjúság testnevelésének és sportjának fejlesztéséről. 1975. december 16. 1983. 132-136.*)

A határozat – a jelzett eredmények dacára – lesújtó véleményt nyilvánított az iskolai testnevelésről. Célul tűzte ki, hogy a testnevelés az oktató-nevelő munka szerves részévé váljon, ami annak beismerése volt, miszerint ez eddig nem így volt. Ennek okát a szegényes személyi és tárgyi feltételekben látták. A határozat a sportlétesítmények építését az állami szervektől egyre inkább a „helyi társadalmi közösségekre” kívánta testálni, hangsúlyozva az önerő szerepét. Az 1975-ös sportpolitikai PB-határozat a korábbi évtizedek dokumentumaihoz hasonlóan igyekezett a meghirdetett elvekhez megfelelő társadalmi sportot teremteni. Újra megfogalmazódott a meghirdetett elvek és a társadalmi valóság közötti eltérés, amit természetesen a határozat sem tudott megszüntetni. Emellett lesújtó képet festett sportéletünkről, annak anyagi és létesítményi ellátottságáról, amelyhez a határozat sem konkrét intézkedéseket, sem forrásokat nem mellékelte. A korábbi évtizedek gyakorlatát folytatva csak kampányokat és szimulált mozgalmat javasolt. Az 1970-es évek közepén ez már ke-

vésnek bizonyult. A határozat egyetlen újdonsága az volt, hogy nem foglalkozott az élsporttal.

A hetvenes évek közepén már nyilvánvaló volt a politikai vezetés számára, hogy a sportéletben megmutatkozó hiányosságok megszüntetése, az elvek és a társadalmi gyakorlat közötti egyre nyilvánvalóbb eltérés feloldása csakis a *társadalmi* alapoknál kezdhető. Az alapok megteremtéséhez ez idő tájt nem voltak meg a megfelelő források, a sportpolitika szemlélete idejétmúlnak tűnt, ami a szimulált „társadalmi mozgalmak” kezdeményezésében is megmutatkozott. A jó szándékú határozatok már nem érthettek el valódi, társadalmi méretekben is érzékelhető áttörést a hazai sportéletben. Az 1970-es éveket a pangás, a hazug propaganda jellemezte a sportban is. Ahogy időben közeledünk a létező szocializmus végéhez, egyre inkább szaporodnak a legfelső politikai vezetés sporttárgyú határozatai, dokumentumai, amelyek szellemisége, társadalmi-politikai céljai jöttányit sem változtak az 1947-1948-as fordulat óta. Az a tény, hogy a vonatkozó direktívákat – igaz, meg-megújítva – egyre gyakrabban kellett újra kiadni, az adminisztratív, parancsuralmi rendszer felépítményének komoly zavarait jelezte. Az elvekhez igazítandó társadalmi és sportvalóság a legjobb szándék ellenére sem „akart” megfelelni az előírásoknak.

Így került sor arra, hogy 1979. március 27-én az MSZMP KB Politikai Bizottsága ismét kénytelen volt határozatot hozni „a testnevelési és sportmozgalom helyzetéről, fejlesztésének feladatairól”. Az áttekintett korszak leghosszabb és legkimerítőbb sportpolitikai dokumentuma ez a PB-határozat, amely a magyarországi pangás egyik legjellegzetesebb sportpolitikai dokumentuma is egyben. (Az MSZMP Központi Bizottsága Politikai Bizottságának határozata a testnevelési és sportmozgalom helyzetéről, feladatairól. 1983. 947–963.)

A határozat ismételten leszögezte, hogy „testnevelési és sportmozgalmunk előrehaladásának kulcskérdése az iskolai testnevelés fellendítésében, valamint a diáksport és az ifjúság tömegsportjának szélesebb kibontakoztatásában rejlik. E célnak kell alárendelni a fejlesztés kérdéseit.” Ami a *valódi* társadalmi és tömegsportot illeti, akaratlanul is önkritikusan fogalmazott a határozat: „A lakosság munkahelyi, lakóterületi testedzése (...) még nem terjedt el a kívánt mértékben, nem eléggé rendszeres. (...) A munkahelyi sportegyesületek nagy része egy-egy szakosztály versenysportjának erősítésére fordítja erőforrásai jelentős hányadát.” Bár az OTSH-t létrehozó PB-határozat kifejezetten a hivatásos sportapparátus csökkentését javasolta, az 1979-es határozat szerint „a sporttal foglalkozó függetlenített apparátus megnövekedett, a vezetés nehézkessé, bürokratikusává vált (...) Eléggé eluralkodott az anyagiasság minden területen”. (Az MSZMP Központi Bizottsága Politikai Bizottságának határozata a testnevelési és sportmozgalom helyzetéről, feladatairól. 1983. 951.) A határozat egészében mégis helyesnek, jó irányúnak tartotta az aktuális sport-



politikai gyakorlatot, elismerte a társadalmi tömegsport jelentőségét, de erőforrásainak előteremtését egyre inkább helyi szintre, az arra leginkább érdekeltre kívánta bízni. Ugyanakkor, jellemző módon, az anyagi felelősség mellé nem mellékelte jogi és szervezeti felelősséget, autonómiát. A párt az állami felügyelet, illetve irányítás megtartása mellett kívánta a lehetséges társadalmi erőforrásokat mozgósítani anélkül, hogy a civil önszerveződés, ellenőrzés és egyéb jogoknak még csak a látszatát is mellékelte volna a határozatához.

Az „eltékozolt évtized”

Az 1980-as évek közepe táján tanulságos, a korabeli propaganda és sportpolitika állításait cáfoló adatok láttak napvilágot (Zsíros, 1983). Miközben a politika és a tömegtájékoztatás attól a szlogentől volt hangos, hogy „sportnemzet” vagyunk, kiderült, mennyire hamis ez a beállítás. Az 1983-as adatok alapvetően megegyeztek egy öt évvel korábbi, hasonló kutatás adataival (Angelusz és Tardos, 1977). A sport-szociológiai vizsgálódások eredményeit a sportpolitika a maga módján igyekezett értelmezni, azt saját céljaira érvként felhasználni. Amint Angelusz és Tardos (1977. 23.) kutatási jelentésének összegzésében olvashatjuk: „A hazai sportélet problémái közül a tömegsport irányításának tervszerűtlensége, az élsportra fordított túlzott anyagi eszközök, a létesítmények és a megfelelő propagandamunka hiánya él az ifjúsági közvéleményben intenzívebben. (...) Valamennyi probléma és kritika ellenére a fiatalok többsége a sportnemzetek közé sorolja a magyarokat, még hozzá egy igen előkelő nemzetközi mezőnyben.”

Az 1980-as évek elején a magyarországi sportélet legfőbb jellemzője a passzivitás volt. A sport továbbra is fontos maradt a politika számára, legalábbis ami az élsportot, a nemzetközileg jegyzett versenysportot illeti. Az élsportnak változatlanul fontos maradt a politika, a központi újraelosztásról döntő legfelsőbb politikai vezetés. Mindeközben lassan, egyre nyilvánvalóbban a társadalmi sport, vagy ha úgy tetszik, a sportmozgalom egyre jobban visszafejlődött, ellehetetlenült. A felépítményként értelmezett versenysport és annak leginkább szem előtt lévő ágazata, a labdarúgás hanyatlása az nyolcvanas évek elején már a közbeszéd tárgyává vált, az alapok, a tömegsport egyre kritikusabb helyzetbe került.

Az 1980-as évek korlátozott nyilvánosságában színvonalas, őszinte vita folyt a hazai sport helyzetéről. A jellemző módon nem elsősorban a sportszakmai orgánumban zajló vitában sportújságírók, sporttudósok, közgazdászok és szociológusok vettek részt.

Az utolsó jelentősebb sportpolitikai tárgyú pártdokumentum fontos kontextusa az 1980-as évek nyilvános eszmecseréinek. Az MSZMP KB Politikai Bizottsága a testnevelés és a sport fejlesztésének további feladatairól szóló, 1984. február 14-én kelt állásfoglalása az

1979-ben újra kiadott PB-határozatra reflektált, s a korábbi hasonló sportpolitikai tárgyú pártokumentumokkal ellentétben, jószérivel egyetlen mondatot sem szentelt a „korábbi eredmények” ismertetésére, vagy dicsérésére. Az állásfoglalás a korábról ismert dokumentumokhoz képest meglepő őszinteséggel fogalmazott: „A testnevelési és sportmozgalom (...) az eredményekkel együtt sem tudott lépést tartani a növekvő, változó követelményekkel. (...) Az iskolai testnevelés és sport gyenge hatékonyságú, a tömegsport keveseket mozgósít. E fontos területek anyagi, személyi ellátottsága még mindig nem kielégítő, noha a társadalmi igények java része itt összpontosul.” (Az MSZMP KB Politikai Bizottságának állásfoglalása az 1979. március 27-i határozatának végrehajtásáról, valamint a testnevelés és a sport fejlesztésének további feladatairól. 1988. 617.)

A Politikai Bizottság 1984-es állásfoglalása nem kevesebbet állított, mint hogy a hazai sportélet szervezetét és szerkezetét ugyanazok a negatívumok jellemzik, amelyeket Újhelyi József már 1949-ben, az MDP sportpolitikája kapcsán találóan leírt. Újhelyi már 1949-ben a magyarországi sportéletet egy olyan piramishoz hasonlította, amelyet felülről kezdtek el építeni. A piramis csúcsa a nemzetközileg is versenyképes élsport volt, míg a már 1949-ben is hiányolt széles alapoknak a társadalmi méretű tömegsportnak kellett volna lennie.

Harmincöt esztendő szocialista sportpolitikájának megannyi határozata, szervezeti változtatása után az ország legfőbb politikai vezetőtestületének ugyanazokat a strukturális jelenségeket, helyzetet kellett konstatálnia, mint 1949-ben az MDP illetékes sportideológusának. Az 1984-es sportpolitikai állásfoglalás elsősorban már nem a szervezeti, személyi és politikai hiányosságokat tartotta a gondok gyökerének, hanem a tárgyi feltételek elégtelenségét is. Az „eltékoztolt évtized” végére a politikai vezetés realitásérzékének megnövekedését jelzi a hangsúlyok ilyenén változása. Az élsporttal kapcsolatban nem kevésbé kritikusan és reálisan fogalmazott az állásfoglalás: „A központi irányítású sportegyesületek többségének nemzetközi eredményessége nem áll arányban a működésükre fordított összegekkel, feltételeik jelentős javulásával. (...) Kialakult egy népes sportolói, szakvezetői réteg, amely a közepes eredményekért érdemtelen juttatásokban, kedvezményekben részesül” (uo. 618.). Mindez azért is érdemelt figyelmet, mert a testnevelési és sportmozgalomra jutó központi támogatás csökkent.

Az állásfoglalás helyzetértékelése és kritikája radikálisan fogalmazott, ugyanakkor az évtizedes, „történelmileg kódolt sportrendszerzavarokat” a szocialista hiánygazdálkodásban megszokott módon kívánta orvosolni. Így a társadalmi felépítmény részeként értelmezett sportrendszer megváltoztatásának szándéka nem lehetett az akkori politikai vezetés szándéka. Az adminisztratív direktívákkal politizáló pártállami rendszer legfőbb vezetése az 1980-as évek kö-

zépén még nem juthatott el a magyarországi sportélet valódi társadalmiasításának, „civilizálásának” elfogadásáig. Ebben az ideologikus rendszer a lényegi tulajdonságai mellett a sportnomenklatúra érdekei is akadályozták. A sportélet társadalmiasításában, „civilizálásában” épp a hivatalból leginkább érintettek voltak a legkevésbé érdekeltek. Amíg a hazai társadalmi és versenysportélet gazdasági alapját az állam újraelosztó tevékenysége és a „bázisszemlélet” adták, nem is lehetett mást elvárni (*Laki, Nyerges és Pethő, 1984*).

Hogy a hazai sportirányításnak a szocializmus évtizedeiben végrehajtott szerkezeti, szervezeti átalakításai, milyen hatékonyak voltak, arról Frenkl Róbert így írt 1986-ban: „Az egész rendszer egy szűk élsportban gondolkodott, illetve ennek az érdekeknek volt alárendelve. (...) Az egyensúlyt a tömegsportmozgalmak, kampányok voltak hivatva fenntartani, máig ható sikeres demagógiával” (*Frenkl, 1986. 361-362.*).

A sportrendszer az 1980-as évek közepére nyilvánvalóvá vált válságáért Frenkl a rablógazdálkodást folytató, túlcentralizált, diktatórikus magyar sportvezetést okolta. A felépítményként értelmezett sportélet társadalmi alapjait 1986-ban még nem lehetett kritizálni. Frenkl lesújtó helyzetjelentése sem tette ezt, de felvetette az egyes sportszervezetek anyagi érdekelttségének kérdésén túl a valódi, önszerveződő tömegsport kérdését is. Olyan sportmozgalmat javasolt, „amelyben mindenki anyagi és erkölcsi elismerése saját munkájától, és nem válogatott labdarúgók eredményeitől, no meg olimpiai pontoktól függ. Ehhez nem kell több, mint végre elhinni, hogy átléphetjük korábbi árnyékunkat. És ettől nem kevesebbek, hanem többek leszünk. Esetleg még a hőn áhitott érmek számát tekintve is. A fontosabb mutatókban pedig bizonyosan” (*Frenkl, 1986. 382-383.*).

A rendszerváltást megelőző években megkezdődött a hazai sportélet *formális* depolitizálása és *formális* társadalmiasítása. A válságba került államszocialista rendszer vezetői megpróbálták a lehetetlent, úgy megreformálni a rendszert, hogy eközben annak politikai berendezkedése, hatalmi viszonyai, valamint gazdasági és társadalmi *szervezete* átmenthető legyen egy hatékonyabb struktúrába. A magyar sportrendszerben és sportpolitikában is ugyanazok a „félszívű” reformok jellemezték a változásokat, mint minden más szférában. Ezek a reformtörekvések a társadalom egyéb alrendszereihez képest jócskán megkéseve kezdődtek el. A hazai sportvezetők, sportteoretikusok nem alkottak olyan „egységfrontot”, mint például a reformközgazdászok, s így nem csoda, hogy nem készült el a hazai sportrendszer reformjának olyan szakmai-politikai konszenzuson alapuló koncepciója, mint például a *Fordulat és reform* (*Lengyel és mtsai, 1986*) volt.

A válságjelek már nyilvánvalóak voltak, ám a megoldást változtatlanul felülről, a nagypolitikától várták az érintettek. Ebben a helyzetben nem alakulhatott ki valódi, sikeres kommunikáció a politikai

vezetés és a sportvezetők között. A sportot *intézményesen* érintő változásokat nem a sportban tevékenykedők, hanem változatlanul a kívülről, pontosabban a felülről érkezők harcolták ki. Pedig a pártpolitika az évtized közepére lényegében kivonult a sportból. Megszűnt a sport *közvetlen* pártirányítása. A fordított piramis még a felelős döntéshozók elképzeléseiben is alapvetően változatlan maradt, hiszen nem a sportszociológiának az 1970-es évek óta hangoztatott, a szocialista sport alapvetően hazug természetéről szóló válságjelentései vezettek el az aktuális *intézményi* reformokhoz, hanem a labdarúgás-központú fordított piramis tetején egyre nyilvánvalóbbá váló repedések és a sportszociográfia által már hol hal-kan, hol hangosan kimondott tarthatatlan szakmai és morális állapotok.

A „depolitizált” sport irányítását a Magyar Népköztársaság Elnöki Tanácsa törvényerejű rendelettel szervezte át, 1986-ban megszüntette a sportfőhatóság állampárti különállását, s az állami sportirányítást összevonták az ifjúságpolitikával. Ezt akár a fordított piramis talpra állítására tett kísérletként is értékelhetnénk, ha nem ismernénk az új hatóság, az Állami Ifjúsági és Sporthivatal (ÁISH) tevékenységét. Az új hivatal valójában a korábbi évtizedek gyakorlatát folytatta. Legfőbb feladata az egyre szűkülő forrásokért való minél hatékonyabb lobbizás lett, amit a társadalmi elégedetlenséggel szemben felmutatható sportsikerekkel, a sikeres szülői olimpiai szereplés ígéretével igyekezett elérni (*Földesiné, 1996*).

A reformfolyamatokat még mindig a politika és nem a sporttársadalom, a sporttudomány, a szakemberek formális, informális közössége generálta. Ám a sportszakma képviselői az ÁISH által támogatott reformútkeresésekben már aktívan részt vettek. Az élsport kezdett nem kardinális kérdéssé válni. Ez alapjaiban veszélyeztette a sportrendszerben és az ebből élőket, hisz a társadalommal kommunikáló állami, politikai vezetés a sportot, és így a sportfinanszírozást is radikálisan másként kezelhette az új helyzetben.

Az ÁISH 1989-ben megbízta a Sporttudományos Tanácsot, hogy az új kihívásoknak megfelelő, reformszellemű sporttörvényt készítse elő. Az előtanulmányok egy korábbi korszak kihívásaival szembesítették a politikai vezetést, ám a rendszerváltozásban kicsúcsosodó folyamatok generálta kihívásokra már nem tudtak választ adni. Ezekben a munkákban hangsúlyos szerepet kapott a múlttal, az államszocialista politikával, így a sportpolitikával való őszinte szembenézés. Ám a rendszerváltozás olyan új helyzetet teremtett, hogy ezeknek a tudományos igényű dolgozatoknak részkonceptiói nem voltak megvalósíthatók.

Minderről a szakmapolitikai vezetés értesült a legkésőbb. Az éppen csak megalakult sportfőhatóságot 1989 nyarán ismét átszervezték. Ezúttal Országos Sporthivatalt (OSH) hoztak létre.

Rendszerváltás – értékmentés – átmentés

A modellváltási kísérletet elsöpörte a rendszerváltozás és az első szabad országgyűlési választás. Sportéletünk valamennyi szervezete ettől kezdve *kénytelen-kelletlen* egyesületként funkcionált, más egyesületekhez hasonló jogi és gazdasági környezetben (Laki és Nyerges, 1996). A szocialistának nevezett sportstruktúra gazdasági bázisai fokozatos eltűnével a magyar sport átalakulásának, rendszerváltásának kulcskérdése először az egyesületek státuszának kérdése lett. Az 1989-es esztendőben létezett sportszervezetek csak formálisan voltak egyesületek, hisz létrejöttükben épp az önkéntesség, az alulról való szervezettség hiányzott. A sportból kényszerűen kivonuló állam, illetve politika a sporttársadalomnak adott látszólag felszabadító gesztusa váratlanul és kiszolgáltatottan érte a sportvezetőket.

Az lett a nagy kérdés, hogy ebben az új helyzetben újból az lett, mint négy évtizeddel korábban: hogy miként lehet a fordított piramist ismét lábra állítani, a magyar sportot, annak társadalmi funkcióját újradefiniálni. A rendszerváltoztatás nagy kihívása éppen az volt, hogy milyen értékeket kell és lehet megmenteni a nagy átalakulás közepette. Évtizedekig nem volt valódi kommunikáció a sport és a politika között. Ha mást nem is, de ennek a kommunikációnak a lehetőségét és intézményeit megteremtette a rendszerváltás.

A rendszerváltáskor egyértelműnek tűnt, hogy elkerülhetetlen a sportpolitika humanizálása, a civil társadalom szerepének felértékelése. Erre a hazai sportpolitika esélyt kapott az 1990-es évek elején, de úgy tűnik, eddig még nem használta ki a lehetőséget. Aktuálisnak tűnt továbbá, hogy az 1980-as évekre „megdermedni látszó struktúrák” helyére új, működőképes, valóban a társadalmi igényeket, szükségleteket kiszolgáló struktúrák léphessenek, és a kritizált negatív sportpolitikai folyamatok, illetve szemlélet helyébe korszerűbb léphessen. Az ennek belátásához szükséges empirikus adatokat és elemzéseket a rendszerváltást követően felvirágzó sporttudomány és rokon tudományai „szállították”, ám azok mindaddig nem váltak „anyagi erővé”, míg a sportpolitika területén nem történt meg a valódi és strukturális rendszerváltás. Az 1980-as évek kritikai írásait vizsgálva *déjà vu* érzése támad az olvasónak. Nyilvánvaló, hogy a hazai sportpolitika „történelmileg alakult” reflexei gátlón hatottak a törvényekben és egyéb „direktívákban” megfogalmazott hasznos, társadalmilag pozitív célok elérésére.

Ez tükröződik a hazai sporttudomány jelesei által összeállított Fehér könyvben is (Frenkl és Gallov, 2002), melyből rögtön egy lényeges momentumra utalunk. A könyv szerzői szerint az állami szerep- és felelősségvállalás evidenciáját nem a Magyar Köztársaság Alkotmányából vagy épp az Európai Sport Chartából, hanem több évtizedes retorikai fordulatból kell levezetni. Ez egyféle szemléletbeli viszonyulásra is utal, bár kétségtelen: a szöveg a hazai laikus

döntéshozóknak készült, s hatékonyságát épp az ismert érvelési technika növelhette. Ez a *taktikai* engedmény ugyanakkor a szöveg egészének szemléletét is behatárolta. Ezt olvashatjuk például a Fehér könyvben: „Alapvető kérdés, igényli-e a kormány, hogy az ország sportolói kimagaslóan szerepeljenek a nemzetközi vetélkedésben. Ha igen, akkor ehhez kell igazodjon a finanszírozás” (Frenkl és Gallov, 2002. 4.).

A sporttudomány hazai legkiválóbbjai egyfelől *kommunikációs* okokból, másfelől pedig *rutinból*, 2002 elején odáig jutottak, hogy evidenciákat kellett bizonygatniuk, s a közérthetőség végett úgy fogalmaztak, hogy „igényli-e a kormány?”. A szakmai konszenzust tükröző *állapotjelentés* szerzői szerint a rendszerváltást követő tizenkettedik évben még kérdés volt, hogy a hagyományosan sikeres magyar látvány- és versenysportot kell-e az államnak annak teljes keresztmetszetében támogatnia. A stratégiai kérdés eldöntését a dolgozat szerzői *nem* a törvényhozók, hanem a végrehajtó hatalom, vagyis a kormány illetékességi körébe utalták. Ez a körülmény is megerősíti azt a feltételezést, amely szerint a sport rendszerváltása jóval lassabb más szférákénál és máig sem befejezett folyamat. A magyar sportban mindmáig olyan szemlélet tűnik uralkodni, amely egy már letűnt rendszerből került átmentésre.

Miután a szerzőgárdában jogászokat éppúgy találhatunk, mint az 1980-1990-es évek sportpolitikai szereplőit, illetve egykori országgyűlési képviselőket is, nem feltételezhetjük, hogy az idézett kérdés mögött közjogi tájékozatlanság áll. Másfajta felismerést kell feltételeznünk mögötte. Annak a beismerését, hogy a rendszerváltás oly sok reménytelen illúziójával együtt, a sport és a civil társadalomra vonatkozóak is túlzóknak bizonyultak. A Fehér könyv szerzői egységesen úgy vélték, hogy a testkultúra államtalanítása, „civilizálása”, a piac várt jótékony hatása a sportban nem, vagy nem úgy következett be, ahogy várták.

A Fehér könyv szerzői a magyar sportrendszer változását, annak „jogi demokratizálódását” felemásnak minősítették. Mint fogalmaztak, az 1990. január elsején életbe lépett egyesületről szóló törvénnyel „gyakorlatilag megszűnt a sport állami centralizált irányítása, lezajlott a sport társadalmasításának legfontosabb szakasza” (Frenkl és Gallov, 2002. 6-7.). De a rendszerváltás nemcsak a sportélet demokratizálódását hozta magával, hanem „meggyorsította a sport finanszírozási rendszerének összeomlását is. Sportingatlanok százai kerültek privatizációra, bázisszervek ezrei vonultak ki a támogatók köréből. Nem volt, aki a létesítmények rezsijét kifizesse, az új cégek a sportolói státusokat nem tartották fenn. A sportszervezeteknek se vagyonuk, se hozzáértésük, gyakorlatuk a vállalkozási tevékenységhez nem volt” (Frenkl és Gallov, 2002. 7.).

Mindezek a kedvezőtlen folyamatok olyan törvényi és jogi környezetben zajlottak, amelyben számos, sportra vonatkozó vállalko-

zói, fiskális kedvezmény létezett. Ám ezek a kedvezmények nem tudtak hatékonyan működni. Ennek alapvető oka abban keresendő, hogy nem álltak a sport rendelkezésére tervezhető források, kiszámítható gazdasági és jogi ösztönzők. A demokratikus Magyar Köztársaság országgyűlése a rendszerváltást követően ezeket nem tudta megteremteni a magyar sport számára, s helyettük jellegzetes poszt-kommunista módon ez idáig három sporttörvénnyel kívánta helyettesíteni, szimulálni a hatékony és társadalmilag hasznos sportpolitikát. Ezeket a törvényeket és parlamenti kontextusaikat e sorok írója nemrég kismonográfiában mutatta be (*Bakonyi, 2007.*) Az külön-külön és együttvéve elmondható ezekről a sporttörvényekről, hogy szövegeikben jótékony és tisztességes célokat fogalmaztak meg. Hol a civil sportszervezetekre, hol a piacra és/vagy az államra, hol a PPP konstrukcióra helyezték a hangsúlyt nemes céljaik megvalósítása érdekében. Egyik törvény sem volt képes megteremteni azt a gazdasági-jogi környezetet a magyar sport számára, amelyben e társadalmi alrendszer hatékony és sikeres rendszerváltása megtörténhetett volna.

A rendszerváltást követő évek sportpolitikáját olyan útkereső lépéseknek tekinthetjük, amelyekben a döntéshozók az államszocializmust követő gazdasági, társadalmi és politikai folyamatokat csak követték a sport területén. Így lehetett a sportban lezajlott nagy átalakulás az említett folyamatok „járulékos következménye”. Történelmi visszatekintésen alapuló szakmai „helyzetjelentés” nélkül a döntéshozók csak periferikus kérdésként kezelhették a sportot, amely ebben a helyzetben csak sodródó és zavaros lehetett.

Az eseményeket követő, az azokra reagáló sportpolitika tette lehetővé, hogy 2002-re a sporttudomány legkiválóbbjai megfogalmazzák helyzetelemzésüket, amely szembesíteni igyekezett a döntéshozókat azokkal a negatív folyamatokkal, amelyek a magyar testkultúra minden ágazatát kedvezőtlenül befolyásolták a rendszerváltást követően. Az ideologikus alapú állami irányítás és finanszírozás megszűnése nem hozta automatikusan magával mindazt, amit a doktriner liberalizmus ígért: a piac és a piacgazdaság jó szándékú, társadalmilag hasznos, közérdekű megjelenését a sportéletben, valamint az önkormányzati elven működő, autonóm civil szervezetek általános térnyerését. A 2002-es konszenzusos sportpolitikai kiáltvány, a Fehér Könyv szerzői ugyanakkor nem a sporttársadalom önszerveződésétől és gazdasági potenciáljának kibontakozásától várták a hazai sportélet megváltását, hanem a kormánytól. Ebben a gesztusban annak a be- és elismerése rejlik, hogy a sport még mindig a politikai indíttatású forrásallokáció kiszolgáltatottja, s ez a kiszolgáltatottság olyan adottság, amivel hosszú távon együtt kell és lehet élnie a magyar sportnak.

A magyar sport ellentmondásos átalakulása során az egyik állandó faktor a forráshiány volt. Folyamatossága okán a sportszféra a

sporthivatalt, a sportminisztériumot, majd újból a sporthivatalt pénzosztónak tekintette. Ez igaz volt időszakunkban a köztisztviselők, a szövetségekre és az egyesületekre egyaránt. A sportpolitika gyakorlata az első ciklusok alatt a szűkös forrásokért folyó verseny koordinálása, szabályozása volt, de ez nem lehetett mindig normatív, így az eseti, a személyes kapcsolatokon, a lobbierdekeken alapuló döntések nem könnyítették a hosszú távú sportkoncepció kidolgozását, esetleges alkalmazását. A sportszféra váltakozó befolyású vezetői egymás közötti vetélkedése a hiányos források újrafelosztásáért ugyanúgy az állami sportpolitika paternalizmusát – a kézi vezérést – erősítette, ahogy a központi állami sportpolitikai koncepció hiánya. Mindezek a fent említett körülmények vezettek el ahhoz, hogy az 1980-as évek közepének *tényleges* sportpolitikája számos elemében továbbélhetett a 21. század legelején is. Ez egy olyan rendszert feltételezett, amelyben a különböző alrendszerek vezetői, képviselői egyaránt érdekelték voltak.

A sport depolitizálása, államtalanítása, civilizálása, államilag generált piacosítása az egymást követő ciklusok során váltakozó frekvenciával jellemezték a hazai sportpolitikát. Az állam 2008-ban határozottan kivonulni látszik a sportból. Erre ösztönzi a közelmúlt történéseinek tapasztalata is. Nemzetközi példák alapján, s a kényszerítő és szűkös költségvetési lehetőségek miatt a brit eredetű PPP konstrukcióban látja a társadalmi, társadalmilag hasznos sport fejlesztésének zálogát. Ez a mai Magyarországon felér a központi, állami és kormányzati sportpolitika eddigi kudarcának beismerésével. A PPP konstrukció kormányzati ajánlása mögött roppant gyenge és forráshiányos önkormányzatok (azaz a „public” szféra) és a sportra általában nem vagy csak minimálisan áldozó gazdasági társaságok (azaz a privát szféra) áll. A jelenlegi kormányzati sportpolitika sem az önkormányzatokat, sem a gazdasági társaságokat nem képes hatékonyan arra ösztönözni, hogy a vágyott sportoló nemzet sportolási lehetőségeit megteremtse.

A legújabb sportpolitikai direktívából, ahogy a megelőző évtizedek hasonló dokumentumaiból is inkább az aktuális helyzetelemzés és a rövid történeti áttekintés tűnik a leginkább időtállóknak és relevánsnak. A jövőre vonatkozó „állításaiból” ugyanakkor a korábbi sportpolitikai dokumentumokkal ellentétben egy dologban minden bizonnyal igaza lesz a *Sport XXI*-nek. Azt állítja a legújabb sportpolitikai kánon, hogy hazánk sportnemzetből sportoló nemzetté válik. Az állítás egyik fele a közeli jövőben megvalósul, a legnagyobb sajnálatunkra: Magyarország meg fog szűnni sportnemzetnek lenni. Ennek belátása ma már nem igényel különösebb bátorságot sem a politikától, sem a sporttársadalom felelőseitől. Ugyanakkor – ahogy munkánk példázatai is bizonyították – a legjobb indulatú politikai szöveg sem eredményezheti önmagában a „sportoló nemzet”, az egészséges, edzett, egészségtudatos társadalom létrejöttét, ha a poli-

tikai akarat csak „szöveg” marad. Márpedig két eltérő politikai rendszer sportpolitikai gyakorlata példázhatja a másnak, hogy az 1949-ben megfordítani akart piramis nem fordult vissza, ám a teteje lassan szétmállik. A sportoló nemzet mint cél vitathatatlanul pozitív. Annak megvalósulása azonban nem a sportpolitika, hanem a magyar társadalom és gazdaság közeljövőbeli fejlődésének, az újkapitalizmus alakváltozásainak és a jóléti társadalomról való gondolkodásunk függvénye lesz.

Irodalom

- Angelusz Róbert, Tardos Róbert (1977): *A fiatalok és a sport. Adatok egy empirikus kutatás eredményei alapján*. Ifjúsági Lapkiadó Vállalat, Budapest.
- Bakonyi Tibor (2007): *Állam, civil társadalom, sport*. Kossuth, Budapest.
- Bozóki András (Főszerk.) (1999): *A rendszerváltás forgatókönyve. Kerekasztal-tárgyalások 1989-ben*. 1-8. Magvető, Budapest.
- Deutsch, Julius (1931): *Sport és politika*. MTE, Budapest.
- Földesi(né) Szabó Gyöngyi (1996): *A magyar sport átalakulása az 1989-1990-es rendszerváltás után*. In: Földesi(né) Szabó Gyöngyi (Szerk.): *A magyar sport szellemi körképe*. OTSH-MOB, Budapest, 16-18. p.
- Frenkl Róbert (1986): *A magyar sport eltékozolt évtizede*. In: Radnai György (Szerk.): *A sportról. Vélemények és viták*. Kossuth, Budapest.
- Frenkl Róbert, Gallov Rezső (Szerk.) (2002): *Fehér könyv. Helyzetkép a magyar sportról*. K. n., h. n.
- Király, Béla, Bozóki, András (Eds) (1995): *Lawful Revolution in Hungary, 1989-94*. Boulder: Social Science Monographs; Highland Lakes N.J.: Atlantic Research and Publications Inc. Columbia University Press, New York.
- Kornai János (1989): *A hiány*. I-II. köt. Közgazdasági és Jogi Könyvkiadó, Budapest.
- Kutassi László (1987a): *A magyar szakszervezeti sportmozgalom a felszabadulás után. A magyar népi demokrácia szakszervezeti sportmozgalma (1945-1963)*. Népszava, Budapest.
- Kutassi László (1987b): *A Magyar Kommunista Párt sportpolitikája. 1944-1948*. Budapest.
- Laki László, Nyerges Mihály, Pethő Róbert (1984): *Helyzetelemzés. Magyarország, július 7*.
- Laki László, Nyerges Mihály (1996): *Rendszerváltás, sportegyesület, sportági szakszövetségek*. In: Földesiné Szabó Gyöngyi (Szerk.): *A magyar sport szellemi körképe*. OTSH-MOB, Budapest. 86-99. p.
- Lengyel László és mtsai (1986): *Fordulat és reform*. Novitax, Budapest.
- A Magyar Szocialista Munkáspárt határozatai és dokumentumai. 1971-1975*. (Szerk. Vass Henrik). Kossuth, Budapest. 1979.
- A Magyar Szocialista Munkáspárt művelődéspolitikájának értelmezése a testnevelési és sportmozgalomban*. Táncsics, Budapest. 1959.

- A Magyar Szocialista Munkáspárt művelődéspolitikájának értelmezése a testnevelési és sportmozgalomban.* 1965. (kivonat) A Magyar Testnevelési és Sportszövetség kongresszusának határozata. A Magyar Testnevelési és Sportszövetség alapszabálya.
- Maltby, Richard (1994): *Popular Culture in the 20th Century.* Grange Books, London.
- Az MSZMP KB Politikai Bizottságának állásfoglalása az 1979. március 27-i határozatának végrehajtásáról, valamint a testnevelés és a sport fejlesztésének további feladatairól. In: A Magyar Szocialista Munkáspárt határozatai és dokumentumai. 1980-1985. (Szerk.: Vass Henrik) Kossuth, Budapest. 1988. 617-625. p.
- Az MSZMP Központi Bizottsága Politikai Bizottságának határozata az ifjúság testnevelésének és sportjának fejlesztéséről. (1975. december 16.) In: A Magyar Szocialista Munkáspárt határozatai és dokumentumai. 1975-1980. (Szerk.: Vass Henrik) Kossuth, Budapest. 1983.
- Az MSZMP Központi Bizottsága Politikai Bizottságának határozata a testnevelési és sportmozgalom helyzetéről, feladatairól. In: A Magyar Szocialista Munkáspárt határozatai és dokumentumai. 1975-1980. (Szerk.: Vass Henrik) Kossuth, Budapest. 1983.
- Újhelyi József (1949): *Népi demokrácia és sport.* Sportszemináriumi előadások. 1. OSH, Budapest.
- Valuch Tibor (2001): *Magyarország társadalomtörténete a XX. század második felében.* Osiris, Budapest.
- Wheeler, Robert F. (1978): Organized Sport and Organized Labour: The Workers' Sports Movement. *Journal of Contemporary History*, 2. 191-210.
- Zsíros Mária (1983): *Az ifjúság és a sport. (Egy közvélemény-kutatás tapasztalatai.)* Ifjúsági Lapkiadó Vállalat, Budapest.

ÚTKERESÉS A REKREÁCIÓKUTATÁSBAN: A REKREÁCIÓ ÉS A POZITÍV ÉLETÉRZÉSEK KAPCSOLATA

Seeking for the way of recreation-researches: Relationship between recreation and positive attitudes of life

◆ **Ábrahám Júlia**
Fitness Akadémia

Összefoglalás

A szerző bevezetőjében a rekreációkutatás jelenlegi helyzetével és néhány lehetséges fejlődési irányával foglalkozik. Arra mutat rá, hogy a rekreáció „tudományos karrierjének” kezdetén áll, és ebben a helyzetben milyen megközelítési módot célszerű választani. A cikk nagyobb része – a vázolt kutatási területek közül – a rekreáció életminőség-javító hatását elemzi. Néhány kulcsfogalom mentén jellemzést ad napjaink szabadidős trendjeinek közös sajátosságairól. Ezt követően arra keresi a választ, hogy mi a különbség a jóllét, a boldogság, az öröm és az élvezet között, és hogy e pozitív életérzések közül melyekkel hozható a rekreáció kapcsolatba. Végezetül a rekreatív tevékenység specifikumainak bemutatásán keresztül a rekreáció leglényegesebb vonásait igyekszik megragadni.

Kulcsszavak: rekreáció, szabadidő-kultúra, életminőség, jóllét, öröm.

Abstract

In the introduction the author deals with the present state of recreation-researches and some possible ways of its development. She points out that recreation stands at the beginning of its scientific career and how it should be approached in this position situation. The bigger part of the article – from the sketched fields of research – analyses the positive effect of recreation on the quality of life. She characterises today's specific features of freetime-trends by using some keywords. Afterwards she looks for the answer for the questions: what's the difference between well-being, happiness, gladness and joy? Which of these can be connected with recreation? Finally, by introducing the specifics of recreational activities, she points out the most important characteristics of recreation.

Keywords: recreation, freetime-culture, quality of life, well-being, gladness.

Bevezetés

Sokakban felmerül a gondolat a rekreációkutatás¹ szó hallatán, hogy ez az a tudomány, amely megmondja az embernek, hogy mit kell csinálnia ahhoz, hogy több energiája legyen, és úgy általában nagyobb kedvvel induljon neki a reggelnek. Bár a rekreáció valóban ezt a kérdéskört feszegeti, a mi „szakmánkban” még nincsenek olyan evidens válaszok, mint a jól ismert reklámban a tüsszentésre vagy a köhögésre. Az talán a későbbiek során sem lenne szerencsés, ha a rekreációelméletet konkrét teendőket megfogalmazó életmódpraktikákkal azonosítanánk. Másfelől azonban jogos a kérdés, hogy a rekreáció – a teoretikus elmélkedés mellett – tud-e valamilyen támpontul szolgálni a hétköznapi örömteliségéhez? Létezik-e egyáltalán a jóllétnek valamilyen belülről megépített kultúrája, valamilyen általánosítható magatartásgyakorlata? Tudunk-e – és egyáltalán kell-e – segíteni a rossz közérzet csapdájának elkerülésében? Ezekre a kérdésekre csak igenlő lehet a válasz, különben nem lenne értelme rekreációkutatásról, rekreációs szakemberek képzéséről beszélni. Konstruálhatók olyan multidiszciplináris modellek, amelyek irányt mutathatnak az egyénileg kimunkálendő minőségi élethez. Vannak persze olyan stresszorok (pl. létbizonytalanság), melyeknek a rekreáció nem kíván közvetlenül hadat üzeni. A rekreáció hatásköre elsősorban a szabadidő² felhasználási módjára terjed ki, de jelentősége – az elsajátított készségek következtében – messze túlmutat önmagán. *Az igazi rekreáció végső soron az egyén jóllét-ökonómiájának meghatározó eleme, a civilizációs túlélőkészlet nélkülözhetetlen kelléke.*

A rekreációkutatás sajátosságai

A minőségi élet bonyolult, soktényezős rendszerében a szabadidő-eltöltés módja felértékelődik és egyre fontosabb szerepet tölt be az egyén komfortérzetének alakulásában. Minél lényegesebb egy jelenség a korszak létviszonyaiban, annál inkább megnő a tudomány általi „szentesítés” igénye. Az interpretáció formája és tartalma visszahat az érintett területre, így a „fogalomhasználat módja maga is valóságkonstituáló elem” (Kiss, 1994). Ez a tény nagy felelősséget, és egyben komoly kihívást jelent a rekreáció iránt érdeklődő szakemberek számára.

Vitathatatlan, hogy a rekreáció – jelenlegi fejlettségi szintjén – nem tudomány, hiszen nincsenek kutatómunkával alátámasztott, igazolt ismeretei, melyek egységes, átfogó gondolati rendszert alkotnak. Arról azonban már megoszlanak a vélemények, hogy a rekreációnak

egyáltalán kell-e „tudományos karriert” befutnia, és ha igen, képes lesz-e rá. Az egyik fajta érvelés szerint nem szükséges minden fontos és értékes szakismerethalmaznak tudománnyá válnia ahhoz, hogy betöltse funkcióját. Másrészt viszont a rekreáció már „kacsingat” a tudományosság felé, hiszen – nagy népszerűségnek örvendő felsőoktatási szakként – a sporttudományok égisze alá nyert besorolást. Ez siker, de még csak az elismertség első foka. (Más kérdés, hogy ez a rendszertani elhelyezés – és az ezzel járó testkulturális dominancia – mennyiben segíti a rekreáció teljességének kibontakozását.)

A tudománnyá szerveződés egy hosszú fejlődési folyamat, amelyhez mintául szolgálhat például a vallástudomány kialakulása. Nem nehéz észrevenni a rekreáció és a vallás közötti funkcionális hasonlóságokat és a részterületek párhuzamosságát.³ Érdekes, hogy a vallástudomány – a bölcsészettudományok egyik ágaként – a hittudományok mellett tudott gyökeret verni és önállósulni. (Mind ezt úgy, hogy a két tudomány lexikonjaiban szereplő szócikkek 60-70%-a azonos!) A rekreáció belső tartalmi és módszertani megerősödésével párhuzamosan, nagy szükség lenne a terület tudományelméleti és tudományfilozófiai megalapozásra is, amely nagyban segítené a tudományosság kritériumainak beépítését a szakmai munkába.

A vonzó jövőkép mellett azonban nem szabad megfeledkezni a realitásról. A rekreáció ma elsősorban egy terep, egy tematikus megközelítési mód, amely más, tudományágak ismeretanyagát és módszereit hasznosítja. Ez jó kiindulópont lehet, hiszen az áltudományosság ellen egyfajta védőfaktor, ha a szakterület követői igyekeznek más tudományok fogalmi rendszerével kapcsolatot találni. Az elmúlt évtizedekben számos olyan szociológiai, pszichológiai, egészségtudományi vizsgálat zajlott, melyek elemzésével megfogalmazhatók a rekreációs kultúrára vonatkozó állítások. A rekreáció egyrészt merít az egyes tudományágakon belüli speciális részterületek (szabadidő-szociológia, élménypsziológia stb.) eredményeiből, másrészt maga vizsgál olyan – a hétköznapi élet minősége szempontjából releváns – dimenziókat, melyek nem tartoznak más tudományok érdeklődési körébe.

Napjaink rekreációkutatása (nagy részt) szintézisteremtő kísérlet, amely az egyes tudományok „jóllét üzeneteit” összegzi és rendszerezi. Kérdés, hogy a különböző megközelítési módok és azok ismeretei mennyire illeszthetők össze egymással és a praxissal, illetve hogy az esetleges ellentmondások feloldhatók-e. Mivel a multidiszciplináris rekreációkutatásnak nincsenek történelmi előzményei, az így létrejövő tudásanyag valószínűleg csak egyike lesz a lehetséges válaszoknak.

A rekreációkutatás célja, fő kérdései

A kutatómunka távlati célja a rekreáció elméletileg megalapozott gyakorlatának kimunkálása, hogy intézményesülhessen a jólétre való elkészülés. Hétköznapi tapasztalataink és a kutatási eredmények (Kopp és Kovács 2006.) is alátámasztják, hogy rosszkedvű a magyar társadalom. Az örömorientáltság alacsony szintje nem magyarázható kizárólag egzisztenciális problémákkal. A hazai rekreációs kultúra fejlődése része (feltétele?) az európai felzárkózásnak. Ehhez azonban választ kell találnunk jó néhány kérdésre.

1. Mi jellemzi napjaink szabadidős tendenciáit? Van-e különbség élvezet, öröm, boldogság, jóllét között rekreációs szempontból? Mit várunk a rekreációtól, milyen jellegű életérzést keresünk általa?

2. Milyen elvek és feltételek teljesülése valószínűsítheti a rekreációs hatást? Milyen tevékenységcsoportokat tudunk elkülöníteni rekreációs értékük szerint?

3. Létezik-e tipikus közép-európai (vagy akár magyar) vonás a rekreációban? Szocializációs hiány okozza, vagy egyszerűen nemzeti karakterünkből adódik, hogy annyira mások vagyunk, mint például a franciák? A társadalmi depresszió (Kopp és Kovács, 2006) okai között fellelhetők-e szabadidős deficitek, vagy ezek inkább következmények?

4. Hogyan lehet civilé tenni a szaktudást? Milyen transzferek (kognitív, érzelmi utak, marketingtechnikák) mentén jut el az ismeret a hétköznapi gyakorlatba? Hol vannak azok a zárványok (attitűdök, értékek), ahol a jó tudás elakad? Hol és miért válik ketté a deklarált és a csinált valóság? Hogyan lehet túljutni a látszat-lelkiismeretfurdaláson? Mivel lehet megtörni a komfortzóna hatalmát?

5. Hogyan lehet napi igényé nemesíteni a rekreációt? Mi kell ahhoz, hogy a jó közérzet szempont legyen az emberek életvezetésében? Milyen értékrend és életstratégia szükséges a „rekreációbarát” életmód megteremtéséhez? Hogyan lehet markánssá tenni a különbséget egy tevékenység presztízsértéke és valós közérzetjavító hatása között? Milyen feltételek mellett állnak össze a kellemes percek hosszabb távon életminőség-nyereséggé?

6. Mi a test szerepe a rekreációban, annak eszköze vagy alánya? Testkultusz vagy testkultúra? A rekreáció felszabadítja vagy kontrollálja a testet?

A felvetett problémák tanulmányozása során szerzett tapasztalatok nagyban segítenék a rekreációs kultúra fejlődését. E cikk keretében az 1. pontban feltett kérdések megválaszolásához szeretnénk hozzájárulni.

Napjaink szabadidős tendenciáinak általános jellemzői

Kevés olyan dolog akad, amellyel a nyugati ember oly nehezen bírkózik meg, mint a szabadidő. Egyeseknek nincs idejük, hogy kipihenjék magukat, sőt már nem is tudják, hogyan kell pihenni, míg másoknak okuk és pénzük nincs rá (Dahlke, 2002).

Iparosodás. Az utóbbi néhány évtizedben virágzásnak indult szabadidőipart arra találták ki, hogy segítsen üres óráinkat kitölteni élvezhető foglalatosságokkal (Csíkszentmihályi, 1997). Amikor azonban az igényekre épülő szolgáltatások túlnövik magukat és hatalmas iparaggá válnak, elfajulnak, és legnagyobb akadályai lesznek az eredeti szükségletek kielégítésének.⁴ Ebben a csapdában vergődik a feltöltődni vágyó modern ember is. *Az agresszív szórakoztatási túlkínálat oly módon körbefonja az embert, hogy már ki se lát belőle*, csak ezekben a túlburjánzott formákban tud gondolkodni. „Az emberek mindennapi életének talán egyetlen területén sem vált olyan erőssé és határozottá a társadalmi beavatkozás, a szabadidős formák egyikében sem burjánzottak el annyira a manipulatív tendenciák, mint a szórakozás és a szórakoztatás világában” (Jánosi, 1986). A fő szolgáltatástrendek a kényelem, az anyagiasság, a látvány és a felszínes élvezetek elterjedését segítik elő. *A szórakoztatóipar növekvő élménykínálata és fokozódó ingertelítettsége elidegeníti az embert az egyszerű önfeledt személyes örömtől.* A show-műsorok világában elvesz az erdő varázsa. A digitális játékok izgalma csábítóbb, mint a rajzolás, vagy az „anyával együttfőzés” élménye.

Irányított kényszerfogyasztás. A tömegkommunikáció által generált világkép formálja az értékrendszert, amelynek középpontjában a fogyasztás mindenek feletti hajszolása áll. A 21. századi kultúrában az ember a fogyasztás illúziójának bűvöletében él, amely azt sugallja, hogy az életminőséget fogyasztás útján lehet megszerezni (Pikó, 2005). A szabadidős szokásokat is ez az attitűd hatja át. Azt gondoljuk, hogy az élmény megvásárolható, és annál nagyobb az öröm, minél többet fizetünk érte (Disneyland, afrikai szafari stb.). Egyre meghatározóbbak a státusz jellegű tevékenységformák, melyeknek semmi köze a belső motívumokhoz. A fogyasztói társadalom által gerjesztett szabadidő-eltöltési módok többsége nem felel meg a rekreáció alapvető funkcióinak és az egyén tudatos értékstruktúrájának. Az ideális fogyasztó a kapcsolataitól, céljaitól megfosztott, magányosan szorongó ember (Kopp és Kovács, 2006). Úgy tűnik, hogy a gazdasági érdekek és az ember alapvető érdekei messze

nem esnek egybe. Sodródunk a „lét elviselhetetlen könnyűsége” felé, mások hasznára.

Anyagi (materiális, instrumentális) forrásokra építettség. A szórakoztatóipar a minimumra szorítja a szórakozásba fektethető egyéni aktivitást, miközben maximalizálni igyekszik a szórakozás eszköz-igényességét. Egyre több külső erőt (pénzt, felszerelést, kelléket) veszünk igénybe az élmény reményében, miközben egyre szűkül a belső pszichés energiaráfordítás készsége és képessége. Az emberek szívesebben költenek pénzt ahelyett, hogy „magukból” (figyelem, energia) fektetnének be többet (Csíkszentmihályi, 1997).

Uniformizálódás. Hiába nő az időfelhasználás potenciális szabadságfoka, mégis szűkül az a kör, amit valóban csinálunk. Ez önmagában még nem lenne gond, ha a választás tudatos lenne, és önismereten alapulna. Valójában azonban a lehetőségek növekedésével nem járt együtt a szabadidőtudat fejlődése. Nem vagyunk tudatában választásunk jelentőségének, nem mérlegeljük, hogy az egyes tevékenységek mennyi személyes hozadékkal járnak. A globalizált szabadidős trendek (tv, mozi, utazás) a legtöbb társadalmi csoportban jelen vannak (Kiss, 2006). A kínálat szélesnek tűnik, de valójában egyre csökken azoknak a tevékenységeknek a köre, melyeket a közmegegyezés valóban szórakoztatónak talál. Ez a bőségben megtapasztalható hiány állapota.

Passzivitás, kvázi részvétel. A szabadidős trendek alapvető jellemzője a tétlenség, a passzív szórakozás. Az energiaminimumra törekvés, a fizikai inaktivitás öncéllá vált és kiszorít lassan minden mélyebb elégedettséget okozó tevékenységet (közösségi élet, kreativitás) a szabadidő-struktúrából. „A legtöbben ahelyett, hogy felhasználva szellemi és fizikai képességeiket áramlatba kerülnének, azzal töltik az időt, hogy stadionokban szaladgáló híres sportolókat néznek, vagy ahelyett, hogy maguk zenélnének, milliommossá lett zenészek lemezeit hallgatják... Nem merjük vásárra vinni a bőrünket. Ez a kvázi-részvétel átmenetileg elfedi ugyan az elvesztegetett idő ürességét, mindazonáltal csak nagyon halvány pótléka a valódi lehetőségekre fordított figyelemnek” (Csíkszentmihályi, 1997). Egyre több a mesterséges élmény, virtuális világok és virtuális kapcsolatok helyettesítik a természet szépségét és a test melegét.

A célszerűség determinizmusa. Néhány szabadidő-eltöltési formára viszont a felfokozott teljesítmény- és eredményorientáltság jel-

lemző. Például nemcsak a hétköznapi komfortérzetemért futok, hanem „megcsinálok a maratont”. Bejárom tíz nap alatt Dél-Írországot, megnézek minden lényeges turistanevezetességet, de sehol sem vagyok igazán jelen. A „célszerűtlen” örömök kultúrája (meghitt emberi együttlétek, bolyongani a természetben) hanyatlak. Az egyfunkciós dolgok már nem elegendők, minden tevékenységnek jónak kell lennie még valami másra is (pl. futok a szívem edzettségéért, a súlyom megtartásáért, és mindezt összekötöm a kutyám futtatásával stb.).

Az élménybefogadó képesség (örömképesség) csökkenése. Hiába a jobbnál jobb, egyre tökéletesebb élményt nyújtó esemény és akció, utána (sőt akár közben is) a fásultság, a lelki meddőség jelei mutatkoznak. *A gazdasági érdek által teremtett álszükségletek kielégítése értelmesszerűen nem hozhat életminőség-javulást. A külvilági élménykínálat csak akkor hoz eredményt, ha valós belső szükségletekre (mentális igény, képességek szintje stb.) rezonál.*

Szabad választás, izlésekvivalencia. A szabadidő-eltöltés felszabadult a hagyomány és a norma uralma alól, de ez csak látszatszabadság. *Használható kulturális kód nélkül ugyanis nem alakulhat ki a szabadidő rekreatív kitöltésének szokása (Kiss, 1994).* Korábban a tradíciók, majd az értelmiség nevelő attitűdje „nehezedett rá” a szabadidőre, és kijelölte a szokásoknak vagy az értékpreferenciáknak megfelelő tevékenységeket. Ma az egyén szuverén módon dönt szabadidejéről, de ez a szabadság tulajdonképpen nem más, mint a fogyasztás szabadsága. Azonnal dekódolható, „instant” kulturális termékeket fogyasztunk, amelyek könnyedén „átfolynak az emberen” minden maradandó hatás nélkül. A szabadidő által megszerzhető személyes és társadalmi többlet már csak ritkán szerepel a szempontok között.⁵ Hódít a látvány és a formakultúra. A szórakozás etikája általános, tartós életetikává vált (Kiss, 2006).

Multifunkcionális szabadidő. Egyre inkább megszűnnek a hagyományos felosztás szerinti tiszta kategóriák, elmosódnak a munka, a tanulás és a szabadidő határvonalai. A fiziológiai és társadalmi igényeket kielégítő tevékenységek (pl. étkezés, bevásárlás) szabadidős programmá válnak. Sok esetben a munkával, hivatással kapcsolatos részfeladatok, vagy a családi kötelezettségek teljesítése tölti ki a szabadidőt. Mivel az egyén saját döntése szerint választja ezt az elfoglaltságot, szabadidőnek kell tekinteni, melynek rekreációs értéke azonban vitatható.

Kreatív (átfogó) kultúra.⁶ Az említett anyagelvű – olykor a konzumidiotizmusba hajló – trendekkel szemben megjelent egy másfajta értékrend alapján szerveződő kultúra. Képviselői – kiábrándulva a pénz, a hedonizmus, a rohanás, a felszínesség világából – újfajta válaszokat keresnek a civilizációs kihívásokra. Az irányzatot az értelem és az értékek tisztelete hatja át, jellemzője – többek között – az ökológiai tudatosság, a fenntartható fejlődés igénye, a holisztikus látásmód, az emberi kapcsolatok felértékelése és a spirituális elkötelezettség. Szabadidős tevékenységük is összhangban áll a vállalt értékekkel, így ez a modell több és mélyebb rekreációs hozadékot valószínűsít, mint a domináns fogyasztói létforma.

A rekreatív hatás elemzése

A szabadidő eltöltése önmagában még nem rekreáció. Ahhoz, hogy azzá váljon, valamilyen pozitív minőségi változásnak kell bekövetkeznie az egyén közérzetében. Eszerint a frusztrációt oldó, szorongást csökkentő technikák már beletartozhatnak a rekreáció értelmezési tartományába, de a rekreáció „igazi profilja” a pozitív életérzések generálása (nemcsak a negatívak semlegesítése). *A rekreációban azokat a hétköznapi jóllétforrásokat keressük, amelyek létrejöttéhez az egyén tevőlegesen is hozzájárulhat.*

A pozitív életérzések típusai

A rekreáció funkciójának meghatározásához először tisztázni kell, hogy mit is értünk jóllétén, boldogságon, élvezeten, örömen és élményen.⁷ A köznyelvben általában keverve használjuk a pozitív életérzéseket kifejező szavakat anélkül, hogy tudatosulna azok eltérő szerepe az életminőség alakulásában. Nem az a cél, hogy elszánt nyelvújítóként „helyre tegyük” a kaotikus nyelvhasználatot, hanem hogy a különbségek érzékeltetésével megkeressük a rekreáció lehetséges kapcsolódási pontjait.

A *jóllét* az egyén optimális létezése, amelyet az elégedettség, a negatív érzések hiánya jellemez. A jóllét alapfokon azt jelenti, hogy „*jól funkcionálni*”, mikor a test valamennyi szerve – valamint az egyén, mint egység – rendben teszi a dolgát. A következő szint a „*jól érezni magunkat*” állapota, mikor az egyes funkciók jó működését észleljük, és pozitívumként meg is éljük.⁸ A legmagasabb szint a „*jól lenni*” stációja, mikor az ember a belső természete szerint él, egységben van önmagával és a világgal. Ez azt jelenti, hogy az egyén ismeri és elfogadja saját kompetenciáit, megteszi, amit meg tud tenni, de ugyanakkor megbékél a sorssal is. A jóllét egyfajta „összerendezettség”, azaz az önismereten alapuló céltudatosság és a cselekvési készségek együt-

tese. A hierarchia élén álló „jól lenni” állapot nem feltételezi szükségszerűen az első két szint meglétét, azonban ez a legjelentősebb faktor a szubjektív életminőség vonatkozásában. (Pl. lehet az ember elégedett, sőt önkiteljesedő akkor is, ha valamilyen betegségben szenved, vagy fogyatékkal él.) A jóllétnek önálló kategóriaként való elfogadása feltételezi, hogy létezik a boldogság és a boldogtalanság között egy köztes tartomány, melyből mindkét irányba könnyű az elmozdulás.

A *jóllét* fogalmától célszerű elkülöníteni a *jólét* állapotát, amikor az ember az alapvető igényeinek megfelelő egzisztenciális körülmények között él. A két állapot – egy bizonyos szint fölött – már nem függ össze. Hiába növekszik ugyanis az életszínvonal, az alapvető anyagi szükségletek kielégülését követően már nehezebb a jó közérzet megvalósítása. Sőt egyes vizsgálatok szerint az erős anyagiasság értékek tartósan aláássák az emberek jóllétét, melynek jelei az elégedetlenség, a depresszió, a nárcizmus és az antiszociális viselkedés (Kasser, 2005).

A *boldogság*⁹ egy összetett életérzés patetikus kifejezése, amely mindig tartalmaz valamilyen tartós, erős pozitív érzelmet. Előfordul, hogy a mély érzelmet kiváltó történés maga nem is élvezetes, mégis a megtapasztalás után újra vágyunk rá. A boldogság általában mellékhatásként jelentkezik, amikor az ember önmagánál nagyobb ügynek szenteli magát.¹⁰ Ilyenkor valaki másra, vagy valamilyen külső dologra (család, istenhit, hazaszeretet stb.) koncentrálunk, tehát eltávolodva az éntől, egy boldogabb én születik meg. Ezekben az időszakokban az élet értékes és értelmet nyer. Gyakran boldogságnak hívják az emberek azt az állapotot, mikor az általános jóllétet valamilyen (várt vagy nem várt) „jóság” teszi teljessé és emlékeztetessé (pl. gyermekszületés). Ugyanakkor az is boldogság, amikor egy élmény intenzitása olyan elsöprő, magával ragadó, hogy teljesen át színezi a hétköznapi valóságot (pl. szerelem). A tartós boldogság csendesebb és rendezettebb, harmonikus alapviszonyok szükségessé hozza. A boldogság együtt jár az ember energiáinak növekedésével, viszont a többletenergia még nem szükségszerű indikátora a boldogságnak. *A boldogságot más szóval életörömmel is nevezhetjük.*

Azt már tudjuk az orvostudomány jóvoltából, hogy a boldogság nem más, mint biokémia. Lokalizálták ugyanis azt az agyterületet, amelynek elektromos ingerlése boldogságérzetet eredményez. Az is kiderült, hogy a boldogságra való képesség genetikailag meghatározott. Úgy tűnik tehát, hogy nincs sok teendőnk a boldogság ügyében.¹¹

A *jóllét* és a *boldogság* egymáshoz közeli fogalom, csak míg a boldogságvágy minden kultúrában a legfőbb mozgatóerő, addig a jóllét által teremtett béke, harmónia kevésbé vonzó perspektíva. Míg a boldogság megfoghatatlan, mindig kísérőjelenség, addig a jóllét megvalósításához lehet eszközöket rendelni. A tapasztalat azt mutatja, eltérés van aközött, amit az emberek gondolnak, hogy boldoggá teszi őket, és aközött, ami valóban azzá teszi. A leggyakoribb boldogságforrásként az egészséget, a jó családi kapcsolatokat és az anyagi biztonságot említik¹², míg életük legboldogabb pillanatainak felidézésekor ezek a szempontok legfeljebb háttérként (a jóllét összetevőiként) jelennek meg, és mindig valamilyen kifejezhető egyedi öröm koronázta meg azt az életszakaszt.

Az *élvezet* a biológiai programunk, vagy a társadalmi hatások által belénk épített *vágyak valamelyikének kielégülését kísérő kellemes érzés*. Csúcspontszerű és tűnékeny: a kielégítést követően hirtelen megszűnik, és motiválatlan állapot (nyugalom, megkönnyebbülés) jön létre. A szükséglet kielégülését követően helyre áll az egyensúly, de az Én nem válik komplexebbé (fejlettebbé). Az élvezetek hajszolhatók, intenzitásuk fokozható. Gyakori jelenség, hogy a kielégítetlen pszichés szükségletek (pl. szeretetéhség, elismerés utáni vágy) könnyebben realizálható testi vágyként nyilvánulnak meg. Ilyenkor nem valódi éhségérzet vagy szexuális vágy áll a háttérben, így az étkezés vagy a szeretkezés sem jelent igazi élvezetet. Ezek a pótcselekvések átmenetileg csökkentik a szorongást, de az eredeti hiányérzet változatlanul megmarad, sőt egyre agresszívabb formát ölt.

Az élvezetkeresés reflexe beépült génjeinkbe, mint a legkönnyebben elérhető potenciális örömforrás. Ezek az ösztönök eredetileg a lét-, illetve a fajfenntartást szolgálták. Ma viszont – amikor valamennyi szükségletünk kielégítésére iparág épül – nagy veszélyt jelent genetikai programunk vak kiszolgálása. (Az extázisigény, a transzcendencia utáni vágy például egyidős az emberiséggel, csak míg őseink rituális énekek és táncok formájában önmaguk biztosították az élményt, addig a modern ember már csak egészségkárosító kemikáliák segítségével képes valami hasonló, mesterkélt élvezet megtapasztalására.) A civilizációs fejlődés újabb és újabb (ál)szükségleteket teremt, majd azokat üzletszerűen kielégíti. A nyomasztó túlkínálat eredményeként összezavarodtak belső iránytűink. Már nem tudjuk, hogy mi kell a szervezetünknek és főleg, hogy miből mennyi (lásd túlsúly, mint népbetegség). Általános elvként tehát rögzíthetjük: ami (úgy tűnik, hogy) jól esik, még nem biztos, hogy javunkra is válik.

Az *öröm* átfogó kategória, amelybe – a néhány másodperces hangulatjavulástól kezdve a csúcserőlményig – szinte valamennyi pozitív

érzés beletartozik. Az *élménnyel* szinonim fogalom. (Talán úgy lehet különbséget tenni, hogy az öröm belülről árad kifelé, míg az élmény kívülről halad befelé. Ugyanarról a jelenségről, az érzés és a történés egységéről van szó, csak két különböző nézőpontból vizsgálva.) A valódi örömtől meg kell különböztetni a pseudoörömet, amely nem fejezi ki az egyén hangulatát, csak a gondolatokban és esetleg külső jegekben létezik. Valójában színlelt érzés, inkább érzésekből szőtt gondolat, amelynek semmi köze a valódi emocionális tapasztalathoz (Fromm, 1998).

Különbséget tehetünk az örömök között aszerint, hogy honnét erednek, miből származnak. Az *örömforrások* széles skálán mozognak, kategorizálhatók és rangsorolhatók aszerint, hogy milyen mértékben járulnak hozzá az életminőség javulásához.¹³ A rangsorban elől szereplő örömök tartósabbak, és morális megítélésük is kedvezőbb:

1. Egységöröm¹⁴, közösségi öröm (pl. hitélmények, családi, baráti élmények).

2. Tevékenységöröm, funkcióöröm¹⁵ (pl. játék, alkotó tevékenység, tánc, éneklés, sport).

3. Érzékszervi öröm, testi öröm, intellektuális öröm¹⁶, esztétikai öröm.

4. Teljesítményöröm, eredményöröm (konkrét cél megvalósítása), versenyöröm (a küzdelem és a győzelem öröme).

5. Az újdonság öröme¹⁷, a felfedezés öröme, a változás öröme (pl. utazás, időjárás-változás).

6. Negatívumok megszűnéséből származó öröm (feszültségoldás, veszély elmúlása).

7. A szerzés öröme (vásárlás, gyűjtés).

8. A szerencse öröme (nyeremény).

9. Az álmodozás öröme (elképzelt öröm).

10. A fájdalom öröme (mazohista öröm).

11. Vegyi öröm (alkohol, kábítószer okozta öröm).

Az 1., a 2., a 3. és a 4. örömfajta járul hozzá leginkább a boldogságérzet kialakulásához. Míg az 1. és a 2. egyetemes örömforrás, addig 3. pontban felsorolt örömfajták inkább alkاتفüggőek, egyeseknek a testiség, másoknak egy jó beszélgetés, valakinek pedig egy csodálatos koncertélmény eredményezi ugyanazt az örömtelítettséget. Az 5., a 6. és a 7. örömfajta rövid, átmeneti jellegű, és általában nincs bennük a többé válás, a személyes fejlődés lehetősége. A 9., a 10. és a 11. kategóriát a nem valós, mesterségesen előállított „kvázi örömök” alkotják. A valóságban megtapasztalható élmények gyakran összetet-

tek, több forrásból merítik energiájukat.

Korunk leggyakoribb örömforrása a „materiális vágyak” teljesüléséből, a *fogyasztásból származó élmény*, amelyet az újdonság varázsa és a szerzés öröme vezérel.

Gyakran vált ki örömet valamilyen nem várt kellemes esemény, történés, amely rövid távon javítja a hangulatot. (Találkoztam egy régi ismerőssel, kisütött a nap, észrevettem egy szép madarat, rám mosolygott az eladó stb.) A „*pillanat örömei*” eredhetnek bármelyik örömforrásból. Létrejöttében csekély a szerepünk, legfeljebb nyitottsággal, fogékonysággal elősegíthetjük érkezését.

Meglehetősen ellentmondásos a *birtoklás* és az *öröm* kapcsolata. A meglévő dolgok (egészség, anyagi biztonság, tiszta levegő stb.) önmagukban nem jelentenek örömforrást, mivel beépülnek az elégedettségi faktorok sorába és természetes részét képezik életvitelünknek. Legfeljebb akkor örülünk, ha valami elvész, majd újra megkerül. Természetesen vannak olyan dolgok, amelyekhez mély élményekhez tapadnak (pl. az első teniszütőm, az apám levele stb.), ezek megléte mindig jó érzéssel tölti el az embert. Mindemellett illúzióknak tűnik a sokszor idézett Simone Weil-gondolat, mely szerint „meg kell tanulnunk vágyakozni az után, ami a miénk”. A meglévő utáni vágy önellentmondás. Itt inkább arról lehet szó, hogy a meglévőnek tulajdonítsunk nagyobb jelentőséget, azaz értékeljük, amink van. „Az emberek boldogabbak, ha hálásak azért, amijük van”. (Layard, 2007). Az „*értékelés képessége*” elsajátítható és – napi szintű gyakorlásával – általános életszemléletté alakítható. A dolgok és a történések értékelés-szempontrú megközelítése változatos örömek megélését teszi lehetővé.

Az *áramlatélmény (flow)* a tevékenységöröm magas szintű változata, mikor annyira átszellemülünk, feloldódunk egy tevékenységben, hogy minden más eltörlődik mellette, bármi áron folytatni akarjuk pusztán önmagáért (Csíkszentmihályi, 1997).

A *csúcselmény* a beteljesülés legmagasabb pillanatai, melyek változatos (szülői, misztikus, esztétikai, kreatív, intellektuális stb.) formát ölthetnek. A csúcselmény élesen elüt minden hétköznapi tapasztalattól, pont olyan, amilyennek lennie kell. Az akarat felfüggesztődik, kellemes félelmet érzünk, amelyet az élmény elsöprő és átható ereje vált ki. Nem lehet szavakkal leírni, költőiség, romantikus, mitikus állapot. A „mennyország aktiválódik” egy kis időre, majd visszatérünk a küzdelmes hétköznapihoz. Ezek életünk legboldogabb pillanatai, emlékeiből sokáig lehet meríteni (Maslow, 2003).

Az *áramlat-* és a *csúcsmélység* közös sajátossága, hogy tárgyát a maga teljességében ragadja meg teljes figyelemmel. Mindkét esetben ego nélküli az észlelés (személytelen, nincsenek saját igényei), és torzul az időélmény. Önmagát igazoló pillanatok (vagy időszakok) ezek, magukban hordozzák saját belső értékeiket. Az áramlat- vagy a csúcsmélység alatt nincsenek gátlások, szorongások, az ember erősnek, kecsesnek, könnyednek, okosnak érzi magát, mentes mindenféle mesterkéeltségtől, egyedinek éli meg önmagát. Míg azonban a csúcsmélység csak úgy megtörténik, addig a flow-t szándékosan hozzuk létre és megdolgozunk érte.

Mit várunk a rekreációtól, milyen jellegű életérzést keresünk általa?

A rekreáció lényegét két irányból lehet megközelíteni: egyrészt örömeiket akarunk átélni általa, másrészt vitalitásunk növekedésében bízunk. A két dolog együtt járása kívánatos, de nem szükségszerű. A rekreációs kultúra akkor tudna nagyot fejlődni, ha sikerülne az egyén (és az emberi közösség) számára hasznos tevékenységeket örömtelivé tenni.¹⁸

A rekreáció lehetővé teszi bármelyik örömfajta átélését, azonban egyik megvalósulását sem garantálhatja. Ahhoz, hogy egy tevékenység rekreációs élménnyé váljon, bizonyos feltételeknek teljesülnie kell. (Ez egy újabb nagy témaköre a rekreációkutatásnak.) A rekreáció leginkább a tevékenységgel, az érzékszervi, a testi, az intellektuális és az esztétikai örömmel hozható kapcsolatba. A szabadidő-eltöltésnek nem lehet közvetlen célja az áramlat- vagy a csúcsmélységek átélése, hiszen ezek rendkívüli alkalmak, kivételes pillanatok. Ennél sokkal hétköznapiabb, könnyebben hozzáférhető és – ezáltal gyakoribb – örömeinek megélése lehet a rekreáció küldetése. (Ez persze nem zárja ki, hogy flow legyen belőle.) A modern társadalomban zajló kíméletlen konkurenciaharc, érvényesülési kényszer és státuszszorongás közepette nem lenne szerencsés, ha a szabadidőt is hasonló tendenciák (a teljesítményörömeik, versenyörömeik hajszolása) uralnák. A felfedezésben, a változásban rejlő örömeik kiaknázása viszont beépíthető a rekreációs módszertanba, míg az egységöröm és a bensőséges közösségi élmények keresése az egyik legfőbb cél. Ez utóbbi örömforma kiemelt támogatása azért is indokolt, mert a társadalmi folyamatok ezt a területet roncsolják leginkább. Alig vannak már mély közösségi örömeink, pedig ezek az együttlétek az érték és az élvezet találkozási pontjai, ezekből nyerhetők a legtöbb személyes hozadékok.

A rekreáció másik fontos feladata a jólléttéremtésben, az életminőség¹⁹ javításában való közreműködés. A rekreációnak nem fogalmi eleme az élmény²⁰, így tehát a „pusztán” testi-lelki komfortérzetünk megteremtését szolgáló tevékenységek is lehetnek kreatívok. Nem kell, hogy feltétlenül élvezetet nyújtsanak, elegendő, ha – akár napi rutintevékenységek formájában – rendet teremtenek a tudatban, ritmust adnak a napnak és közben fokozzák az énerőt. Sok esetben éppen az örömvárás *terhe gátolja a spontán megélést, és a kreatív hatást.*

A rekreáció tehát nem ígér permanens élvezetet, hanem az élet jó megéléséhez szükséges testi-lelki képességeket segíti felszínre hozni és készségekké fejleszteni.

A rekreációs tevékenység sajátosságai

A rekreációs tevékenység alapvetően az *egyéni szabadság* (korlátok közötti) *kifejeződése*. A rekreációban az egyén önként vesz részt és a kínálkozó lehetőségek közül szabadon választ. Ez a tény már önmagában is pozitív hatású, mivel a szabadság élményét nyújtja kötelezettségek világában. („Olyan jó érzés, hogy végre azt csinálhatom, amit akarok!”) Gyakran előfordul azonban, hogy egy tevékenységet kezdetben bizonyos kényszerek hatására választunk, de idővel a cselekvés élvezetessé válik – az egyén közérzete javul, életkedve fokozódik –, és a folyamat menet közben rekreációvá válik (játék a gyerekekkel, kertészkedés stb.). Vannak olyan emberek, akik képesek szinte bármilyen tevékenységet örömforrásként megélni.²¹

A rekreáció komolyan számol a *szabad attitűdválasztás* lehetőségével. Ugyanazt a programot (pl. színházlátogatás) lehet érdeklődéssel, várakozással, élményorientáltsággal, vagy zsörtölődő, kritikai beállítottsággal megközelíteni. Nem kérdéses, hogy melyik valószínűsíti inkább a rekreációs élményt. Senkit sem lehet akarata ellenére „rekreálni”.

A kívánatos rekreációs tevékenység fajtája és intenzitása egyénenként, életkoronként és hangulatonként nagyon eltérő lehet, így tehát a rekreáció erőteljesen *egyedi és szituációfüggő jelenség*. Ugyanaz a tevékenység (pl. úszás) egyeseknek tökéletes kikapcsolódást, másoknak rettegett fóbiát jelent, de az úszást kedvelők között is eltérés van a felfrissülést eredményező tempó és távolság megválasztásában. (Sőt a rendszeresen úszónak sem mindig a vizes program jelenti a felfrissülést.) Továbbá életciklusonként is változik az ember érdeklődési iránya, aktivitásigénye és fizikai állapota, így hiba lehet a korábbi gyakorlathoz való görcsös ragaszkodás. A rekreációt tehát nem lehet csak az eszközrendszer (kirándulás, sportolás, olvasás, kreatív

elfoglaltság stb.) oldaláról megközelíteni. Cél az egyéni optimum megtalálása tevékenységformákban, azok gyakoriságában és intenzitásában.

A rekreáció a hétköznapi stressztől (gondoktól, felelősségtől) való átmeneti elszakadás időszaka. Felszabadító hatása abban nyilvánul meg, hogy *kiemel* abból a *problémahalmazból*, amelybe süppedve az életet egysíkúnak, többnyire nehéznek, és rutinszerűnek látjuk. A rekreáció – kissé patetikusan fogalmazva – *megemeli a létezés horizontját* oda, ahonnet jobban rálátunk az egészre, egy átfogóbb, tárgyilagosabb képet alkothatunk magunkról, és a környezetünkről. A rekreáció kinyitja az „önmagába zárt élet kapuját”. Mivel a rekreáció során javul az ember közérzete, a körülményeit is kedvezőbbnek ítélni lehet. A rekreáció ugyanakkor mélyen a hétköznapi valóságban gyökerezik, konkrét cselekvés és nem az illúziók világa.

A rekreáció legfontosabb kritériuma, hogy *hozzájárul* az egyén életkorának, élethelyzetének megfelelő, *optimális energiaszint megteremtéséhez*. (Ez nagyon különböző lehet, hiszen más aktivitási szintre van szüksége egy háromgyerekes dolgozó anyának, mint egy olvasgató-kertészkedő nyugdíjasnak.) Az igazán értékes (nagyértékben rekreáló) tevékenységek kezdetben ugyan energiabefektetést igényelnek, mégis a folyamat végén többlet-vitalitásenergia keletkezik. Ma még nem ismerjük ennek élettani mechanizmusát, de az tapasztalati tény, hogy a valódi rekreáció mozgásba hoz, ambíciót és lendületet ad. Túlmutat a strukturális tevékenységen, *feléleszt, a személyiség összerendezetté, az érzések és a gondolatok frissé válnak*. Fizikailag és lelkileg is készen állunk a következő feladatokra.

A rekreáció az életfolyam, a ciklus másik fele. Ha van, ami rombol, kell lennie valaminek, ami épít. A két dolog egymást feltételezi. *A rekreáció alapjelentése az építéssel, az egészséggel, a fejlődéssel mutat asszociatív kapcsolatot*, és ez kizár minden olyan tevékenységet fogalmi köréből, amely valamilyen destruktivitást, vagy törvényteleniséget hordoz magában. (Pl. hiába érzi remekül magát a sorozatgyilkos, tetét mégsem tekinthetjük rekreációnak.)

Az *igazi rekreáció komplementer jellegű, hozzájárul* egy teljesebb, harmonikusabb személyiség létrehozásához. Alapesetben *a rekreáció korrigálja, ellensúlyozza a munka világát*. A két tevékenységnek eléggé különbözőnek kell lennie ahhoz, hogy az egymás ellensúlyai lehessenek. Valószínű például, hogy egy ülő foglalkozást végző személynek valamilyen rendszeres fizikai tevékenységben kell részt vennie, vagy egy egyedülállóknak valamilyen közösségi rekreációs program fog nagyobb élményt jelenteni. Annak, aki zárt térben dolgozik, sza-

bad levegőre kell mennie, hogy megújuljon. Persze ez nem azt jelenti, hogy egy író nem gyűjthet bélyeget, vagy egy építőmunkás nem csatlakozhat egy túrázó klubhoz. Ez egyszerűen azt a kérdést veti fel, hogy az egyénnek olyan tevékenység után kell néznie, ami kiegészíti és teljessé teszi az életét. A rekreáció úgy tudja leginkább szolgálni a teljesség igényét, ha képesek vagyunk az illető intelligenciáján és képzeletén keresztül a végletekig hangsúlyozni érdeklődési körét.

A rekreáció nemcsak a jelenben létezik, utóélete is van. Nyomot hagy a vitalitásban. A környezetünkben lévő emberek is érzékelik és értékelik a rekreáció hatását, hiszen egy kellemes üdülésről visszatért emberrel jó együtt lenni. Ily módon *a rekreáció nem csak az egyén magánügye, mások is osztoznak annak pozitív hozadékában.*

A rekreáció tulajdonképpen arról szól, hogy *képes vagyok-e önerőből megújítani önmagam. Tudok-e a hétköznapi tevékenységek által, azokból merítve értéket létrehozni önmagam és mások számára.* Tudok-e úgy tenni a jóllétemért, hogy közben átélem a saját egyediségem.

Befejezés

A szabadidő már régen nem mennyiségi, hanem minőségi kérdés. Annyi van belőle, amennyinek tudatos használatával betölthető eredendő funkciója. A szabadidő a gyógyszerhez hasonlóan „kis adagban orvosság, nagy adagban mérég”.²² A nagy kérdés inkább az, hogy a rendelkezésre álló időkeretet mennyire tudjuk saját épülésünkre fordítani.

Tudomásul kell venni, hogy bármennyire is szeretnénk a produktív, életerőt fokozó rekreáció mellett érvelni, a szórakoztatóipar képviselőivel szemben versenyhátrányban vagyunk. Szakmai meggyőződésünk nem torkollhat valóságtagadó idealizmusba. A szemléletformálásról azonban nem szabad lemondani, és ez csak a józan kompromisszumok jegyében történhet.²³ A rekreáció problémája nem azonos az örökzöld „elitkultúra-tömegkultúra” vitával, bár bizonyos vonatkozásai érintik azt. A rekreációban a választóvonal a valódi jóllét és a látszatjóllét között húzódik, amely visszavezethető az egyéni érdek és a gazdasági érdek közötti kettősségre, azok egyre növekvő ellentétére.

Kár lenne azonban belenyugodni, hogy az ember eltékozol egy nagy lehetőséget arra, hogy igazán ember lehessen, ne pusztán egy társadalmi marionettfigura. Az ember több, mint az aktuális politikai-gazdasági-kulturális trendek visszfénye. Minden társadalmi és történelmi hatás megtörhet a személyiség módosító erején. A kiegyensúlyozott (testi-lelki-közösségi harmóniában élő), életigenlő

egyének ítéletei és választásai sokatmondóak olyan szempontból, hogy hosszú távon mi jó az embernek. Valószínűsíthető, hogy ezek nem is állnak olyan messze az egyetemes emberi értékektől.²⁴ Vannak tehát feltárandó közös vonások, de az örömteli élet mindig egyedi alkotás.

Jegyzetek

¹ A *rekreációt* - lényegében - az életkedvjavítás, a jóléletteremtés eszközeinek, ezáltal az életminőség-kutatások részterületének tekintem. A fogalom részletes magyarázatát lásd Kovács Tamás (2004) könyvében.

² E cikk keretei nem teszik lehetővé a *szabadidő* definiálásával foglalkozó eleméletek áttekintését. Ezért a fogalmat általános szociológiai értelemben használjuk, mely szerint a szabadidő a fiziológiai szükségletek kielégítése és a társadalmi létből fakadó kötelezettségek teljesítése után megmaradt idő, amelyben leginkább kifejeződik az egyén döntési szabadsága.

³ A *vallástudomány* a vallást tárgyának tekintő, a vallási jelenségek sokféleségét komplex módon vizsgáló tudomány. Résztudományaira osztva foglalkozik többek között a vallások keletkezésével, fejlődésével, összefüggéseivel (vallástörténet), a vallás fogalmával, értékelésével (vallásfilozófia), a vallási jelenségekkel (vallásfenomenológia), a társadalom vallási szerveződésével (vallásszociológia), illetve a vallás lélektani megnyilvánulásaiival (valláspszichológia) (*Máté-Tóth*).

⁴ Ebben áll az ipari társadalmak kontraproduktivitása és egyben tragédiája (*Szentmártoni*, 2006).

⁵ Hajdanán azért ismerték el a szabadidő létjogosultságát, mert újabb tapasztalatok szerzésére, és képességek fejlesztésére adott lehetőséget. Mielőtt a tudomány és a művészetek professzionalizálódtak volna, a tudományos kutatás, a költészet, a zeneszerzés jobbra kedvtelésnek számított. A népművészet is azt mutatja, hogy mennyire vágytak az emberek önmaguk kifejezésére a napi munkák és a létfenntartási teendők után fennmaradó időben (*Csikszentmihályi*, 1998).

⁶ A jelenségről Takács Ferenc (2005) ír cikkében, hivatkozva Paul Ray és Sheila Ruth *The Cultural Creatives* című könyvére, akik elsőként foglalkoztak a jelenséggel. A könyv szerint ez a kultúramodell spontán fejlődik, egyes számítások szerint világviszonylatban ma már 200 millió körül van híveinek száma. Képviselőik hasonló életmódot folytatnak anélkül, hogy tudatában lennének trendiségüknek. A könyv nyomán elindult egyfajta közösségszervező munka, amely igyekszik terjeszteni és mozgalmá válni a „kulturális kezdeményezők” által képviselt értékeket.

⁷ Mindegyik fogalomnak könyvtárnyi irodalma van, itt természetesen csak azokat a gondolatokat ismertetem, amelyek a rekreációkutatás szempontjából lényegesek lehetnek.

⁸ Francisco Alvarez professzortól, a „Camillianum” Római Nemzetközi Egészségügyi Pasztorális Központ vezetőjétől származik a „jól funkcionálni – jól érezni magunkat – és a jól lenni” hármas felosztása, aki az egészség három szintjének elkülönítésére használta ezeket a kifejezéseket.

⁹ A boldogság relatív fogalom, egyrészt személyfüggő (nagyon eltérő, hogy kinek mi okoz boldogságot), másrészt kultúrafüggő (történelmi korszakoként – sőt azon belül a helyi kulturális hagyományok szerint is – más-más tartalommal telítődött a szó). A nyugati kultúra erősen individualista, hedonista alapú boldogságképpel rendelkezik, míg a keleti eszményt inkább a kollektív és a transzcendens értékek uralják.

¹⁰ Az ókori görögök úgy tartották, hogy a boldogság a fegyelmezett, erkölcsös életmód terméke, amely a legjobb képességek szerinti munkában és szolgálatban, valamint a szeretet megélésében fejeződik ki. Boldognak lenni azt jelenti, hogy jól élni, a jó élet pedig az elfogadott értékekkel összhangban áll. Ezt a modern világ inkább kiegyensúlyozott személyiségnek nevezi.

¹¹ A depressziótól kezdve a dohányzáson át egyre több dologról kiderül, hogy betegség, és csak vegyi úton kezelhető. Valószínűsíthető, hogy a boldogságkutatás is áttevődik a neurotranszmitterek szintjére, és rövidesen már csak pirulákat kell kapkodnunk, ha nem elég kerek a világ.

¹² Hol a boldogság mostanában? *Népszabadság*, 2006. december 23.

¹³ Egyes tudósok (pl. Diener és társai) úgy vélekednek, hogy nem az öröm minősége, hanem a gyakorisága a döntő tényező a boldogságérzet alakulásában.

¹⁴ Az **egységöröm** megélésének számos formája létezik: egység önmagammal (önazonosság) egység a természettel, egység a transzcendens erőkkel (pl. istenél-mény), egység a párommal stb. Az altruizmus is az egységélmény egy sajátos formája, amikor egy másik ember élethelyzetével, gondjaival vállalunk alkotó közösséget.

¹⁵ **Funkcióöröm:** az élmény a képességek használatából, magából a cselekvésből származik, függetlenül annak végeredményétől. Ezek az úgynevezett autotelikus (önmagáért végzett, önjutalmazó) tevékenységek.

¹⁶ **Intellektuális öröm:** problémamegoldás, elmélkedés, beszélgetés stb., de ide sorolható a humor is.

¹⁷ *Dahlke* (2002) neofiliának nevezi azt a „kulturális betegséget”, amely során az újdonságvágy eluralkodik az emberen. Ilyenkor nincs értéke a meglévőnek, minden (személyek és tárgyak egyaránt) lecserélendő újabbra, fiatalabbra, korszerűbbre stb.

¹⁸ Egyes szerzők vitatják az öröm önértékét. „Most már tudom, hogy az élmény, a belső lelkiállapot sohasem olyan fontos, mint egykor gondoltam. Csak annyi értéke van, hogy rámutat valami másra, önmagán kívül. Az öröm irányjelző, amely bátorít. Kezdetben rácsodálkozunk, de aztán ha jó úton megyünk, már nincs mit bámulni rajta, nincs jelentősége.” (*Lewis*, 2007. 317.)

¹⁹ **Életminőségnek** tekintjük az objektív létfeltételek szubjektív érzékelését, és az ennek nyomán formálódó elégedettség szintjét. A szubjektív érzékelés a vágyakhoz, a (kimondott és kimondatlan) elvárásokhoz, az értékorientációkhoz és mások eredményeihez képest alakul (*Utasi*, 2007).

²⁰ *Csikszentmihályi* (1997) szerint az emberek önként nem vesznek részt olyan tevékenységben, amely nem kecsegtetne legalább egy minimális élvezettel.

²¹ *Csikszentmihályi* (1997) autotelikus énnak nevezi az ilyen beállítottságú egyéneket.

²² „A szabadidő megromlik, ha az ember felszabadul a munkavégzés alól, és szinte minden ideje szabad idő lesz” (Kiss, 1994).

²³ Kiss Gabriella (1994) szerint „az értelmiség nem tarthat többé igényt a szabadidő-társadalom értékpreferenciáinak kijelölésére, ne mások (pl. szabadidőkutatók) – ízlésterrort alkalmazva – határozzák meg az értelmes szabadidő-eltöltés módzatait”.

²⁴ Pikó Bettina (2005) kutatásai is alátámasztják a humán erények egészségvédő, jólléttéremtő hatását. Álláspontja szerint vannak olyan karakterjegyek (kreativitás, nagylelkűség, segítőkészség, mértékletesség stb.), melyek a biológiai és a szociokulturális sikerhez egyaránt hozzájárulnak. Ezek az erények olyan hormonális, vegetatív és enzimatisz folyamatokat indítanak el, amelyek az egészségre védő hatásúak, és működnek akkor is, ha az uralkodó korszellem ennek ellentmond. Például pszichofiziológiai kutatások igazolják, hogy a jól működő társas kapcsolatok emelik többek között a lelki harmóniát elősegítő endorfinok agyi aktivitását.

Irodalom

- Csikszentmihályi Mihály (1997): *Flow. Az áramlat*. Akadémiai Kiadó, Budapest.
- Csikszentmihályi Mihály (1998): *És addig éltek, amíg meg nem haltak*. Kulturtrade Kiadó, Budapest.
- Dahlke, Ruedige (2002): *Mitől beteg a világ?* Magyar Könyvklub, Budapest.
- Fromm, Erich (1998): *Az önmagáért való ember*. Napvilág Kiadó, Budapest.
- Jánosi György (1986): *A szórakozás történelmi funkcióváltozásai*. Magvető Kiadó, Budapest.
- Kasser, Tim (2005): *Az anyagiasság súlyos ára*. Ursus Libris, Budapest.
- Kiss Gabriella (1994): Munka és szabadidő. *Szociológiai Szemle*, 3. 65-79.
- Kiss Gabriella (2006): Szabadidő-diskurzusok a XXI. század elején. *SZÍN*. 11. 5.
- Kopp M., Kovács M. (2006): *A magyar népesség életminősége az ezredfordulón*. Semmelweis Kiadó, Budapest.
- Kovács Tamás Attila (2004): *A rekreáció elmélete és módszertan*. Fitness Kft., Budapest.
- Layard, Richard (2007): *Boldogság*. Lexecon, Győr.
- Lewis, C.S. (2007): *Az öröm vonzásában*. Harmat Kiadó, Budapest.
- Maslow, Abraham (2003): *A lét pszichológiája felé*. Ursus Libris, Budapest.
- Máté-Tóth András: *Teológia és vallástudomány*.
(www.nyitottegyetem.phil-inst.hu/teol/matetoth.htm)
- Pikó Bettina (2005): *Lelki egészség a modern társadalomban*. Akadémiai Kiadó, Budapest.
- Szentmártoni Mihály (2006): *Az egészség dimenziói*. Vatikáni Rádió.
- Takács Ferenc (2005): A kultúra történeti formái és a testkultúra. *Kalokagathia*, 1-2. 7-14.
- Utasi Ágnes (Szerk.) (2007): *Az életminőség feltételei*. MTA Politikai Tudományok Intézete, Műhelytanulmányok. Digitális archívum (11) 1.

A 13-17 ÉVES MAGYARORSZÁGI FIÚK ÉS LÁNYOK TELEVÍZIÓZÁSI SZOKÁSA FIZIKAI AKTIVITÁSUK TÜKRÉBEN

About role of the television's in the lifestyle of boys and girls (age between 13 and 17) in the mirror of their physical activity in Hungary

◆ Takács Bence

Semmelweis Egyetem Testnevelési és Sporttudományi Kar,
Társadalomtudományi Tanszék

Összefoglaló

Magyarországon az 1990-es évek több szempontból is komoly társadalmi változásokat idéztek elő. A rendszerváltoztatás a tömegkommunikációban is mélyreható fordulatot idézett elő. Ennek gyökerei mélyebbre és kronológiailag is messzebbre nyúlnak. Ennek ellenére formális kiindulópontnak tekinthető, ugyanis az addigra kialakult és többé-kevésbé kiforrott magyarországi médiumok forradalmi változásai és számbeli növekedése a társadalmi szerkezetben és az egyénekben is jelentős átalakulást okozott. Változott a szülők, felnőttek szabadidős tevékenysége, időbeosztása, amely követendő mintaként áll a 13-17 évesek előtt.

A rendszerváltás után született gyermekek – az addig megszokott és irányt mutató szakrális, majd modern világ után – a globális média korszakával szembesültek, amelyben a tradicionális értékrendek helyett az agresszív amerikai kultúra a domináns. Ennek jellemzője, hogy az iskola, a család és az egyház nevelő, példát mutató funkciói eltorzultak, a csak gazdaságilag érdekelt csoportok értékrendje vált dominánssá. A 21. század kezdetén a televízió a hatalom, világhatalom. Az egyéb tömegkommunikációs eszközök (internet, telefon) még nem tudták felülmúlni hegemon szerepét, melyet a tömegkommunikációs információrobbanásban töltött be az előző évszázadban. Éppen ezért kiemelten fontos az 1990 után születettek életében a televíziózás, amely által korunk legnagyobb betegsége is kialakult: az ülő életmód, azaz a fizikai inaktivitás.

Kulcsszavak: fizikai aktivitás/inaktivitás, televíziózás, nézettségi mutatók.

Abstract

The years of the 1990s brought about radical social changes from several aspects in Hungary. Regarding the mass communication there is no doubt that the regime change became the turning point. The revolutionary changes and growth of the Hungarian media generated important transformation in the social structures and also in the individuals. The new leisure activities and time-table of the parents also influenced the life of the 13-17-year-old generation.

The children born after the regime change were born into the age of global media, which came after the previously dominant sacral, then modern world. In this age, instead of the traditional values, the aggressive American culture is dominant, which can be characterized by the contorted educational and socializing function of school, church and family, and the dominance of the economically interested groups. At the beginning of this century, the television is power, i. e. world power. My objective is to demonstrate the role that television plays in the lifestyle of 13-17-year-old boys and girls, based on the method of television audience measurement, regarding also their physical in activity, i. e. sedentary life-style.

Keywords: physical activity/inactivity, TV watching, television audience measurement.

Bevezetés

Még a negyvenes években Huxley és Orwell arról vitatkozott, hogy lehet-e egy olyan technicizált világot kialakítani, amely számúzi az emberi lelket, a létet, a magánéletet és csak távolról vezérelhető marionett-figurákat ad az individuum helyett. Sokkal több időt jósoltak ennek kialakulására, mint ahogy az valójában történt. A televízió megjelenésével (Magyarországon 1957-ben indult az MTV) és a tömegkommunikáció forradalmi változásaival (internet, mobiltelefon) megszűnt az emberi lét intimitása és prioritása. Új dimenzióba léptünk, s jellemzően már ebbe az új létbe születtek a rendszerváltás utáni gyermekek. Génjeikben hordozzák a technikai eszközökhöz szükséges tudást, a pörgős életvitel náluk természetes, az érzelmek finom árnyalatait csak elvétve ismerik, megnövekedett az agresszivitásuk, sokkalta önmegvalósítóbbak és egyre kevésbé egészségesek. Természetesen az egészségügyi romlás hátterében nem lehet egyértelműen a televízióra mutatni, hiszen számos más tényező (pl. a környezet, a társadalom szerkezete, a napi életritmus) is megváltozott: génkezelt élelmiszerek, mesterséges levegővel dúsított létesítmé-

nyek, sorra megszűnő játszóterek és sportpályák, csökkenő zöldfelületek és maga az embertől elvárt kívánalmak is változtak.

Munkánk során arra kerestük a választ, vajon a televíziózás, mint korunk irányító jelensége, mekkora és milyen szerepet játszik a 13-17 éves magyarországi fiúk és lányok életvitelében, a fizikai aktivitásuk ismeretében. Mennyire mediatizálódott a fiatalok szabadidős tevékenysége?

Irodalmi áttekintés

Mielőtt az irodalmi áttekintés sorai megjelenének, fontos megjegyezni: nem törekedhettem a fizikai aktivitás és a sportolás pontos meghatározására. A tudomány jelenlegi állása szerint, jelentős ugyan a különbség a két fogalom között, ám nincsenek információim a pontos meghatározásra. Így fizikai aktivitásnak kell elfogadni az önbevallás alapján felvett adatokon keresztül, a napi fél órás kertészkedést, kocogást, sétálást (13-17 éves korban!!!) is. Korunk kiemelkedő kommunikációs kutatója, *Gerbner* (2002) professzor írta a televízióról és annak hatásáról: „a gyermekek olyan családokban születnek és nevelkednek (...) ahol ébren töltött idejük nagy részét – de olykor még álmaikat is – ezek a történetek töltik ki. És ezek a történetek nem a családból, az iskolából, az egyházból, a szomszédoktól, sőt gyakran még csak nem is szülőházajukból származnak (...) A történeteket távoli cégek egy kis csoportja gyártja annak érdekében, hogy valamit eladjon velük. Kulturális környezetünk a marketing melléktermékévé silányult.” A világ amelyben élünk, egy globalizált marketingcentrum, amely az emberi létezés egy új módját jelenti (*Vass*, 2006) azáltal, hogy pusztán gazdasági jellegű és a hatalom elérése, megtartása működteti csak. Célkorosztályunk tagjai a „plázacenterek” termékei és egyben áldozatai is. A 12-18 évesek 67%-a elégtelen fizikai aktivitást végez, s ennek egyik okaként a televízió említhető, hiszen a magyar háztartások 98,4%-ában legalább egy színes televízió van (*Medián*, 2005), és a 13-17 éves gyerekek napi 2,5-3,5 órát nézik a képdobozt (AGB Nielsen Hungary 2005) – a háttér-televíziózást is tekintve – úgy, hogy az ott megjelenő képsorok alapján a médiasztárok világához hasonlítják magukat (*Barta és Szíjártó* 2000). Az agresszív viselkedés felerősödéséért is több kutató egybehangzóan a televíziót említi elsősorban (*Velkey* 1996; *Vetró és Csapó* 1991), míg a tartósan sokat tévéző gyermekeknél csökken az olvasási készség, gyengül a koncentráció, sőt ezen tevékenység a fizikailag passzív létet erősíti, mivel a mozgásos tevékenységtől von el időt (*Velkey* 1996; *Vetró és Csapó*, 1991). Említést érdemel még korunk újabb „ve-

szedelme”, a számítógép és az internet is. Széles körű elterjedésük és sokoldalú felhasználásuk újabb ülő életmódhoz kötött tevékenységet jelent. Számos vizsgálat eredményében (*Laki, és Nyerges, 2000; Mészáros és mtsai 2002; Bieliczki, 1986; Wolanski, 1988*), evidenciának tekinthető az ülő életmód, vagyis az inaktivitás összefüggése a gyermekek és felnőttek testtömegének, illetve testzsírtartalmának növekedésével (*Bouchard, 1996*), amely korunk egyik legnagyobb veszedelme.

A vizsgálatok (*Aszmann, 2000; Mészáros és mtsai, 2002; Tatár, 2004*) egyértelműen arra mutatnak rá, hogy a fiatalok körében is jelentősen nőtt az inaktivitás az elmúlt években, elterjed a mozgásszegény életmód (*Biddle és mtsai, 2003; Bar-Or és Baranowski, 1994; Martos, 1997*), annak ellenére, hogy a fizikailag aktívabb lét számos pozitív – sőt elengedhetetlen- tulajdonságát bizonyították hazai és nemzetközi kutatások egyaránt. Ezek szerint a fizikailag aktívabb lét pozitívan formálja a fiatalok egyéniségét (*Bar-Or és Baranowski, 1994*); javítja önértékelésüket (*Hamar, Munkácsi és Soós 2006*), kevésbé lesznek stresszesek, és könnyebben alakítanak ki kapcsolatokat (*Aszmann, 2000*). A fizikailag aktívabb lét preventív funkciói mellett (*Pluhár, Keresztes és Pikó, 2003, 2004; Aszmann, 2000; Kiss, 2003*) a kellő rendszerességgel és intenzitással végzett testmozgás pozitívan befolyásolja a glükózanyagcserét, növeli a sejtek inzulinérzékenységét és a HDL-koncentrációt (*Siscovick, Laporte és Newman, 1985*), csökkenti az elhízás kockázatát (*Bar-Or és Baranowski, 1994*). A sportosabb fiatalok a szabadidejüket hasznosabban szervezik (*Pluhár, Keresztes és Pikó, 2003*). Szoros kapcsolat mutatható ki a sportolás és a tanulói teljesítmény (*Pluhár és Pikó, 2003*); illetve a fiatalok egészségmagatartása és felnőttkori egészségi állapotuk között (*Siscovick, Laporte és Newman, 1985*).

Hamar (1997) (8 és 15 év közötti lányok) heti időmérleg-vizsgálatában rámutatott, hogy az életkor növekedésével a testedzési kedv csökkenő tendenciájú, és csekély a rendszeresen edző, igazolt „versenyzők” aránya. *Hamar (2005)* szerint azért (is) nőtt az inaktivitás Magyarországon, mert serdülőkorban a sportot kedvelő fiatalok a sporteseményeket inkább csak a televízióban nézik meg. Természetesen felmerül a szülői felelősség, a szülői „példamutatás” kérdése is (*Aszmann, 2000*), de ők szintén inkább a televízióval követik nyomon a sporteseményeket. A serdülők labilis életkori sajátosságát tetézi még – a sportolás ellen –, hogy ekkor alapvetően megváltoznak a fiatalok addig berögződött mozgásos-pszichés szokásai (*Pate és mtsai, 1996*), változnak testméretek, nehézséget okozva ezzel a mozgásos tevékenységek végrehajtásában. Ezek a jelenségek is magya-

rázatot adnak *Bicsérdy* (2002) megállapítására, mely szerint ebben az életkorban jelentősen visszaesik a rendszeresen sportolók aránya .

Módszer

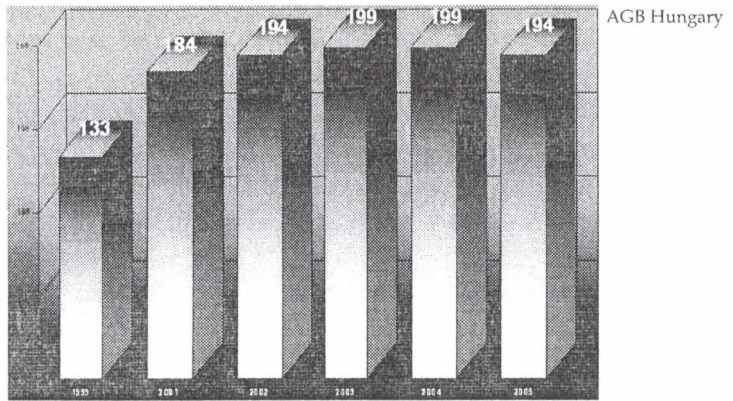
Munkánk során elsősorban dokumentumelemzést és másodelemzést végeztünk. Ehhez keresőszavaink alapján kutattuk fel a hazai és a nemzetközi szakirodalomban található releváns cikkeket. A dokumentumelemzés mellett 2007. január 1-jétől 2007. május 8-ig követtük figyelemmel a 13-17 éves korosztály nézettségi mutatóit. Az adatokat összevetettük a 2005 őszi véletlenszerűen kiválasztott két hónap (augusztus, szeptember) eredményeivel. Ehhez az AGB Hungary által mért adatokat dolgoztuk: AMR (Average Minute Rating), egy esemény egy percre jutó átlagos száma vagy százaléka (AMR%) a célcsoporton belül; TVR: (Total TV Rating), az összes tévéhasználat (videó is) közönségének egy percre jutó átlagos száma, illetve százalékos aránya; RCH (Reach), a célcsoporton belül az eseményt legalább egy percig nézők, vagyis az elért közönség; AFF (Affinity), a célcsoport műsorbeli aránya viszonyítva a célcsoport mintabeli arányához (affinitás); SHR (Share), a vizsgált műsor vagy időszáv nézésére fordított idő aránya az összes tévénézésre fordított időből (részesedés). Kontrollcsoportként két korosztályt jelöltünk meg: a 30-49, illetve a 60+ éveseket.

Eredmények

Ma Magyarországon a nézettségi mutatókat egyetlen megbízható cég, az AGB Nielsen Media Research végzi, amely kutatásába 850 háztartást vont be a közel 2000 kiosztott mérőműszer és a tudományosan kialakított mintavételi eljárása során. Ebben a mintában közel 140 főnyi 13-17 éves található, akiknek a televíziózási szokásai megegyezik a populáció nézettségi tendenciáival, így reprezentálva a magyarországi 13-17 éves korosztályt. A cég által megfigyelt televíziós csatornák közül az MTV, a Duna TV, az RTL Klub, a TV2 és a Sport adók műsorait, közönségrészvételi adatait vettük figyelembe.

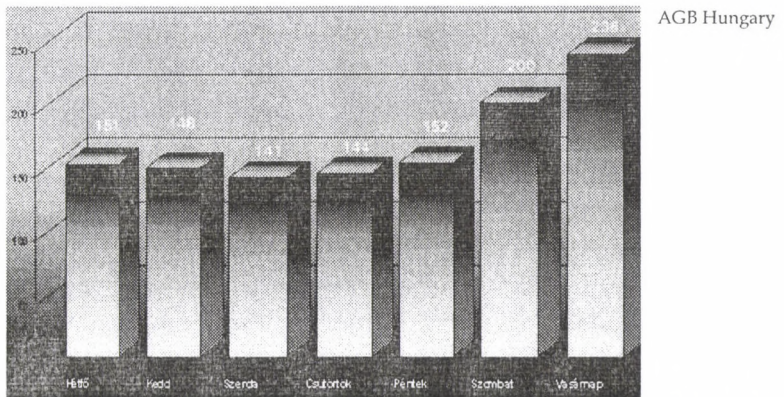
Elsőként összehasonlítottuk az elmúlt pár esztendő időarányos nézettségi adatait, melyek néhány előfeltételezésünket később igazolták is. A honi médiatörvény kormányzati szabályozása (1996. decembere) és életbelépése (1996. január 1.) után a magyar televíziós piac jelentősen átrendeződött. Igaz, a rendszerváltást követő első esztendőkből is megjelent már a kereskedelmi televíziózás (ATV) az addig egyeduralgoló „közszolgálati” médiumok mellett, ám jelentős vál-

tozás csak a törvényi szabályozás után kezdődött. A törvény értelmében nálunk is szabad utat kapott két kereskedelmi földi sugárzású csatorna, az RTL Klub és a TV2. E két adó megjelenése a nézettségi adatok erőteljes megváltozásával, eltolódásával és saját nézőközönség kialakításával járt. Már a kezdetek éles váltást hoztak, melyek háttérben a kereskedelmi és a közszolgálati funkciókkal szembeni törvényi eljárás, reklám- és marketingtevékenység húzódtott, míg az új adók új műsorstruktúrával, nagyobb szabadsággal alakíthatták ki műsorkínálatukat és kezdhették el a versenyt a nézők, főleg a 60 év alatti és tehetősebb nézők megnyerésére. Ezt jól jellemzi az 1. ábra, a kereskedelmi adók megalakulása és profiljuk kialakulása után egyre



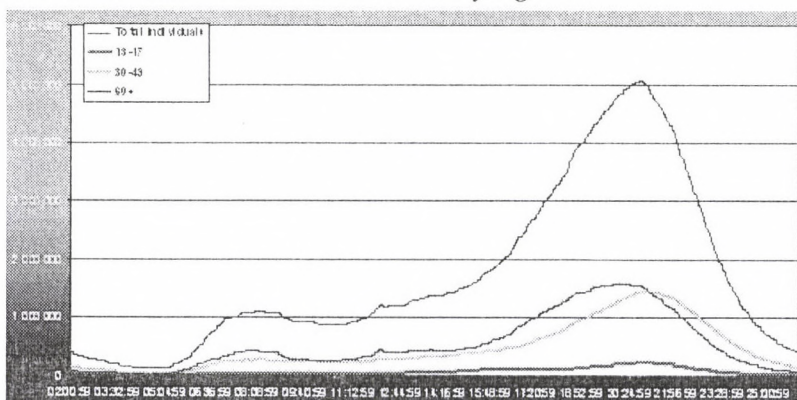
1. ábra: A tévé előtt eltöltött idő napi átlaga (13-17 évesek)

nagyobb teret és időt tudtak elrabolni a kijelölt korosztály idejéből. Míg a millenniumi esztendőt megelőzően a 13-17 évesek 120-130 percet töltöttek éves szinten napi átlagban a képernyők előtt, addig a jól meghatározott műsorok által a 2000. esztendőt követően ezen százalékos percarány több mint 60 perccel emelkedett. Az elmúlt közel hét



2. ábra: Az egy főre jutó tévé nézési idő (2005. szeptember, 13-17 évesek)

esztendő rámutat egy másik tanulságra is: a 13-17 évesek viszonylag sokat, napi szinten három-három és fél órát a televízió-nézésre fordítanak szabadidejükből. Jelenleg stagnálás tapasztalható a perces időátlagban, ám a korosztály fizikai aktivitásától elvett perceiként nézve, jelentősnek nevezhető. Ráadásul ha heti időbontásban is megtekintjük televízió-nézésre fordított mért idejüket (2. ábra), akkor a család hétfévi önszervező, szabadidős tevékenysége és a szülők felelőssége is felmerülhet. Megnyugtató ugyan, hogy a diákok jelentős többsége hét közben kevesebbet néz tévét –még így is sokat! –, elfoglaltabb, ám a magyar társadalom családi-szociális státuszának megváltozásával nyernek az adatok csak értelmet. Ismert, hogy a rendszerváltás után fokozatosan nőtt az intakt családok száma, s fokozatosan csökkent a szülők szabadideje, csökkent a családok aktívan eltöltött közös szabadidős tevékenysége.

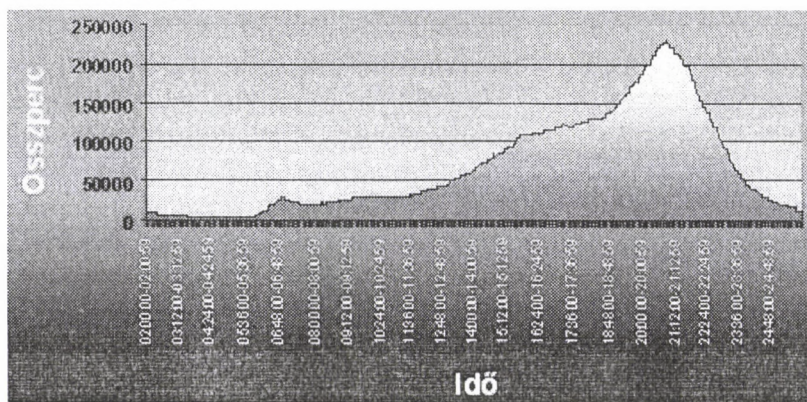


3. ábra: A televíziók teljes nézőterének percenkénti súlyozott nézettségi átlaga a hétköznapokon (2007. január 1.-május 8.)

2007. január 1. és 2007. május 8. között követve figyelemmel a 13-17 évesek televíziózási szokásait, két kontrollcsoport felállításával elmondható, hogy a célkorosztályt a televíziók teljes nézőterének percenkénti súlyozott nézettségi átlaga alapján vizsgálva, a hétköznapokon (3.ábra) lélekszámuk miatt viszonylag egyenes görbét mutatnak. Ám a görbe amplitúdói, a görbületek irányai pontosan megegyeznek a kontrollcsoportként megjelölt két korosztály (30-49 és 60+) szokásaival. Ezek alapján a 13-17 évesek 24 órás napi bontásban közel azonos időpontban, vagyis a szülők, esetleg nagyszülők televíziózási szokásaik szerint követik figyelemmel az adásokat. A hétköznapi bontást tovább erősíti a hétfévi, vasárnapi megfigyelés (4. ábra) is; a görbületek változásai közel azonosan mozognak, tehát itt sem tapasztalható eltérés a szülői és a serdülő generáció között. Egy rövid keresztmetszeti vizsgálattal megnéztük, hogy a 13-17 éve-

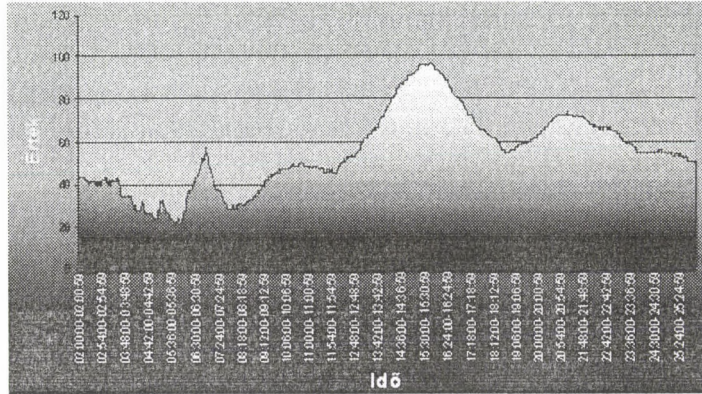
esztendőre már a kilencvenes évek derekáig egyeduralkodó szereppel bíró MTV szinte eltűnt a preferált adók listájáról és így a nézettség ebben a korosztályban sokkal inkább a két kereskedelmi adó harcáról szól, mintsem a műsorok közszolgáltatilag is meghatározott nevelői funkcióiról.

A 6. ábrán a hétköznapi tévénézési szokások láthatók az AMR-mutató segítségével. Az eseményt, műsort a célcsoporton belüli egy főre vonatkozó adatok alapján leolvasható, hogy a 13-17 évesek jelentős része délelőtt, közel 14 óráig iskolában van. Ám az iskolai megterhelést, nemegyszer 8 tanórás koncentrált figyelmet követelő kötelező elfoglaltság után szabadidős tevékenységükben kimutathatóan jelenik meg a televízió-nézés. A 14 órai sáv után meredek emelkedés jelzi, hogy az addig képernyő előtt ülők száma megduplázódott a délutáni időszak végéig. Ezen meredek emelkedést némi stagnálás váltja, melyet egy sokkal meredekebb növekedés követ. Ez már a főműsoridőt jelöli, s korosztályunkra egészen 23 óráig jellemző, tehát későestig nyomon követik a tv-társaságok által kínált műsorokat.



6. ábra: 13-17 évesek televíziózási szokásai hétköznapi napi időbontásban (AMR) (2007. január 1.-május 8.)

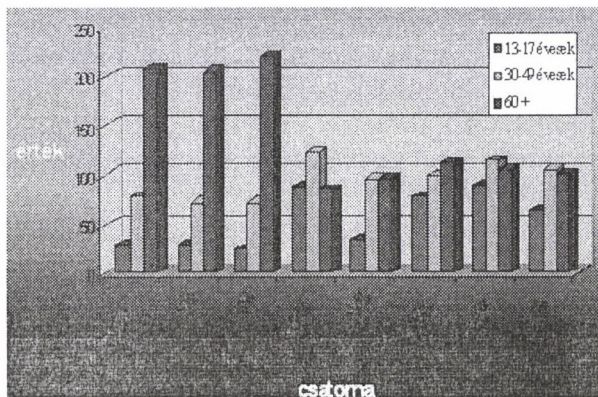
A televíziózás nézettségi mutatói között használatos, de kevésbé elterjedt mutató az affinitás, ám az esetünkben fontos informatív szereppel bír, ugyanis megmutatja, hogy az adott célcsoporton belül (13-17 évesek) mekkora az érdeklődés az egyes műsorok, csatornák iránt. A mutató nulla szintje a 100, így az érdeklődés is eszerint kategorizálható: 100 alatt kevésbé, kis mértékben érdeklődnek, 100 felett érdeklődnek, ami a számsor növekedésével az érdeklődés növekedését is jelenti. A 7. ábrán látható, hogy a 13-17 évesek „legmotiváltabb” időszávjá – mégha a 100-as, vagyis a nullás értéket sem éri el, de a korosztályon belül mégis fontos értéket jelöl – a kora délutáni, iskola



7. ábra: 13-17 évesek televíziózási szokásai hétköznapokon, napi időbontásban (affinitás) (2007. január 1.-május 8.)

utáni napszak. Vagyis 13-14 órától egészen 17 óráig ezen korosztályon belül a legtöbben ülnek képernyő elé. Ez jelzi a műsorok iránti fokozottabb érdeklődésüket és a szervezetlen szabadidős tevékenységüket is az iskola utáni tétlenséget és a szabadidő szerveztségének hiányát mutatja. Két kontrollcsoportot is beemelve (8. ábra), a következőkkel egészíthető ki a délutáni affinitási mutató. A kontrollcsoportként felállított 60+ korosztály tagjai egyértelműen a közszolgáltatibb műsorstruktúrával és a tradicionálisabb értéket képviselő csatornákkal ültethetők le leginkább a képernyő elé. Amint a fentebbiekből már kitűnt, ez a korosztály fordítja a legtöbb időt tévészésre, így az ő esetünkben a többi csatornánál is magasabb affinitási mutatót találtuk, mint a másik két korcsoportnál. A vásárlóerőben és keresetben aktívabb korcsoport tagjai az RTL Klub iránt érdeklődnek a legjobban. Csak ezen csatorna esetében találtam jelentősebb eltérést felfelé a náluknál idősebb korosztályétól, míg a közszolgáltatási arculattal bíró adók esetében alacsony az affinitásuk. Célkorosztályunk tagjai minden csatorna esetében a kontrollcsoportokhoz képest egyértelműen – alacsony affinitással bírnak. A Du-naTV és az MTV adásai alig érdekli őket, ami minden bizonnyal a nyugodtabb hangvételű, kiegyensúlyozottabb és kevésbé szenzációéhes struktúrájának köszönhető. A 13-17 évesek affinitási tendenciái így sokkal inkább hasonlíthatók a 30-49 évesekéhez, mint az egy generációval idősebbekéhez.

A 13-17 évesek leginkább az RTL Klub, a Viasat 3 és a Sport tévék adásait kedvelik. A műsorkínálat ismeretében így elmondható, hogy a szórakoztatóbb, kevésbé ismeretadó, sokkal inkább a könnyed kikapcsolódást nyújtó műsorokat preferálják. Ennek köszönhető, hogy a leginkább nézett időszávjuk (7.ábra) a délutáni, hiszen ekkor a kiszemelt adókon kibeszélő-show-k, reality-show-k futnak.



8. ábra: A sportműsorok affinitása a 13-17 évesek és a kontrollcsoport körében (2007. január 1.-május 8.)

A sportműsorokat vizsgálva (8. ábra), az affinitási mutató alapján a 13-17 évesek leginkább az RTL Klub és a két Sport adó esetében motiváltak, még akkor is, ha ezen értékük nem éri el a 0 (=100 érték) szintet. A kontrollcsoporti összehasonlításban érdekes, hogy a 60+ korosztály tagjai csatornahűséggel rendelkeznek (MTV, Duna TV), míg a középső oszlopok (30-49 évesek) szerint a szülői generáció inkább az RTL Klubon, a TV2-n, és a Sport adókon követi figyelemmel a sportműsorokat, a Viasat3-at is beemelve ebbe a sorba.

Megbeszélés

A fizikai aktivitás ellenébe állított televíziózási szokásokat (nézettségi adatokkal) elemezve kiderül, hogy a 13-17 évesek 24 órás napi bontásban közel azonos időpontban, vagyis a szülők, esetleg nagyszülők televíziózási szokásaik szerint követik figyelemmel a tévé-műsorokat. Az egész hazai mintára érvényes, hogy nincs jelentős különbség a célkorosztályunk és a többi, az AGB Hungary által kategorizált magyarországi korosztály televíziózással eltöltött napszaki bontásban látható szokásai között. Az idősebb generáció tagjainak (60+) csatornapreferáltsága jelentősen eltér célkorosztályunk és a 30-49 évesekétől, míg egyezést találtunk a 13-17 évesek és a 30-49 éves kontrollcsoport csatornaválasztási szokásaiban (sportműsorok esetében is). A 13-17 évesek 14 óráig többnyire iskolában vannak, ám a 14 órai sáv utáni meredek nézettségi emelkedés jelzi, hogy sokkal nagyobb figyelmet kell fordítani a tanulók szabadidős tevékenységének – délutáni szabadidejének – megszervezésére. Ebben kiemelt szerepet kell vállalnia az iskolai sportköröknek, valamint az egyéb fizikai aktivitásra serkentő kluboknak, szervezeteknek. Átfedéssel

ugyan, de igazolható *Velkey* (1996), valamint *Vetró* és *Csapó* (1991) megállapítása, hiszen amíg a képernyő előtt ül a gyermek, szinte bizonyos, hogy fizikailag inaktívnak tekinthető.

A délutáni nézettségemelkedésben minden bizonnyal a gyermekek hirtelen felszabaduló, kevésbé ellenőrzött szabadidején túl, hiányzik a szülői kontroll is. A nézettségi görbék alapján feltűnő, hogy a serdülőkorban levő fiatalok szívesen hasonlítanak szüleikhez, követik szokásaikat, még a tévéműsorok kiválasztásában és képernyő előtt eltöltött idő mennyiségében is. Az ő affinitási tendenciáik sokkal inkább hasonlíthatók a 30-49 évesekéhez, mint az egy kategóriával idősebbekéhez. A szülői mintamutatás tehát kiemelkedő ebben az életkorban. Ezzel igazolódott *Aszmann* (2000) felvetése, a szülői felelősség jelentősége, azaz a példamutatás. Nem igazolható viszont, hogy a televíziózás korába született fiatalok tudatos médiafogyasztók lennének. Ez egyelőre illúzió, mert valószínűleg ők tekinthetők a globális média elsőgenerációs áldozatainak, melyben még hegemon szerepe van a marketingérdekek által irányított érdekcsoportoknak (*Gerbner*, 2002), ám ezen csoportok léte megkérdőjelezhető. Az internetnek köszönhetően, mely a tulajdonosi köröket tekintve nehezen köthető helyhez és személyhez. A hálózatnak ugyanis mindenki részese lehet és újabb rendszereket hozhat létre.

Felmerül a korosztály értékítéleti változása is: a 13-17 évesek a televízió képernyőin keresztül minden bizonnyal már nem a klasszikus sportolói erkölcsösség mintáját (küzdeni tudás, fair play, játék élvezete, összetartozás) látják, hanem sokkal inkább a lebutított szabadidős tevékenységet, az unaloműzés egy formáját, a problémák elfojtott megválaszolását. Ezzel mintegy választ kaptunk *Hamar* (2005) által igazolt tendenciára, miszerint a sporteseményeket fogyasztók már nem aktív résztvevői az eseménynek. Ennek elsődleges oka, hogy a képernyőn minden jobban látható, jobban ott vannak a versenyeken, mérkőzéseken, mintha valóságos résztvevői lennének az eseményeknek. Mindeközben nő inaktív tevékenységük, mozgásszegény, ülő életmódjuk és csökken fizikai teherbíró-képességük, azaz társadalmi hasznosságuk.

Irodalom

- Aszmann A. (2000): *Fiatalok egészségi állapota és egészségmagatartása*. Országos Tisztifőorvosi Hivatal, Budapest.
- Bar-Or, O., Baranowski, T. (1994): Physical Activity, Adiposity, and Obesity among Adolescents. *Pediatr. Exerc. Sci.*, 6. 348-360.

- Barta E., Szijártó I. (2000): Iskoláskorú fiatalok médiabefogadási szokásai. *Új Pedagógiai Szemle*, szept. 89-97.
- Bicsérdy G. (2002): Sportágválasztás a különböző életkorokban. *Magyar Sporttudományi Szemle*. 3-4. 7-10.
- Biddle, S., Gorely, T., Marshall, S., Murdey, I., Cameron, N. (2003): Physical activity and sedentary behaviours in youth: issues and controversies. *The Journal of The Royal Society for the Promotion of Health*. 124(1). 29-33.
- Bieliczki, T. (1986): *Physical growth as a measure of the economic well-being of populations: The twentieth century*. In: Falnkner, F., Tanner, J.M. (Eds): Human Growth. Volume 3. Plenum Press, New York. 283-305. p.
- Bouchard, C. (1996): Can obesity be prevented? *Nutr.Rev.*, 54.: 125-130.
- Gerbner, G.(2000): *A média rejtett üzenete*. Osiris Kiadó, MTA-ELTE Kommunikációelméleti Kutatócsoport, Budapest. 11-17. p.
- Hamar P. (1997): Testedzés és torna a 8 és 15 éves lányok heti időrendjében. *Kalokagathia*. 1-2. 49-57.
- Hamar P. (2005): A rendszeres testedzés helye és szerepe a serdülőkorú lányok életvitelében. *Új Pedagógiai Szemle*, 10. 68-75.
- Hamar, P., Munkácsi, I., Soós, I. (2006): *The Position of Regular Physical Exercise in the Lifestyle of Hungarian Pubescent Girls*. Paper, ECSS 11th Annual Congress, Lausanne 05-08 July. 452.
- Kiss É. Zs. (2003): Fizikai aktivitás – Fittség – Prevenció. *Budapesti Népegészségügy*. 3. 241-247.
- Laki, L., Nyerges, M. (2000) : Sporting habits of youth in Hungary int he millennium. *Kalokagathia*, 75 th Anniversary Special Issue. 24-35.
- Martos É. (1997). Testedzés jelentősége gyermek- és serdülőkorban. *Sportorvosi Szemle*, 1. 5-20.
- Mészáros J., Szabó T., Mohácsi J., Lee, Chee P., Tatár A. (2002): A motorikus szekuláris trend. Prepubertás- és pubertáskorú fiúk fizikai teljesítménye. *Magyar Sporttudományi Szemle*. 1. 4-7.
- Pate, R. R., Heath, W. G., Dowda, M., Trost, G. S. (1996): Associations between physical activity and other health behaviors in a representative sample of US adolescents. *Am. J. Publ. Health*. 86:1577-1581.
- Pluhár Zs., Keresztes N., Pikó B. (2003): „Ép testben ép lélek”. Középiskolások értékrendje fizikai aktivitásuk tükrében. *Magyar Sporttudományi Szemle*. 2. 29-33.
- Pluhár Zs., Pikó B. (2003): A sport előfordulása és esetleges protektív hatása fiatalok körében. *Magyar Sporttudományi Szemle*. 1. 26-29.
- Pluhár Zs., Keresztes N., Pikó B. (2004): A rendszeres fizikai aktivitás és a pszichoszomatikus tünetek kapcsolata általános iskolások körében. *Sportorvosi Szemle*. 4. 285-300.
- Siscovick, D. S., Laporte, R. L., Newman, J. M. (1985): The Disease-specific Benefits and Risks of Physical Activity and Exercise. *Punl. Health*, March-April. 180-187.
- Tatár A. (2004): *Különböző életkörülmények között élő 9-14 éves fiúk testi felépítése, testösszetétele és motorikus teljesítménye*. Doktori disszertáció. Semmelweis Egyetem, Budapest.

- Vass Cs.: *Globalitás: Túl a tömegkommunikáció és tömegkultúrán*. Kommunikációelméleti írások. (<http://www.kre.hu/btk/files/vass.csaba.doc>; utolsó letöltés: 2006.08.31). 88-135
- Velkey L.(1996): Adatok a televízió és a videó nézés hazai gyakorlatának és hatásának megismeréséhez. *Gyermekgyógyászat*, 3.
- Vetró., Csapó Á. (1991): *A televízió és a gyermek*. Animula, Budapest.
- Wolanski, N. (1988): *Secular changes in child growth and development*. Proceedings of the 5th Congress of the European Anthropological Association. 1. 299-306. p.
- AGB Hungary adatai a.:(<http://www.agbnielsen.net/whereweare/dynPage.asp?lang=local&id=319&country=Hungary>, 2007 július)

A JÁTÉK LOGOSZA*

The logos of play

● Komáromi Dániel

Semmelweis Egyetem Testnevelési és Sporttudományi Kar,
testnevelő tanár szak

Összefoglaló

A játék a sport és a testnevelés alapeleme. A cikk a játék valódi természetét, kulturális és individuális értelmét és értékét vizsgálja. A szerző végzős hallgató, jövőbeli testnevelő, aki a játék néhány lényeges filozófiai és pszichológiai aspektusát kívánja megérteni. Először azt magyarázza el, miként lehet a játék a társadalmi és személyes kultúra eredete (Huizinga, Winnicott). Másodszor a játék különböző formáit és jelentéseit különbözteti meg (Caillois, Bernet). Ezután a játék, a szabadság, az ünnep és a közösség kapcsolatáról ír (Bagyinszki, Nyíri, Frankl, Fromm). Végül a játék jelenkori társadalmi szituációjáról gondolkodik, valamint a testnevelés azon hivatásáról, hogy segítse a gyerekeket játszani egy elidegenült világban.

Kulcsszavak: játék, játszma, logosz, filozófia, homo ludens, átmeneti tér, szabadság, ünnep, közösség, testnevelés.

Abstract

Play is a basic element of sport and physical education. This article examines the very nature of play, the cultural and individual meaning and value of it. The author is a graduating student, a future teacher of physical education who strives to understand some essential philosophical and psychological aspects of play. First he explains, how play can be an origin of social and personal culture (Huizinga, Winnicott), secondly he differentiates special forms and meanings of play (Caillois, Berne). Then he writes about the connections of play, freedom, feast, and community, and investigates the ontological meaning (logos) of play (Bagyinszki, Nyíri, Frankl, Fromm). In the end he meditates on the re-

* A munka szakdolgozatként született meg, dr. Vermes Katalin témavezetésével.

cent social situation of play, and on the mission of physical education to help children to play in an alienated world.

Keywords: play, game, logos, philosophy, homo ludens, transitory space, freedom, feast, community, physical education.

Bevezetés

Számos kérdés foglalkoztatja évezredek óta a világot, és a benne élő embert. Keressük, kutatjuk a boldogságot, jobb híján a boldogulást. Küzdünk mind az egyéni, mind a társadalmi szintű fennmaradásért. Egy élhetőbb világon szeretnénk élni, s majd ezt szeretnénk magunk után hagyni. De mindezt mi végre tesszük? Mi visz előre? Hogyan alakul személyiségünk, hogyan alakul társadalmunk? Ezt kutatja többek között a filozófia, a pszichológia, a pedagógia. Keressük az élet értelmét. Keressük az élet szépségét. Keressük a feloldódást, az elszigeteltségünk korlátait megszüntetni igyekszünk. Megpróbálunk szeretni, és szerethetővé válni.

Munkámban azt kutatom, hogy az értelem, a logosz keresésében van-e szerepe a játéknak, és ha van, miben manifesztálódik. Először is fölmerül a kérdés, minden játék-e, amit annak hívunk? A víz tükrén játszik a napnak sugara, a szél pedig játszik a fákkal. A legény játszik a lánnyal, „a szerelem játék, de életre halálra szól” (*Jelenits, 1993. 105.*), az anya játszik gyermekével. Játsszik a pedagógus és játszik a gyermek, játszik a főnök, és játszik a beosztott. És valljuk meg, néha úgy érezzük játszik velünk az Isten vagy a sors, vagy ki minek hívja. Játsszanak a hatalmon lévők, és játszatnak különböző szerepeket, melyről inkább szóljon az író: „Urak, akik a világ dolgait igazítják: adjátok vissza a hegyeimet! (...) Nézzétek urak: idestova ötven esztendeje már, hogy belerángattatok ebbe a játékba. Játsszattatok az én bőrömön háborút és országosztást, ide-oda ajándékozzattatok engem s a hegyeimet, mint ahogy gyermekek ajándékozzák a játékszereket egymásnak. S én ötven esztendeig engedelmesen játszottam nektek mindent, amit csak parancsoltatok: kisebbségi sorsot, megáláztatást és elnyomatást, üldöztetést nyelvem és fajtám miatt, föl szabadulást, és katonásdit. Játsszattam háborút. Lelkesedést és halálfélelmet, rámenős bátorságot és fejvesztett menekülést, játszottam kétségbeesést, fájdalmat, dühöt, elvesztett háborút. Játsszattam elvesztett otthont és elvesztett családot, csikorgófogú bosszúvágyat és hadifogságot, játszottam bujdosást, magányos, kóborló farkas sorsot az emberi rengetegben. ...urak nekem elég volt. Én nem játszom tovább. Adjátok vissza a hegyeimet” (*Wass, 1997. 67-68.*).

Lehet-e játéknak nevezni a kényszer hatására megtett dolgokat? Lehet-e játéknak nevezni olyan folyamatokat, melyre nincs ráhatása az adott egyénnek? Látjuk, hogy mennyi mindent értünk játék alatt. De azt is láthatjuk, hogy mintha valami fogalmi zavar is közbelépne. Értjük, hogy miről is beszél nekünk az író, de érezzük talán azt is, hogy egészen más és más dolgot értünk más és más helyzetekben, mikor a játék hangalakja megjelenik. Pontosabban nem egészen más, hanem egymásra épülő, de különböző jelentésű dologról beszélünk.

Hipotézis

A játéknak több arca, több egymástól elkülöníthető, de mégis valamilyen szinten összefonódó alakja van. Kísérletet teszek annak bizonyítására, hogy a játék ontológiai kérdés, és kísérletet teszek arra, hogy mindezt mindennapi életünkhöz is közelebb hozzam. Ilyenformán megvizsgálom a játék szerepét a társadalomban, és megpróbálom elhelyezni a testnevelést is a játék összefüggésében arra a szintre, ahová szerintem való. Megvizsgálom továbbá a játék és a logosz összefüggéseit, vagyis végiggondolom, mi a játék valódi értelme. Megnézem, hogy értelem és technikai racionalitás között van-e különbség.

Rengeteg anyag halmozódott föl a témában, számtalan oldalról vizsgálható a játék fogalma. Gondoljunk csak a játékelmélet nagy témakörére, gondoljunk csak a pszichológia, a pedagógia tudományára, melyek egyenként is több ezer oldallal adóznak a témának. Bármely oldalról közelítek, választani kell. És a szabadságunk már csak ilyen, ha választok egy irányt, azzal lezárok más utakat. Az én vizsgálódásom elsősorban a filozófia és a pszichológia szempontjait próbálja integrálni.

Huizinga, Winnicott és Caillois álláspontjainak ismertetése alkalmas ad háromdimenziós játékelméletem kifejtésére, amit Bagyinszki Péter Ágoston egy dolgozata is segít majd. Játék és játszma között úgy éreztem mindenképpen különbséget kellett tennem, ebben Eric Berne gondolatait vettem igénybe.

Néhány fogalommal – melyekkel közelebb kerülhetünk a játék különböző síkjainak megértéséhez – próbálok a játék szubsztanciájához közelebb férközni. Itt Henri Bouldad és Nyíri Tamás egy-egy munkáját hívtam segítségül. A sajátosan emberi játék logoszra irányultságáról, és logosz nélküli értelmezhetetlenségéről Viktor E. Frankl munkássága alapján próbálok bizonyosságot szerezni.

És végül, de nem utolsósorban vetek egy pillantást arra, hogy mindez hova fut ki. Létezik-e olyan dolog, aminek szolgálatába ál-

líthatom ezt az egészet. Nem kisebb feladatra vállalkozom tehát, mint hogy röviden a szeretet kontextusába helyezzem a dolgozatomban használt főbb fogalmakat.

Minden esetben igyekeztem olyan, a témát átölelő munkát elővenni, melyekkel azonosulni tudok, és a gondolkodásban nagy segítségemre voltak. Ezen munkák rengeteg utalással segítettek abban, hogy mégiscsak egy általános és átfogó kép alakulhasson ki bennem, és reményeim szerint az olvasóban is.

Játékértelmezések

A bevezetőben még differenciálatlanul használt fogalmak tisztázása ennek a fejezetnek fő célja, s ez a tisztánlátás jelentőséggel bír majd a további gondolkodásban. A fogalmak együtt kezelését azért láttam szükségesnek, hogy láthassuk, a köznyelvben – a szakirodalomban is – mennyire tisztázatlan e fogalmak mibenléte. Hétköznapi életünkben sokszor használunk szavakat, melyek mélyebb értelmét nem vizsgáljuk.

Kísérletet teszek a játékfogalom definiálására. A célom nem az érintett művek elemzése, hanem a dolgozat témájához tartozó fogalmak, jellemzők, tulajdonságok tisztázása. Erik Erikson tréfás komolysággal veti fel, hogy „a játék – nevének megfelelően – igyekszik kijátszani minden meghatározást” (*Bagyinszki*, 1998. 16.).

Huizinga (1990) játékfilozófiája

Huizinga *Homo ludens* című művét azért is választottam kiindulásnak, mert a legtöbb ponton egyetértek a szerzővel, és a dolgozatomból látni lehet majd, hogy egy kicsit tovább is merészkedem nála, mert igyekszem megfogalmazni az általa csak érzékeltetett folyamatokat. Ezért egész kalandozásomat a játék világában végig fogja kísérni Huizinga, aki nem kevesebbet állít, minthogy „a kultúra játékból keletkezik, hogy kezdetben játsszák a kultúrát.” (55. old.)

Már a cím is (*játszó ember*) rögtön érzékelteti a játék fontosságát életünkben. A szerző a címmel azt szeretné mondani, hogy az élet egy nagy játék. Abból indul ki, hogy a játék régebbi, mint a kultúra, mivel a kultúra társadalmat feltételez. Játékot pedig az állatok is játszanak, struktúrájában hasonlót, mint mi emberek, és ez örömet jelent nekik. Játszanak a játék örömeért. A játék nem pusztán fiziológiai jelenség, vagy lélektani reakció. „A játék, mint ilyen, túlmegy a tiszta biológiai vagy lelki tevékenység határain. Értelmes funkció. Van a játékban valami velejátszó, ami az életfenntartás közvetlen ösztönén

túlnő és értelmet ad az élettani tevékenységnek. Minden játék jelent valamit. Ha azt az aktív elvet, ami értelmet ad a játéknak, szellemnek nevezzük, túl sokat mondunk, ha ösztönnek, semmit sem. Akárhogy nézzük, azzal, hogy a játéknak értelme van, már szellemi elem került a játékba.” (9. old.)

A játéknak tehát értelme van, de nem lehet pusztán racionalitás, hisz akkor az emberi világra korlátozódna. A játéknak célja van, ez minden elméletben közös. „Mi is játszunk és tudjuk, hogy játszunk, tehát többek vagyunk, mint értelmes lények, mert a játék értelmetlen.” (12. old.) Megfontolandó, hogy az idézetben szereplő fel „értelmetlen” fogalmát nem kellene-e kicserélni az „értelmet meghaladó” kifejezésre.

A játékot, mint egészet kell szemlélni és értékelni. Kultúrfokhoz és világnézethez sem tudjuk kötni, és a játékot tagadni sem tudjuk. „A játék a kultúrában befejezett Egész, amely a kezdettől egészen addig az életfázisig terjed, amelyben a szemlélő maga áll. Mindenütt mint a cselekvésnek valami meghatározott minősége jelentkezik, amely különbözik a »közönséges« élettől.(...) Az emberi közösség fontos ténykedései mind játékkal vannak átszöve.” (12. old.) Így a beszéd a hasonlatok és metaforák, a mythosok a képszerű kifejezés, a kultikus cselekedetek és még sorolhatnám, mind-mind tiszta játékok. „A mythosból és a kultusból erednek a kultúrélet nagy hajtóerői: jog és rend, közlekedés, ipar és művészet, kenyérkereset, költészet, tudomány és tanítás. Így ezek is mind a játék közös termőtalajában gyökereznek.” (13. old.)

A játék definiálásánál komoly nehézségekbe ütközünk. A játékot nem tudjuk sem a komolysággal, sem a komolytalansággal helyettesíteni, mert attribútuma mindkettő. A maga komolytalanságában komoly, de a maga komolyságával komolytalan. Etikai értékpárokkal sem köthető össze, hisz a játék a maga nemében se nem jó, se nem rossz, se nem igaz, se nem hazug, se nem bölcs, se nem balga. Önmagában nem foglaltatik benne erkölcsi funkció, sem erény, sem bűn, mondja a szerző. A szépséggel összefügg, mert kétségtelen, hogy törekszik egyfajta ritmusra és harmóniára. Látható, hogy milyen nehéz feladatra vállalkozik, aki a játékot próbálja meghatározni. Csak körülírni lehetséges, csak a legfontosabb jellemzőit tudjuk papírra vetni.

A játék szabad cselekvés. „Ezzel megállapítottuk a játék első ismertetőjelét; a játék szabad, maga a szabadság.” (16. old.) A játék akkor értelmezhető csak, ha szabadon csinálhatja az ember. Kényszer hatására nem lehet úzni, mert akkor elveszti játékjellegét. A játék úgymond fölösleges tevékenység, melyet a benne fellelhető örömmért csinálunk, ezért egyfajta érdeknélküliséget hordoz. A játék célja, ér-

telme és tartalma önmagában van. A valós életből való kilépést jelenti, melynek a játékos tudatában van. A játék fontos eleme lehet, hogy ismételhető, maradandó alakja van, szellemi alkotás, mely térben elhatárolva egy játszótéren játszódik. Ez a tér előre meghatározott, és saját szabályok érvényesek rá. Ezzel rendet teremt maga körül, sőt maga a Rend, mely időleges tökéletességet visz tökéletlen világunkba. A játék rendjétől való eltérés elrontja a játékot. A renddel való szoros összefüggése arra utal, hogy a játék az esztétika világába is tartozik.

A játék többnyire feszültséget is magába foglal, mely a feloldódás felé tart. Szabályai vannak, melyeket minden esetben be kell tartani, ez alapfeltétele. „Egy játék szabályai feltétlenül kötelezőek és semmiféle kétséget nem tűrnek. Paul Valéry fejezte ezt ki egyszer e nagy horderejű gondolattal: Egy játék szabályaival szemben nem állhat fenn semmiféle szkepticizmus. Alapfeltétele amelytől függ, világosan körülhatárolt. Mihelyt túllépik a szabályt, összedől a játékvilág és vége a játéknak.” (20. old.)

A játék közösségeket, klubokat alkot, és magában rejt egyfajta titokzatosságot is. A játék magasabb szinten harc valamiért, vagy ábrázolása valaminek. A játék a kultúra előtt létezett már, de fölötte is van a Szépség és Szentség játékait játszva. A játék hangulata az elragadtatás és pajkosság.

„A kultúra játékelemei kifejezés alatt nem azt értjük, hogy a kultúrélet különböző tevékenységei között a játéknak fontos szerepe van, azt sem, hogy a kultúra fejlődési folyamat révén játékból származik, olyan módon, hogy valami, ami eredetileg játéktevékenység volt, olyasmivé lett, ami nem az, és most kultúrának lehet nevezni. A következőkben inkább azt fogjuk látni, hogy a kultúra játékból keletkezik, hogy kezdetben játsszák a kultúrát.” (55. old.) A kultúra fejlődése játék formájában és hangulatában megy végbe. A verseny és előadás nem következménye a kultúrának, hanem megelőzi azt, hisz az állatok is játszanak. A játék különbözik a munkától, amennyiben nem létszükséglet – mégis kapcsolódhat a versenyhez, küzdelemhez. A verseny, versenyláz annak bizonyítása, hogy valamit jobban teszek, mint a másik, hiszen a jó cselekvésénél is szempont, hogy a jót jobban tegyem, mint a többiek. Valamire jónak lenni, a maga nemében igaznak, tökéletesnek lenni – így a becsületben is lehet motiváló tényező a verseny. A versenynek is van tehát morális értelme. A férfi és nő játéka is kultúrateremtő erővel bír, ahogy a szertartások, egyéb kultikus cselekmények és a szerencsejáték is.

Huizinga szerint tehát a játék olyan szabad cselekvés vagy foglalkozás, amely bizonyos önkéntesen, előre meghatározott időben és

térben, szabadon választott, de föltétlen kötelező szabályok szerint folyik le; célja önmagában van, bizonyos feszültség és öröm érzése, továbbá a közönséges élettől való különbözőség tudata kíséri. A játék kultúrárt teremtő erő.

A játék eredete Winnicott (1999) értelmezésében

A kultúra születését a pszichológus Winnicott is összekapcsolja a játékkal, a játék eredeteként pedig az anya-gyerek kapcsolatot nevezi meg. Az „elég jó anya” érzelmileg elkötelezett, kezdetben teljesen alkalmazkodó, azonnal kielégíti gyermeke szükségleteit, később a gyermek önállósodása érdekében megkezdja a fokozatos leválasztást. Ez a folyamat a gyermek számára frusztráló és illúzióvesztéssel jár, elősegíti, hogy a feszültség oldásaként megszülessen egy köztes élménytér.

Az anya, miközben a gyermek tőle elkülönül, végtelen játékkeret hagy hátra kettejük kapcsolatának emlékéül. Ha az anya-gyerek leválás természetesen zajlik, kialakul egy játéktér, mely a biztonságon alapul, és teli van örömmel, érzelmi telítettség jellemzi. Ha ezt a leválást az anya „zökkenőmentessé” tudja tenni, akkor a gyermek érzelmi biztonsága a későbbiekben is megmarad. Ha ez csorbát szenved, akkor a játéktér kialakulása is csorbát szenved, s teli lesz szorongással. A leválás természetes úton való történése a játszó embert „hozza” létre, míg a szorongó ember a játszmaikon keresztül próbálja az életet „túlélni”.

Winnicott szerint minden azon múlik, hogy hogyan sikerül az elszakadás, a szeparáció. Az elszakadás után létrejön egy potenciális tér, egy pszichikai tér, mely átmeneti tartomány a külső világ és a belső között. Itt jelennek meg az átmeneti tárgyak és a játék. Az ujjszopással a gyermek az anya pótlását saját testével keresi, mely egyéb mozdulatokkal is összekötődhet, mondjuk a többi ujj cirógató mozdulataival, a lepedő, takaró vagy egyéb puha tárgy megragadásával, esetleg szopogatásával. Az átmeneti tárgy helyettesíti az anyát, egyszerre szimbólum és valóságos, konkrét tárgy. A gyermek az átmeneti tárgy segítségével megtapasztalja az én és nem én szétválasztását, megtanul megbirkózni a feszültségeivel. Rájön arra, hogy a frusztráció csak bizonyos ideig tart, az anya visszatér hozzá. Kap támogatást az anyától való leváláshoz, az önállósodásához. Továbbá az átmeneti tárgy támaszt nyújt a krízishelyzetekben, mint például a szülők válása, kistestvér születése stb. Az átmeneti tárgyon keresztül, melyet egy átmeneti tér kialakulása követ, az egész kultúra egy játéktérre alakul. Winnicott gondolata, hogy az egész kul-

túra egy játéktérnek tekinthető párhuzamos *Huizinga* elgondolásával, hogy a kultúra a játékból alakul (*Huizinga*, 1990). Míg *Huizinga* az általános, *Winnicott* a személy kultúráján keresztül jut tulajdonképpen ugyanarra az értelmezésre.

Játéktípusok Caillois (1988) felosztásában

Többféle szempont alapján is megkülönböztethetjük a játéktípusokat. A választásom azért esett *Roger Caillois* játéktipológiájára, mert a munkánk szempontjából ez tűnt jól használhatónak. *Caillois* *Huizinga* művére reflektálva a játéknak a következő típusait különbözteti meg:

- Az *agon* a verseny, a küzdelem, az egyenlő esély játéktípusa. Az egyenlő esélyek mesterséges fenntartása jellemző rá. A szemben álló felek ideális körülmények között mérhetik össze erejüket és tudásukat. A valódi társadalomban ez nincs jelen. Küzdünk, de a feltételek közel sem egyenlőek. Az *agon*féle játék megteremti az egyenlőséget, mely például a sportban vagy a logikai játékokban megtalálható. Ez egy ideális valóság, az idea világa. Az *agon*ra jellemző, hogy mindig az erősebb, az ügyesebb vagy az okosabb győz, egyszóval az adott tevékenységre rátermettebb. Az adott egyenlő feltételek ezt lehetővé teszik. Például 60 méteres síkfutásnál mindenkinek 60 métert kell teljesítenie, ha szembe fúj a szél, akkor mindenkinek hátránya származik belőle, és minden versenyzőnek az a törekvése, hogy elsőként érjen célba. Egyenlő esélyek, egyenlő feltételek, győzzön a jobb.

- Embertelen lenne, ha minden esetben csakis a jobb, az erősebb győzhetne. A játék ezen szegmensét az *alea* (kocka) hivatott megteremteni. Az *alea* is az egyenlőség megteremtésében jelentős, csak más irányból közelíti meg a dolgot. Azt mondja ugyanis, hogy adjunk egyenlő nyeresési lehetőséget az egy lábúnak és a két lábúnak egyaránt az egymás elleni küzdelemben. Ezek lesznek a szerencsejátékok, ahol a véletlen szerepe lesz nagyon fontos. Belecsempészi a játékba a véletlenszerűséget, a sorsszerűséget. Ez is idealizált, csak másképpen. Megszabadít a szükségszerűségtől, és így kiegészíti az *agon* fogalmát.

- A következő játéktípus, a *mimikri*, a szerepjátékokat, az álarcos bálakat, a színházat, a drámát stb. foglalja magába. A lényege ennek a típusnak az illúzióteremtés, hogy más lehetek, mint aki vagyok. Az a vágy élteti, hogy kilépjünk önmagunkból, és valami másnak látszunk, mások legyünk, mint amik a valóságban vagyunk. A játék lényege, mely elmondható minden játéktípusról, de erre kifejezetten

jellemző, hogy mindenki tudja, „csak” játékról van szó, mégis szinte hihetetlenül komolyan veszi. Gondoljunk csak bele egy színházi drámába, melyet a színész is, de a néző is teljesen komolyan éli meg, él át. Részévé válik a játéknak, a játék része lesz a játszónak.

- A *paidia* tekinthető tulajdonképpen minden játék alapjának, eredetének. Ha ez hiányzik, megszűnik játék lenni a játék. Nincsenek szabályai, az improvizáció, a szabad asszociáció a termőtalaja. Az „értelmetlen”, „ésszerűtlen” cél nélküli ugrálás, mely kitör az emberből, a vitális energia levezetése, a jókedv hulláma. A káosz öröme. A saját motivációnk megélése. A születés átélése, a „minden születőben van” életérzése. A posztmodern művészetekre nagyon jellemző típus. Ide értendő a hobbi fogalma is.

- Az *ilinx* (vagy *vertigo*) a szédülés, a vesztibuláris ingerlés játéktípusa. A keringés, a körhinta, a vidámpark, a mai világban egyre inkább terjedő extrém sportok mind ide sorolandók. A nagy félelmek előidézése, és a végrehajtás utáni megnyugvás lüktetése jellemzi. Az „adrenalintúrák” során az ember megpróbálja megélni és az utolsó pillanatban kontroll alá vonni saját határait. A mai társadalomban egyre inkább fölerősödik ez a játékfajta, ami az agyonkontrollált, túlfeszített, túlracionalizált életünknek köszönhető.

- Ebben a felosztásban az utolsó játékfajta a *ludus*. Lényege a szabálykövetés, az egyre több szabály, az egyre képtelenebb szabályok. Látszólag ez teljesen ellentétes a már említett paidiával, mely a káoszról, a szabály nélküliségről szól.

Ezek a játéktípusok sosem találhatók meg teljesen tisztán, csak törekszenek a tökéletességre, de sosem tudják elérni. Kérdés, hogy ez baj-e? Természetesen nem. Kiegészítik egymást, és ettől olyan szép, és egyben ettől olyan nehéz meghatározni a játék fogalmát. S ez az egymást kiegészítő vonásuk, mely végül is élteti, és életben tartja a játékot, s életben tartja magát az embert is.

Játzmaértelmezés Berne (1984) alapján

A játék típusainak különválasztása után nézzük a játék és a játszma fogalmának megkülönböztetését. A játszmaknak egyaránt van történelmi, kulturális, társadalmi, személyes vetülete is. Ez utóbbi további magyarázatához Berne pszichológiai elemzését hívjuk segítségül. Szerzőnk szerint az anyáról való leválás után folyamatos vágy él a fizikai intimitás fenntartására, de ennek biológiai, társadalmi, pszichológiai akadályai vannak. Ez alakul át a folyamatos ingeréhség által elismeréséhséggé. Az érzelmi nélkülözés végzetes

kimenetelű lehet, gyerekeknél visszafejlődés, betegség, felnőtteknél lelki zavarodottságot válthat ki. Az érzelemhiány ingerhiány, mely szervi elváltozásokat is okozhat. Ha az agytörzs aktiváló rendszerét (formatio reticularis) nem éri elegendő inger, az idegsejtekben sorvadás indulhat meg. „Ha nem simogatják a gerincagyat, kiszikkad.” (19. old.)

Az ingeréhség szerepe olyan, mint a táplálékéhség. Az érzelemingerhiány, az apátia, az elsorvadási folyamat és a halál valóságos biológiai láncolatba fűződhet. Biológiai, pszichológiai és társadalmi párhuzam is föllállítható. Az ingeréhség legkedvezőbb kielégítője a fizikai intimitás, de mivel ez akadályokba ütközhet, kompromisszum révén megtanulja az ember a rejtettebb formákkal is beérni, mely a társas kapcsolatokban elismerésésséggé alakul át. Ezeket nevezi Berne „simogatásnak”. A „simogatás” lehet tényleges fizikai, de ha kibővítjük a fogalmat, minden olyan aktus jelölésére alkalmazhatjuk, amely egy másik személy jelenlétét nyugtázza. A simogatások cseréje a tranzakció.

Berne szerint az idő strukturálására több lehetőség adódik, bonyolultságuk sorrendjében a következők: rituálék, időtöltések, játshmák, intimitás. A cél minél több „simogatás” begyűjtése.

Szerzőnk szerint különböző én-állapotokat hordozunk, szülőkére hasonlító (Szülő), autonóm módon a valóság tárgyilagosa értékelésére irányuló (Felnőtt) és az archaikus maradványokat képviselő, korai gyermekkorban rögzült, de még midig aktív (Gyermek) én-állapotokat. Mindenikben megvan és szükséges is mindhárom, és képesek vagyunk átváltani egyikről a másikra. Attól függően, hogy a két fél milyen én-állapottal beszél egymással, különböző tranzakciókat különböztetünk meg. Megkülönböztetünk kiegészítő és keresztező tranzakciókat.

A játzsma kiegészítő, rejtett tranzakciók folyamata, amely pontosan meghatározott, előre látható kimenetel felé halad, csapdás, trükkös lépések sorozata. Rejtett jellege és a nyereség megkülönbözteti a rituáléktól, az eljárásoktól és az időtöltésektől. A játshmák töltik ki a társasági élet nagy részét, mivel az intimitás bizonyos formái a legtöbb ember számára lélektanilag nem lehetségesek.

A játék és a játzsma különbségei

A fentiek alapján kirajzolódni látszik a játék és a játzsma közötti különbség. A játék szabad, míg a játzsma nem. A játzsma predesztinál, míg a játék mindig kiszámíthatatlanságot hordoz. Előre meghatározott irányba halad a játzsma, míg a játék tartalmazza a meglepetést, a váratlant, a feszültséget. A játzsma lételeme a nyere-

ség, míg a játék igazi nyeresége az öröm, maga a tevékenység. A játszmat folytató ember elbújik a játszmai mögé, míg a játszó ember éli az életét.

Természetesen nem létezik olyan emberi játszma, mely ne lenne előrevivő. A támasz, az előremeghatározottság, amit a játszma nyújtani tud, bizonyos embereknek (például autistáknak) elengedhetetlen. S bizonyos élethelyzetekben az egészségesnek mondott társadalom számára is elindítója, továbblendítője lehet a történéseknek. De csak abban az esetben, ha nem a játszmákra épül az életünk, s ha a játszma szintjéről képesek vagyunk továbblépni.

A játszmán túl kell lépnünk, míg a játékon nem, pontosabban: a játszma szintjéről tovább kell lépnünk a játék szintjére.

Bagyinszki-féle játékefinition

Mint már az előbbieken láthattuk, nagyon nehéz definiálni a játékot. Most mégis egy több pontban összefoglalt definíciót szeretnék felvázolni *Bagyinszki Péter Ágoston* (1998) tolmácsolásában. Ez a játékefinition áll hozzám a legközelebb, és talán ezt tekinthetjük a legátfogóbbnak is. A szerző R. Caillois, E. Fink és J. Huizingán kívül, H.G. Gadamer, A. Gehlen és G. Csepregi eredményei alapján határozza meg a játékot:

„a) nem produktív, hanem önmagáért való tevékenység, melynek célja önmagában van;

b) belülről fakadó ünnepi örömmel átélt tevékenység, szubjektíve tehermentesített lét, melybe belefeledkezünk;

c) szabadon művelt tevékenység, amely maga által választott, de a játékon belül kötelező erejű szabályoknak veti alá magát, és ezáltal engedelmeskedik a játék rendjének;

d) kreatív, belső alakulásában nyitott, bizonyos szabad tényezőkkel zajló tevékenység;

e) játszótárs vagy játékeszköz »ide-oda mozgó« jelenlétére nyitott tevékenység, amely kapcsolatba hoz önmagunkkal, másokkal és a világegésszel;

f) időbeli és térbeli elhatároltságban zajló tevékenység;

g) a játéknak saját térrel és idővel jellemezhető »belső világa« van, amely a maga összefüggéseiben értelmes világ, és amelybe a játékosok a »külső világból« szabad elhatározással lépnek be;

h) a játék belső világát a játékeszközök »átlényegülés«, a játék belső tétjének megjelenése és a játékosok paradox »játéktudata« jellemzi;

i) végül a játéktapasztalat a maga szimbolikus erejében »koncent-

rált létélményt«, bizonyos Egészre nyíló életérzést nyújt, létmodellként szolgál számunkra” (17-18. old.)

A szó szoros értelmében vett játék elhatárolt, az élet fő áramához képest periférikus tevékenység, mint egy sportmérkőzés, vagy egy társasjáték, vagy akármelyik gyermekjáték. Véleményem szerint azonban nem csak és kizárólag ez a játék. Mint már jeleztem, ennél sokkal többre tartom, és sokkal jobban tisztellem a játékot.

A játék mélyebb rétegei

A továbbiakban azt kívánom bebizonyítani, hogy a játék többdimenziós fogalom. Különböző síkokon kezelve kiszélesíthetjük, és egyben talán pontosíthatjuk is jelentését. Ehhez a munkához ismét *Bagyinszkit* (1998) hívom segítségül, kinek háromdimenziós játékfelfogását fogom használni. A játék szubsztanciájának megértéséhez pedig olyan fogalmakat fogok használni, és összevetni vele, melyek szerintem azonos szintet és azonos mélységet biztosítanak. A szabadság fogalmát *Henri Boulad* (2006), míg az ünnep fogalmát *Nyíri Tamás* (1975) tanulmányának segítségével fogom értelmezni. A játékot a logosz dimenziójába *Viktor E. Frankl* (1988) segítségével helyezem bele.

A játék három dimenziója, társfogalmai

Bagyinszki három metszetet vázol föl, mely segítségünkre lehet a játék szimbolikájának megértésében. Az első metszet, a játék, mint a világ elhatárolt eseménye. A legkonkrétabb játékelményről van szó, magáról a külső eseményről. A második a játékot, mint egy belső attitűdöt, hozzáállást, mint az ember belső magatartását feltételezi. Itt a játék belső készletként mutatkozik, ami a későbbiek során még nagyon fontos lesz. A harmadik dimenzió a játék, mint ontológiai valóság. A világegészszel való egység, a természet játéka található ebben a kategóriában. Az ontológiai értelemben vett játék mindenképpen része az embernek, az alól kivonni sem tudjuk magunkat. A különböző játékdimenziók természetesen egymást feltételezik.

A játék megértése nem választható el a szabadság és az ünnep fogalmaitól. Ráadásul mindhárom fogalom magába rejti azt a három dimenziót, amit fentebb kifejtettem a játékra vonatkozóan. A játék, a szabadság és az ünnep minden esetben közösséget feltételez. Ezért a közösségre, mint alapra helyezhetnénk föl a másik három fogalmat. A játék, a szabadság és az ünnep értelmezhetetlen a másik ember, a közösség nélkül. Mindhárom fogalom a közösség dimenziójában kap

igazán jelentőséget és értelmet. A szabadságnak és az ünnepnek is létezik az a három dimenziója, amit a játékról mondtunk. Vizsgáljuk meg, lehetséges-e ez.

Azt szoktuk mondani, ünnepel az, aki egy ünnepségen részt vesz, ott van, jelen van. Ezt ugyanúgy elmondhatjuk a játékról is. Játsszik, aki éppen egy pályán kézilabdázik. Mégis hozzátehetjük, hogy nem mindenki játszik, aki úgy tesz. Ezt az állítást alkalmazhatjuk az ünnepre is. Tehát nem mindig ünnepel az, aki egy ünnepségen részt vesz. Ez a látszólagos ellentét ismét nyelvünk sokrétűségét, és ebből adódó nehézségét is megvilágítja.

Caillois-ra hivatkozva írja *Nyíri* (1975), hogy az ünneplő ember, játsszó ember. Az ünnep egy szent játék, ezt *Huizingánál* (1990) is láthatjuk. Legfőbb jegye az ünnepnek is, mely nélkül értelmetlen, mely nélkül nem ünnep az ünnep, hogy szabad cselekvés. Nem lehet kényszeríteni senkit, hogy ünnepeljen, hogy ünnepi hangulatba kerüljön. Látszik tehát, hogy ünnep és szabadság is mennyire összefüggenek. Egyre inkább kirajzolódik, hogy mennyire értelmetlen a három fogalom egymástól elkülönítve.

Nézzük az ünnep három fő jellemzőjét, és vessük össze, hogy a játékra is igaz-e mindez. Az ünnep „tobzódás” az életben. Kikapcsolódás a mindennapokból, nem csak mosolygunk, hanem nagyokat nevetünk, a drága munkaidőt feláldozzuk. Az ünnep, pazarlás. Az ünneplő ember kilép a megszokott időből, meghaladja a tér időbeli egzisztenciakorlátait. Az ünnep szent idő. A játékra is igaz mindez, mert játékdefinícióinkban is benne volt, hogy nem produktív, hanem önmagáért való tevékenység, melynek célja önmagában van. Belülről fakadó ünnepi örömmel átélt tevékenység, szubjektíve tehermentesített lét, melybe belefeledkezünk. A játéknak saját térrel és idővel jellemezhető „belső világa” van, amely a maga összefüggéseiben értelmes világ, és amelybe a játékosok a „külső világból” szabad elhatározással lépnek be. A játék szent idő.

Az ünnep második nagy jellemző csoportja *Nyíri* (1975) szerint az összhang a világgal. Az ünnep feltűnő sajátossága az öröm, ahhoz pedig, hogy valaminek örülhessünk, mindent kell helyeselnünk, mondja Nietzsche-re hivatkozva. Az ünneplő ember mindennek és bárminek tud örülni. Az öröm pedig beleegyezés az egész világba. Aki elzárkózik a valóság helyeslése elől, az nem tud örülni és ünnepelni. Itt megint utalnék definícióinkra, hogy a játék egy nyitott tevékenység, amely kapcsolatba hoz önmagunkkal, másokkal és a világegészsel. Végül a játéktapasztalat a maga szimbolikus erejében

„koncentrált létélményt”, bizonyos Egészre nyíló életérzést nyújt, létmodellként szolgál számunkra.

Az ünnep jeles idő, a megszokottól eltérő, a mindennapoktól különböző, nevezetes idő. Ez harmadik jellegzetessége. Nem lehet egy életen át ünnepelni. Az ünnep lényegéhez hozzátartozik, hogy elmúlják. Nem ünnepelhetünk egész évben karácsonyt, hisz egy idő után undorodnánk tőle. Az ünnep föltétele, hogy kivételes. És ismét a definíció: a játék időbeli és térbeli elhatároltságban zajló tevékenység. A játéknak saját térrel és idővel jellemezhető „belső világa” van.

Végül nézzük, hogy Nyíri ünnepre vonatkoztatott definíciója megállja-e a helyét a játék vonatkozásában is. Ha szerzőnk definícióját vesszük, és az ünnep szó helyére behelyettesítjük a játék szót, a meghatározás ugyanúgy megállná a helyét. „Az ünnep (játék) felfüggeszti a mindennapok időstruktúráját; saját időmértéke van, s ez nem azonos a hétköznapokéval. Megszabadít a mindennapi kötelességek terhétől, kiragad az itt és most korlátaiból. A létezés értelmet adó alapjának megpillantása önfelelt gyönyörűség, olyan, mint az elmerülés egy szerető tekintetben. Akit magával ragad az ünnep (játék), az nem egyik kronológiából a másikba lép át, hanem az időből az örökkévalóságba. Az emelkedett hangulat megállítja az időt. Bár nem felejtjük el teljesen a mindennapi világot, a halált érlelő idejét, mégis úgy éljük át a köznapin fölülemelkedő örömet, mint ami örökké tart” (Nyíri, 1975. 143.).

Szabadnak mondjuk azt, aki nincs börtönben. Szabad az, aki szabadon járhat kelhet, nincs kényszer hatása alatt. Ám nem mindig szabad az, aki annak látszik. Ahogy az ünnep és a játék kapcsolatában láthattuk, most a játék és a szabadság összefüggésében is látjuk a látszólagos paradoxont. A szabadság a bensőnkben van – írja Boulad (2006). Huizingánál (1990) pedig azt olvashattuk, hogy a játék maga a szabadság. Sokan állítják, hogy a szabadság nem is létezik, csak illúzió. A felvetés jogosnak tűnhet, ha determináltságainkat számba vesszük. Csak néhányat sorolnék fel szemléltetésképpen. Az hogy létezem, megszülettem, hogy oda születtem ahová, mind a saját szabadságom hatáskörén túlra eső dolgok. Nememet, hazámat, tulajdonságaimat sem én választottam, senki nem kérdezett meg. A környezeti hatásokat, a neveltetésemet is készen kaptam, nem beszélve arról, hogy biológiailag milyen kemény korlátok közé szorulok. Fizikailag is determinált vagyok, hisz nem bírok akármeddig elgyalogolni, nem bírok akármekkora súlyt megemelni. És akkor még nem beszélünk arról, hogy társadalomban élve embertársaink mind az én szabadságomat csorbítják, gondoljunk például bele egy városi dugóba. Joggal kérdezhetjük tehát, hogy hol a szabadság? „Amíg konokul kitartunk amellet, hogy analízis útján próbáljunk

hozzá közeledni, ha tekintetünket a determinizmusokra, az eleve megkötöttségekre szegezzük, nem jutunk sehova. Ezeknek fölébe kell kerekednünk, és meg kell értenünk, hogy a szabadság nem abba a dimenzióba tartozik, mint mindaz, ami korlátozza. A szabadság csírája egy más szinten van, és csak akkor érthető meg, ha kihajt" (Boulad, 2006. 13.). A szabadság nem menekülés determinizmusunk elől, hanem bele kell vonnunk az életünkbe. Szabadnak lenni annyi, mint elfogadni önmagunkat, és ebből a determinizmushalmazból, az által kihozni a maximumot. Korlátaimat meg kell tanulnom bevonni az életembe, mert amíg csak elviselem, szenvedek tőle, addig a rab-szolgája vagyok. Ez egy rugalmas átívelés a determinációkon túlra. A szabadságomat tehát a megváltoztathatatlan kereteken belül a korlátaimon belül kell kiépítenem, megteremtenem. Így az akadály átalakul eszközzé, és a hátrányból előny lesz. „Az ember nem korlátai, determinizmusai ellenére szabad, hanem azok által, azokkal együtt, rajtuk keresztül és nekik köszönhetően" (Boulad, 2006. 19.). Ezt átvihetjük a játékra is. Mert a játékot is szabadnak tekintjük, mégis tele van betartandó szabályokkal. Mit kezdünk tehát a játékban a szabályokkal? Determinálttá teszi bizonyos szempontból a játékot, de ez teremti meg a fejlődés lehetőségét, hisz az adott lehetőségekből próbálom meg kihozni a maximumot. Az tud igazán játszani, aki elfogadja, belső elemévé teszi a szabályokat, mintegy vezérfonalként használja azokat. Az így megélt szabadság, mely a determinizmusokat, szabályokat magáévé teszi, képes lesz szárnyalni. Képes lesz megélni a szabadságát, képes lesz megélni a határhelyzeteit, és igazzá teszi Huizinga (1990) mondását, hogy a játék szabadság, a szabadság maga a játék. És ilyenformán válnak igazán érthetővé játékdefinícióink sorai is. A játék szabadon művelt tevékenység, amely maga által választott, de a játékon belül kötelező erejű szabályoknak veti alá magát, és ezáltal engedelmeskedik a játék rendjének, mely kreatív, belső alakulásában nyitott, bizonyos szabad tényezőkkel zajló tevékenység. A játéknak saját térrel és idővel jellemezhető „belső világa" van, amely a maga összefüggéseiben értelmes világ, és amelybe a játékosok a „külső világból" szabad elhatározással lépnek be. Talán most válik érthetővé a játék és a szabadság ontológiai szintű összekapcsolódása. A szabadság igen az életre. Az igazi szabadság az igent mondás szabadsága, a választás szabadsága. Akkor vagyok igazán szabad, ha választani tudok, és a választásomban meg is tudok maradni. Ha egy dologra egy bizonyos szituációban igent mondok, sok másik lehetőségről mondok le. Tehát szigorúan véve azt mondhatnánk, hogy a szabadság fölemészti önmagát. Abban a pillanatban, hogy meghozom a szabad döntést, fölládozom a szabadságot. Tehát minden választás által kizárom a többi választás lehetőségét. Megoldás-e akkor, hogy nem döntök? Nem, hisz a nem választás is egy döntés, amellel döntöttem, hogy nem választok. Egy példával élve a sportból: ha egy cselet alkalmazok a pályán, már fölemésztettem

a szabadságom, de ha úgy döntök, hogy nem csinálok csejt, akkor elveszik előlem a labdát. „Kényszerülünk a választásra. »Szabadságra vagyunk ítélve« – mondaná Sartre” (*Boulad*, 2006. 83.). Élni annyi, mint választani. Szabadon élni annyi, mint igent mondani az életre. A szabadság tehát annyit jelent, hogy önmagunkká válunk. Önmagunk megvalósítása önmagunk által. Ha a nem döntést választom, ha nem akarom feláldozni a szabadságom, ha félttem a szabadságom, akkor könnyen a szabadságom rabja leszek, és máris nem vagyok szabad. A szabad ember a saját szabadságával szemben is szabad. A szabadság egy kaland, a szabadság egy nagy játék. Játék a játék igazi komolyságával, és komolytalanságával is. Ha nem tudnánk játékként értelmezni szabadságunkat és életünket, megrémülénk, és elmenekülnénk előle.

Most már láthatjuk, ahogy a játékot sem tudtuk igazán megfogni, a szabadságot és az ünnepet sem tudjuk egyszerű definíciók közé szorítani. És talán ebből következik hasonlóságuk. Mert mindhárom esetben beszélhetünk konkrét, a legegyszerűbb szinten kezelt formájával, és egy második szinttel, mely egy belső attitűd, egy hozzáállás, egy viszonyulás a világhoz, önmagamhoz és embertársaimhoz. És mindhárom kezelhető egy harmadik szinten is, melyben a külső és belső dimenziók összekapcsolódnak, s ontológiai kérdéssé válnak. A játék egyfajta életigenlést jelent, ahogy az ünnepre és a szabadságra is elmondtuk ugyanezt. Így mindhárom fogalom kulcsa abban rejlik, hogy önmagad lehetsz, sőt önmagad kell legyél, önmagadat kell adjad benne és általa.

A játék a logosz kapuja

Vizsgáljuk meg tehát az ember értelemre irányultságát, nézzük meg, hogy a játéknak van-e ebben szerepe. „Az ember olyan lény, aki az értelem, a logosz után kutat” (*Frankl*, 1996. 199.). Mindezt viszont nem képes elérni az előzőekben értelmezett játékfogalom nélkül. Az élet csak úgy nyerhet mélyebb értelmet, ha nyitunk a mélység dimenziója felé. „Ami itt problémát jelent, az az élet értelmére vonatkozó egész kérdésfeltevés módja: Meg kell tanulnunk, és a kételkedő embereket megtanítanunk rá, hogy soha és semmikor nem az számít, mit várhatunk az élettől, hanem pusztán az, mit vár el tőlünk az élet!” (*Frankl*, 1996. 173.) Ebben segíthet számunkra a játék legegyszerűbb szintje, a világtól elhatárolt formája. A játék, mint az életre való felkészítés színtere jelenhet meg. A játékon keresztül, és a játék által megtanulhatjuk az élet által feltett kérdések válaszait is, csak a játék során még egzisztenciális félelem nélkül „gyakorolhatunk”. Egy focicsapat is általában az igazán nagy mérkőzések előtt,

edzőmeccset játszik. Tekintheszük ilyenformán az életre való felkészítés lépcsőfokának, a döntési helyzetek gyakorlásának, az életre való felkészítő mérkőzésként a legkonkrétabb játékot.

„Az értelem tehát mindig egy konkrét szituáció konkrét értelme. Mindig a pillanat kihívása. Am mindig egy konkrét személyhez van címezve. És miként minden egyes szituáció valami egyszeri, ugyanígy minden egyes személy is valami egyedüli” (Frankl, 1996. 158-159.). De a játéknak, mint az előzőekben láthattuk, három dimenziója van. Hogyan kapcsolhatjuk ide a másik két szintet? Ha a játékot játsza az ember, akkor belefeledkezik a játékba, a játék által olyan lételménye lesz, mely egyesíti a világegésszel. Túljut önmagán, önmagát elfelejti a világ, vagy egy személy kedvéért, akit szeret. Az életének értelme lesz, kilépve a logosz dimenziójába. Az ember „legmélyebb és legvégső soron nem valamiféle belső állapotban érdekelt, legyen az öröm vagy belső egyensúly, hanem a világ felé irányul, a kinti világra, és ezen belül keres olyan értelmet, amelyet beteljesíthet, vagy egy olyan embert, akit szerethet. Prereflexív ontológiai önmegértése alapján valahogyan tudja is, hogy éppen olyan mértékben valósítja meg önmagát, amennyire elfelejti önmagát, és éppen olyan mértékben tudja elfelejteni önmagát, amennyire képes magát átadni egy olyan dolognak, amelyet szolgál, vagy egy olyan személynek, akit szeret” (Frankl, 2002. 90.). S ha erre már képes a konkrét játék során, ha képes elfelejteni önmagát, jó esélye van rá, hogy önmagán túlmutató emberré, játészó emberré váljon. „Eddig tehát azt mutattuk be, hogy az élet értelme állandóan változik, de soha nem szűnik meg. (...) az élet értelmét három különböző módon fedezhetjük fel: 1. valamilyen művet alkotva, vagy valamilyen cselekedetet megtéve; 2. valamit tapasztalva, vagy valakivel találkozáva; és 3. az elkerülhetetlen szenvedéshez való hozzáállásunk révén” (Frankl, 1988. 130.). A játékban mindez megvalósul, akár egyszerre mind a három. A játék, ahogy *Huizingánál* (1990) is láthattuk, önmagában egy alkotást, és minden esetben cselekvést takar. Láthattuk, hogy konkrét tapasztalat és találkozás a játék. Az eddigiekben nem hangsúlyoztunk kellőképpen, hogy a játék során erőfeszítéseket kell tenni, adott esetben fájdalommal is járhat, így a szenvedés is velejárója lehet a játéknak. Az a játékos játszik igazán, aki „meghal” a játéknak – szokták mondani a riporterek. Aki feláldozza önmagát, mely nem minden esetben fájdalommentes.

Láthatjuk, hogy a játék megfelel a három kritériumnak, amit Frankl (1988) felvázolt nekünk. Ezért bátran kijelenthető, hogy a játék által az élet értelme megelhető. Talán erre gondolt *Huizinga* (1990) is, amikor azt mondta, a játéknak értelme van. A jelek szerint a játék

nem más, mint a logoszra nyíló kitárt kapu. Természetesen az, hogy be is lépünk-e rajta, egyéni döntéseinken múlik.

A többdimenziós játék az életünkben

A következőkben gondoljuk át a játék és a mai társadalom összefüggését, vizsgáljuk meg a játék szerepét mind társadalmi, mind egyéni szinten, és próbáljuk meg elhelyezni a testnevelést ebben a rendszerben.

A játék társadalmi helye, szerepe

Ha a mai társadalmat felületesen szemléljük, azt gondolhatnánk, most vagyunk a leginkább képesek a játéokra, az ünnepre és a szabadságra, hogy a ma élő ember képes igazán az életre. A ma élő ember él, hiszen lépten-nyomon játékba botlunk, akár a sok sportmérkőzésre, akár a kvízzjátékokra vagy az egyéb játékokra gondolunk. Minden második sarkon belebotlunk egy buliba, melyet ünnepként kezelünk. Úgy értelmezzük, hogy egy hatalmas buli az életünk. A fogyasztói társadalom érzéketlen az ünnepre. Az állandó partira járás ezt az űrt hivatott betölteni. És szabadságunkat minden szempontból jobbnak, fényesebbnek és többnek tartjuk, mint az eddigi korokban bármikor. Mi is a helyzet valójában?

Társadalmunk játékosabbnak tűnhet, mint a régi idők társadalmi, de inkább infantilisabb, mert hiányzik belőle az igazi játékos elem. Nem tudunk felnőni, pubertás korban maradunk, de mindent csinálunk, amit felnőttként csinálnánk, miközben a szellem önként mond le nagykorúságáról. „Ebben az esetben nem a kultúra örök játékelemével van dolgunk, amelyet ebben a könyvben kimutatni igyekeztünk, hanem hamis játékkal, de az is lehetséges, hogy már első felületes pillantásra olyan jelenségekre bukkanunk, amelyek látszólag játékszerűek és így félrevezetnek bennünket. A mai közösség hétköznapiját fokozódó mértékben jellemzi egy olyan tulajdonság, amelynek egyes vonásai közösek a játékéval, és amelyben talán egyesek a modern kultúra gazdag játéktartalmát vélik felfedezni. Ezt a tulajdonságot legáltalában puerilizmusnak nevezzük, olyan kifejezéssel, amely a pubertás előtti fejlődési szakaszban illik az emberre, tehát a gyermekség és az ifjúi kiegyensúlyozatlanság közti állapotot fejezi ki” (Huizinga, 1990. 215.). A gyerek, aki a saját korának megfelelő játékot játssza, nem gyerekes, pusztán állapotbeli „kötelességét” teljesíti.

Mindeközben azt is érezhetjük, hogy társadalmunk komolyabb is lett. Már sok helyen az óvodákba is felvételizni kell. „A komolyság felülkerekedése kultúránk erőtlenségét jelzi” (Nyíri, 1975. 139.). Az elmúlt századokban nagy hangsúlyt fektettünk a teljesítményelvre és a racionalizálásra. De a fejlődésért, keservesen megfizet az egész világ. Mert a racionalitás és a hasznos munka túlfeszítése kioltja belőlünk az örömet, az ünneplésre és a játékra való képességünket. Itt fontos tisztáznunk egy kérdést. Az értelem és a racionalitás között a mai világban sokszor egyenlőségjelet teszünk, holott nem ugyanaz. Az értelem – a logosz – eredetileg a lét értelmére kérdez rá. A racionalitás fontos elem az ember életében, de csak alárendelt része az értelemnek. Mai társadalmunk túlracionalizált. Mindent a fekete-fehér, a kétszer kettő egyszerűségében akarunk látni, oda akarjuk elhelyezni. A „mi hasznom lehet mindebből” kérdést tesszük minden cselekedetünk elé. A szerelmet szexuális kapcsolattá degradáljuk, árucserét végzünk, „én használom a te tested, te pedig cserébe használhatod az én testem” képletét használva. Ha ezt tesszük, predesztinálódunk az emberi játszmákra. A gazdasági és technikai ráció szintjére taszítjuk a legszebb, legszentebb, legemberibb dolgokat. A játékot sok esetben nem játsszák ma már, gondoljunk csak a profi sport kialakulására, az embertelen küzdelmekre, és a dopping megjelenésére. Itt nem arra gondolok, hogy a profi sport ne lehetne játék, bár fölvet bizonyos kételyeket, mégsem zárhatjuk ki a játék fogalmköréből. Mindenesetre az megállapítható, hogy a „fejlődési” irány nem mutat jó felé a játék szempontjából. De ez nem a jelen dologzat témája.

Az ember elidegenedése a természettől, embertársaitól azt jelzi, hogy megpróbálja kivonni magát az ontológiai értelemben vett játék alól. Korábban már kifejtésre került, hogy ez alól nem tudunk kibújni, pontosabban csak kísérletet tehetünk, de annak komoly ára van. Ez az ár pedig az elszigeteltség és magány érzését kelti, és fokozza az emberben. Nyíri ezt úgy fogalmazta meg, hogy „a fogyasztói társadalomban élő emberek többsége elidegenült önmagától” (Nyíri, 1975. 149.). És emiatt van az, hogy a mai ember mindig csinál valamit. Állandó kényszert érez arra, hogy tevékenykednie, tennie-vennie kell, pótcselekvések sorával tűzdeli tele az életét, csak ne érezze az űrt, ami benne tátong. A modern embert zavarja a csönd, ezért különféle zajkeltő eszközök segítségével megszünteti azt maga körül. „Az elkülönültség érzése szorongást kelt; voltaképpen minden szorongásnak ez a forrása. Elkülönültnek lenni annyi, mint elvágva lenni minden lehetőségtől, hogy emberi képességeimet kifejthessem” (Fromm, 1993. 17.).

értelem +
racionális

Az ember tudatos lény, öntudata van. Tudja, hogy különbözik másoktól és ez az elkülönültség érzését kelti benne. Ez az érzés szorongást, bűntudatot, szégyenérzést vált ki. Az alapkérdés tehát, hogyan győzi le elkülönültségét. Individualizmusa kialakulásának függvénye, hogy mennyire vágyik rá. Elkülönültségétől félve különböző tévutakra térhet az ember. Erich Fromm három csoportba sorolja a menekülés útjait A szeretet művészete című könyvében. Az első az orgiasztikus, a szex, az alkohol, a kábítószer, és ide sorolhatjuk a játékszenvedély kérdéskörét, amely intenzíven áthatja az egész embert, de csak időszakos élményt nyújt. A második a csoporttal való egyesülés, konformizmus, amely lagymatag, rutinszerű és nem csilapítja eléggé a hiányt. Egy álegységet hoz létre, ami állandó és görcsös. A harmadik ilyen csoport az alkotó tevékenységbe menekülő útja, ami viszont nem személyek között jön létre. Láthatjuk, hogy mindegyikből hiányzik valami.

Lehet, hogy szabadabbak vagyunk bármely eddigi kor fiainál, mégsem tudjuk mindezt megélni. Menekülünk a látszat szerint tevékeny életbe. Erről szól Fromm Menekülés a szabadság elől című műve, amelyben így ír: „...minél nagyobb szabadságra tesz szert az individuum abban az értelemben, hogy kiemelkedik az ember és természet eredeti egységéből, és minél inkább »individuummá« válik, annál kevésbé marad más választása, mint hogy a szeretet és a teremtő munka spontaneitásában egyesüljön a világgal. Ha erre képtelen, akkor olyan kapcsolatban keres biztonságot, melyek megsemmisítik szabadságát és individuális énjének integritását” (Fromm, 1993. 30.). A játékot, az ünnepet, és a szabadságot nem tudjuk helyi értékén kezelni. „Az ember nem csak észlény, homo cogitans, hanem homo ludens és homo festivus: a játék, a képzelet, az ünnep az emberség lényegi alkotója” (Nyíri, 1975. 150.). Ha nem sajátítjuk el karakterjegyként a játszó magatartást, akkor nem lehet csodálkozni a szurkolói rendbontásokon. A feszültség egyfelől az elszigeteltsége révén fokozódik az emberben, és nincsen hol levezesse. Ha az attitűd nem változik, akkor bármit csinálunk, véres küzdelemként fogjuk értelmezni minden szegmensét az életnek, élet-halál küzdelemnek fogunk megélni minden szituációt. Nem fogjuk magunkat sosem szabadnak érezni, hisz determináltságaink rabjai leszünk, melyek leküzdhetetlen falként fognak tornyosulni előttünk. „A játékosság és a képzelőerő senyvedése nemcsak az egyént fosztja meg hiteles emberi értékétől, hanem komolyan fenyegeti az emberiség létét” (Nyíri, 1975. 149.). Ezzel szemben a játszó ember a nehézségeket egy-egy újabb teljesítendő feladatnak fogja tekinteni, determináltságait pedig, amint azt már az előzőekben is em-

lítettük, eszközként fogja használni, és szárnyalni fog. A játészó ember karakterének elsajátításához elengedhetetlen, hogy az ember a konkrét játékban is játszani tudjon. Ezért fontos az, hogy megtanítsuk ezt a társadalmat az egyéneken keresztül játszani. Mert ha a társadalom, az emberiség eljut arra a szintre, hogy játszani tud, akkor megtanult ünnepegni, és megtalálta a szabadságát is. Belépett a logosz világába. És most egy nagyon lényeges ponthoz értünk. Ahogy *Fromm* (1993) azt állítja a szeretetről, hogy tanulható, én ugyanezt mondom a játékra. Ennél is tovább megyek, szerintem a játék a kulcs a szabadság és ünnep megtanulása felé, és végső soron a szeretet felé. Miért a játék? Mert játszani mindenki szeret, a gyerek meg ösztönösen játszik, így a játék által tudom leginkább megfogni. És ha elsajátította a játékot, ha játészó emberré fejlődött, akkor ünnepegni is képes lesz, és a szabadságát is meg tudja élni. Döntésképes, értelmes emberré fejlődik, aki igent tud mondani a szeretetre. A félreértéseket elkerülendő szeretném leszögezni, hogy a szabadságot is ösztönösen élvezi, de csak egy bizonyos határig. Egy határon túl viszont igen terhes lesz a számára. Gondolok itt az anya esetleges időszakos hiányára, melyet a gyermek komoly űrként fog megélni. A gyermek a játék által, a játékon keresztül fejlődik, s mindig a maga szintjén kell kezelni. A gyerek nem egy kis felnőtt, fejlődésen kell keresztülmennie, hogy felnőtté válhasson. Mai társadalmunkban mindent megadunk a gyerekeknek, minden kényelmet biztosítunk számára, mindent odatulunk elé. És mindezt a „jó szülőség” zászlója alatt tesszük. A segítő szándék a vezérlő elv, de nem hogy használnánk ezzel a gyermekeinknek, inkább ártunk. Egy bölcs kínai közmondás szerint, az ember az akadály fia. *Boulad* (2006) a következőképpen fogalmazta meg mindezt: „Az ember az akadályokon és a nehézségeken keresztül valósítja meg önmagát. Az ellenállással szemben bontakozik ki és növekszik. A szabadság a kivívott győzelem gyümölcse. Ha gyermekeiteket úgy nevelitek, hogy mindent megkönnyítetek nekik, ha az életüket a végletekig leegyszerűsítetek, akkor akadályozzátok őket a növekedésben, a fejlődésben. Infantilizmusban, gyermetegségben, felelőtlenségben tartjátok és szeszélyeik, ábrándjaik, ösztöneik rabszolgáivá teszitek őket.” (22. old.) Olyan dolgokat is megmutatunk a gyermekeknek, amihez még nem elég érettek. Gondoljunk például az egyre korábbi szexualitásra, a filmekre, melyeket túl korán, s megfelelő magyarázat nélkül látnak a gyerekek. Ha a serdülő egy erős élményt nem tud szabadon kezelni, rabjává válhat. A korai szexualitás kapcsán azt gondolom, hogy a szerelem, a szexualitással együtt is egy játék, mely életre-halálra szól, ahogy a bevezetőben is olvashattuk. Egy játék, melyet tanulni kell. Amíg nem ismerem saját

magam, nem ismerem az embert, hogy hogyan működik, és nem tudom, hogy hogyan kell vele bánni, addig még nem tartok a tanulás folyamatában ott, hogy belévágjak.

Válthat-e játzó emberré az ember, és van-e szerepe a testnevelésnek ebben?

Fromm föltette a kérdést: művészet-e a szeretet? Én azt kérdezem: művészet-e a játék? Amennyiben igen, akkor tudást és erőfeszítést igényel. Vagy kellemes érzés, amit megtapasztalni a vaksors műve, olyasmi, amibe az ember, ha szerencsés, beleesik? Ez a nézet az előbbi előfeltevésen alapul, noha az emberek többsége manapság kétségkívül az utóbbi nézetet vallja (Fromm, 1993.). A játék tehát tanulható, és ezáltal tanítható. S ha a játék tanulható, akkor az előzőek alapján, tanulhatóvá válik a szabadság és az ünnep is.

Tanulható a játék, főleg az első szintje, mely által eljuthatunk a második szintre. A harmadikkal karöltve pedig bátran kijelenthetjük, hogy az ember homo lundensszé, játzó emberré válhat. „Az egyes gyermek és felnőtt a játszásban és csakis a játszásban képes kreatív lenni és egész személyiségét igénybe venni, és csakis ebben a kreatív létben fedezi fel önmagát” (Winnicott, 1999. 54.).

A tanulásnak azonban folyamata van. Ahogy már korábban említettem, nem lehet ugrálni a szintek között. Rengeteg gyakorlással eljuthat az ember a játzó ember szintjére. Dinamikus sztereotípiává kell váljon a játék, a konkrét világtól elhatárolt játék során, emlékszünk, ez az első szint. S mi a testnevelés és nevelés szerepére mind ebben? A társadalom jobba tehető a játzó ember révén. A játzó ember képes a szabadságát érett módon kezelni, a játzó ember képes igazán mélyen ünnepelni. Mert a játzó ember a logosz embere, aki képes igent mondani a szeretetre. A logoszban képes az ember feloldódva, önmagán túlmutatóan igent mondani a másik emberre. A játék megtanulásával tehát elindulunk a szeretet irányába. A játzó, az ünneplő, a szabad ember képes igazán a szeretetre. És itt jön a testnevelő tanárok és minden pedagógus felelőssége. Nevelésünk az előzőek fényében nem jelent mást, mint hogy a játékon keresztül játzó embereket neveljünk. Nem arról van szó természetesen, hogy ezek után minden órán csak és kizárólag játszani kell. Először is játzó emberré kell váljon maga a pedagógus is. Senecától már régóta tudjuk, hogy a legrövidebb út a példa. Igyekezzünk tehát jó példával élni.

Mégis hogyan tudom mindezt teljesíteni, mire tudom használni ebben a folyamatban testnevelőként mondjuk a sportjátékokat? Áll-

jon itt szemléltetésképpen Szent-Györgyi Albert 1930-ban elhangzott beszédének egy része: „*A sport, az nemcsak testnevelés, hanem a léleknek is a legerőteljesebb és legnemesebb nevelő eszköze. A sport fogalma azonban nem tévesztendő össze pusztá testi ügyességgel, a rekordhajhászással, a nyereségvadászással és a legutóbbiakkal együtt járó primadonnáskodásokkal. Az utóbbiaknak nemcsak hogy a sporthoz semmi közük, de a sportnak egyenesen ellenségei. A sport elsősorban szellemi fogalom. Egy sportcsapat a társadalomnak kicsinyített képe, a mérkőzés az életért való nemes küzdelem szimbóluma. Itt a játék alatt tanítja meg a sport az embert rövid idő alatt a legfontosabb polgári erényekre: az összetartásra, az önfeláldozásra, az egyéni érdekek teljes alárendelésére, a kitartásra, a tettekézségre, a gyors elhatározásra, az önálló megítélésre, az abszolút tisztességre és mindenekelőtt a »fair play«, a nemes küzdelem szabályaira. (...) Azért zárja be Cambridge déli egy órákor tantermeit és nyitja meg sportpályáit. (...) Oxford és Cambridge titka az, hogy itt elsősorban embereket, férfiakat nevelnek, nem pedig savanyú, verejtékükben főtt filozófusokat vagy másegyebeket, s e munkájuknál legfontosabb eszközük a sport, mely nem a szellem útján nyomja el a testet, hanem a test útján nyitja meg a lelket. (...) Akiket a közéletre szánt, azokat kiküldi az Isten közelébe a természetbe, ki a sportpályára s ott embert farag belőlük*” (Szent-Györgyi, 1930. 929.). Ebből is láthatjuk, hogy a nevelés fontos része a játék, a természet közelsége. Mindkettő elszigeteltségünket igyekszik csillapítani.

„Az első fontos tény az, hogy a másokkal való együttműködés nélkül nem élhet az ember. Valamennyi elképzelhető kultúrában az egyednek, ha életben akar maradni, együtt kell működnie a többiekkel: vagy azért, hogy megvédje magát az ellenségektől és a természeti veszélyektől, vagy azért, hogy dolgozhasson és termelhessen” (Fromm, 1993. 28.). Ezt nem szabad elfelejtünk. Az ember közösségi lény, és csak akkor képes teljes életet élni, ha igent mond a másik emberre, ha igent mond a szeretetre, és csak ilyenformán fogja megtalálni önmagát. „Más szóval, a játék egyetemes és hozzá tartozik az egészséghez: a játszás támogatja a növekedést és ennél fogva az egészséget; a játszás társas kapcsolatokhoz vezet” (Winnicott, 1999. 41.). Bárminek a megtanulásához nagyon sokat kell gyakorolni. A művészetek tanulásához elengedhetetlen a fegyelem, a koncentráció és a türelem. Mindennél előbbre valónak kell tekinteni és az egész életet rá kell áldozni. Ki kell fejlesztenie az önmagához való érzéket. Kell hozzá hit, bátorság és a belső lustaság legyőzése. Ezek nélkül nem megy.

Irodalom

- Bagyinszki Péter Ágoston (1998): *Az Isten, az ember és a játék*. Agapé Kft., Ferences Nyomda és Könyvkiadó, Szeged.
- Berne, E. (1984): *Emberi játzmák*. Gondolat Könyvkiadó, Budapest.
- Boulad, H. (2006): *Rabok vagyunk?* Kairosz Kiadó, Budapest.
- Caillois, R. (1988): *The Structure and Classification of Games*. In: Williem J. Morgan-Klaus V. Meier (Eds): *Philosophic Inquiry in Sport*. Human Kinetics Publishers, Inc., Champaign, Illinois.
- Frankl, V.E. (2002): *A tudattalan Isten*. EuroAdvice Bt., Budapest.
- Frankl, V.E. (1996): *Az ember az értelemre irányuló kérdéssel szemben*. Kötet Kiadó, Budapest.
- Frankl, V.E. (1988): *...mégis mondj Igent az Életre!* Pszichoteam Mentálhigiénés Módszertani Központ, Budapest.
- Fromm, E. (1993): *A szeretet művészete*. Háttér Kiadó, Budapest.
- Fromm, E. (1993): *Menekülés a szabadság elől*. Akadémiai Kiadó, Budapest.
- Huizinga, J. (1990): *Homo ludens*. Universum Kiadó, Szeged.
- Jelenits István (1993): *A házasság: szentség*. In: Beöthy-Molnár A., Bukovszki A. (Szerk.): *Én meg te mi*. Gödi Print Kft., Budapest.
- Nyíri Tamás (1975): *Homo festivus*. In: Szennay A. (Szerk.): *Régi és új a liturgia világából*. Szent István Társulat az Apostoli Szentszék könyvkiadója, Budapest.
- Szent-Györgyi Albert (1930): *Az iskolai ifjúság testnevelése*. *Testnevelés*, 12. 929.
- Wass Albert (1997): *Jönnék - Adjátok vissza a hegyeimet*. Kráter Műhely Egyesület, Budapest.
- Winnicott, D. W. (1999): *Játzás és valóság*. Anomula Kft., Budapest.

SPORTAUDIT AZ UTÁNPÓTLÁS-NEVELÉSBEN: EGY LEHETSÉGES MÓDSZER ALAPJAI?

Sport-data acquisition system in sport talent care: Can it be the basic of a possible method?

- Velenczei Attila^{1, 2}
- Kovács Árpád¹
- Szabó Attila^{1, 3}
- Szabó Tamás¹

¹Nemzeti Utánpótlás-nevelési és Sportszolgáltató Intézet,
Utánpótlás-nevelési Igazgatóság

²Semmelweis Egyetem Testnevelési és Sporttudományi Kar,
Társadalomtudományi Tanszék

³Eötvös Loránd Tudományegyetem

Összefoglaló

Azok a kutatások, amelyek területi dimenziója egy-egy kistérség, egyre inkább jelen vannak a hazai tudományos életben, ilyen jellegű elemzések elsősorban a gazdasági fejlesztések, uniós pályázatok megalapozására születtek. Kutatócsoportunk célja az volt, hogy elkészítsünk egy olyan általános, minden kistérségre kiterjeszhető sportaudit módszertani rendszert, amely eredményeképp átfogó területi elemzések készülhetnek. Jelen tanulmány ezen módszertani ajánlások előkutatási eredményeinek azon részét tartalmazza, amely kifejezetten az utánpótlás-neveléshez köthető. A kutatás során több adatfelvételi módszer alkalmaztunk (dokumentumelemzés, mélyinterjú, survey), a minta a Ceglédi kistérség településeinek tanulói, vezetői, sportegyesületi vezetői stb. voltak. Úgy találtuk, hogy a helyi középiskolások sportaktivitási mutatója megfelel az országos átlagnak, a sporttól való eltávolodás legjellemzőbb okaként az időhiányt említik. A térségben működő sportegyesületek igyekeznek bevonní a lakosságot a sportéletbe, rendszeresen szerveznek sportanfolyamokat, kutatják a tehetségeket, de kevés jól képzett szakember dolgozik náluk. A sportlétesítmények állapota közepesnek mondható, a gyerekek számára főként az iskolai létesítmények elérhetőek. Bár az auditrendszer teljes körű kidolgozása nem történt meg, a kapott eredmények megfelelő alapot biztosítanak a kutatómunka folytatásához.

Kulcsszavak: utánpótlás-nevelés, kistérség, sportaudit, módszertan.

Abstract

There is growing national research aimed at regional evaluations with focus on economical and industrial growth through the establishment of the infrastructure for securing grants from the European Union. Our research goal was to prepare a general sport-data acquisition method that is generalized to all small localities across most regions in the country on the basis of which specific regional data could be gathered. The current study represents a preliminary project offering methodological data specifically connected to sport talent care. In the course of the project we used several methods (content analysis of sport records, deep interview and survey). The sample was recruited from among the students, managers, and sport managers of small localities in the Cegléd region. We found that the local secondary students' level of physical activity corresponded to the national average. Lack or reduced level of physical activity was primarily attributed to lack of time. Active sport organizations in the region try to recruit and to involve the local inhabitants into the sporting life of the community. In pursuing their effort, they organize educational courses and search for talented individuals on a regular basis. However, sport organizations lack well trained and experienced professionals who could facilitate their mission. The shape of the sporting facilities is average in the region. Children have access primarily to sporting facilities in their schools. While the full functional version of the sport-data acquisition system is not in place yet, the here reported results are promising for further developing and using the current research method.

Keywords: sport talent care, regional communities, sport-data acquisition system, methodology.

Bevezetés

Napjaink egyik közigazgatási divatos „hívószava” a kistérség. Hogy ez mennyire igaz, mi sem bizonyítja jobban, mint hogy egy egyszerű internetes keresés eredményeképpen több mint 61,000 oldalra navigálhatunk el, amelyek között a tematikus, összefoglaló oldalak is majdnem 100-ra tehetők. Mi dolgunk nekünk sportszakembereknek, kutatóknak ezzel a fogalommal? Be kell látnunk, hogy egyre több. A sporttudomány olyan interdiszciplináris terület, ahol a közigazgatási szinten végbenő változások – ha kisebb késéssel is – halmozottan lecsapódhatnak, sokszor attól függetlenül előbb végbemennek. A 2007-es évben lezajlott konferenciasorozaton a felelős állami sportirányítók részéről többször elhangzottak olyan fogalmak, mint kistérségi társulás, kistérségi informatikai rendszer, kistérségi

sportstratégia, de ezeken a rendezvényeken nem került tisztázásra a kistérség fogalma. A Nemzeti Utánpótlás-nevelési Intézet 2005-ben megalakult kutatói csapatának feladata az volt, hogy dolgozzon ki egy átfogó kistérségi sportaudit módszertant.¹ A kutatás első eredményeit az állami sportvezetői kar részére átadtuk, de további elemzések és a módszertan véglegesítése további megrendelések hiányában elmaradt. Úgy véljük, az elért eredmények és a sportszféra részéről érkező megkeresések elegendő okot adnak arra, hogy egy összefoglaló keretében végleg lezárjuk és a nagyközönség elé tárjuk a projekt eredményeit, következtéseit, tapasztalatait.

A téma rövid áttekintése

A járás (amelyet tekinthetünk a kistérség elődjének) fogalmának megjelenése a közigazgatásban több évszázadra nyúlik vissza, a kiegyezés utáni törvénykezés eredményeképpen létrejött államigazgatási rendszer egészen a II. világháborúig lényegében érintetlenül működött (*Bekényi, Bércesi és Németh, 2003*). A kistérségi szerveződés, mely alulról, a település-önkormányzati szintről építkezett, már a kilencvenes évek elejétől, a rendszerváltozást követő években, teljesen önkéntes alapon elindult. Az utóbbi években a kistérségek és azok rendszere a kutatások és elemzések középpontjába került (*Baranyai, Csatári és Csordás, 1998; Bekényi, Bércesi és Németh, 2003*). Ennek több oka is van:

(1) A rendszerváltozást követően rohamléptekkel alakultak meg a legteljesebb autonómiára törekvő helyi önkormányzatok (ezeket a folyamatokat a jogszabályok is szorgalmazták), azonban a kilencvenes évek közepére a helyi vezetők észlelték, hogy csak nagyobb összefogással, esetleg feladatmegosztással tudnak felülkerekedni a pénzügyi problémákon. Mindezekért a legkülönbözőbb célokra (pl. területfejlesztés, oktatás, lobbizás) létrejöttek a helyi társulások, amelyek a társulási szerződésben foglaltak szerint működtek. Ezek a helyi társulások ad hoc jelleggel ad hoc feladatokra szerveződtek és figyelmen kívül hagytak olyan tényezőket, mint a megye vagy esetleg országhatár. Ennek a folyamatnak az eredményeként jelentősen polarizálódtak a közigazgatási területek, gyakran előfordult, hogy egy település több „kistérségi” társulásban is részt vett.

(2) A kistérségi rendszerben való gondolkodás másik nagy mozgatórugója az uniós csatlakozásunk, hiszen egy-egy támogatott projekt csak és kizárólag több önkormányzat szoros kapcsolatával

¹ A kutatói csoportban részt vevő 3K Consens Iroda munkatársainak ezúton mondunk köszönetet munkájukért.

valósulhat meg. Ezeket a társulási folyamatokat még napjainkban is az önkéntesség hatja át, amelynek elsődleges oka a jogszabályi háttér bizonytalansága.² Az 1996. évi XXI. tv. a területfejlesztésről és a területrendezésről egzakt magyarázatot ad a kistérség fogalmára, mely szerint ez a települések között létező funkcionális kapcsolatrendszer összessége alapján lehatárolható területfejlesztési-statisztikai egység. A kistérségek területe teljes mértékben lefedi az ország területét és illeszkedik a területfejlesztési-statisztikai régió, a megye, valamint más kistérség határaihoz. Minden település közigazgatási területe csak egy kistérségbe tartozik. Hasonló alap gondolatok fedezhetők fel a kistérségek fogalmát szabályozó 244/2003. (XII.18) Kormányrendeletben.³

A fogalmi magyarázatokkal nem oldódik meg minden problémánk, hiszen a szakirodalomban további értelmezések is jelen vannak.⁴ Mindezek eredményeképpen a napjainkban fellelhető társulások rendszere szinte átláthatatlan, jelen van a párhuzamoság, a gazdaságtalanság, a szakszerűtlenség (Szörényiné Kukorelli, 2004). A Központi Statisztikai Hivatal már 1994-ben észlelte azt az anomáliát, hogy egységesítés nélkül nem lehet longitudinális adatelemzést végezni, így bevezették a statisztikai körzet fogalmát és 138 kistérségre osztották Magyarország területét. Ezzel az egységesítéssel az összegyűjtött adatok kutatói, elemzési szempontból is feldolgozhatóvá váltak. A rendszer folyamatos felülvizsgálaton esett át (1998: 150, 2003: 168, 2007/2008: 174 kistérség), amely felülvizsgálá-

² A kistérség fogalma csak elvétve került be a joganyagokba. Az 1949. évi XX. törvényben sem az ország területi tagozódásakor, sem a helyi önkormányzati rendszer alapvető szabályainak felsorolásakor (42-44.§) nem találkozunk a kistérség fogalmával. A 1990. évi LXV. tv. a helyi önkormányzatokról a kistérség fogalmát ugyancsak nem ismeri, de még szembeötlőbb, hogy a 1997. évi CXXXV. tv. (amely a helyi önkormányzatok társulásairól és együttműködéséről szól) sem említi a kistérség fogalmát.

³ A rendelet a kistérség fogalmát az alábbiak szerint határozza meg:

- A kistérség területfejlesztési-statisztikai egység, amely a közigazgatás területi feladatainak ellátásához szükséges illetékességi területek megállapításának is alapja.

- A területfejlesztési-statisztikai kistérség földrajzilag összefüggő területi egység, amelyet a hozzá sorolt települések teljes közigazgatási területe alkot, továbbá amelynek határai e települések közigazgatási határai által meghatározottak.

- A kistérségek területe teljes mértékben és ismétlésmentesen lefedi az ország területét, és illeszkedik a területfejlesztési-statisztikai régió, a megye, valamint más kistérség határaihoz.

- A kistérségek területe, határa vagy más sajátossága nem érinti az önkormányzatok társulási szabadságát.

⁴ Csak említés szintjén néhány: (1) területfejlesztési önkormányzati önkéntes társulások, (2) oktatási, egészségügyi ellátási körzetek, (3) körzeti, körzetközponti jegyzői illetékességi területek, igazgatási kistérségek.

tot egyrészt az EU-s folyamatok, másrészt a helyi tapasztalok indokolták.

Ebben a változó szerveződésű, átalakuló világban miképpen jelenik meg a sport? Lehet-e valamiképpen rendszerezni, felmérni, kutatni ilyen területszerveződési szinten a sport megvalósulási kereteit, fejlődési vonalát? Ha még mélyebbre fúrunk, tudjuk elemezni a kistérségi szint és az utánpótlás-nevelés „rendszerét”? A kutatói probléma felmerülése után láttuk, hogy többszörösen összetett, bonyolult rendszerről van szó. Szólni kell a sport, mint közösségformáló tényező szerepéről, meg kell említeni olyan negatív tendenciákat, mint az egyre jobban felerősödő kedvezőtlen demográfiai folyamatok, a magyar sportéletben bekövetkező nagyfokú szervezeti és szakmai erózió vagy éppen a fiatalok sport iránti érdeklődésének csökkenése.

Mindezek tudatában kezdtük el munkánkat. Kiindulópontunk az volt, hogy az Országos Statisztikai Adagyűjtési Programban (OSAP) a sport állami közigazgatási vezetőségéhez négy kérdőív (az 1527-es a sportszervezetre, az 1528-as az alsó-, közép és felsőfokú oktatási intézményekben működő iskolai sportszerveztekre, az 1529-es az egyes szakszövetségekre, míg az 1530-as a sportlétesítményekre vonatkozott) felügyelete tartozott, azonban ezek a kérdőívek átdolgozásra szorultak, hiszen kialakításuk óta nem követték a szférában végbemenő változásokat.⁵ A téma összetettsége miatt egyéb adatfelvételi eljárások kidolgozása is elindult, a munkában társadalomtudósok, gazdasági szakemberek, egy statisztikus és egy testnevelő vett részt, megteremtve azt az egyensúlyt, amely a kutatás jellegéből adódóan kívánatos volt.

Célkitűzések

A kutatás közvetlen célja egy olyan, időről időre megismételhető adat- és információgyűjtési rendszer kialakítása (illetve módszertani kézikönyv elkészítése), amely alapján az ország bármely térségére elkészíthető egy átfogó sportaudit. Az összetett adatgyűjtési módszerek eredményeképpen készült adatbázisok alkalmasak *az iskolai és a versenysport, valamint a civil sporttevékenységek*

- fizikai feltételeinek;
- fejlesztési szándékainak, szükségleteinek;

⁵ A KSH egyik legfontosabb feladata, hogy minden érintett ágazat részére (az ágazat szakmai képviselőivel közösen) összeállítsa azt az átfogó kérdőívet, amely nemcsak az összetett, ágazatokon átívelő elemzéseket teszi lehetővé, hanem az adott terület fejlesztési irányvonalát is megalapozza.

- finanszírozási állapotának, jellemzőinek;
- statisztikai és szociológiai áttekintésére, továbbá
- az oktatói-edzői kapacitások feltárására.

A kutatás egyik átfogó célja a kistérségi alapú sportadatbázis létrehozása, amellyel megalapozhatók a sportműködtetési, finanszírozási és fejlesztési rendszer alakítására irányuló kormányzati, fejlesztési döntések, valamint segíthetők a helyi-kistérségi törekvések. A kutatás másik átfogó célja az, hogy kidolgozásra kerüljön a kutatók számára is hasznosítható és továbbfejleszthető adatfelvételi, -rögzítési és elemzési metódusok.

Módszerek

A kutatás során az OSAP-adatlapok átdolgozásán túl olyan „eszközöket” kívántunk létrehozni, amelyek alapján az érintett témákra kiterjedő „önaudit” adatfelvétel készülhet. Ennek érdekében először egy kistérségben végeztünk előzetes terv alapján kvalitatív és kvantitatív adatokon nyugvó adatfelvételt, interjúkat készítettünk. Az adat- és információgyűjtést igyekeztünk a sportszférában megjelenő minden lehetséges szereplőre, illetve informátorra (önkormányzatok, iskolák, sportkörök, egyesületek, civil szervezetek) kiterjeszteni, amit elsősorban az adatok és információféleségek standardizálása indokolt. A kutatás a kistérségeket az adatok és információk elsődleges értelmezési keretének tekinti, ugyanakkor ezt az értelmezési keretet áttörheti, átmetszheti más struktúrák, mint például a sportági struktúra, vagy a központi fejlesztési programok (Sport XXI. program, Hétraklész- program, létesítményfejlesztési programok). E keresztező struktúrák elsődleges vizsgálatára nem alkalmas a kistérségi megközelítés, de területi hatásuk vizsgálható. Annak érdekében, hogy a kutatás során minden térségtípusra alkalmas mérőeszközöket hozzassunk létre, különböző típusú térségeket kell kiválasztunk.⁶ Jelen kutatási beszámolóinkban az első körben megvalósult Cegléd kistérségi adatfelvétel (2006) eredményeit közöljük. Mindenekelőtt átdolgoztuk a már említett OSAP-adatlapokat, valamint egyéb kérdőívek és standardizált mélyinterjúk forgatókönyvek kidolgozása is meg-

⁶ Ehhez megfelelő alapot nyújtott *Faluvégi* (2004) tanulmánya, aki a kistérségeket a következőképpen sorolja be: (1) dinamikusan fejlődő (Veszprém, Győr, Székesfehérvár vagy Szentgotthárd); (2) fejlődő (valamely Dél-, Délkelet- Pest megyei kistérség); (3) felzárkózó (Békéscsaba, Nyíregyháza vagy Ajka); (4) stagnáló (Pásztó, Mezőhegyes, Bonyhád vagy Tab); (5) lemaradó kistérség (belső Nógrád , Észak-Borsod vagy Közép-Somogy).

történt, ezeket külön-külön, szűk körben próbalekérdezésekkel teszteltük. A kutatás következő szakaszában az elkészített mérőeszközöket kipróbáltuk, a kiválasztott Ceglédi kistérségből a visszaérkezett kérdőíveket, illetve a felvett mélyinterjúkat elemeztük. Terveink között szerepelt, hogy az így nyert eredményeket és tapasztalatokat felhasználva kialakítsuk a kistérségi sportaudit rendszerét, ezt az egyes kistérségek szabadon felhasználhatták volna, de a további fejlesztések, kutatások nem indultak el.

Az adatgyűjtés során a következő fő adatszoportokat különítettük el:

1) A települések valamint a kistérség gazdasági, társadalmi jellemzői.

2) A sportolás tárgyi feltételeinek megléte vagy esetleges hiánya.

3) Az önkormányzat részvétele a sportfinanszírozásban.

4) A terület szervezett sporttevékenységeinek számbavétele.

5) A központi, illetve nem területi alapú programok hatása a kistérségre.

6) A települések, illetve a kistérség sporthagyományai, a jelenlegi civil sporttevékenységek.

7) A település lakóinak, különösen az óvodás, iskoláskorú és fiatal korosztályok sportolási attitűdje.

A felsorolt hét főcsoport mindegyike alcsoportokra bontható, az egyes adatlapokon összesen több mint 300 releváns változó került begyűjtésre, ezt egészítette ki a dokumentumelemzés (önkormányzati, esetlegesen kistérségi határozatok, stratégiák, irányelvek stb.), illetve a mélyinterjú szintén több mint száz változója. Látható, hogy ebből a hatalmas változóhalmazból csak nagy erőfeszítések árán lehetséges bármilyen elemzést elvégezni (tovább nehezítette a helyzetünket a változók sokszínűsége), pedig a kutatást megrendelő oldal részére egyértelműen olyan mutatókat kellett produkálni, amelyek alkalmasak vezetői döntések meghozatalára.⁷

⁷ Módszertani szempontokból a következő fogalmak összefüggésére mindenképp szeretnénk rávilágítani: kutatásunkban a változó fogalma – hasonlóan *Babbie* (2003), *Gratton és Jones* (2004) vagy akár *Szokolszky* (2004) nézeteihez – nem más, mint a legegyszerűbb adat, amely önmagában is értékkel bír (pl. lakosok száma, sportolók száma, önkormányzatok összesített sportkiadása a 2005-ös évben, uszodák száma stb.). Ezekből a változókból (kettő vagy akár több összekapcsolása bizonyos matematikai művelettel) képezzük a mutatókat (négyzetkilométerre jutó 14-18 éves sportolók száma, egy versenysportolóra jutó önkormányzati, illetve egyéb támogatás összege stb.). Információnak a komplex, akár több mutatóból álló egységet tekintjük (kistérség sportbeállítottsága, lakosok sportolási attitűdje stb.).

Eredmények

A több mint 100 oldalas vezetői összefoglaló minden eredményét itt nem tudjuk bemutatni, ezért kiemeltünk néhány, a kutatói társadalom részére is érdekes és hasznosítható eredményt. Egy-egy kistérség magyarországi területi pozícióját az általunk használt térinformatikai rendszerrel plasztikusan be tudjuk mutatni, de a terjedelmi korlátok miatt ettől most eltekintünk, mint a kistérség általános leírásától (települések száma, lakosok száma, gazdasági besorolás stb.) is. Az erre vonatkozó adatokat a későbbiekben az egyes mutatóknál feltüntetjük.

Tanulás és sportolás: kötelező választás?

A kistérségi sportaudit egyik legfontosabb hozadéka annak a kérdésnek a megválaszolása, hogy a térségben lakó fiatalok tanuláson kívüli ideje miképpen alakul, hogyan viszonyulnak a sporthoz. Előzetes hipotézisünk az volt, hogy az elmúlt 15-18 év társadalmi átalakulásai a diákok életmódjában is jelentős változást hoztak, a fiatalok szabadidő-felhasználása megváltozott. Egyrészt megnőtt a kötött elfoglaltságok száma (kötelező iskolai, tanórán kívüli órák, felkészítők, korrepetálások), másrészt a megmaradt szabadidőben átalakultak szokásaik, érdeklődési körük (például teret nyertek az úgynevezett képernyős szórakozások – tévé, számítógép). Egyre kevesebben szánják rá magukat a rendszeres aktív sportolásra, a kisebb városokban, falvakban lakó fiatalok kevésbé kötődnek a sporthoz, mint nagyvárosi társaik (*Laki és Nyerges, 1999, 2001*). Mindamellett, hogy a rendszeres edzésre járás időigényes, komoly anyagi költségekkel is jár, sokszor csak komoly szülői hozzájárulással lehet például az utaztatási kiadásokat fedezni (*Nyerges, 2004; Pápai és Szabó, 2003*). Joggal tehetjük fel a kérdést, vajon kényszerhelyzetben van-e a diák? Kénytelen lemondani a sportról csak azért, hogy más területen jobban teljesítsen?

A Ceglédi kistérség középiskoláiban (szakközépiskolák, szakiskolák, gimnázium) tanulók 64,2%-a nem vesz részt semmilyen sporttevékenységben.⁸ Ennek a közel kétharmados többségnek 43%-a a sportolás elmaradásának legfőbb okaként az *idő hiányát* jelölte meg. Jelentős még a *lehetőség hiánya* összevont változó százalékos aránya

⁸ A rendszeresen sportolók 35,8%-os aránya a hasonló mintán felvett országos, illetve egyéb kutatási adatok fényében az átlag alattinak mondható (az *Iffúság 2000* kutatásban a rendszeresen sportolók aránya 15-19 éves korosztály esetében 42,2%, az *Iffúság 2004* esetében 41%, a *Mozaik 2001* kutatás esetében pedig 51,2%).

(19,6%). Úgy tűnik, hogy a fiatalok sportolási szokása legkevésbé a *sportoló barátok hiányán* (1,2%), a *szülők hozzáállásán* (0,8%), illetve a *közlekedésen* (0,0%) és az *iskolán* (0,0%) múlik. Ezek az eredmények nagyban összecsengenek a sportstratégia megalapozására készített GFK Hungária Piackutató Kft. eredményeivel (2004): a válaszadók 21%-ának nincs ideje vagy nincs lehetősége sportolni, 17% pedig nem tudja, mit sportoljon. További változók bevonásával (ha már nem is sportol, régebben sportolt-e) még inkább szembeötlő bizonyos trendek megléte. A korábban sportolók (a válaszadók 70%-a) az edzések abbahagyására felsorolt indokok közül az első helyen a *nem volt rá időm* (46,8%), majd a *meguntam* (17,5%) szerepelt. Ha összességében vizsgáljuk a válaszokat, az idő hiánya az egyik „legnagyobb ellenfele” a rendszeres sportolásnak.

Mélyebb elemzésre ad lehetőséget, ha konkrét időfelhasználási mutatót tudunk készíteni. Ahogy a bevezetőben már említettük, a tanulók szabadidő-használata jelentősen átalakult az elmúlt években. Az *Ifjúság 2000*, illetve az *Ifjúság 2004* átfogó kutatások feltárták, hogy a diákok iskolai tanításon kívüli szabadidejének egyre nagyobb részét a tanuláshoz kapcsolódó tevékenységek kötik le, mint például különórák, szakkörök.⁹

A Ceglédi kistérség iskoláiban lezajlott kutatásban a gyerekeknek a tanításon kívüli „órarendjüket” kellett részletesen kitölteni. Arra voltunk kíváncsiak, hogy egy átlagos hétköznapi és egy átlagos hétvégi napon miképp alakul a programjuk. Jelen esetben a tanulásra és a sportolásra fordított idő arányait mutatjuk be, megjegyezve, hogy egyéb elfoglaltságok is jelen vannak a fiatalok életében (az áttekinthetőség kedvéért ezeket a tevékenységeket egy oszlopba szumáztuk, illetve ide soroltuk a *nem csinállok semmit* válaszokat is). Az eredményekből látható (1. táblázat), hogy a reggeli és a délelőtti napszak egy átlagos napon egyértelműen a tanulásé, az órákra járásé. A válaszadók csak nagyon kevés, statisztikailag nem értékelhető része jelezte, hogy a reggeli órákban is sportol. A kora délelőtti órákban is a tanulás az első, a sportolási időszak jellemzően a délutáni és a kora esti időszak (16-19 óra). Az egyéb elfoglaltságok 17 óra után jellemzőbbek a fiatalok életében.

⁹ Az *Ifjúság 2000* kutatásban részt vevő fiatalok egyre inkább úgy találták, hogy az utóbbi időben végbemenő társadalmi változások egyre komolyabb versenyre készítik őket is, így elengedhetetlenné vált, hogy főleg az idegen nyelv és az informatika területén plusz órákat vegyenek fel.

**1. táblázat: A középiskolások időfelhasználása
(százalékos megoszlás)**

	Tanulás	Sportolás	Egyéb
Reggel	97,5	1,8	0,7
Délelőtt	98,4	0,5	1,1
14-15 óra között	65,4	12,8	21,8
15-16 óra között	52,4	14,2	33,4
16-17 óra között	47,5	15,8	36,7
17-18 óra között	35,1	29,5	35,4
18-19 óra között	15,7	15,8	68,5
19-20 óra között	5,8	8,5	85,7
20 óra után	1,2	3,6	95,2

Egy átlagos hétfégi nap ilyen részletes lebontását nem tüntetjük fel, hiszen az eredmények azt mutatják, hogy a pár órai tanulás mellett (ha van...) jellemzően az egyéb besorolásba tartozó tevékenységeket űzik a fiatalok, a sportolásra fordított órák száma nem növekszik szignifikánsan.¹⁰

Bár szorosan nem kötődik a tanulás és a sportolás kapcsolatát feltáró modulhoz, egy átfogó kérdésben megkérdeztük, hogy az egyes tevékenységeket jellemzően kikkel végzik. A barátokkal és a szülőkkel töltött szabadidő megoszlását mutató 2. táblázatból látható, hogy vannak bizonyos elfoglaltságok, amelyek egyre inkább jellemzőbbek a fiatalokra. Természetesen a fiatalok bizonyos tevékenységeket sokkal szívesebben űznek a barátaikkal, mint a szüleikkel¹¹, úgy tűnik, ez alól a sportolás sem kivétel. A válaszadók 12%-a az elmúlt évben még a barátaival sem volt sportolni! A legjellemzőbb barátokkal (illetve a szülőkkel) töltött közös programok a bevásárlóközpontban, valamely hipermarketben eltöltött idő (a kistérség településeinek tanulói viszonylag könnyen meg tudják oldani a fővárosba történő beutazást, így valószínűleg valamely budapesti helyen voltak), a sétálás, mászkálás. Úgy tűnik, egyre kevésbé jellemző a szülőkkel töltött közös hétfége, kikapcsolódás, illetve valamilyen kulturális

¹⁰ A legjellemzőbb megemlített egyéb elfoglaltságok: számítógépezés (internet, játékok - 59%), tévézés (57%), barátokkal „lógás” (52%).

¹¹ A családszociológia egyik kedvelt kutatási területe a családon belüli viszonyok, a gyermek és szülő kapcsolatok vizsgálata. *Neményi* (1988) és *Aries* (1987) is úgy véli, hogy a gyermek családban betöltött szerepe, családhoz (szülőkhöz) kötődő kapcsolata a serdülőkor kezdetével jelentősen átalakul, az addigi közös programok száma – főként a fiatalok „ellenállásából” adódóan – drasztikusan lecsökken, igyekeznek felrúgni a megszokott, jól bejáratott szokásokat.

esemény látogatása. A felnőtt lakosság egyre kevesebbet költ nyaralásra, ami a mintánkon is megmutatkozik: a fiatalok nagy százaléka nem megy el a szüleivel (37%), vagy a barátaival (41%) üdülni.¹²

2. táblázat: A barátokkal és szülőkkel töltött szabadidő a középiskolások körében (százalékos megoszlás)

Hányszor voltál az elmúlt évben						
a szüleiddel				a barátaiddal		
egyszer sem	1-2-szer	3 vagy több alkalommal		egyszer sem	1-2-szer	3 vagy több alkalommal
4	8	88	bevásárlóközpontban, hipermarketekben?	1	4	95
22	19	59	mászkalni, sétálni?	8	4	88
59	23	18	hétvégén kikapcsolódni?	14	22	64
61	17	21	sportolni?	12	31	57
28	38	34	kirándulni?	15	47	38
53	35	12	valamilyen kulturális eseményen (színház, kiállítás stb.)?	28	38	34
37	55	8	nyaralni?	41	43	16

Sportolás, mint lehetőség?

A fiatalok sportolási mutatóin túl, a térség sportszervezeti lefedettségét és sportlétesítményi háttérét is feltártuk. Ebben a modulban összeírásra kerültek a kistérség településein működő sportszervezetek (a sportágak és az igazolt sportolók száma, szakember-ellátottság stb.), a meglévő sportlétesítmények, ezeknek a létesítményeknek a tulajdonosi jellemzői, használati mutatói.¹³

¹² Az *Ifjúság 2000* kutatásban szereplő adatok szerint a 15-19 évesek 47,8%-a volt nyaralni az elmúlt évben, az *Ifjúság 2004* adatai szerint ez az arány 51,2%. Ezek az eredmények pár százalékkal jobbak, mint az országos reprezentatív kutatás eredményei.

¹³ Ilyen jellegű adatfelvétellel az egykori Gyermek-, Ifjúsági és Sportminisztérium részéről szintén az általunk kidolgozott adatlap alapján került sor, amelynek eredményeképpen több mint 7500 különböző sportlétesítmény regisztráltak. Részben ennek az adatbázisnak a felhasználásával indultak el olyan projektek, mint például az uszodafejlesztések.

Sportegyesületek: az alapegységek

Egy térség sporttal kapcsolatos életét, aktivitását jelentősen meghatározza a sportszervezetek száma, azok működési területe. A kistérségen belül azoktól a városoktól, ahol nemcsak általános iskola, hanem közép- és esetleg felsőfokú iskola is működik, elvárható, hogy több sportszervezet működjön. Úgy véljük, a jelentősebb, 25 000-nél nagyobb lélekszámú településen működő sportegyesületeknek feladata az, hogy nemcsak saját településükről, hanem a kistérség több részéről is toborozzák a tehetséges fiatalokat. Egy ilyen ideáltipikus egyesület rendelkezik azzal a háttérrel (létesítmény-, szakember- és felszerelés-ellátottság), amely lefedi a sportolás különböző dimenzióit (utánpótlás-nevelés, versenysport, szabadidősport). Egy térség sportszervezeti mutatójának kialakításakor megvizsgáltuk, hogy

- a térség azon településein, ahol közép- és felsőfokú oktatási intézmény található, több sportszervezet is működik-e (nagyobb sportolói létszámmal), mint az egyéb, ilyen intézménnyel nem rendelkező településeken;

- a sportszervezetek mekkora része gyűjt a térség több településéről tagokat;

- a sportszervezetek céljait tekintve megtalálhatók-e az utánpótlás-nevelés, a verseny-, illetve a szabadidősportot megcélzó szervezetek;

- a térségben bejegyzett és működő sportszervezetek irányítási, szervezési, illetve sportszakmai (edzői) munkáját jól képzett, tapasztalt szakemberek végzik-e.

A felmért kistérségben 43 sportszervezet került látókörünkbe, ezek közül 33 a kistérség városaiban. A visszaérkezett adatlapok szerint három olyan település is van, ahol egyetlen egyesület sem működik (a nyilvántartások szerint egy településen van bejegyzett sportegyesület, amely azonban bejegyzett vezetője szerint nem működik). A mutató első két feltétele tehát nagymértékben érvényesül, a végső eredményt pozitív irányba mozdítja el.

Az egyesületi tagok 67,4%-a igazolt sportoló, 24%-uk tanfolyami résztvevő, a többiek pártoló tagok és egyéb, valamilyen módon az egyesülethez kötődő személyek. Az országos reprezentatív kutatás eredményeihez hasonlóan (*Laki és Nyerges, 1999*), a Ceglédi kistérségben statisztikailag kimutatható ($t=8,31$, $df=30$, $p<0,001$), hogy a városok lakossága jobban kötődik a sporthoz, rendszeresebben végez testmozgást, mint a községekben lakók (3. táblázat).

3. táblázat: A Ceglédi kistérségben sportolók száma és lakossághoz viszonyított aránya települési bontásban

Település besorolása	Lakosok száma*	Sportolók száma**	Százalék
Város	79,277	4,560	5,75
Község	41,380	645	1,55

*KSH, Népszámlálási adatok, 2001.

**A sportegyesületek által jelentett sportolói létszám.

A legtöbb sportszervezet csak a saját településéről toboroz tagokat. Jobb helyzetben a városok nagyobb egyesületei vannak, ezek a bejáró középiskolások közül is toboroznak tagokat. Az adatszolgáltató egyesületek közül kilenc nyilatkozott úgy, hogy az egész megyéből érkeznek hozzájuk sportolók, öt pedig országos lefedettséggel rendelkezik.

A harmadik mutatói feltétel – a sportszervezetek működésének főbb területei – alapján egyértelműnek tűnik, hogy ahol működnek sportszervezetek, ott minden dimenzió jelen van. A kérdőív összeállításakor nem hangsúlyoztuk ki eléggé, hogy csak a „legfontosabb működési területet” jelöljék meg, ezért szinte minden válaszadó sportegyesület jelentős figyelmet fordít az utánpótlás-nevelésre, a versenysportra és a szabadidősportra is. Ebből az aspektusból értékelve a válaszokat, látható, hogy ma már nem működnek tisztán csak versenysportra vagy utánpótlás-nevelésre szakosodott egyesületek, ezt már csak gazdasági szempontból sem tehetik meg, működésük fenntartásához szükségük van a tanfolyami bevételekre, a pártoló tagok hozzájárulására. Kifejezetten csak „szabadidős” sportegyesületek is megtalálhatók a térségben.

A sportegyesületek szakember-ellátottsága Janus-arcú. A sportegyesületeknél alkalmazottak száma közel 200 (ez egyesületenként majdnem öt fő), ennek szórása azonban nagy. A főfoglalkozású edzők száma az egész kistérségben három! Bár közel 18 edző rendelkezik a legmagasabb, szakedzői végzettséggel (egy mesteredző is „képbe került”), közülük csak minden hatodiknak ez a főfoglalkozása. Az edzői végzettséggel rendelkezők száma összesen 61, ebből mindenki vagy valamilyen szerződéses munkaviszonyban dolgozik (ebből van a kevesebb – 23 fő), vagy tiszteletdíjért, illetve társadalmi munkában dolgozik. Sportoktatók, nem minősített edzők (számuk összesen 115) is dolgoznak az egyesületeknél (4. táblázat).

4. táblázat: A Ceglédi kistérségben foglalkoztatott sportszakemberek száma végzettségük szerint

	Szakedző	Edző	Sportoktató	Nem minősített edző	Összesen
Főfoglalkozású	3	0	0	0	3
Szerződéses	5	23	10	7	45
Tiszteletdíj, illetve egyéb juttatás	7	31	15	7	60
Társadalmi munka	3	7	35	41	86
Összesen	18	61	60	55	194

Nagykőrös olyan stratégiai koncepcióval rendelkezik, amelyben a sportfejlesztés is megtalálható. A sportfejlesztés kitűzött célja, hogy a városban növekedjen a sportolás színvonala, a sportegyesületekben a további sikerek megalapozása érdekében emelkedjen a sportoktatógárda létszáma és javuljon a képzettségi színvonala. A koncepció megállapítja, hogy a városban működő egyesületeknél hiány van a jól képzett sportszakemberből.

A sportegyesületi vezetők közül nincs olyan, aki főállásúként dolgozna, legjellemzőbb a társadalmi munkás (56%), kevésbé a rész-munkaidős (24,3%), a tiszteletdíjas (12,4%) és a vállalkozási szerződéses (9,3%).

Sportlétesítmény: elérhető helyszínek?

A sportegyesületben vagy önálló módon sportolni vágyóknak alapvető, hogy legyen egy olyan helyszín, ahol ki tudja elégíteni mozgásigényét. A létesítmény jellege, állaga, igénybe-vehetősége (pl. bérleti költség) szintén releváns információk ahhoz, hogy az audit teljes körű legyen.

Magyarországon a sportlétesítmények nagy százaléka még mindig állami (önkormányzati) tulajdonban van, ez egyre nagyobb terhet ró az amúgy is szűkös anyagi forrásokkal rendelkező szervezetekre. A kutatás során 24 olyan komplex sportlétesítményről kaptunk adatokat, amelyek a Ceglédi kistérségben vannak, s ezek – egy magánkézben lévő kivételtől eltekintve – önkormányzati tulajdonban vannak. Három település vezetői úgy nyilatkoztak, hogy nincs semmilyen sportlétesítményük. Ezek a települések olyan községek, ahol a lakosok létszáma alig haladja meg, vagy el sem éri az ötszázat.

Az önkormányzatok jellemzően saját maguk üzemeltetik ezeket a létesítményeket (58%), a többit pedig átadják valamely egyesületnek

vagy kht.-nak. A kérdőív külön kitért a létesítmény jellegének a feltárására, a megemlíttetek nagy része iskolai tornaterem, sportpálya, a kistérség városaiban több iskolai létesítmény (pl. tornaterem és sportpálya) is található.

A térségi sportlétesítmények átlagos állapotát is vizsgáltuk. A kérdőívet kitöltőknek az iskolai osztályzás szabályai szerint kellett értékelniük a létesítmények állapotát, s ezekből összesített átlagot, illetve az egyes létesítményfajtákra jellemző átlagot készítettünk. A létesítmények állapotát a tulajdonosok összességében alig valamivel jobbra, mint közepesre (3,2) értékelték, ami megfelel az országos adatfelvétel 3,1-es átlagának. A létesítmények gazdálkodási adatait is feltártuk, amire elsősorban azért volt szükség, hogy pontosan lássuk, milyen kihasználtság jellemzi ma a sportlétesítményeket, mekkora egy átlagos sportlétesítmény bérleti díja stb. Ezeket az adatokat a létesítménytulajdonosok kevesebb, mint 50%-a töltötte ki (az adatlapon utaltunk rá, hogy amennyiben ilyen jellegű információk nem állnak rendelkezésére, a működtetőktől szerezzze meg). Az adatmegtagadásnak nemcsak a kötelező jelleg hiánya lehet az oka, hiszen az OSAP-adatfelvétel során a kötelező jelleg mellett is csak 60%-os kitöltöttségi mutatót sikerült elérni. Úgy véljük, ilyen jellegű adatok összegyűjtésére csak komolyabb szankciók esetén, vagy valamilyen plusz juttatás kilátásba helyezésékor lehet bármiféle esély. A továbbiakban közölt adatok, illetve mutatók épp ezért csak fenntartásokkal értékelhetők, de a célunk nem egy pillanatnyi, adott kistérségre vonatkozó adatsor bemutatása, hanem egy elemzési módszer kidolgozása.

A létesítmények döntő többségének (75%) negatív a gazdálkodása, az összkiadásuk jellemzően több mint a bevételük. Jó lett volna megtudni, hogy jellemzően milyen jellegű létesítmények működnek rentábilisan és milyenek veszteségesen, de erre csak a mutató képletét tudtuk felállítani. A kapott adatokból semmilyen összefüggés nem mutatható ki. Azt sem tudtuk meg, hogy van-e összefüggés a létesítmény állapota és a gazdaságos működtetés között. Ez utóbbira csak áttételesen lehet következtetni, hiszen a kihasználtsági mutatója egy jobb állapotú létesítménynek magasabb (ennek felderítésére egy átlagos nap „órarendjét” töltötték ki a tulajdonosok/üzemeltetők), mint egy rosszabb állapotúnak, tehát feltételezhető, hogy a magasabb bevételi források ellensúlyozzák, illetve felülmúlják a kiadásokat.

A sportolási lehetőségek pontos feltárásához elengedhetetlen, hogy a sportegyesületek (amelyek még mindig a sportolás egyik legfőbb szervezői) létesítményhasználati jellemzőit (melyeket, milyen

jogcímen, milyen gyakran, mennyiért stb. használják?) megtudjuk. Igyekeztünk feltárni azt is, hogy a létesítmény tulajdonosai/működtetői és a sportegyesületek között milyen formális, illetve informális kapcsolat van, ezeket miképpen értékelik. Az egyesületek egy része működtetője is a használt létesítménynek (a létesítményt használó egyesületek 23,5%-a), ennél fogva úgy tudja azok beosztását alakítani, hogy szakosztályainak biztosítva legyen a létesítményellátottság. Több egyesületi vezető is megemlítette, hogy ez nem mindig előnyös a számukra, hiszen ezekben a (csúcs)időszakokban nem tudják a létesítményeket piaci áron kiadni és így jelentős bevételi forrástól esnek el. Ennek kompenzálására az önkormányzattól, az egyes sportágak szövetségeitől, illetve az államtól várnak – és általában kapnak is – segítséget. További használati mód az ingyenes használat (55,9%). Ebben az esetben a létesítmény tulajdonosa/üzemeltetője a szerződésnek megfelelően (előfordul, hogy szerződés nélkül) bizonyos heti/havi óramennyiséget ad a sportegyesületnek. A sportegyesületek 14,7%-a piaci áron bérl a létesítményt, pár százaléknyi egyesületnek saját létesítménye van (3,4%) és vannak még a létesítményeket egyéb jogcímen használó, illetve a nem válaszoló egyesületek (5,9%).

Külön modulban kérdeztük meg az oktatási intézményeket létesítményellátottságukról. Ennek külön egységként való kezelését sportszakmai szempontból is fontosnak tartottuk, hiszen a gyerek sokszor itt kerül először közvetlen kapcsolatba a sportolási helyszínnel. Ennek megléte, állaga nagyban meghatározza a fiatalok sporttal való kapcsolatát. A kistérség 15 településéből nyolc nem töltötte ki ezt az egységet, ebből négy településen nincs semmilyen közoktatási intézmény (a szomszédos községbe, illetve városba járnak be a gyerekek, a nem kitöltő településen is csak egy-egy összevont óvoda és általános iskola működik), így összességében ebben a modulban 32 kitöltött kérdőívet dolgoztunk fel. A kitöltők (jellemzően az iskola vezetői) úgy nyilatkoztak, hogy a meglévő sportlétesítményük többnyire korszerűtlen (pl. 20 m²-es tornaszoba, az iskola melletti réten felállított két kapu), állaguk átlagát 2,8-ra értékelték. A kistérség városaiban (Nagykőrös, Cegléd) működő középfokú iskolák jellemzően több és jobb sportlétesítménnyel rendelkeznek, nem ritka a fedett, kézilabdapálya méretű, megosztható tornacsarnok, a szabadtéri ugró- és dobóhellyel rendelkező atlétikapálya és a szabadtéri labdajátékpálya. Ezeknél a testnevelés és az iskolai sportköri használat mellett jelen van a lakosság számára nyújtott bérleti lehetőség is. Kijelenthetjük, hogy a városi iskolai sportlétesítményeket a községekben található létesítményekhez képest heti bontásban jel-

lemzően többet használják nemcsak az alaptantervben szereplő testnevelésórákon ($t=7,22$, $df=30$, $p<0,001$), hanem a lakosok is ($t=7,76$; $df=30$; $p<0,001$).

Önkormányzatok: sporttudatos irányítás?

A helyi sportélet szervezésének egyik fő motorja mindig is az önkormányzat, kötelezettségük, hogy településükön biztosítsák a sportolás lehetőségét, támogassák az egyesületeket, fejlesszék sportéletüket. A sportlétesítményekre vonatkozó mutatóknál már láthattuk, hogy a létesítmények jelentős többsége önkormányzati tulajdonban van, s ezek állagának fenntartását, javítását maguknak kell megoldaniuk. A sportegyesületek nagy része (78%) úgy nyilatkozott, hogy a bevételi források között az önkormányzati támogatás jelentős százalékban szerepel.

Napjainkban az önkormányzatok szűkös anyagi forrásokkal rendelkeznek, ezért kíváncsiak voltunk arra, hogy a település költségvetésében milyen súllyal szerepel a sport támogatása, az elmúlt években milyen fejlesztéseket hajtottak végre, létezik-e valamiféle fejlesztési stratégia (ha igen, ebben miképp jelenik meg az utánpótlás-nevelés).

Mindenekelőtt azt mértük fel, hogy az önkormányzatok szervezeti struktúrájában milyen súllyal kap helyet a sportirányítás. A térség 15 településében önálló sportosztály csak Cegléden működik, három helyen az önkormányzat sporthoz köthető feladatainak ellátását egy-két munkatárs végzi (akiknek mindamelllett a település kulturális életét segítő feladataik is vannak).

Két város rendelkezik olyan átfogó, több évre szóló településfejlesztési koncepcióval, amelyben a sport is szerepet kap. Mi csak a nagykovácsiekét kaptuk meg tanulmányozásra (ennek egy frissebb változata interneten is megtalálható). A dokumentum elemzésekor látható, hogy a sportfejlesztési stratégiában ugyanazon erősségek, gyengeségek, lehetőségek, veszélyek jelennek meg, amelyek általánosságban jellemzőek az egész szférára. Erősség többek között a sport társadalom-összetartó ereje. „A lakosság kikapcsolódásának, rekreációjának biztosítása rendkívül fontos feladat a lakosok testi-szellemi egészségének megóvása érdekében, valamint jelentős szerepet játszik a közérzet, közhangulat szempontjából is, amelyek pedig a településhez való kötődés szempontjából meghatározók” (Nagykovács Város Településfejlesztési Programja, 44. p.). Gyengeség az infrastruktúrális és humán erőforrás helyzete, lehetőség a Nemzeti Fejlesztési Terv pályázati lehetőségei és veszély többek között az önkor-

mányzat szűkös anyagi forrásai. A koncepcióban az utánpótlás-nevelés, mint kiemelkedő fejlesztési terület jelenik meg, de az egész dokumentumban alig egy bekezdés foglalkozik ezzel a témával.

Összességében a kistérség nem rendelkezik átfogó sportkoncepcióval, bár az egyes uniós források elérhetőségének érdekében bizonyos fejlesztési stratégiák – ipari parkok létesítése, turisztikai szolgáltatások (pl. élményfürdő) javítása stb. – készültek.

A települések önkormányzatai az éves költségvetésük kevesebb mint 1%-át különítik el sportcélokra (kivételez az alól Cegléd, amely a jelentős sportberuházások miatt többszörösen túllépte az 1%-ot), a 15 településből nyolc nyilatkozott úgy, hogy nincs önálló sportköltségvetése, viszont 12 település úgy nyilatkozott, hogy sportcélú non-profit szervezetek számára elkülönített pénzt.

Ezekből a változókból olyan mutatót tudunk képezni, amely jól jellemzi a településessporttudatosságát. A felmért települések közül kiemelkedik Cegléd és Nagykőrös, hiszen ezekben a városokban minden változó azonosítható (önálló vagy részben önálló sportirányítás, átfogó településfejlesztési koncepció, amiben helyet kap a sport, mint kulturális érték fejlesztése is, az éves költségvetésen belül a sportra elkülönített összegek állnak rendelkezésre).

Utánpótláskorúak sportauditja

Az adatgyűjtési eszközök mindegyikénél külön egységbe foglaltuk azokat a részeket, ahol kizárólag az utánpótláskorúakra vonatkozóan kértünk adatokat.¹⁴ Bár számunkra elsősorban a versenysport utánpótlása fontos, egy átfogó sportaudit esetében minden dimenzióra ki kell dolgozni a megfelelő struktúrát.

A Ceglédi kistérségben a KSH népszámlálási adatai alapján összesen 18,840 6-18 éves fiatal lakik, a 19-23 éves lakosok száma 8,210, így összesen 27,050, az utánpótlás-nevelés rendszere szempontjából releváns lakosról beszélhetünk. Ebben a korosztályban nem változik a városi-községi lakosok aránya (65,7% – 34,3%), a fiatalok kétharmada így városi környezetben nő fel. Ez rendkívül fontos szempont, hiszen a kistérségi adatok elemzésekor figyelembe kell venni, hogy inkább városias vagy községi jellegű-e a kistérség.¹⁵

¹⁴ Tanulmányunkban az Egységes Utánpótlás-nevelési Rendszernek (lásd www.nupi.hu) megfelelően utánpótlás-korúnak a 6-23 éves sportolókat nevezzük. A versenysport utánpótlás-nevelési rendszere a teljes korosztályt átöleli (Sport XXI. Program, Héraklész Bajnok- és Csillagprogram).

¹⁵ KSH 2006-os adatai szerint hazánk lakosainak 67%-a városokban lakik. Kutatásunk eredményeképpen kapott százalékos megoszlás 1,3%-kal alatta van az országos adatoknak (ezt statisztikai szempontból nem értékelhető különbségnek tekintjük).

A kistérségen működő 42 közoktatási intézmény közül 32 adatai kerültek be az adatbázisba. A térség két felsőoktatási intézménye közül egyik sem küldött vissza adatlapot. A válaszadó intézmények 78,1%-ában működik valamilyen sportkör. Ezeknek az iskolai sportköröknek/diáksport-egyesületeknek az az elsődleges célja, hogy szervezzék a tanulók tanórán kívüli sportolási lehetőségét, versenyeiket. A középiskolás tanulók alig valamivel több, mint 18%-a nyilatkozott úgy, hogy rendszeresen részt vesz ezeken a délutáni foglalkozásokon, és csak 11,7%-a mondta azt, hogy a tavalyi évben elindult valamilyen versenyen (akár háziversenyen is).

Mivel jól hasznosítható és általánosítható mutatók kidolgozására törekedtünk, azt is felmértük, hogy melyek azok a sportágak, amelyekben ezek a versenyek zajlanak (házi, települési/helyi, megyei és országos szinteken), és mennyi versenyen vehetnek részt a diákok, vannak-e olyan tanulók, akik több versenyen is elindulnak stb. A térségben hat olyan iskolát találtunk, ahol éves szinten a különböző versenyek száma több mint 50, de az ellenpólus is jelen van, nyolc iskolában éves szinten egy-öt a megrendezett versenyek száma (olyan iskola nem került a látókörbe, ahol legalább egy háziversenyt ne szerveztek volna). A Ceglédi kistérség iskolái között három olyan is akad, amelyek tanulóival valamely sportágban eljutottak a diákolimpia döntőjébe (birkózás, judo és asztalitenisz). Úgy tűnik tehát, hogy az iskolai sportélet aktív a kistérségben.

Az egyesületekben a 23 évesnél fiatalabb igazolt sportolók száma összesen 2457 (az érintett korosztály 9,1%-a), a legnépszerűbb sportág a labdarúgás, valamint a komoly hagyományokkal rendelkező birkózás, és a kosárlabda. A 2007-es évben a kistérségből 14 sportoló került be a Héraklész Bajnokprogramba (a sportolók létszámát tekintve legtöbben birkózás, majd judo, vízilabda, asztalitenisz, atlétika és kosárlabda sportágban), közülük ketten nem helyben sportolnak (Budapestre, illetve Szolnokra járnak edzeni). A Héraklész Csillagprogramba négy sportoló is bekerült.

A versenysport jelen van a kistérség életében, vannak olyan sportágak, amelyekben nemzetközi szinten is eredményes utánpótlás-nevelő egyesületek működnek. A versenysport utánpótlás-nevelési rendszerében részt vevők száma megfelel a hasonló lakosú kistérségekben tapasztaltaknak.

A sportszervezetek tanfolyami tevékenységét is felmértük. Az egyesületek jellemzően a már említett sportágokban toboroznak gyerekeket (labdarúgásban például a 14 év alatti tanfolyami résztvevők száma 156), de itt színesebb a paletta, hiszen olyan szabadidős sportok is megjelennek, mint a modellezés vagy a lovassportok. Tan-

folyami keretek között a 2006-os évben 1234 sportolót regisztráltak. Ez jóval kevesebb, mint az igazolt sportolók száma, aminek okát nem tudjuk, valószínűsíthető, hogy hibás adatszolgáltatás történt.

A sportegyesületeknél alkalmazásban álló 194 edző 71,13%-a valamilyen szinten érintve van az utánpótlás-nevelésben, legtöbbjük vagy gyerekcsoportot vezet, vagy az egyre kisebb létszámmal jelen lévő felnőtt sportolók mellé vesz be csoportjába egy-két fiatal. Erre a trendre az előzetes mélyinterjúk során figyeltünk fel: az egyéni sportágakban (és itt a térségre jellemző küzdősportokat ki lehet emelni) egyre inkább jellemző, hogy költségtakarékosság (pl. kevesebb létesítménybérleti díjat kell kifizetni), illetve sportszakmai (pl. felnőtt korosztályban elfogynak a gyakorló partnerek) szempontból összevonnak bizonyos korosztályokat és együtt edzenek. A kistérségben egy főfoglalkozású edző dolgozik a gyerekek, fiatalok mellett, a többiek vagy szerződéses jogviszonyban vagy társadalmi munkában végzik tevékenységüket. Az egyesületeknél dolgozó nem minősített edzők 83,6%-a a fiatalok mellett dolgozik (5. táblázat).

5. táblázat: A Ceglédi kistérségben az utánpótlás-nevelés területén foglalkoztatott sportszakemberek száma végzettségük szerint

	Szakedző	Edző	Sportoktató	Nem minősített edző	Összesen
Főfoglalkozású	1	0	0	0	1
Szerződéses	2	14	8	4	16
Tiszteletdíj, illetve egyéb juttatás	4	19	12	5	45
Társadalmi munka	2	5	25	37	76
Összesen	9	38	45	46	138

Következtetések

Munkánk elsődleges célja olyan mutatók készítése volt, amelyek alkalmasak egy-egy kistérség átfogó és működő sportrendszerének áttekintésére, a térségek közötti egyenlőtlenségek azonosítására és annak okainak feltárására, végső soron a fejlesztési politika reális és okszerű megválasztására. Bemutatott eredményeink a mutatók tesztelésének első lépései, a jelenlegi helyzetben csak nominatív jellegűek. Az elemzésekhez és az összefüggések feltárásához további kistérségek adatait is ismernünk kellene. Mindezek ellenére a Ceglédi kistérség esetében is tehetünk bizonyos megállapításokat:

1. Hasonlóan az országos reprezentatív felmérésekhez, a Ceglédi kistérségben lakó fiatalok is egyre kevésbé kötődnek a sporthoz, szabadidejük eltöltésére más tevékenységek felé fordulnak. Véleményük

szerint a tanulás túl sok időt vesz el. Szabadidejüket inkább a barátokkal, mint a szüleikkel töltik, a családi közös programok a középiskolások számára már nem annyira vonzóak.

2. Aki valaha rendszeresen űzött valamilyen sportot, a sportolás abbahagyásának legfőbb okaként az időhiányt említette meg. A sikerekhez egyre több edzésidőre van szükség, ezt a fiatalok nem vállalják fel. A 16-17 éves korosztály elsődleges célja, hogy sikeresen leérettségizzen és bekerüljön valamelyik főiskolára, egyetemre.

3. A térség városalakói a községekben lakókhöz képest előnyben vannak a sporthoz jutás lehetőségeiben, hiszen a lakhelyükön működnek a sportegyesületek, könnyebben elérhetőek a létesítmények. A kistérség sportszervezetei képesek ellátni feladatukat, a versenysport, az utánpótlás-nevelés és a szabadidősport területén is jelen vannak.

4. A sportlétesítmények tulajdonosai az önkormányzatok, amelyek igyekeznek állapotukat fenntartani, de ez nem mindig sikerül. A létesítményfajták széles palettája megtalálható a kistérségben, így aki sportolni szeretne, megteheti, az elmúlt évek beruházásai tovább javították a helyzetet. Mindezek ellenére vannak olyan községek, ahol nem megoldottak a tornaterem-ellátottsági gondok, az önkormányzat anyagi helyzete miatt csak komoly állami segítségvállalással lehetne új termet építeni.

5. Az önkormányzatok igyekeznek mindent megtenni annak érdekében, hogy a település sportegyesületei működni tudjanak, sokszor átvállalják a létesítmények bérleti díját, költségvetésükből támogatási összegeket különítenek el, pályázatokat írnak ki.

6. A sportra fordított központi forrás összege azonban kevés, néhol nem éri el a 0,7%-ot sem, de e tekintetben a kistérségi viszonyok megfelelnek az országos helyzetnek.

7. A kistérség utánpótlás-nevelésben betöltött szerepe általánosanak mondható, egy olyan kiemelkedő eredményességű sportegyesület működik, amely olimpiai számokban is nemzetközi szintű versenyzőkkel rendelkezik.

8. Az utánpótláskorú sportolókkal foglalkozó szakemberek sportszakmai végzettségét nem tudtuk minősíteni, hiszen más kistérségben ilyen jellegű kutatás az elmúlt években nem zajlott. Az tény, hogy a gyerekekkel nagy százalékban foglalkoznak nem minősített edzők, s az is, hogy négy edzőből három valamiképp kötődik az utánpótlás-neveléshez.

Ajánlás

Javasoljuk, hogy az állami sportvezetés irányítása mellett álljon fel egy olyan független kutatócsoport, amely az eddigi eredményeket

felhasználva további kistérségekben is felveszi az adatokat, így lehetőség nyílik átfogó elemzés készítésére.

Úgy találtuk, hogy a meglévő adatgyűjtési eszközök nem minden esetben érnek el a hátrányos helyzetű csoportokhoz (például egy nagyszámú roma gyereket tanító iskola nem töltötte ki a kérdőívet). Ezen egy önálló kérdőívvel vagy eszközzel lehetne segíteni.

Az infrastrukturális háttér felderítésével még mélyebbre fúrhatnánk, átfogóbb elemzéseket végezhetnénk. Például a kérdőívek kiosztásakor (amit személyesen végeztünk) megtapasztaltuk, hogy Mikebuda csak rossz minőségű mellékutakon érhető el, vagy például Albertirsára reggelente csak másfél- kétóránként közlekedik a buszjárat, este 8 óra után pedig már nincs tömegközlekedés.

Irodalom

- Aries, P. (1987): *Gyermek, család, halál*. Gondolat, Budapest.
- Babbie, E. (2003): *A társadalomtudományi kutatás gyakorlata*. Balassi, Budapest.
- Baranyi Béla, Csatári Bálint, Csordás László (1998): *Hajdú-Bihar megye területfejlesztési koncepciója*. Hajdú-Bihar Megyei Területfejlesztési Tanács, Debrecen.
- Bekényi József, Bércesi Ferenc, Németh Jenő (2003): *A kistérségi közigazgatás intézményrendszere*. Magyar Közigazgatási Intézet, Budapest.
- Faluvégi Albert (2004): *A társadalmi – gazdasági jellemzők területi alakulása és várható hatásai az átmenet időszakában*. Magyar Tudományos Akadémia Közgazdaság-tudományi Kutatóközpont. Műhelytanulmány. (Letöltve a <http://mek.oszk.hu/01800/01875> oldalról, 2008. január 5-én.)
- Gratton, C., Jones, J. (2004): *Research Methods for Sport Studies*. Routledge, London.
- Laki László, Nyerges Mihály (1999): A budapesti és a falusi fiatalok sportolása. *Sporttudomány*, 3. 3-11.
- Laki László, Nyerges Mihály (2001): Sportolási szokások az ezredfordulón a fiatalok körében. *Kalokagathia*, 1-2. 5-19.
- Neményi Mária (1988): *A család – Pro és kontra*. Gondolat, Budapest.
- Nyerges Mihály (2004): A fiatalok sportolási szokásainak néhány társadalmi összefüggése. *Magyar Sporttudományi Szemle*, 2-3. 5-15.
- Pápai Júlia, Szabó Tamás (2003): Tornászgyermekek sportágválasztását befolyásoló tényezők. *Kalokagathia*, 1. 18-32.
- Szokolszky Ágnes (2004): *Kutatómunka a pszichológiában*. Osiris, Budapest.
- Szörényiné Kukorelli Irén (2004): *A kistérség fogalma, története*. (Letöltve a http://www.foek.hu/programok/autkszaknap2002.html#e_kukorelli oldalról, 2007. december 21-én.)

**JÁTÉKELMÉLETI SZEMLÉLET ALKALMAZÁSA
A RÖPLABDÁZÁS DÖNTÉSI MECHANIZMUSAIBAN
AZ EGYÜTTES FELADATMEGOLDÁS
HATÉKONYSÁGÁNAK FOKOZÁSA ÉRDEKÉBEN**

**Applying the approach of game theory in
the mechanisms of volleyball for the sake of enhancing
the efficiency of collective task solving**

● **Koltai Miklós**

● **Bognár József**

Semmelweis Egyetem Testnevelési és Sporttudományi Kar,
Testnevelés-elmélet és Pedagógia Tanszék

Összefoglaló

Világszerte keresik az edzők azokat a módszereket, amelyek alkalmazásával a sportjátékokban egy csapat eredményes lehet. Különböző műhelymunkák keretében folyamatosan fejlődnek ezek a tapasztalatokra épülő, tudományosan is igazolt metódusok, amelyeket gyakran hétpécsetes titokként őriznek. Létezhet azonban mégis csak valami „plusz”, amely – a hagyományos fizikai, technikai és taktikai felkészítésen, az edzések minőségi és mennyiségi mutatóin túlmenően – győzelemre viszi az együttest. A játékelméleti szemlélet alkalmazása közelebb vihet bennünket egy szakmódszertanilag tudatosabban megtervezett felkészítési program kialakításához.

Munkánk elején a játékelméleti problémák vázlatos és közérthető tematikai, filozófiai kérdéseiről ejtünk szót, majd a későbbiekben – a párhuzamos analógiákra alapozva – a napi edzői gyakorlat számára is jól hasznosítható gondolatmenetet elemzünk.

Kulcsszavak: röplabda, játékelmélet, racionális és heurisztikus döntések.

Abstract

Coaches all over the world are looking for the methods, applying of which can make a team successful in team games. In the frame of various workshops these methods based on experiences and proved scientifically are constantly developed, which are often kept as top secrets. There must be something „plus” which – beyond the ordinary physical, technical and tactical coaching, the qualitative and quantitative indicators of trainings – can make the team to win. Applying the approach of

game theory can bring us closer in shaping of a more consciously planned coaching programme.

In the first part of the essay we discuss the schematic and comprehensible, mathematical and philosophical aspects of the problems of game theory, it is followed by an analysis of a way of thinking – based on the parallel analogies – which the coaches can easily apply in their daily practice.

Keywords: volleyball, game theory, rational and heuristical decisions.

Bevezetés

A nyílt mozgáskészségeken alapuló sportágakban – ide tartoznak mindenekelőtt a labdajátékok – a játékosoknak állandóan változó körülményekhez kell alkalmazkodniuk, a taktikai megoldások helyes kiválasztása érdekében szenzitív módon kell követniük az ellenfél viselkedését annak érdekében, hogy a saját céljaiknak megfelelően tudják alakítani a mérkőzés kimenetelét. Az ilyenfajta megoldásoknál a *perceptuomotoros* vezérlése a döntő szerep (Istvánfi, 1986). A környezetből érkező ingereket szenzorainkkal érzékeljük, az agy percepció központjaiban történik a helyzet elemzése és összehasonlítása a tárolt, korábbi hasonló esetekkel, tapasztalatokkal, mozgásmintákkal (analízis – szintézis), majd megszületik a *döntés* (mindenkor konfliktusok árán), aztán a motoros központokban kialakul az adekvát válasz, amely az efferens mechanizmusokon keresztül az izmokban kontrakciós outputként realizálódik. Ha megfelelően gyors választ várunk el, akkor nem szabad megfeledeknünk az *anticipáció* jelentőségéről sem. Az eredményességet jelentős mértékben determinálják a *döntési mechanizmusok*. Az a csapat győz, amelyik a rendelkezésre álló információk alapján optimális (vagy legalábbis kielégítő) döntéseket hoz, ezáltal az adott helyzetekre a legmegfelelőbb választ tudja produkálni, sőt alkalmanként a cseles, *megettévesztő stratégiáktól* sem riad vissza (Rigler, 2004).

Elemoznünk kell tehát a döntési mechanizmusok elméletét, legfontosabb összefüggéseit, hogy munkánkat eredményesebbé tehesük. Ennek érdekében segítségül hívjuk a játékelmélet idevonatkozó téziseit, melyeket igyekszünk a sporttudomány, illetve a sportpedagógia, konkrétan az edzéselmélet és -módszertan (Nádori, 1981) területén is használható gondolatmenetbe fűzni, illetve ezáltal a gyakorlat számára is hasznosítható következtetéseket levonni. Az alábbiakban párhuzamot kívánunk vonni a *játékelmélet* tudománya és a csapatsportok, ezen belül kiemelten a röplabdázás legfőbb törvényszerűségei és döntési mechanizmusai között. Többféle játékel-

mélet létezik, de ebben a dolgozatban a klasszikus *matematikai játékelmélet* (Mészáros, 2003) legfőbb kérdésköreit vizsgáljuk.

Játékelmélet

Az utóbbi huszonöt évben a játékelmélet széles körben használt interdiszciplináris „kutatási eszközzé” fejlődött, amelyet a közgazdaság-tudományon túl a filozófia, az etika, az evolúció-elmélet, a kulturális antropológia, a katonai stratégia, a politikatudomány, a nyelvészet, a pszichológia és a különböző természettudományok problémáinak megoldására használnak. Ennek az a magyarázata, hogy minden emberi interakció beilleszthető a játékelmélet két tartópillére, a *konfliktus* és a *kooperáció* közé. A fizikusok egyenesen *Nagy Egységes Elméletként* (Great Unified Theory – GUT) beszélnek róla.

A játékelmélet kifejlesztésében úttörő érdemei vannak *Neumann Jánosnak*, aki a *Játékelmélet és gazdasági viselkedés* című művében lefekteti a tudományág alapjait, az ő nevéhez fűződik a játékelmélet alaptételének megfogalmazása. Az első magyar közgazdaság-tudományi Nobel-díjas *Harsányi János* volt, aki az ide vonatkozó közgazdasági alkalmazások terén alkotott maradandót (*Nagy, 1995*). A problémakör kiemelt jelentőségére utal az is, hogy a kooperáció és a konfliktuskezelés magasabb szintű megértéséért, a játékelmélet terén végzett kutatásaiért az amerikai *Thomas C. Schelling* és az izraeli *Robert J. Aumann* kapta a 2005. évi közgazdasági Nobel-díjat.

A játékelmélet területei, módszerei

A játékelmélet *stratégiai* játékokkal foglalkozik. A stratégiai játék résztvevői magatartásuk kialakítása során figyelembe veszik az ellenérdekelt fél általuk ismert, illetve lehetségesnek vélt magatartását, ellenlépéseit és esetleg a *véletlen* szerepét. Minden játékos igyekszik a számára legkedvezőbb, legkifizetődőbb döntéseket meghozni. Játékelméleten tehát a *racionális* szereplők stratégiai interakcióinak elemzését értjük. A játékosok lépései lehetnek egyidejűek vagy egymást követőek. Az utóbbinál minden egyes lépés a többi szereplő jövőbeni döntései következményeinek kalkulációján alapul. A játék öt fontos eleme: maguk a játékosok, a játék szabályai, a játékosok által alkalmazott stratégiák, a játék lehetséges kimenetelei és a játékosok által elért pénzbeli vagy egyéb eredmények, pay-off (kifizetés). Ha az egyik játékos nyeresége a másik vesztesége, akkor *zérus összegű* játékról beszélünk. A játékok közül a játékosok számos esetben választhatnak a kooperáció (együttműködés) és a konfliktus

(versengés) között és gyakran az az elemzés tárgya, hogy milyen *fel-tételek* mellett, melyik stratégiát érdemes választani. Egy játékos *tiszta stratégiát* játszik, ha valamilyen elv alapján dönti el, melyik lépéslehetőséget választja, és abból az elvből egy adott helyzetben mindig ugyanaz a lépés következik. Nem tiszta stratégiát játszik például az a labdarúgó, aki a 11-es lövés során pillanatnyi hangulata, intuíciója szerint dönti el, hogy melyik sarok felé lövi a labdát, vagy a röplabdában az a feladó, aki teljesen *véletlenszerűen* határozza meg a feladott labda irányát, ívét és magasságát. Az ilyen megoldást *kevert stratégiának* nevezzük.

A játékelmélet alaptétele

A játékelmélet alaptétele a Neumann-féle *minimax tétel*, amely véges, zéró összegű, teljes információs játékokról szól (Neumann és Morgenstern, 1947). A tétel kimondja, hogy minden ilyen játéknak van megoldása, létezik legalább egy olyan *egyensúlyi helyzet*, egy mindkét fél számára optimális stratégia, amely az egyéni tiszta, illetve vegyes stratégiák véletlen keveréke, amelytől – ha egyszer kialakul – egyik játékosnak sem célszerű egyoldalúan eltérni, mert ezzel a nyereségét nem növelheti. Ezt az egyensúlyi helyzetet *nyeregpontnak* nevezzük.

Fogolydilemma

A kétszemélyes, kétválasztásos szimmetrikus játékok körében a fogolydilemma a játékelmélet alapvető paradoxona, többszörösen le-rágott gumicsontja (1. táblázat). Matematikusok, filozófusok, pszichológusok, közgazdászok és politológusok ezrei próbálják minduntalan újra és újra előhozni, illetve megfejteni, azonban a probléma ma is éppoly rejtélyes és elképesztően megfejthetetlen, mint amilyen 1950-ben volt. Kitalálói Merrill Flood és Melvin Drescher voltak, első publikálójától, Albert W. Tuckertől kapta a nevét.

A probléma rövid leírása: A rendőrség vad országúti hajsza után elfog két régóta körözött tettestársat, akik együtt súlyos bűnt követtek el. Közvetlen bizonyíték azonban nincs, csupán ez a gyorsajtás bizonyítható egyértelműen rájuk. A vizsgálóbíró nagyon szeretné végre lezárni a nyomozást, ezért a következő ajánlatot teszi egyenként mindkét fogolynak, akiket külön cellában helyezett el: „Ha beismerő vallomást teszel, amelynek alapján tisztázni tudjuk az ügyet, szabadon engedünk, azt a kis sebességtúllépést pedig elfelejtjük. Ebben az esetben a társad tíz év börtönt kap, és a dolog ezzel végleg lezárul. Ez az ajánlatunk azonban csak akkor érvényes, ha a társad

nem segít nekünk, és konokul tagad. Ha viszont ő is vall, akkor nem ér ilyen sokat a te vallomásod, hiszen anélkül is megtudunk mindent. Ebben az esetben mindketten öt évet kaptok. Ha egyikőtök sem tesz vallomást, akkor nagyon szigorúan fogjuk megítélni azt a csúnya, életeket veszélyeztető száguldozást, és mindkettőtöket egy-egy évre lecsukunk. Végül: tájékoztatlak, hogy társadnak pontosan ugyanezt az ajánlatot tettem.”

Ez nem 0 összegű játék, melynek megoldása a domináns stratégiák melletti egyensúly, az, hogy mindketten valljanak. Bármit is tesz a másik, a játékos jobban jár, ha vall. Mégis mindketten akkor járnának a legjobban, ha egyikük sem vallana. A fogolydilemma jelentőségét e paradox tulajdonsága adja, vagyis hogy az egyensúly rossz eredményt idéz elő, ugyanis az önérdek követése nem segíti elő a közérdeket.

1. táblázat: A fogolydilemma értéktáblázata

Fogolydilemma		A másik	
		nem vall	vall
Én	nem vallok	3,3	1,4
	vallok	4,1	2,2

A táblázatban található számok értéksorrendet jeleznek: 1 pontot ér a játékosnak a helyzet lehető legrosszabb kimenetele (a leghosszabb börtönbüntetés), 4-et a legjobb (azonnali szabadon engedés). A számpárban az első az „én”, a második az „ő” szerzett pontját jelenti.

Elemzés, következtetések (Mérő, 1996): A dilemma megoldására való törekvés során mindenfajta, a *formális logika* elvein alapuló elemzés ellentmondáshoz vezet, így a probléma logikai úton nem oldható meg. Ha a megoldást a továbbiakban Konfucius (i.e. 500 körül) *Aranyszabálya* szerint keressük – mely erkölcsi alapelv szerepel Platon, Seneca és Arisztotelész műveiben is és amelyet Jézus így fogalmaz meg: „Amit akartok, hogy veletek tegyenek az emberek, ti is tegyétek velük” – akkor is ellentmondáshoz jutunk, hiszen ekkor az egyéni érdek és a közös érdek egybeesik. Ha Kant *kategorikus imperativus* gondolatmenetét követjük, melyet *A gyakorlati ész kritikája* című művében fejt ki („Cselekedj úgy, hogy akaratod maximája mindenkor egyszersmind általános törvényhozás elvéül szolgálhasson”), akkor sem jutunk közelebb a megoldáshoz.

A fenti okfejtéseket követve jól láthatjuk, hogy a logika, az erkölcs, illetve a filozófia gondolatmenetét szorosan követve sem találhatunk igazán megnyugtató választ a fogolydilemmára. A rejtély, a miszti-

kum tehát továbbra is fennáll, hiszen az élet tele van fogolydilemmákkal, sőt a labdajátékokban is sokszor kerülünk ilyen helyzetek elé.

Nemek harca

Egy fiatal pár reggel összevész az esti programon: boxmeccs vagy színház. Nincs idő a megbeszélésre reggel, este későn végeznek a munkájukkal, és ekkor kell eldönteni, ki hova menjen. A felek azt az esetet preferálják, hogy elsősorban együtt szeretnék eltölteni az estét, másodsorban merül fel az a gondolat, hogy ki-ki szeretné az általa kedvelt helyen. Mindkettőjük számára a legrosszabb eset az, ha külön töltik az estét, méghozzá úgy, hogy a lány boxmeccset néz, a fiú pedig koncertet hallgat. Az Aranyszabály alkalmazása mégis a lehető legrosszabb kimenetelre vezet.

Egyéb játékelméleti problémák

Léteznek még a játékelmélet egyéb klasszikus, megfontolásra érdemes dilemmái, melyek elemzése hasonlóan izgalmas ellentmondásokhoz vezet. Nézzünk néhányat ezek közül (*Filep, 2001*):

Dollárárverés: Eladó egy dollár, a kikiáltási ára egy cent. A szabályos árveréstől abban különbözik, hogy az utolsó előtti árajánlatot tevő résztvevőnek is fizetnie kell. Azé a dollár, aki a legmagasabb árat mondja, de az utolsó előtti is fizet, aki viszont nem kap semmit.

Vezérürü elv: Két szuper jól nevelt ember egymást tessékeli előre az ajtóban.

A gyáva nyúl problémája: A *Lázadás ok nélkül* című amerikai filmből (1955) származik a gondolat, ahol tinédzserek lopott autókkal száguldoznak egymással szemben szűk úton. Az veszít és egyben a közösség megvetése sújtja, aki először rántja félre a kormányt.

Kő - papír - olló játék: Ennek alapja a jól ismert gyermekjáték. Két játékos vezényszóra háromféle dolgot mutathat. Az összeszorított ököl követ jelent, a kinyújtott tenyér papírt, míg a mutató és középső ujj V alakban ollót jelképez. A játék nyerési szabályai: a kő kicsorbítja az ollót, a papír betakarja a követ, az olló elvágja a papírt.

A láthatatlan kéz elmélete (Adam Smith): A tőkés piacgazdaság alapját az önérdék követésének elve jelenti: „Ebédünket nem a mézárós, a sörfőző vagy a pék jóakaratótól várjuk, hanem attól, hogy ezek a saját érdekeiket tartják szem előtt. Nem emberiességükhöz, hanem önszeretetükhöz fordulunk, és sohasem a magunk szükségéről, hanem a rájuk váró előnyökről beszélünk nekik.” Miközben minden

szereplő önérdékét követve cselekszik, automatikusan létrejön a közösség javát szolgáló állapot. Azt már a szerző is tudta, hogy mindez csak féligazság.

A közlegelő problémája (Mérő, 1997): A falu legelőjének nagy része kiszárad. A gazdák megbeszélik, hogy a maradékra mindenki csak egy tehenet vihet be, azonban ezt senki sem tartja be, így a legelő elfogy és minden tehen elpusztul. A probléma az egyéni és a közérdek ellentmondásából ered.

Játékelméleti problémák művészeti alkotásokban

A világirodalom remekei is tartalmazznak híres csapdahelyzeteket. Nézzük például Hamlet monológját, illetve a Shakespeare színművében kialakult helyzetet. A mű részletének elemzésével láthatjuk, hogy ez a „játék” igazságtalan Hamlet számára, ennek ellenére a drámában optimálisan cselekedett, tehát az írói megoldás játékelméleti szempontból is megállja a helyét.

Tipikus fogolydilemma-helyzetet ábrázol Puccini *Tosca* című operája. Tosca szerelmét, Cavaradossit a korruprt rendőrfőnök, Scarpia halálra ítéli. Scarpiának azonban nagyon megtetszik Tosca, ezért a következő ajánlatot teszi: Ha Tosca az övé lesz, akkor megparancsolja, hogy a kivégzőosztag tagjai vaktölténnyel lőjenek. Tosca azonban együttműködést színlelve megöli Scarpiát. A drámai helyzet csúcspontját az jelenti, amikor kiderül, hogy Scarpia sem a kooperatív stratégiát választotta: a sortűz következtében Cavaradossi holtan rogy össze.

A játékelmélet ilyen és ehhez hasonló problémák matematikai elemzésén keresztül bonyolult fizikai, biológiai, közgazdasági és politikai összefüggésekre ad választ, lehetséges stratégiákat dolgoz ki az együttműködés és a versengés különböző színterein.

Sokmenetes fogolydilemmák megoldása

Sokmenetes fogolydilemmák megoldására *Axelrod* 1979-ben egy versenyt tett közzé. Számítógépes programokkal lehetett nevezni, melyeket Axelrod körmérkőzéses formában versenyeztetett egymással. A versenyt a Rapoport TFT-nek nevezett program nyerte meg, melyet a „szemet szemért” jelzővel illettek. A stratégia jóval egyszerűbb volt mint a többi algoritmus, megoldási mechanizmusa mégis figyelemre méltó és megfontolandó az életben előforduló konfliktushelyzetek megoldására. A program két egyszerű lépésből áll: az első lépésben kooperál, a második lépésben azt lépi, amit az ellenfél lépett az előző menetben (*Axelrod, 1984*).

Összegzőképpen általánosíthatjuk a kétszemélyes, vegyes típusú játékok együttműködő és versengő stratégiáit. A legkedvezőbb eredményt 4-essel, a legrosszabb kifizetést 1-esnek jelöljük. Ha csupán matematikai szempontból felírjuk az összes olyan táblázatot, ahol az 1, 2, 3 és 4 kombinációi szerepelnek, 78 egymástól lényegesen különböző táblázatot kapunk (Mérő, 1996), de ezek közül csak 12 jelent szimmetrikus helyzetet a két játékos számára és csak négy rejt magában konkrét csapdahelyzetet (2. táblázat). Az életben előforduló tényleges csapdahelyzetek e négy játék kombinációjából épülnek fel.

2. táblázat: Kétszemélyes, vegyes típusú játékok, csapdahelyzetek (Mérő, 1996)

	Fogolydilemma		Nemek harca		Vezérürü		Gyáva nyúl	
	II.		II.		II.		II.	
	E	V	E	V	E	V	E	V
I. E	3,3	1,4	1,1	3,4	2,2	3,4	3,3	2,4
I. V	4,1	2,2	4,3	2,2	4,3	1,1	4,2	1,1

Játékelméleti kérdések a röplabdázásban

Csapatportokban, így a röplabdázásban is kiemelt jelentőségű kérdéskör a taktikai küzdelem. Ez a sportjáték is mindenki által ismert, nemzetközi *játékszabályok* keretén belül zajlik. A résztvevők pontosan ismerik ezeket a szabályokat és tudják, hogy ellenfelek is pontosan *informáltak* erről. A játékban pontosan meghatározott a *kifizetés*, azaz, hogy mikor lehet pontot elérni és mikor hagyhatja el egy csapat győztesen a küzdőteret. A pontért való küzdelemben egy adott játéksituációban, de makró értelemben is a játék *zérus összegű* játékként értelmezhető. A csapatok előzetesen megpróbálnak teljes mértékben *informálódni* az ellenfél harcmódoráról, legjobb játékosairól, a mérkőzések során alkalmazott jellemző megoldásaikról. Az ellenfél feltérképezése történhet személyesen, vagy felvétel elemzése alapján, annak érdekében, hogy az adott ellenféllel szemben adekvát taktikát tudjon az edző begyakoroltatni a csapat tagjaival. Ez a taktika természetesen tartalmazhat meglepetéseket is, és mivel ez a megfontolás is kölcsönös, a játék nem alakítható *teljesen informálissá*. A közönség számára a sportélmény hatását fokozza, hogy a legtöbb alkalommal teljes bizonyossággal nem jósolható meg előre a játék végkimenetele, bizonytalansági tényezőkkel kell számolni, tehát jelentős a *véletlen* szerepe.

A röplabda jellege a játékszabályok értelmében egészen speciális.

A labdával való kapcsolat a továbbítás során csak pillanatszerű lehet (*Minh, Rigler és Garamvölgyi, 1977*) – nincs effektív *labdabirtoklás* –, ezért egy esetleges hiba esetében csak a társaknak van lehetőségük utólagos korrekcióra, így a döntési helyzetekre szánt időkeret is jelentősen beszűkül. Jellemző, hogy a konkrét helyzetet jelentős anticipációs fázisok előzik meg. Az együttműködés ebben az esetben speciálisan fokozottabb jelentőségű, ugyanakkor teret nyit a gyors, improvizatív megoldásoknak. Érdekes még hozzávenni ehhez egy mérkőzés hevében fokozottan megnövekedett terhelési tényezők – a fizikai és szellemi elfáradás, dekoncentráltóság – módosító hatásait.

A legkíméletlenebb taktikai sport, a sakk esetén nagy teljesítményű számítógépekkel sikeresen modellezték az egyes lépések és döntések várható kimenetelét, elemezve az ellenfél minden lehetséges válaszát és azok hatásait a játszma alakulására. A mérkőzésre való felkészülés ennek alapján elemzésekből és a lehetséges variációk memorizálásából áll. Egy játék megnyitása és első néhány lépése a legtöbb esetben gépiesen alkalmazott húzások sorozata, hiszen minden akcióra a legmegfelelőbb sémát alkalmazzák a játékosok. A sportjátékokban a taktikai megoldások számítógépes elemzése még várat magára, de nem is olyan egyszerű ez a kérdéskör, mint a sakkban. A sakk esetén egy lépés mindig ugyanúgy történik meg, ugyanakkor a labdajátékokban nincs két teljesen egyforma labdamenet.

Ha sorra vesszük a röplabdában alkalmazott játékelemeket, számtalan olyan taktikai kérdés merül fel, amelyek megoldásánál célszerű a játékelméleti gondolkodás. A nyitás – mint önmagában zárt mozgáskészségen alapuló játékelem – egyszerűen modellezhető ilyen módszerekkel. Ennek kialakításához számba kell venni a szabályok adta lehetőségeket, illetve a leggyakoribb technikai megoldásokat, valamint a játékosok által preferált megoldási változatokat. A nyitást az alapvonal mögül, az alapvonal teljes szélességéből lehet végrehajtani a játékvezető sípjelétől számított 8 másodpercen belül. A nyitás történhet a talajról vagy felugrásból, az egyszerűség kedvéért lehet pörgős vagy lebegő. A becsapódás helyét tekintve a leggyakoribb megoldások az 5-ös, a 6-os, illetve az 1-es helyre érkező nyitások, de csökkenő előfordulási gyakorisággal figyelembe kell még vennünk a trükkös, röviden becsapódó megoldásokat, vagy a hálóról átperdülő nyitást (amit egyébként elég nehéz és kockázatos begyakorolni). Az ellenfél nyitásfogadására leggyakrabban a három (néha kettő) nyitásfogadó specialista játékos alkalmazása a jellemző valamennyi forgásrendben, akik közül az egyik legtöbbször a libero játékos. Célszerű a továbbiakban számolni az ellenfél feladójának helyezkedésével is. Nem tanácsos például az 1-es helyről befutó feladó

esetén az 5-ös hely mögüli zónából átlós nyitást alkalmazni, hiszen a labda röppályája ezáltal hosszabb lesz, ráadásul az ennek következtében könnyebben fogadható nyitás miatt a bejátszást a befutó feladó éppen szemből kaphatja, ami jelentősen megkönnyítheti a feladást. De ezt az ellenfél is tudja, így ennek alkalmazása akár váratlan húzásnak is számíthat. Ez a példa is jól mutatja, hogy minden megoldási módozat a nyitó játékos részéről (helyezkedés, a kivárás időtartama, a technika kiválasztása, a nyitás iránya) egy-egy változóként értelmezhető és ezeknek a kimeneteknek a várható eredményessége (kifizetése) pontokban vagy százalékértékekben ennek alapján jól becsülhető és a mérkőzéselemzések kapcsán igazolható. A következősen, kizárólagosan a nyilvánvaló helyekre történő nyitás (tisztá stratégia) háritása normál esetben nem jelent nagy gondot. A váratlan helyzetek alkalmazása is csak alkalmanként hoz feltétlen sikert, mert ha az ellenfél számít rá, könnyedén védi. Sokkal eredményesebb megoldás a kevert stratégia alkalmazása, a nyitási variációk véletlenszerű és folyamatos változtatása.

A *játékpíramis modell* (Jókay és Németh, 2004) alapján kvantitatív módszerekkel igazolhatók azok az előzmény-következmény viszonyok, melyek szerint a pontszerzés a legfőbb meghatározója a nyitásfogadás hatékonysága. Ha az ellenfél nyitásfogadási specialitásait jól ismerjük (korábbi elemzések), elkészíthetjük az adott csapat ellen alkalmazható leghatékonyabb nyitási stratégiát. Mivel a nyitásfogadásban az aktuális diszpozíció jelentősen befolyásoló tényező, komolyabb csapatok esetén a statisztikus folyamatos és közvetlen kapcsolatban van az edzővel és így - már a játék közben, azonnal - alkalmazni tudják az ellenfél egyéni nyitásfogadási százalékáról készített közvetlen statisztikát.

Hasonló szellemben lehet modellezni a támadás előkészítésének variációit is. Ha a feladó a *célpontban* kapja a bejátszást, akkor 13, egymástól különböző ívű és helyű labdát tud feladni (Rigler és Koltai, 2005). A támadásban elvileg részt vehet mind az öt további játékos (természetesen a szabályok adta lehetőségeken belül), azok indíthatnak támadást a saját zónájukban, illetve annak elhagyásával keresztezés nélkül, vagy akár keresztező megközelítéssel is. A feladó az ellenfél sáncának megtévesztésével lehetőséget biztosít a támadás hatékony befejezésére. Ezek a megoldások lehetnek előre megbeszéltek (labdament előtt) vagy spontán helyzetből adódóak, de mindenképpen nagyban függenek az ellenfél várható háritási mechanizmusaitól.

A közvetlen támadás (leütés vagy ejtés) és a sánc viszonya is egy komplex és modellezhető játékelméleti probléma. A sáncolásban

részt vevő játékosok száma, az emberfogó vagy éppenséggel zóna-vedekezésen (váltásokon) alapuló sáncolási megoldások vagy a provokatív sáncolási taktika a területvédekezés megszervezésével összefüggésben és azzal összhangban kell, hogy olajozottan működjön.

A játék során persze csak korlátozott számú információ állhat rendelkezésre a döntések meghozatalához (Sterbenz, 2006). Gondoljunk csak a jelentős időkénszerre, az információ feldolgozásának sebességi korlátaira, az idegrendszer tárolási és műveletvégzési kapacitására az adott, szorító időhatárok között és mindezt tetéztve a csúcsterhelés, illetve a tét nagyságának nyomasztó fiziológiai és pszichológiai módosító hatásmechanizmusaival. Ezek mind olyan érvek, amelyek látszólag ellentmondanak a játékelméleti szemléletű felfogásnak. Hogyan is várhatnánk el egy játékostól, hogy helyes döntéseket hozzon?

Az ellentmondás úgy oldható fel, hogy a felkészülés során az adott képzési szinteken valós játékhelyzetek sűrített változatát gyakoroltatjuk a játékosokkal, valódi verseny- és téthelyzeteket szimulálva (Rigler és Koltai, 2001, 2005), melyek során konkrét sémákat, bizonyos helyzetekben egyértelműen alkalmazható és alkalmazandó, igen-nem döntéseken alapuló algoritmusokat fejlesztünk mozgásmintaként, döntési modulként készségszintre, és ennek alapján alakítunk ki olyan dinamikus sztereotípiákat, amelyeket hasonló játékhelyzetekben eredményesen lehet alkalmazni.

Heurisztikus döntések

A játék során előfordulnak spontán, *heurisztikus* döntések is, melyek elnevezése az Arkhimédész fejéből hirtelen kipattant felfedezés történetéből származik.

Ha egy váratlan, zseniális megoldást alkalmazó sportolót arra kérjük, hogy elemezze látványos, eredményes megmozdulását, legtöbbször kitérő választ kapunk. A spontán, káprázatos mozdulatot képtelen akár csak visszaidézni is, döntően fogalma sincs arról, hogyan hajtotta végre. Még az utólagos videoelemzések során is kétkedve tekint az akcióra. Az eset magyarázata az, hogy a mozgás kiválasztása és megvalósítása nem tudatosult az agykéregben, csupán a tudat alatti régióban valósult meg gyors és adekvát válaszreakcióként, esélyt sem adva annak az ellenfél általi lereagálására.

Abból, hogy egy mozgás folyamatos, szenzoros feedback nélkül is létrejöhet, arra lehet következtetni, hogy a gyorsabb, összetettebb mozgások esetén a releváns „parancsok” az agyban már a mozgás

megkezdése előtt jelen vannak *motoros programként* (MP), ami ellentmond a korábbi, úgynevezett *reflexlánc-hipotézisnek*. Kezdetben azonban úgy gondolták, az egyes mozgásfolyamatok minden egyes mozzanata egy külön MP-ben van tárolva, melyben minden biomechanikai és élettani változó meghatározott. Ennek az elképzelésnek az volt a hibája, hogy amennyiben a rendszer a mozgáskivitelezés alatt afferens hibajelzést kap, meg kell várni, míg az MP lefut és csak ezután tudunk egy aktuálisra váló új motoros programot előhívni. Az emberi mozgásrepertoár és -komplexitás szempontjából ez azt jelentené, hogy végtelen sok apró mozgássort kellene tárolni, mert a mozgásfolyamatban lévő minden kinematikus változás szükségszerűen egy másik programot feltételezne. Még ha elegendő tárolókapacitás állna rendelkezésre, akkor is jelentős problémát okozna az összes lehetséges, komplex mozgássorozat külön programként történő elraktározása, hiszen ezzel egyidejűleg az agy feldolgozó sebessége is csökkenne az információtömeg nagyságával arányosan. Így a rendszer motoros válaszüdeje a tárolt MP-k arányában megnövekedne. Nehezen magyarázhatóvá vált a mozgásminták genetikailag rögzített voltának és a már meglévő mozgáselemek kombinációjaként létrejövő új mozgásprogramok kialakulásának elmélete is.

Schmidt (1996) úgy oldja meg ezt a problémát, hogy – feltételezése szerint – nem kell minden esetben új program, hanem az egymástól eltérő mozgásokat az agyban *generalizált motoros programok* (GMP) irányítják a szükséges paraméterek összegyűjtésével. Ezzel képes a rendszer az információfeldolgozás folyamatában jelentkező hosszú, időigényes lépéseket megtakarítani, mindazonáltal elkerülni a kognitív folyamatokat (*Konczak*, 1996). Egy GMP többé már nem kötődik egy meghatározott ízülethez vagy testszervényhez, hanem előkészít egy egyértelmű mozgásmintát, függetlenül a részt vevő izomzattól, a mozgássebességtől és a mozgásamplitúdótól. Ezáltal a tárolandó programok száma jelentősen csökken. Ezzel megoldódik az új mozgás tanulásának problémája is, hiszen már egyetlen paraméter megváltoztatása egy új cselekvést eredményez. A GMP tehát a mozgásnak csak egy meglehetősen *absztrakt, invariáns* mintáját tartalmazza, nem határozza meg a különböző izomcsoportok pontos aktiválását, csak az akciók kinematikus sorrendjét. Minden GMP-t egy folyamatkód jellemez, amely a mozgás térbeli és időbeli struktúráját szabja meg. Ehhez már csak egy globális erőparamétert kell meghatározni, amely a részt vevő izomzat outputját vezérli. Szemléletesen bizonyítja ezt a hipotézist az írás invariáns tulajdonságának megfigyelése, mely szerint a nevünket különböző effektorok segít-

ségével is le tudjuk leírni (jobb és bal kéz, száj, láb), miközben a különböző mozgások idő-tér mintái csaknem invariánsak. Ebből arra következtethetünk, hogy egy motoros programban csak a topológia és nem a mozgás pontos metrikája van kódolva, hiszen a konkrét, mozgásos cselekvést minden esetben testünk más-más izomcsoportjainak összehangolt mozgásával hajtottuk végre. Így a generalizált motoros programokban az információk feldolgozása egy hierarchikusan tagolt rendszerben (hierarchically distributed processing system) történik, amelyben a programinstrukciók meghatározott modulokban kerülnek azonnali feldolgozásra és végrehajtásra.

Jól szemlélteti ezt az elméletet a hanglemezfelvétel analógiája is, mely szerint egy előre felvett hanganyagot különböző szerkezeteken, illetve eltérő helyszíneken is le tudjuk játszani. A zene domináns tulajdonságai (arányok, relatív hangerő, dinamika) akkor sem változnak, ha magasabb vagy éppen alacsonyabb fordulatszám, hangosan vagy halkán történik a lejátszás. Ugyanígy nem változnak a mozgások tér- és időbeli, illetve dinamikai, amplitúdóbeli állandói sem a generalizált motoros programok által.

A lokomóció, mint zárt láncú mozgáskészség kontrollja kapcsán figyelemre méltó élettani bizonyíték a Shik-féle *középagyi (mezencefali-kus) preparáció*. Ennek lényege, hogy a kísérleti állat (macska) közép-agyát átvágva elválasztották a gerincagy alacsonyabb szintjeit a magasabb, a tudatos tevékenységet irányító felsőbb agykérgi szintektől. A mozgásokért nagy részben felelős kisagy (cerebellum) a beavatkozás után is sértetlenül kommunikálhat a gerincvelő átvágás alatti szakaszaival, azonban a cortexhez futó afferens pályák sérülése folytán se a perifériáról érkező ingerületek tudatos szintre emelkedése, se a mozgások akaratlagos, tudati vezérlése nem valósulhat meg. A futószalagra helyezett kísérleti állat a szalag mozgását követve, normál járásnak megfelelő mozgásmintát képes alkalmazni, sőt, a szalag sebességét növelve a gyorsabb lépegetést követően átvált egy más jellegű, galoppozó mozgásra.

Az idegéletteni elemzés két fontos problémát vet fel. Egyrészt a mozgásos cselekvések irányítását az agyban a generalizált motoros programok végzik. Másrészt az agy képes arra, hogy a meglévő mozgásminták átkapcsolódjanak, egyik a másikba, anélkül, hogy a cortex és ezen keresztül a tudatos folyamatok bekapcsolódnának. E két dolog képezi a heurisztikus döntések alapját a labdajátékokban.

Összefoglalás

Rendkívül lényeges, hogy a játékos minél több generalizált motoros programmal, mozgáskészséggel, jól begyakorolt mozgásautomatizmusokkal, úgynevezett *mozgásintelligenciával* rendelkezék és ezeket a játék során változó körülmények között képes legyen mozgósítani, a helyzet adta problémákra adekvát választ adni. Csak évekig tartó gyakorlással lehet elérni egy olyan minőségi szintet, ahol az *ötletjátéktól* kiindulva, a *kombinációs* és *formációs* játék állomásain keresztül eljuthatunk az *improvizatív* (szabad) játék színvonaláig. Ennek a szintnek lehet a sajátja a heurisztikus döntések világa, ahol a kimagasló talentum a kezdetektől fogva, tudatosan megtervezett, szisztematikus felkészítés végén – egy hatékony tehetséggondozó program keretében és annak eredményeként – képes lesz bravúros, látványos és egyben sikeres megoldásokra.

Addig viszont sok racionális, játékelméleti döntésre épülő folyamatot kell megismertetni a játékosokkal a gyakorlások során, melyeket, ha nem tudatosítunk kellően a játékosok felkészítésének kezdetétől, akkor jelentős deficittel számolhatunk a későbbiekben.

Irodalom

- Axelrod, R. (1984): *The Evolution of Cooperation*. Basic Books, New York.
- Filep László (2001): *Játékelmélet*. Tankönyvkiadó, Budapest.
- Istváni Csaba (1986): *Sportjátékok tevékenységprofilja*. In: Istváni Csaba (Szerk.): *Sportjátékosok edzése*. Sport, Budapest. 10-25. p.
- Jókay Zoltán, Németh Lajos (2004): *Kritikus teljesítményszintek a röplabdázók versenyeredményeinek alakításában*. 34. Mozgásbiológiai Konferencia. (Előadás).
- Konczak, J. (1996): *Benutzt das Gehirn „Motorische Programme“ zur Steuerung von Bewegung?* In: Daus, R., Blischke, K., Marschall, F., Müller, H. (Hrsg): *Kognition und Motorik*. Czwalina Verlag, Hamburg. 37-51. p.
- Mérő László (1996): *Mindenki másképp egyforma. A játékelmélet és a racionalitás pszichológiája*. Tercium Kiadó, Budapest.
- Mérő László (1997): *A játékelmélet és a racionalitás pszichológiája. A közlegelők problémája*. Osiris, Budapest.
- Mészáros József (2003): *Játékelmélet*. Gondolat, Budapest.
- Minh, Phan Hong, Rigler Endre, Garamvölgyi Miklós (1977): *A röplabdaérintések erő kifejtéseinek biomechanikai vizsgálata*. In: *Elmélet a gyakorlatért*. TF, Budapest. 1-5. p.
- Nádori László (1981): *Az edzés elmélete és módszertana*. Sport, Budapest.
- Nagy Ferenc (Szerk.) (1995): *Harsányi János a játékelmélet Nobel-díjasa*. Akadémiai Kiadó, Budapest.

- Neumann, J., Morgenstern, O. (1947): *Theory of games and economic behavior*. Princeton University Press, New Jersey.
- Rigler Endre, Koltai Miklós (2001): *Gyakorlatgyűjtemény a röplabda iskolai oktatásához*. TF, Budapest.
- Rigler Endre, Koltai Miklós (2005): *Röplabdázók felmérő és felkészítő eljárásai*. TF, Budapest.
- Rigler Endre (2004): *Sportjátékelmélet*. I. kötet. TF, Budapest.
- Schmidt, Richard A. (1996): *Mozgáskontroll és mozgástanulás*. Magyar Testnevelési Egyetem, Budapest.
- Sterbenz Tamás (2006): Sportjátékok döntései. *Kalokagathia*, 1-2. 96-105.

ADATOK A SOMOGY MEGYEI NÖVEKEDÉSVIZSGÁLATHOZ - BŐRREDŐVASTAGSÁGOK

Data for investigation of growth in Somogy county - Skinfold measurements

● Suskovics Csilla

Nyugat-magyarországi Egyetem Savaria Egyetemi Központ
Sporttudományi Intézet, Sportelméleti Tanszék

Összefoglaló

A tanulmány alapját egy keresztmetszeti vizsgálat képezte, melyet 1977-ben végeztek Somogy megyében 3377 gyereken (1614 lány és 1763 fiú), akik 98 településen (8 városban és 90 faluban) éltek. A vizsgálat célja egyrészt az volt, hogy elemezze a 10-15 éves gyerekek bőrredőméréseinek eredményeit, másrészt, hogy értékelje a bőrredőmérések értékeinek növekedésében bekövetkezett változásokat, összehasonlítva ezeket az adatokat a Magyar Országos Növekedési Tanulmány jellemző értékeivel, melyeket a nyolcvanas évek közepén kaptak, illetve a Somogy megyében korábban kapott eredményekkel.

A bőrredőmérések átlagértékei a lányoknál nagyobbak, mint a fiúknál, a teljes vizsgált időszakon belül. A szubkután zsírréteg növekedési sebessége a magasságbeli növekedési lökés (PHV) időszakában lelassul és a test abszolút zsírtömege is ténylegesen csökken vagy változatlan marad. A zsírnak a szubkután testszövetben történő felhalmozódása erőteljesen felgyorsul a lányokban a 12. életév után. Ezzel ellentétben a fiúknál a zsírvesztés folytatódik a 13. éves kor után és a csípőtájéki zsírfelhalmozódás elhanyagolható. A testzsír eloszlása szintén változik a növekedéssel együtt. A legtöbb zsír felhalmozódása a csípő tájékán figyelhető meg, ezt követően a lábikra, a lapocka és a triceps környékén.

Kulcsszavak: keresztmetszeti vizsgálat, bőrredőmérés, növekedéssel együtt járó változások.

Abstract

The study is based on a cross-sectional study carried out in 3377 children (1614 girls and 1763 boys) living in 98 settlements (8 towns and 90 villages) of the county of Somogy in 1997. The aim of this study was (1) to analyse skinfold measurements of 10-to-15-year-old children; (2) and to

analyse changes in growth of skinfold measurements, comparing the data with the standards of Hungarian National Growth Study (HNCS), carried out in the middle of the eighties and within the county of Somogy results.

Mean skinfold measurements are larger in girls than in boys all over the period studied. The growth velocity rate of the subcutaneous fat layer slows down during the period of PHV, in fact, also the absolute fat mass of the body decreases or remains unchanged. The velocity rate of fat accumulation in the subcutaneous tissue sharply speeds up in girls from the 12th year of life. In contrast, fat loss continues to occur in boys beyond 13th year of age, and the increment on the trunk is negligible. Also fat distribution changes with growth. Most fat is accumulated at the hip, followed by the calf, subscapular and triceps area.

Keywords: cross-sectional study, skinfold measurements; changes in growth.

Bevezetés

A társadalom, az oktatásügy, az egészségügy felelősséggel tartozik a gyermekek testi, fizikai, valamint mentális állapotáért. Ahhoz, hogy érdemben lehessen döntéseket, rendeleteket, esetenként törvényeket hozni, elengedhetetlenek azok az ismeretek, melyek tájékoztatást nyújtanak a gyermekek fejlettségéről. Ez azért is fontos, mivel „a gyermek biológiai fejlődése az egész népesség biológiai értékét tükrözi” (Eiben és Pantó, 1981), így még inkább elengedhetetlen, hogy mindazok a szakemberek, akik gyermekekkel foglalkoznak – gyermekgyógyászok, iskolaorvosok, védőnők, sportorvosok, pedagógusok, pszichológusok, edzők stb. –, valamint egyes szervezetek, így a közegészségügyi, a társadalom-egészségügyi és az oktatásügyi szervezetek, tudatában legyenek a gyermekek biológiai és fizikai állapotával.

Munkánk most ehhez nyújt adalékot. A tanulmány alapja egy 1997-ben, Somogy megyében zajló növekedésvizsgálat, melynek eredményei több szempontból, különféle megközelítésekkel már elemzésre kerültek. Az adatok kiértékelésének néhány aspektusa a teljesség igénye nélkül: nemi érés, testarányok, szekuláris trend, sportképességek, sportteljesítmény és a biológiai fejlettség (Suskovics, 1997, 2000, 2004a, b, 2005a, b, c, 2006; Suskovics és Eiben, 2002).

Jelen munka egy ugyancsak fontos, és napjaink szomorú aktualitásként mindinkább előtérbe kerülő problémával, a bőrredőértékek változásával, alakulásával foglalkozik. Ezek az adatok azért is fontosak, mert belőlük következtethetünk a test összetételére, így az elhízás mértékére is. A kövérség (obesitas) társadalmi szinten jelentkező probléma, és egyre veszélyesebb méreteket ölt. Az elhízás az utóbbi

tíz évben a fejlett országokban népbetegséggé nőtte ki magát, olyanira, hogy a dohányzás mögött a második helyet foglalja el a megelőzhető halálóki tényezők között (Alpert és Powers, 2005).

Jelen tanulmány célja a bőrredővastagságok értékeinek elemzése, és a változások feltárása a bőrredővastagságok növekedésében.

Anyag és módszer

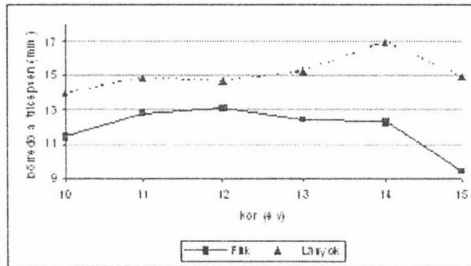
A tanulmány alapját a Somogy megye 98 településén (8 város és 90 község) élő, 3377 (1614 leány és 1763 fiú) 1997-ben végzett keresztmetszeti vizsgálat képezi. Munkánk Eiben és munkatársai (1990), illetve Eiben, Barabás és Pantó (1991) Somogy megyei vizsgálati eredményeinek 15 éves utánvizsgálata a 10-15 éves korosztályra vonatkozóan. A mintavétel 20%-os volt. A vizsgálat egy antropometriai programból, egy a sportképességekre vonatkozó vizsgálatból állt, és tartalmazott egy kérdőívet a gyermekek szociális háttéréről. Az antropometriai program keretén belül 18 testméret adata került rögzítésre (Martin és Saller, 1957; Tanner, Hiernaux és Jarman, 1969). Ebből ez a tanulmány a bőrredőméreteket emeli ki: bőrredő az alszáron (az ülő gyermek lelógatott alszárának belső oldalán, az alszárkerület magasságában emelt bőrredő vastagsága), bőrredő a tricepszen (a lelógatott felkar háti oldalán, a m.tricepszen emelt bőrredő vastagsága, a felkar-kerület magasságában mérve), bőrredő a lapocka alatt (a bal lapocka alsó szögleténél rézsútosan emelt bőrredő vastagsága) és bőrredő a csípőn (a törzs oldalán, az iliocristale táján emelt bőrredő vastagsága).

Az adatok elemzéséhez az egyes csoportok átlagai, szórásai, minimum és maximum értékei valamint az utóbbiak alapján variációterjedelmük kerültek meghatározásra. A nemek közötti különbségek szignifikanciaszintjének tesztelése kétmintás t-próbával, vagy ha az F-próba szignifikáns eltérést eredményezett, Welch-féle d-próbával történt (Hajtman, 1971). A korcsoportok középértékeinek összehasonlítását egyszempontos varianciaanalízissel, a páronkénti összehasonlításokat Scheffé-féle próbával végeztük. A számításokhoz a próbák előtt transzformáltuk a bőrredőméreteket. Az Országos Növekedésvizsgálat Somogy megyei átlagértékeit a jelen minta átlagértékeivel kétmintás t-próbával, illetve d-próbával hasonlítottuk össze. A 15 év változásainak szemléltetésére percentilis görbéket használtunk.

Az elektronikus feldolgozás a Microsoft Excel és az SPSS statisztikai programcsomag segítségével történt.

1. táblázat: A Somogy megyei fiúk és leányok
bőrredőértéke a tricepsen

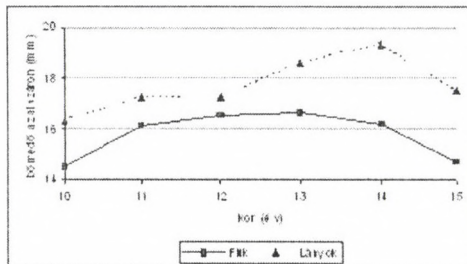
Életkor (év)	Fiúk					Lányok					t
	M	SD	SE	Vmin	Vmax	M	SD	SE	Vmin	Vmax	
10	11,42	5,31	0,88	4,0	27,0	13,96	5,08	0,70	6,0	29,0	p<0,005
11	12,85	6,50	0,35	3,0	37,0	14,82	6,64	0,37	5,0	39,0	p<0,005
12	13,09	7,16	0,35	3,0	40,0	14,66	6,08	0,31	4,0	37,0	p<0,005
13	12,43	6,95	0,33	3,0	39,0	15,25	5,92	0,30	5,0	36,0	p<0,005
14	12,30	6,99	0,37	3,0	40,0	16,94	6,57	0,36	5,0	45,0	p<0,005
15	9,39	5,94	0,61	4,0	39,0	14,96	5,70	0,68	3,0	35,0	p<0,005



1. ábra: A Somogy megyei fiúk és leányok
bőrredőértéke a tricepsen

2. táblázat: A Somogy megyei fiúk és leányok
bőrredőértéke az alszáron

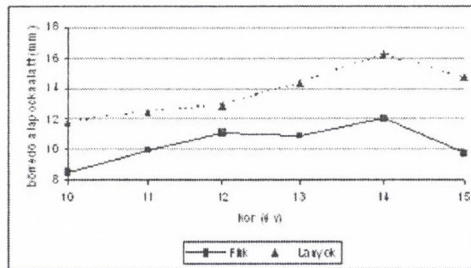
Életkor (év)	Fiúk					Lányok					t
	M	SD	SE	Vmin	Vmax	M	SD	SE	Vmin	Vmax	
10	14,56	4,29	0,72	8,0	25,0	16,33	4,51	0,62	9,0	31,0	
11	16,14	5,75	0,31	7,0	44,0	17,26	5,91	0,33	8,0	37,0	p<0,005
12	16,53	6,59	0,32	5,0	48,0	17,23	5,48	0,28	8,0	40,0	
13	16,64	6,31	0,30	3,0	46,0	18,64	5,71	0,29	7,0	48,0	p<0,005
14	16,21	6,34	0,33	5,0	42,0	19,34	6,41	0,35	8,0	53,0	p<0,005
15	14,72	6,29	0,61	6,0	49,0	17,53	4,08	0,68	7,0	30,0	p<0,005



2. ábra: A Somogy megyei fiúk és leányok
bőrredőértéke az alszáron

3. táblázat: A Somogy megyei fiúk és leányok
bőrredőértéke a lapocka alatt

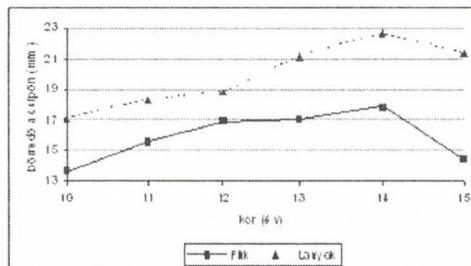
Életkor (év)	Fiúk					Lányok					t
	M	SD	SE	Vmin	Vmax	M	SD	SE	Vmin	Vmax	
10	8,50	6,51	1,09	3,0	32,0	11,77	7,84	1,09	3,0	40,0	p<0,005
11	9,90	8,57	0,45	2,0	46,0	12,50	9,33	0,52	2,0	48,0	p<0,005
12	11,14	10,55	0,52	3,0	58,0	12,90	9,23	0,47	3,0	52,0	p<0,005
13	10,96	9,93	0,47	2,0	58,0	14,32	9,32	0,47	2,0	53,0	p<0,005
14	12,00	10,09	0,53	2,0	55,0	16,21	9,02	0,49	4,0	54,0	p<0,005
15	9,72	8,04	1,08	4,0	47,0	14,74	8,24	1,25	4,0	51,0	p<0,005



3. ábra: A Somogy megyei fiúk és leányok
bőrredőértéke a lapocka alatt

4. táblázat: A Somogy megyei fiúk és leányok
bőrredőértéke a csípőn

Életkor (év)	Fiúk					Lányok					t
	M	SD	SE	Vmin	Vmax	M	SD	SE	Vmin	Vmax	
10	13,64	9,92	1,65	4,0	46,0	17,04	8,85	1,23	4,0	42,0	
11	15,58	11,38	0,60	3,0	57,0	18,33	11,92	0,66	4,0	64,0	p<0,005
12	16,91	13,57	0,66	3,0	66,0	18,80	11,41	0,58	3,0	59,0	p<0,005
13	17,01	13,32	0,63	3,0	62,0	21,12	11,61	0,58	3,0	58,0	p<0,005
14	17,86	12,97	0,68	4,0	62,0	22,63	11,69	0,64	3,0	67,0	p<0,005
15	14,36	10,51	1,08	5,0	54,0	21,36	10,42	1,25	4,0	55,0	p<0,005



4. ábra: A Somogy megyei fiúk és leányok
bőrredőértéke a csípőn

Eredmények

A Somogy megyei növekedésvizsgálat eredménye

A vizsgálati programban két végtag- és két törzsméret szerepelt: *bőrredővastagság a tricepszen, az alszáron, a lapocka alatt és a csípőn* (1- 4. táblázat és 1- 4. ábra).

A nemek összehasonlításában a leányok bőrredő-középertékei minden esetben és korcsoportban nagyobbak, mint a fiúké. Az eltérések szinte minden életkorban szignifikánsak mind a négy területen vizsgált méretnél. Kivételt csak a 12 éves gyermekek alszáron mért átlagértékei képeznek. A két nemből 12 éves korig hasonlóak az adatok. A középertékekben a legkisebb különbségek ebben a korban találhatóak, amelyek azonban, az elmondottak értelmében, az alszár kivételével szignifikánsak. Az eltérések az alszár esetében 14 éves korig, a többi bőrredő esetében 15 éves korig fokozatosan emelkednek.

A leányoknál a varianciaanalízissel történt elemzés általában nem eredményezett szignifikáns eltérést a szomszédos korcsoportok között. A bőrredőértékeik 10-12 éves korban közel azonosak, 12 éves korban a végtagok méretei kisebbek, a törzsön mért bőrredővastagságok pedig csupán elhanyagolható mértékben emelkednek. Tizenkét éves kortól következik egy ugrás, és hirtelen felgyorsul a növekedés, ami 14 éves korig tart. Szignifikáns különbség viszont csupán a 12-13 évesek között adódik az alszáron és a 13-14 évesek között a tricepszen.

A fiúk koreltérései nem hoztak szignifikáns különbséget egyetlen korcsoport között sem a vizsgált korintervallumban. A növekedés mértéke 12 éves korig egyenletes, majd csökkennek a középertékek. Tizenhárom éves kortól 14 éves korig a törzsön kismértékben emelkednek, a végtagokon csökkennek az átlagok. Tizenöt éves korra mind a négy bőrredő esetében jelentősen visszaesnek a középertékek és megközelítik a 10 évesek eredményeit, sőt a tricepszen esetében meg is haladják azt.

Az eredményeket összevetve az országos középertékekkel, megállapítható, hogy a kilencvenes évek végén a somogyi gyermekek átlagai általában meghaladják ezeket, ami fokozottabban jellemző a fiúkra, mint a lányokra (5-12. ábra).

Változások 15 év elteltével

Bőrredővastagság a tricepszen (5-6. táblázat és 5-6. ábra): A felvett bőrredőértékek változásai más tendenciát jeleznek a leányoknál és a fi-

úknál. A leányok méretei csökkentek, míg a fiúk kismértékben növekedtek, szignifikáns különbség azonban egy esetben sem jelentkezett. A leányok pontsora a korábbi vizsgálatnál az 50-es és a 75-ös percentilis körül fut, a kilencvenes évek pontsora az 50-es percentilisen. A fiúk középértékei a nyolcvanas évek elején az 50-es percentilisen, a későbbi vizsgálatnál kicsivel e fölött vannak.

5. táblázat: A Somogy megyei leányok bőrredőértékei

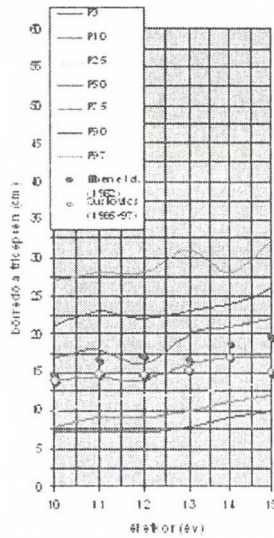
Életkor (év)	1982 (a vizsgálat ideje)*			1995-97 (a vizsgálat ideje)			t
	M	SD	SE	M	SD	SE	
Bőrredő értéke a tricepsen (mm)							
10	14,60	7,10	1,30	13,96	5,08	0,70	
11	16,60	7,50	1,42	14,82	6,64	0,37	
12	17,00	7,10	1,22	14,66	6,08	0,31	
13	16,50	5,40	0,94	15,25	5,92	0,30	
14	18,70	6,20	1,05	16,94	6,57	0,36	
15	19,60	7,10	1,07	14,96	5,70	0,68	
Bőrredő értéke az alszáron (mm)							
10	16,50	7,80	1,42	16,33	4,51	0,62	
11	20,30	8,80	1,66	17,26	5,91	0,33	
12	21,10	7,90	1,35	17,23	5,48	0,28	p<0,05
13	20,80	6,40	1,11	18,64	5,71	0,29	
14	22,90	6,80	1,15	19,34	6,41	0,35	
15	24,90	7,20	1,09	17,53	4,08	0,49	p<0,05
Bőrredő értéke a lapocka alatt (mm)							
10	11,10	8,40	1,53	11,77	7,84	1,09	
11	12,00	7,90	1,49	12,50	9,33	0,52	
12	12,10	6,30	1,08	12,90	9,23	0,47	
13	12,80	6,20	1,08	14,32	9,32	0,47	
14	14,60	6,70	1,13	16,21	9,02	0,49	
15	14,40	6,30	0,95	14,74	8,24	0,99	
Bőrredő értéke a csípőn (mm)							
10	15,40	11,10	2,03	17,04	8,85	1,23	
11	19,80	11,70	2,21	18,33	11,92	0,66	
12	20,40	10,70	1,84	18,80	11,41	0,58	
13	21,30	10,10	1,76	21,12	11,61	0,58	
14	23,50	8,40	1,42	22,63	11,69	0,64	
15	24,00	8,60	1,30	21,36	10,42	1,25	

* Eiben és mtsai, 1990.

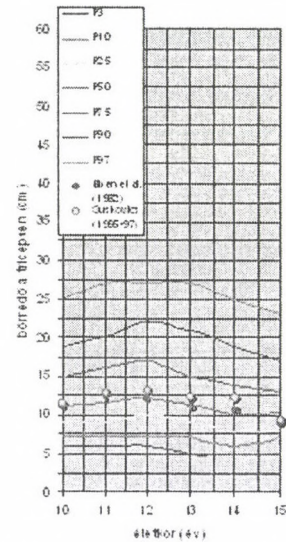
6. táblázat: A Somogy megyei fiúk bőrredőértékei

Életkor (év)	1982 (a vizsgálat ideje)*			1995-97 (a vizsgálat ideje)			t
	M	SD	SE	M	SD	SE	
Bőrredő értéke a tricepsen (mm)							
10	11,20	5,70	0,89	11,42	5,31	0,88	
11	12,20	6,40	1,07	12,85	6,50	0,35	
12	12,10	6,30	1,04	13,09	7,16	0,35	
13	11,10	7,00	1,15	12,40	6,94	0,33	
14	10,70	5,60	0,91	12,30	6,99	0,37	
15	9,00	3,60	0,77	9,39	5,94	0,61	
Bőrredő értéke az alszáron (mm)							
10	12,00	5,70	0,89	14,56	4,29	0,72	p<0,05
11	12,20	7,10	1,18	16,14	5,75	0,31	
12	12,50	6,40	1,05	16,53	6,59	0,32	
13	12,60	6,90	1,13	16,61	6,29	0,30	
14	11,70	4,60	0,75	16,21	6,34	0,33	p<0,05
15	10,00	3,50	0,75	14,72	6,29	0,65	p<0,05
Bőrredő értéke a lapocka alatt (mm)							
10	7,80	6,30	0,98	8,50	6,51	1,09	
11	9,30	7,00	1,17	9,90	8,57	0,45	
12	9,40	6,50	1,07	11,14	10,55	0,52	
13	9,80	7,40	1,22	10,93	9,92	0,47	
14	8,90	5,60	0,91	12,00	10,09	0,53	p<0,05
15	8,40	5,10	1,09	9,72	8,04	0,83	
Bőrredő értéke a csípőn (mm)							
10	11,40	7,30	1,14	13,64	9,92	1,65	
11	13,80	10,00	1,67	15,58	11,38	0,60	
12	13,70	9,00	1,48	16,91	13,57	0,66	p<0,05
13	13,70	8,70	1,43	16,96	13,30	0,63	p<0,05
14	14,20	8,90	1,44	17,86	12,97	0,68	p<0,05
15	13,40	7,20	1,54	14,36	10,51	1,08	

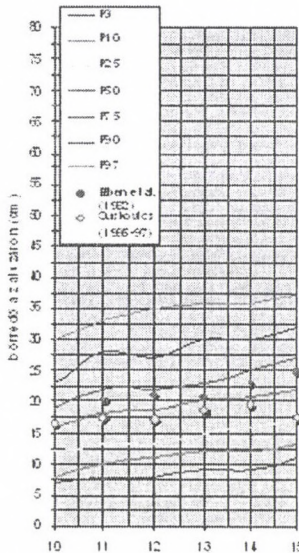
* Eiben és mtsai, 1990.



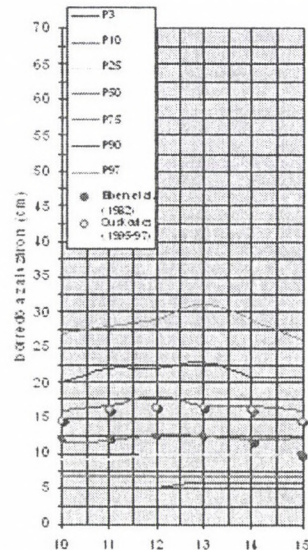
5. ábra: A Somogy megyei leányok bőrredő- (triceps-) középértékei az országos növekedési sztenderdek percentilisértékeihez viszonyítva (1982-1995/97)



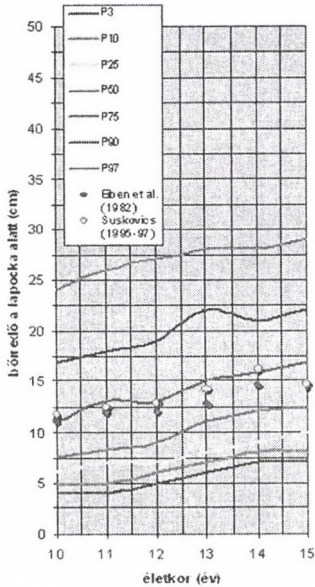
6. ábra: A Somogy megyei fiúk bőrredő- (triceps-) középértékei az országos növekedési sztenderdek percentilisértékeihez viszonyítva (1982-1995/97)



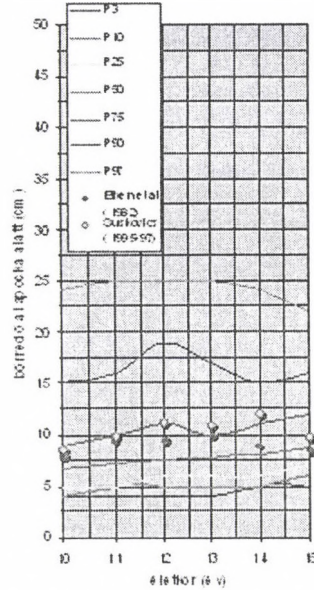
7. ábra: A Somogy megyei leányok bőrredő- (alszár-) középértékei az országos növekedési sztenderdek percentilisértékeihez viszonyítva (1982-1995/97)



8. ábra: A Somogy megyei fiúk bőrredő- (alszár-) középértékei az országos növekedési sztenderdek percentilisértékeihez viszonyítva (1982-1995/97)



9. ábra: A Somogy megyei leányok bőrredő-középértékei (lapocka alatt) az országos növekedési sztenderdek percentilisértékeihez viszonyítva (1982-1995/97)

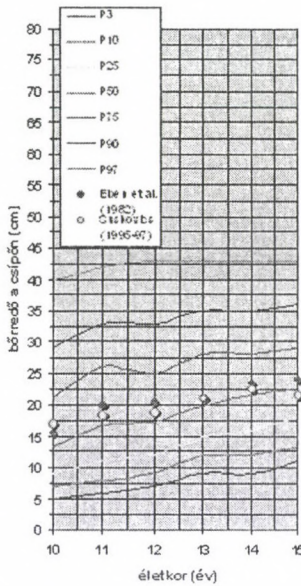


10. ábra: A Somogy megyei fiúk bőrredő-középértékei (lapocka alatt) az országos növekedési sztenderdek percentilisértékeihez viszonyítva (1982-1995/97)

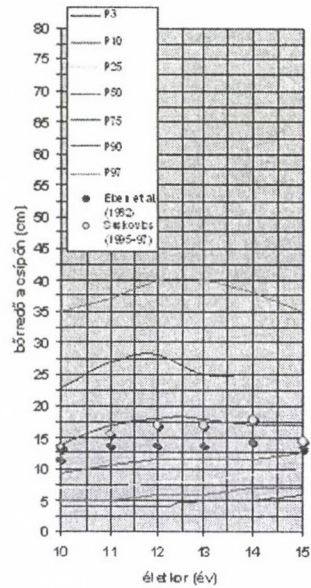
Bőrredővastagság az alszáron (5-6. táblázat és 7-8. ábra): Hasonlóan a tricepsen mért bőr alatti zsírréteg változásaihoz, ez a méret is kisebb lett a leányoknál, míg a fiúknál nagyobb értékeket rögzítettünk. Szignifikáns különbség a leányoknál két, a fiúknál három korcsoportban adódott. A középértékek a leányoknál a 15 évvel korábbi vizsgálatnál az 50-es és a 75-ös percentilis között, a 20. század végi vizsgálatnál az 50-es percentilis alatt vannak. A fiúk pontsora korábban az 50-es, 1997-ben a 75-ös percentilis körül mozog.

Bőrredővastagság a lapocka alatt (5-6. táblázat és 9-10. ábra): Ebben a méretben mindkét nemnél hasonlóak az átlagértékek, az előző vizsgálat adataihoz. A leányok és a fiúk pontsora mindkét vizsgálatnál a 75-ös percentilis közelében fut.

Bőrredővastagság a csípőn (5-6. táblázat és 11-12. ábra): A regisztrált adatok a végtagméreteknél tapasztalt változásokat tükrözik. A leányoknál kisebbek, míg a fiúknál nagyobbak lettek a középértékek, mint 15 évvel ezelőtt. Szignifikáns különbség a 12-14 éves fiúknál jelentkezett. Az átlagértékek a leányoknál mindkét esetben az 50-es percentilis felett, a fiúknál korábban az 50-es és a 75-ös percentilis között vannak, a későbbi vizsgálat értékei pedig megközelítik a 75-ös percentilist.



11. ábra: A Somogy megyei leányok bőrredő-középértékei (csípőn) az országos növekedési sztenderdek percentilisértékeihez viszonyítva (1982-1995/97)



12. ábra: A Somogy megyei fiúk bőrredő-középértékei (csípőn) az országos növekedési sztenderdek percentilisértékeihez viszonyítva (1982-1995/97)

Következtetések

A bőr alatti zsírréteg vastagságának nagysága főleg a környezeti hatások függvénye. Értékeiből a testzsír és a sovány testtömeg mennyiségét becsülhetjük.

A kapott eredmények alapján elmondhatjuk, hogy a nőkre jellemző nagyobb mennyiségű bőr alatti zsírdépo felhalmozódása már a vizsgált korintervallumban is kimutatható. A zsír mennyisége leginkább a csípő felett halmozódik fel. Ez nemcsak a leányoknál, a fiúk esetében is így van. A zsíreloszlás tekintetében a további három méret sorrendje ugyancsak megegyezik a leányoknál és a fiúknál. A csípő felett felvett értékek után az alszáron, a tricepszen és a lapockán felvett értékek következnek.

A növekedés ütemére jellemző, hogy a törzs bőrredővastagsága intenzívebben nő, mint a végtagoké (a sorrend mind két nemnél: csípő, lapocka, alszár és triceps).

Mind a négy bőrredőméretben megfigyelhető, hogy a két nem középértéke közti eltérés 12 éves korig hasonló, ezt követően azonban folyamatosan nőnek a különbségek. Ennek oka a fiúk serdülőkori

zsírvesztése. Ez az abszolút méretben bekövetkező zsírvesztés. A leányok esetében viszont főleg relatív zsírvesztésről beszélhetünk, abszolút méreteik a rövid ideig tartó, átmeneti visszaesés után, továbbra is növekednek. Emellett meg kell említeni azt is, hogy a leányok bőrredővastagságának középtértékeiben egy évvel előbb következnek be csökkenés, mint a fiúknál, ami szintén növeli a két nem bőrredővastagsága közötti különbséget. A subcutan zsírréteg növekedési tempója a magasságbeli növekedési lökés (PHV) időszakában (a vizsgált mintában ez a leányoknál 11-12 év; fiúknál 12-13 év) csökken, sőt a testzsír abszolút tömege is általában kisebb lesz. Ez kifejezettebben jelentkezik a fiúknál. A leányok végtag-bőrredőinél csak csekély mértékű a csökkenés, a csípőn és a lapockán felvett méretekkel pedig csupán a sebesség csökkenését regisztrálhatjuk (az abszolút méretek minimálisan, de nagyobbak). Tizenkét éves kortól a bőr alatti zsírréteg felhalmozási sebessége nagymértékben felgyorsul. Ezzel szemben a fiúknál a testzsír abszolút tömege 13 éves kor után is fogyatkozik a végtagméreteknél, a törzsméreteinél pedig elhanyagolható a gyarapodás.

A varianciaanalízissel történt elemzés, a leányok triceps- és alszárméreténél tapasztalt szignifikáns különbségétől eltekintve, egyik szomszédos korcsoport között sem hozott szignifikáns eltérést. A subcutan zsír mennyisége tehát lassabban változik a növekedés és fejlődés során, mint a többi testméret (Suskovics, 2004a, 2004b).

Az 1982-ben, az Országos Növekedésvizsgálat keretén belül, Somogy megyében végzett vizsgálat és a 20. század végi utánvizsgálat eredményeinek összehasonlításával érdekes megfigyelést tehetünk: a bőrredővastagságok változásai a leányoknál és a fiúknál ellentétes irányúak. A leányok bőr alatti zsírrétege csökken, ugyanakkor a fiúké nő. A következtetésekkel azonban csínján kell bánnunk, hiszen az eredmények, néhány kivételtől eltekintve, nem jeleznek szignifikáns különbségeket. A tendenciát az elkövetkező évtizedek ismételt vizsgálatainak adatai mutatják majd reálisan. Mindenesetre figyelemfelkeltő tény, aminek oka valószínűleg az aktuális divatirányzatokban keresendő. A média egyre inkább a sportosabb, karcsúbb, esetenként a már egészségtelenül sovány hölgyeket állítja reflektorfénybe, így ez lesz a követendő példa. 1982-ben, az első vizsgálat idején, Magyarországon még nem volt jellemző a piacorientáltság, a televíziónak is kisebb szerep jutott (jóval kevesebb volt az adásidő is), így hatása is kevésbé érvényesült, és természetesen a követendő divatmodell is más volt. Jelenleg a reklámok, videoklipek áradata hozzátartozik a mindennapokhoz, így az ezek által sugallt ideálok válnak mintává, és a mindenre fogékony tizenévesek ezek megvalósítására

törekednek. Figyelemre méltó jelenség azonban, hogy bár a subcutan zsírmennyiség csökken a leányoknál, ennek ellenére testtömegük nő (Suskovics, 2004a, 2004b). A tömeggyarapodást feltételezhetően a természet növekedése okozhatja és talán a divatirányzatok hatására egy mozgásban aktívabb életmód kialakulása, melynek eredményeként az izomtömeg nagyobb mértékben növekedett, mint a testzsír mennyisége. Ugyanakkor intő jel, hogy mind a leányok, mind a fiúk esetében – utóbbiakra még inkább jellemző – a subcutan zsír mennyisége tetemesebb, mint az országos átlag. Ez feltétlenül korrigálásra szorul, és kívánatos lenne a visszaszorítása, hiszen sajnos, már most is a társadalom „elhízásáról” beszélhetünk, és ha ez már gyermekkorban kialakul, ezek a kisdíjak felnőttként még inkább az obesek táborát gyarapítják, ez viszont tovább gerjeszti a már amúgy is epidemikus méretet öltő problémát. Ez rengeteg veszélyt rejt magában, nemcsak az egyén szintjén, mert nagyobb kockázattal bír több betegségnél, hanem társadalmi szinten is. Az elhízás nagyarányú emelkedése a társadalom minden területére rányomja a bélyegét, és súlyos következménnyel jár. Gondoljunk csak arra, hogy az egészségügynek mennyivel több embert kell ellátnia, ugyanakkor ezek az emberek nagyobb valószínűséggel és gyakrabban esnek ki a munkából. Ezzel nagyobb terhet róva a munkáltatóra és a társadalombiztosítóra, és természetesen ez a teher közvetve az egész társadalomra hárul át. Mindezek miatt nagy szükség lenne egy egészségtudatosabb szemlélet kialakításához, amiben az iskolák oroszlánrészt kellene, hogy vállaljanak, és a gyakorlattól eltérően nemcsak a gyermekek körében kellene népszerűsíteni az egészséges életmódot, hanem a szülők körében is, hiszen a gyermekek az otthoni közegben nőnek fel, így számukra ez a leghatásosabb minta. Ugyancsak segíthetne elhárítani a veszélyt, ha a testnevelés óraszámát csökkentés helyett növelnék. Láthatjuk, hosszú távon megérné!

Irodalom

- Alpert, J.S., Powers P.J. (2005): Obesity: A complex public health challenge. *Am. J. Med.*, 9. 118-140.
- Eiben, O.G., Barabás, A. and Pantó, E. (1991): The Hungarian National Growth Study I. Reference data on the biological developmental status and physical fitness of 3-18-year old Hungarian youth in the 1980s. *Humanbiologia Budapestinensis*, 21.
- Eiben O. G., Pantó E. (1981): A magyar ifjúság biológiai fejlődésének áttekintése: Adatok az ifjúságpolitika természettudományos megalapozásához. *Humanbiologia Budapestinensis, Suppl.*, 1.

- Eiben O. G, Pantó E., Barabás A. és Bánhidi M. (1990): Adatok Somogy megye ifjúságának biológiai fejlettségéhez és fizikai erőnlétéhez. *Humanbiologia Budapestinensis, Suppl.*, 9.
- Hajtman B. (1971): *Bevezetés a matematikai statisztikába pszichológusok számára.* Akadémiai Kiadó, Budapest.
- Martin, R., Saller, K. (1957): *Lehrbuch der Anthropologie.* I. G. Fisher Verlag, Stuttgart.
- Suskovics, Cs. (1997): Data on the biological development of girls in Somogy county. *Acta Biologica*, 42. 299-305.
- Suskovics Cs. (2000): *Differences in body dimensions and maturity status of the girls in Somogy county.* In: Bodzsár, É. B., Susanne, C., Prokopec, M. (Eds): *Puberty: Variability of Changes and Complexity of Factors.* Prague. 95-104. p.
- Suskovics Cs. (2004a): Változások a növekedésben és az érésben Somogy megyében. *Folia Anthropologica*, 2. 5-34.
- Suskovics Cs. (2004b): Somogyi növekedésvizsgálat. *Képzés és gyakorlat*, 2. 5-34.
- Suskovics Cs. (2005a): Sportképességek és biológiai fejlettség. *Kalokagathia*, 1-2. 60-72.
- Suskovics, Cs. (2005b): *Maturation in the last century.* In: Tóth, G. (Ed.): *Auxology. To the memory of Professor Ottó G. Eiben.* Savaria Press, Szombathely.
- Suskovics, Cs. (2005c): Relationship between sexual maturity of the girls and their physical performance. *Kalokagathia*, 3. 35-46.
- Suskovics, Cs. (2006): Sexual Maturation and Sport Abilities. *New Horizons – Fitness Research*, 23. 199-209.
- Suskovics, Cs., Eiben, O. (2002): *Secular changes in growth and maturation in Kaposvár (South-West of Hungary) over the last century.* In: Eiben, O. G., Bodzsár, É. B. (Eds): *Children and Youth at the Beginning of the 21st Century.* *Humanbiologia Budapestinensis*, 27. 185-196.
- Tanner, J. M., Hiernaux, J. and Jarman, S. (1969): *Growth and physique studies.* In: Weine, J. S., Lourie, J. A. (Eds): *Human Biology. A Guide to Field Methods.* IBP Handbook. No. 9. Blackwell Sci. Publ., Oxford-Edinburgh. 1-76. p.

NŐI HALLGATÓK TESTALKATI JELLEMZŐI, MINT TELJESÍTMÉNYT MEGHATÁROZÓ TÉNYEZŐK AZ AKROBATIKA OKTATÁSI PROGRAMJÁBAN

Morphological characteristics of female students as a performance factor in the acrobatic study program

- Maja Bučar¹
- Marjeta Kovač¹
- Karácsony István²
- Jernej Pajek³
- Ivan Čuk¹

¹Ljubljana Egyetem Sport Kar

²Semmelweis Egyetem Testnevelési és Sporttudományi Kar

³Orvostudományi Egyetem és Központ, Ljubljana

Összefoglaló

Kutatásunk azt a célt szolgálta, hogy a Ljubljana Egyetem Sport Kar nappali tagozatán a torna elmélete és módszertana tantárgy keretein belül meghatározzuk a testalkati jellemzők hatását az akrobatikus oktatási program sikerességében. A vizsgálat 2002. október 1. és december 23. között zajlott le. Ez idő alatt a hallgatók 30 gyakorlati (akrobatika-) órán vettek részt.

A vizsgálat mintáját azok a 2002/2003-as tanév női hallgatói (N=74) képezték, akik első alkalommal tanulták a tantárgyat. A morfológiai jellemzőket és az akrobatikus tudást, mint változót vizsgáltuk. Az eredmény elemzéséhez leíró statisztikát, t-próbát és regresszióanalízist használtunk.

A 30 gyakorlati (akrobatika-) óra után kicsi, de szignifikáns különbséget figyeltünk meg a testösszetételben. A kísérlet végére a testtömeg számottevően növekedett. A morfológiai jellemzők nem befolyásolták szignifikánsan az akrobatikus teljesítményt, valamint az akrobatikus teljesítmény és a morfológiai jellemzők, mint változók közötti regresszióanalízis sem volt szignifikáns. Ennek ellenére a kutatás eredménye némi útmutatóul szolgál az akrobatika oktatási program módosításához.

Kulcsszavak: akrobatika, morfológiai jellemzők, női hallgatók.

Abstract

With our research we aimed to determine the influence of morphological characteristics on success at acrobatic program in the subject of the theory and methodics of artistic gymnastics during regular study at Faculty of Sport. The research was conducted between 1st of October and 23rd of December, and during this time students had 30 hours of acrobatic lectures (exercises).

Female students (N=74) of the schoolyear 2002/2003 and attending this program for the first time were included in the study sample. Variables of morphological characteristics and variables of acrobatic knowledge were examined. To analyse the results descriptive statistics, t-test and regression analysis were performed.

After 30 hours of acrobatic lectures (exercises) we noticed significant but small changes in body composition. At the end of research body mass significantly raised. No significant influence of morphological characteristics on acrobatic performance was found and the regression analysis between the variables of acrobatic performance and morphological characteristics was not significant. Nevertheless, our results enable us to give some directions for future modifications of the acrobatic study program.

Keywords: acrobatic, morphological characteristics, female students.

Bevezetés

A Ljubljana Egyetem Sport Kar oktatási programjának fő célja, hogy olyan hallgatókat képezzen, akik a sport különböző területein (iskolákban testnevelő tanárként, sportegyesületekben edzőként, különböző sportágakban rekreációs sportszervezőként) dolgozhatnak majd. A torna elmélete és módszertana, az alaptantárgyak egyike az első tanévben. A tantárgy két részre, szertornára és akrobatikára oszlik. Az akrobatikát a dinamikus mozgások jellemzik, az elemek végrehajtásához a hallgatónak speciális izomerőt kell kifejteniük, meghatározott intenzitással térben és időben. Az akrobatikus elemeket a komplex aciklikus mozgások csoportjába soroljuk. Ezekkel az elemekkel fejleszthető a test feletti uralom támasz- és támasz nélküli (lebegő) helyzetben. Az atlétika mellett a motoros képességek fejlesztésében (erő, hajlékonyság, koordináció, egyensúlyozó képesség) az akrobatika tantárgy az, amely leginkább fejlesztő hatású (Bolković és Kristan, 1998), mivel az akrobatikus elemek minden irányban (előre, hátra, oldalt), bármelyik tengely körüli fordulattal (frontális, longitudinális, sagittális), támasz- és támasz nélküli (lebegő) helyzetben végrehajthatók. Egyedül az akrobatika az a sportág, amely

más sportágakban is megtalálható, mint edzésszükséglet (pl. síelés, akrobatikus rock and roll, műugrás, kézilabdázás stb.) és természetesen fontos tananyag az iskolai testnevelésben és a sportegyesületekben.

A hallgatóknak problémát okozott megbirkózni a torna tantárggyal, nem voltunk elégedettek a hallgatók akrobatikus teljesítményével. Tudatában vagyunk annak, hogy a hallgatók teljesítménye sokrétű és összefüggő rendszert alkot (*Marentič-Požarnik, 1997*), ezért a kutatás előterébe került az a vizsgálat, vajon a hallgatók morfológiai jellemzői okozzák-e a problémát.

Módszerek

A Sport Kar hallgatói a torna elmélete és módszertana tantárgyat 105 (30 elméleti, 75 gyakorlati) tanórán tanulják. A gyakorlati rész további két részre oszlik, akrobatikára (30 tanóra) és szertornára (45 tanóra). A kutatásunkat a 2002/2003-as tanévben végeztük október 1-től december 23-ig (30 tanóra). Az akrobatikus oktatási program végén a következő elemek végrehajtási módját értékeltük: cigánykerék, kézállásból gurulóátfordulás előre, guruló átfordulás hátra kézállásba, rundel, cigánykerék 90°-os fordulattal kifelé, tigrisbukfenc, kézen átfordulás előre, kézen átfordulás hátra (egy segítővel, segítségadással).

A vizsgálat mintáját a Sport Kar 74 elsőéves női hallgatója alkotta, akik először vettek részt ebben a képzésben. Minden érintettel ismertettük vizsgálatunk célját, akik aztán írásban beleegyeztek, hogy részt vesznek a kutatásban.

A változót alkotó minta a hallgatók morfológiai jellemzőiből és az akrobatikus teljesítményük pontszámaiból állt. A következő változókat vizsgáltuk: testmagasság (ATV), testtömeg (ATT), a nyugalmi tónusú (meg nem feszített) felkar kerülete (AON), az alkar kerülete (AOP), a comb kerülete (AOS), a vádli kerülete (AOM), a könyök átmérője (APKOM), a csukló átmérője (APZ), a térd átmérője (APKOL), a boka átmérője (APG), a háromfejű karizom bőrredője (AKGN), a kétfejű karizom bőrredője (AKGB), az alkar bőrredője (AKGP), a hát bőrredője (AKGH), a mellkas bőrredője (AKGPR), a hasizom bőrredője (vertikálisan) (AKGT), a tövis feletti izom bőrredője (AKGSI), a comb bőrredője (AKGS), a vádli bőrredője (AKGM). A morfológiai változókat a testtípus és a test szöveti összetételéhez szükséges adatok alapján választottuk ki.

A méréseket a nemzetközi normák alapján végeztük el. A jobb és a bal oldalt mértük, valamint a további számításokhoz az átlagos értékeket használtuk fel (*Bučar és Pajek, 2003*).

A mérések jegyzőkönyve egy kiadványban került összegzésre (Bravničar, 1992).

Az akrobatikus teljesítményt egy hat egységből álló skálán értékeltük. Nulla azoknak a hallgatók eredménye lett, akik nem teljesítették az elemet, míg azok a hallgatók, akik az elemeket technikai és esztétikai hibák nélkül teljesítették, 5 pontot kaptak (1. táblázat). A skála összeállításához az érettségi központ előírásait használtuk és ugyanazok voltak a követelmények, amelyekkel a vizsgán a diákok tornatudását mértük.

1. táblázat: Az akrobatikus elemek bemutatásának értékelési skálája

Érték	Leírás
5	A hallgató technikai és esztétikai hiba nélkül mutatja be az elemet
4	A hallgató kis technikai és/vagy esztétikai hibával mutatja be az elemet
3	A hallgató nagy technikai hibával, vagy kisebb technikai és esztétikai hibával mutatja be az elemet
2	A hallgató nagy technikai és esztétikai hibával mutatja be az elemet
1	A hallgató eséssel mutatja be az elemet
0	A hallgató nem tudja bemutatni az elemet

A hallgatók minden akrobatikus elemet kétszer mutattak be és a kutatás további részébe a jobban sikerült került be. Az akrobatikus teljesítmény végeredményét a különböző elemekre adott pontszámok átlaga alapján számítottuk ki.

A testösszetétel becsléséhez *Matiegka* (1933), *Bravničar* (1992) által átdolgozott képletét használtuk. Ennek segítségével határoztuk meg a zsír-, az izom- és a csonttömeg mennyiségét:

$$\text{Zsirtömeg (kg)} = k \times d \times TP,$$

ahol $k = 0,13$ (állandó), $TP = 0,01672 \times \sqrt{ATT \times ATV}$, $d = (AKGB + AKGP + AKGS + AKGM + AKGPR + AKGT)/12$.

$$\text{Izomtömeg (kg)} = 0,0065 \times ATV \times r^2$$

ahol $r = [(AON + AOP + AOS + AOM)/25,12] - [(AKGB + AKGP + AKGS + AKGM)/8]$

$$\text{Csonttömeg (g)} = (\text{APKOM} + \text{APZ} + \text{APKOL} + \text{APG})/4 \times \text{ATV} \times 1,2$$

A szomatotípus meghatározására a Heath-Carter-módszert használtuk (Bravničar, 1992).

Endomorf összetevők = AKGN + AKGH + AKGSI,
az adatot a Heath-Carter táblázatba írtuk (Bravničar, 1992), és meghatároztuk az endomorf összetevők pontjait.

Mezomorf összetevők = D/4 + 4,
a mezomorf összetevők pontszámát ismét a Heath-Carter-táblázat alapján határoztuk meg (Bravničar, 1992). A **D** a referenciaértékként használt magasság oszlopától történő eltérést mutatja a Heath-Carter szomatotípus százalékos táblázatában.

Ektomorf összetevők = ATV (inch) / 3 x ATT (lb),
az ektomorf összetevők pontszámát a Heath-Carter-táblázat alapján határoztuk meg (Bravničar, 1992).*

Az adatokat a Windows 12.0 alatt futó SPSS programmal elemeztük. A kísérlet során leíró statisztikát, kétmintás t-próbát (az első mintát a kutatás kezdetén mért adatok, míg a második mintát a kísérlet végén mért adatok alkották), többváltozós regresszióanalízist (a független változó a morfológiai változó volt, míg a függő változó az akrobatikus teljesítmény végső pontszáma) használtuk.

Eredmények

A vizsgálat elejétől (október) a vizsgálat végéig (december) a hallgatók testsúlya 0,8 kg-mal nőtt (2. táblázat), míg a testmagasságuk nem változott (ez várható volt, mivel a hallgatók átlagéletkora 19,5 év).

2. táblázat: A testmagasság és a testtömeg leíró statisztikai adatai

	2002 október (N=74)				2002 december (N=67)			
	min	max	XA	SD	min	max	XA	SD
Testtömeg (kg)	49,5	72,6	60,04	6,070	50	76	60,84	5,898
Testmagasság (cm)	154,8	179,7	167,1	5,405	154,3	180,1	167,2	5,597

* $\text{ATV (inch)} = \text{ATV (cm)} / 2,54$
 $\text{ATT (lb)} = \text{ATT (kg)} \times 2,2$

A szomatotípus meghatározására egész számokat használtunk. A kerekítés nélküli eredmények a 3. táblázatban találhatóak. Az átlagos szomatotípus pontszáma 433, viszont az endomorf összetevők növekvő tendenciát mutattak.

3. táblázat: A hallgatók szomatotípusának statisztikai adatai a Heath-Carter-módszerrel

	2002 október (N=74)				2002 december (N=67)			
	min	max	XA	SD	min	max	XA	SD
Endorfom	3	6	4,0	0,84	3	6	4,3	0,88
Mezomorf	1	6	3,4	0,95	2	6	3,4	1,01
Ektomorf	1	5	3,3	1,01	1	5	3,2	1,06

A test szöveti összetevőinek mérési eredményei (4. táblázat) kicsi, de szignifikáns különbségeket mutattak mind a három testszövetfajtaiban. A nagyobb test- és zsírtömegű hallgatóknál az izom- és csonttömegváltozás fordított arányosságot mutatott. A részletesebb vizsgálat kimutatta, hogy a hallgatók felénél a bőrredők nagyobbak lettek, illetve 50% esetében ez a változás szignifikáns volt (Bučar és Pajek, 2003), ami elsősorban arra utal, hogy a zsírszövet növekedett, a csont- és izomszövet aránya pedig megváltozott.

4. táblázat: A testszövet kétmintás t-próbájának adatai az akrobatikus gyakorlat előtt és után

	2002 október		2002 december		P(t-próba) (N=67)
	XA	SE	XA	SE	
Zsírtömeg (%)	24,8	0,60	26,3	0,65	0,023*
Izomtömeg (%)	42,8	0,38	41,3	0,41	0,002*
Csonttömeg (%)	22,5	0,22	21,9	0,17	0,000*
Testtömeg	60,0	0,76	60,8	0,72	0,000*
Testmagasság	167,2	0,68	167,2	0,68	0,767

A többváltozós korrelációanalízis az akrobatikus teljesítmény (POVP) és az összes morfológiai változók között nem mutatott szignifikáns eredményt (5. táblázat).

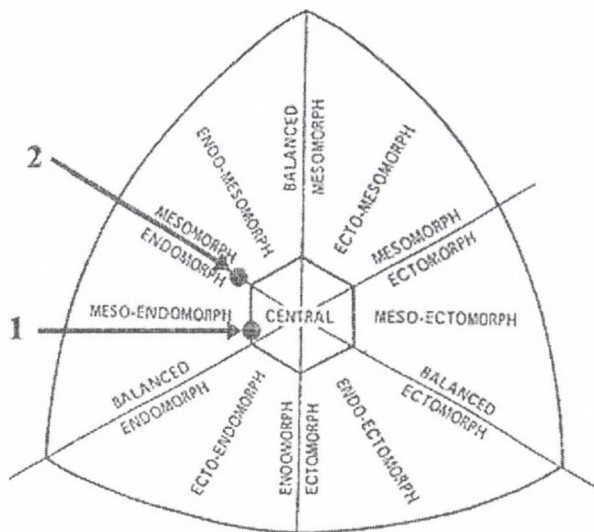
5. táblázat: Többváltozós korrelációs analízis (módszer) az akrobatikus gyakorlat (POVP) és minden morfológiai változó között az akrobatikus program végén

Függő változó	R	R ²	R ² _{korr}	SE	F	P(F-próba)
POVP	0,831	0,690	0,262	0,964	1,160	0,104

Jelölések: R = többváltozós korrelációs együttható, R² = megmagyarázott változó, R²_{korr} = korrigált R², SE = állandó hiba, F = F-próba, p = az F-próba valószínűsége.

Összegzés

A hallgatók szomatotípusa nagyobb részt változatlan maradt, de az endomorf összetevők alig magasabb értékei nagyobb zsírtömeget mutattak. A szomatotípus-változásokat legtöbbször *hosszanti tényezők okozzák*. Škerlj (1953) szerint a szomatotípus igen hosszú ideig változatlan maradhat (20 éves kortól 60 éves korig), ugyanakkor új étkezési szokások kialakulásával és kevesebb fizikai munkával napjainkban a szomatotípus változása sokkal gyorsabb. Tomazo-Ravnik (1994) a Ljubljana-i Egyetem női hallgatóinak szomatotípusát vizsgálta. Egy 329 főből álló mintánál (a minta nem terjedt ki a Testnevelési Kar hallgatóira) a szomatotípus értéke 443 lett (endomorf összetevők = 3,88; mezomorf összetevők = 3,83; ektomorf összetevők = 2,53) (1. ábra).



Jelölések: 1 = a Sport Kar hallgatóinak létszáma (2002/2003), 2 = a Ljubljana-i Egyetem hallgatóinak száma (1987/88)

1. ábra: A női hallgatók helyzete az egyetem (Tomazo-Ravnik, 1994) és a Sport Kar hallgatóinak szomatotípusaiban

Az akrobatikus oktatási program végén a testtömeg nagyobb lett, ami a nagyobb zsírtömegérték és a bőrredők nagyságának eredménye (Bučar és Pajek, 2003). Ezt a növekedést számos tényező befolyásolhatta. Az első lényeges tényező az évszak volt, amiben a vizsgálatot végeztük. A kutatás ideje az októbertől decemberig tartó periódusra, a téli időszak kezdetére esett. A szakirodalomban számos szerző arról számol be, hogy ebben az időszakban a zsírdús táp-

lálék bevitele természetesen megnő (*Van Staveren* és mtsai, 1986; *Shahar* és mtsai, 1999; *Shahar* és mtsai, 2001). A második tényező a megnövekedett fizikai munka (az elsőéves hallgatóknál a megnövekedett fizikai munkát nem csak az akrobatika tantárgy, hanem az úszás és az atlétika is jelenti, mivel heti 10 gyakorlati óra is lehet egy héten), aminek következtében nő a kalóriabevitel. Eredményeink azt sugallják, hogy a kalóriabevitel jóval nagyobb volt a szükséges energiefelhasználási szintnél. A harmadik testtömeg-növekedésért felelős tényező az elsőéves hallgatók étkezési szokásainak változása lehetett. A hallgatók nagy része nem lakik a szüleivel, ezért étteremben étkezik. Néhány szerző szerint (*Clemens, Slawson* és *Klesges*, 1999) az éttermi ételek zsír- és kalóriatartalma magasabb az otthon elkészített ételekhez képest.

A morfológiai jellemzők és az akrobatikus teljesítmény között nem volt szignifikáns összefüggés. Ezt az eredményt magyarázhatja a megnövekedett erő kifejtés/erőfeszítés és a tananyag nehézsége. Az akrobatika tananyag azokat a gimnasztikus alapelemeket tartalmazza, amelyek megtalálhatóak az általános és középiskolai tantervekben, és amelyek részét képezik a torna C programjának (*Kovač* és mtsai 1993; *Kovač* és mtsai, 2001), és a rekreációs céllal működő sportegyesületek programjának, minden életkor számára. A kutatások eredménye megerősíti, hogy az oktatási program nehézsége abban a tartományban mozog, ahol a testalkati jellemzők nem befolyásolják a teljesítményt (ami tökéletesen igaz). Ha a kutatások azt mutatták volna, hogy az alapelemek teljesítése a morfológiai jellemzőktől függ, el kellene gondolkodni azok megváltoztatásán. Másfelől a kutatásunk eredménye nem ad magyarázatot a hallgatók nem megfelelő teljesítményére az első tanévben.

Mivel a morfológiai jellemzők nincsenek összefüggésben a nem megfelelő hallgatói teljesítménnyel, más tényezőket kellene keresnünk. Egyik lehetséges kutatási terület az általános és felsőfokú iskolákban az akrobatikus elemek tanításának minősége lehetne, ahol egy anecdotál tanulmány megmutatná, hogy az akrobatika oktatása gyakran nagyon nem megfelelő. Másrészről az egyik lehetséges megoldás az lehetne, ha változnának a felvételi követelmények a Sport Karon. A motoros képességek felmérése helyett, a motoros tudást, és ezen belül az akrobatikus elemek teljesítését kellene felmérnünk. Az akrobatikus elemek felmérésére jó példa a guruló átfordulás hátra kézállásba, ami erőt, egyensúlyérzéklet és koordinációt igényel, és a kézen átfordulás előre, ami erőt, koordinációt és hajlékonyságot igényel.

A kutatás eredményét összefoglalva: az akrobatikus oktatási program alatt a hallgatók testösszetételében szignifikáns változások léptek fel, megnövekedett a zsírtömegük aránya.

Nem találtunk összefüggést a hallgatók morfológiai jellemzői és akrobatikus teljesítménye között. Az eredmény arra utal, hogy a Sport Kar elsőéves hallgatóinál más tényező(k) felelősek az elvárhatónál (optimálisnál) alacsonyabb teljesítményért

Irodalom

- Bolković, A., Kristan, S. (1998): *Akrobatika*. Faculty of Sport, Ljubljana.
- Bravničar, M. (1992): *Fiziologija športa - vaje*. Faculty of Sport, Ljubljana.
- Bučar, M., Pajek, M. (2003): *Dejavniki uspešnosti programa akrobatike za študentke na Fakulteti za šport*. Thesis. University of Ljubljana, Faculty of sport.
- Clemens, L.H., Slawson, D.L., Klesges, R.C. (1999): The effect of eating out on quality of diet in premenopausal women. *Journal of the American Dietetic Association*, 99. 442- 444.
- Kovač, M., Čuk, I., Vajngerlj, B., Gorečan, S. (1993): *C program gimnastike*. Gymnastics Association of Slovenia, Ljubljana.
- Kovač, M., Čuk, I., Bučar, M., Avkhadijeva, G., Gorečan, S., Turšič, B. (2001): *C program gimnastike*. Gymnastics Association of Slovenia, Ljubljana.
- Marentič-Požarnik, M. (1997). *Za uspešnejši začetek študija*. Center za Pedagoško Izobraževanje Filozofske Fakultete, Ljubljana.
- Shahar, D.R., Froom, P., Harari, G., Yerushalmi, N., Lubin, F., Kristal-Boneh, E. (1999): Changes in dietary intake account for seasonal changes in cardiovascular disease risk factor. *European Journal of Clinical Nutrition*, 53. 395-400.
- Shahar, D.R., Yerushalmi, N., Lubin, F., Froom, P., Shahar, A., Kristal-Boneh, E. (2001): Seasonal variations in dietary intake affect the consistency of dietary assessment. *European Journal of Clinical Nutrition*, 17. 129-133.
- Škerlj, B. (1953): Starostne spremembe v razdelitvi podkožne tolsče v človeškem telesu. *Biološki vestnik*, 2. 47-52.
- Tomazo-Ravnik, T. (1994). *Sestava telesa in človekov somatotip v juvenilnem obdobju*. Thesis. University of Ljubljana, Biotechnical Faculty.
- Van Staveren, W.A., Deurenberg, P., Burema, J., Degroot, L.C., Hautvast, J.G. (1986): Seasonal variation in food intake, pattern of physical activity and change in body mass in a group of young adult Dutch women consuming selfselected diets. *International Journal of Obesity*, 10. 133-145.

TENISZJÁTÉKOSOK KÜZDŐKÉPESSÉGÉNEK ELEMZÉSE

Analysis of assertiveness in tennis players

- Nemes Gábor¹
- Nagykáldi Csaba²

Semmelweis Egyetem Testnevelési és Sporttudományi Kar,

¹Sportjáték Tanszék, ²Küzdősportok Tanszék

Összefoglaló

Felmérésünkben 30 férfi teniszversenyző küzdőképességi mutatóit elemeztük. Célunk az volt, hogy a kapott adatokat összehasonlítsuk küzdősportolók, illetve sportjátékosok körében végzett vizsgálatokkal. Feltételezésünk szerint a teniszversenyzők asszertivitása közelebb áll a küzdősportolókéhoz, mint a sportjátékosokéhoz. A mérést egy 30 kérdésből álló kérdőív segítségével végeztük, mely offenzív és defenzív jellegű kérdéseket tartalmaz, és amelyben minden állításhoz egy ötfokozatú Likert-skála tartozik. A versenyzők válaszváriációit pontoztuk. Az eredmények alapján hipotézisünk beigazolódott, hiszen a teniszversenyzők a különböző referenciacsoportok között közelebb helyezkednek el küzdősportolókhoz (judo, birkózás), mint a sportjátékosokat képviselő kézilabdásokhoz. Tehát a páros küzdelmekre jellemző nagyobb kezdeményező szándék, dominanciára való törekvés a teniszjátékban is fontos és sokszor az eredményességben is meghatározó tényező.

Kulcsszavak: asszertivitás, teniszversenyzők, küzdőképesség, dominancia.

Abstract

The combat ability (assertiveness) was investigated in 30 tennis competitors. The aim was a comparing among combat athletes and sport players by assertive characteristics. According to hypothesis the assertiveness of tennis players is standing nearer to combat athletes than to the sport players. It was applied the Assertiveness Questionnaire which consists 30 items. Each statement is scored on a 5-grade Likert scale and the test is suitable for the reliability and validity of test criterions. The results of comparing confirmed the hypothesis because it was

a bigger value distance between the tennis and handball players than between tennis and other combat athletes like judoka and wrestlers. We can find higher initiative offensive attacks and strive to dominancy at tennis players like combat athletes.

Keywords: assertiveness, combat ability, tennis competitors, dominancy.

Bevezetés

A küzdelem életünk elengedhetetlen része. Ahhoz, hogy megfeleljünk a velünk szemben – magunk vagy mások által – támasztott követelményeknek, napi szinten kell megvívnunk kisebb-nagyobb „csatáinkat”, legyen a helyszín az iskola vagy a munkahely. Természetesen a sport területén sincs ez másképp, sőt a személyiség fejlődésében és a szocializációs folyamatok kialakulásában a küzdelem szerepe kiemelkedő. Már az óvodás- vagy kisiskolás- korban, a testnevelési játékokban megjelenő versengések során kezdi megtanulni a gyermek, hogy egyszer győz, másszor veszít. Az önmaga vagy a másik legyőzése jelenti az alapvető motivációt, e nélkül még a játék is értelmét veszti. A világversenyre készülő élsportoló teljesítményét még inkább meghatározza elszántsága, akarateroje, küzdőképessége, mivel további életminősége, egzisztenciája függhet az eredményességétől. Kijelenthetjük tehát, hogy a küzdelem – eltérő célokkal ugyan –, de a mozgásos cselekvések minden szintjén jelen van.

A tenisz sportág sem kivétel ez alól, melynek fejlődése napjainkban is töretlen. Tapasztalható jeleit a játékosok számának növekedésében, a médiának a sportág iránt mutatott felfokozott érdeklődésében, valamint a nemzetközi tornák és az itt szereplő játékosok kiemelt díjazásaiban láthatjuk. Ugyan kevesen jutnak fel a piramis csúcsára, de akik megpróbálják, azok óriási erőfeszítéseket tesznek ennek érdekében. Az élmezőny rendkívül kiegyensúlyozott, minden játékos célja, hogy a világranglistán egyre előkelőbb helyet foglaljon el, hiszen nő a népszerűsége és az ezzel járó anyagi elismerés. Tévénézők milliói követik figyelemmel a mérkőzéseket, amikor korunk „gladiátorai” megpróbálják legyőzni egymást. A játékosok fizikai és mentális ereje még a tv képernyőjén keresztül is gyakran átjön, és jól érezhető. Jól látható a kiélezett küzdelem az adogatások elnyeréséért, a támadó jellegű erős ütések, a keresztlabdák és lecsapások, továbbá a látványos röptecsaták. A felgyorsult játék már-már a küzdősportok ütészváltásaira emlékeztetik a nézőt. Felmerülhet a kérdés, hogy valójában itt egyfajta küzdősportról vagy sportjátékról beszéljünk-e? A következő felmérésünkben arra kerestük a választ,

hogya a hazai teniszversenyzők küzdőképessége milyen mértékben mutat hasonlóságot a különböző küzdősportok, illetve sportjátékok képviselőiéhez.

Az asszertivitás problémája a teniszben

A teniszmérkőzések rögzítése és elemzése elengedhetetlen feltétele annak, hogy játékosaink teljesítményéről objektív képet kapjunk. A mérkőzések legapróbb mozaikkockái a labdamenetek, ebből állnak össze a játékok és a játszmák. A mérkőzések regisztrálásának lehetőségeit korábbi írásunkban (*Nemes, Dobos és Rigler, 2006*) részletesen bemutattuk. A számítógép segítségével számtalan technikai, taktikai és fizikai tényezőről kaphatunk adatokat. Hogyan alakul a pontok sorsa, mi lesz az akciók végkimenetele, milyen megoldásokat választ játékosunk a pontok megnyerésekor? Elsősorban ezek a kérdések érdeklik a szakembert, vagyis a dinamikusan változó labdamenetek (akciók) elemzése válik szükségessé.

Ha részletesebben meg akarjuk vizsgálni a pontszerzések soroza-
tából álló mérkőzést, még további kérdések merülnek fel a mutatott teljesítménnyel kapcsolatban. Mennyire tudja játékosunk rákényszeríteni akarátát ellenfelére, mennyire tud domináns lenni a mérkőzésen? A dominancia az egyik legfontosabb személyiségvonása az embernek (*Fahrenberg és Selg, 1970*), mely a versengések folyamán egyértelműen jelen van. Központi kérdés, hogy milyen módon válik dominánssá, milyen utat választ ehhez? Vajon a dominancia negatív, elkerülendő útját vagy a pozitív, a sportszerű útját választja-e a játékos? A dominancia támadó jellegű játéktípusban mutatkozik meg, ahol a játékos nem ellenfelének a hibáira vár, hanem saját maga akarja a pontokat elérni. Például mikor a játékos – szakmai zsargon-
nal – agresszíven üti a labdát (támadásindítás), és a hálónál megpróbálja „megölni” azt. Vagy a labdarúgásban a csapat játékosai agresszív letámadást hajtanak végre, hogy a mielőbb megszerzett labdával ellentámadást tudjanak indítani. A hasonló megfogalmazások azonban nem helyénvalók, még akkor sem, ha az agressziót eszköz jellegűnek tekintjük, úgynevezett instrumentális reakciónak, mert ez is a társ sérülésének lehetőségével jár. Instrumentális és indulati agresszióval egyébként a teniszjátékban nem lehet számolni. *Baron (1977)* meghatározása alapján az agresszió olyan viselkedésforma, amely egy másik élőlény szándékos károsítására, megsebesítésére irányul, aki viszont ezt el szeretné kerülni. *Nagykálldi (1998. 181.)* is hasonlóképpen vélekedik: „Az agresszió egyik fő jellemzője,

hogy szándékos és irányított, így magában hordozza a sérülés, a károsodás veszélyét...”

Egy sportszerű mérkőzésről a fentiek miatt és a versenyszabályok következtében igyekeznek kizárni az agressziót. Arról van szó, hogy az „agresszív” fogalmat meg kell különböztetnünk a győzelemhez szükséges támadó magatartástól. *Husman* és *Silva* (1984) a győzelemre törő, rámenős, kemény, kezdeményező küzdelmi magatartást asszertivitásnak nevezték el. Az asszertív viselkedés formáit fedezhetjük fel a küzdősportokban (birkózás, judo, vívás stb.), a páros küzdelmek sorozatából felépülő csapatjátékokban (kézilabda, labdarúgás stb.) és az úgynevezett egyéni labdás sportágakban (tenisz, asztalitenisz, fallabda stb.) egyaránt. De komoly küzdelmi erőfeszítést kell tenni a súlyok, a távolságok, az akadályok és különféle célpontok legyőzéséhez is, ahol nem a társ, hanem élettelen akadály az ellenfél (*Nagykálldi*, 2002).

Hipotézis

Tehát az asszertivitás a sportágak nagy részében jelen van. Különösen ott játszik nagy szerepet, ahol a páros küzdelmek, a test-test elleni „harc” minősége határozzák meg az eredményességet. A küzdősportokban egyértelmű a jelentősége, de azokban a sportjátékokban is meghatározó, ahol a párharcok folyamán közvetlen testi kontaktus történik a játékosok között. Mi lehet a helyzet azoknál az egyéni sportágaknál (tenisz, asztalitenisz, tollaslabda, fallabda stb.), ahol egyértelműen páros küzdelemről beszélhetünk, de a testi kontaktus hiányzik? A páros küzdelem „face to face” alaphelyzete itt is fennáll, bár nagyobb távolság választja el a játékosokat, és speciális eszközhasználatuk van, mégis a két játékos technikai és taktikai összecsapása zajlik, az ellenfélen való felülkerekedés és állandó alkalmazkodás sok vonatkozásban a küzdősportok szellemét idézi.

Feltételezzük, hogy a teniszversenyzők a páros küzdelmi cselekmények (akciók) révén közelebb állnak a küzdősportolókhoz, mint a sportjátékosokhoz, annak ellenére, hogy a játékban labda van jelen. Ennek a feltételezésnek a vizsgálata áll munkánk középpontjában.

Módszer

Felmérésünkben a hazai teniszezők küzdőképességi mutatóira voltunk kíváncsiak. Vizsgálatunk célja, hogy a kapott eredményeket összehasonlítsuk néhány korábbi méréssel, melyet küzdősportok és sportjátékok körében végeztek (*Mocsai* és *Nagykálldi*, 1999; *Nagykálldi*,

Bognár és Szepesi, 1999; Nagykalldi, 2001; Szepesi, Nagykalldi és Bognár, 2003; Kékési, 2005). Az asszertivitas mérését egy harminc kérdésből álló kérdőív segítségével végeztük, mely offenzív és defenzív jellegű kérdéseket tartalmaz, és amelyben minden állításhoz egy ötfokozatú Likert-skála tartozik. A kitöltő személy válaszvariációit pontoztuk. Az offenzív tételeknél az egyértelmű, szándékos támadások vannak középpontban (egyirányú értékpontokkal), a defenzív állításoknál a védekező alaphelyzet, a kivárás, pontosabban ennek visszautasítása van előtérben (ezért fordított irányú értékpontokkal számolunk). Az asszertivitást mérő kérdőív rendelkezik a kitöltési és értékelési objektivitással, miután a kérdőív tételei egyértelműek és az értékelés automatikus. A teszt megbízhatósága teszt-reteszt vizsgálat alapján (ismétlés: 3 nap) az asszertivitas mutatóra $R = 0,94$ korreláció érték, amely $p < 0,001$ magas valószínűségi szinten biztosítja a megbízhatóságot. Az érvényesség külső validitáskritérium (szakértői osztályozó becslés) alkalmazásával történt, amelyben egy magas és egy alacsony támadó-kezdeményező attitűdű birkózó csoportot hasonlítottunk össze az asszertivitas mutatóban. A Student-próba erősen szignifikáns ($p < 0,001$) eltérést mutat, és ez biztosítja az érvényességet (Nagykalldi, 2002).

Vizsgált minta

A kutatás célcsoportját olyan magas szinten versenyző hazai teniszezők képezik, akik több mint négy éve I. osztályú játékosok. A csoport harminc 17 év feletti férfi játékosból állt. A referenciacsoportoknál is ugyanezek a homogenizálás szempontjai. A csoportok a következők:

Magyar válogatott judos férfiak (N= 30 fő).

Magyar válogatott birkózó férfiak (N= 30 fő).

Magyar és luxemburgi első ligás férfi kézilabdázók (N= 30 fő). (Az adatok Kékési Szabolcs (2005) szakdolgozatából származnak.)

TF-es férfi hallgatók (N= 30 fő).

Eredmények

Az asszertivitás méréséről kapott eredményeket az 1. táblázatban adjuk közre.

1. táblázat: Az asszertivitást leíró statisztikai adatok a különböző sportági csoportoknál

Célcsoport	Referenciacsoportok				
	Tenisz	Judo	Birkózás	TF-hallgató	Kézilabda
M=	96,6	103,5	97,20	94,76	87,46
SD=	9,45	9,89	13,06	8,31	8,05
Min=	80	84	70	85	77
Max=	110	115	120	112	99

A csoportok közötti eltérések elemzésére kétmintás t-próbákat alkalmaztunk (2. táblázat).

2. táblázat: A tenisz és a referenciacsoportok elemzése

Csoportok	t-érték	Szignifikanciák
Tenisz-judo	0,0078	NS
Tenisz-birkózás	0,8416	NS
Tenisz-TF-es hallgatók	0,4324	NS
Tenisz-kézilabda	0,00019	NS
Judo-kézilabda	4,3369	Szignifikáns

Következtetések

A statisztikai számítások alapján látható, hogy a teniszjátékosok nem különböznek más csoportoktól (sportágaktól) jelentős mértékben a küzdőképességet illetően. Szignifikáns eltérés csak a judo és kézilabda között található, amely sportágak egy rangsor két végpontján állnak.

Fontos azonban a hipotézisünk szempontjából, hogy a tenisz és a referenciacsoportok között a teniszjátékosok a közbülső helyet foglalják el, ha a statisztikai átlagok sorrendjét figyeljük. Ezzel a beállással a teniszezők közelebb állnak a küzdősportok csoportjaihoz,

mint a sportjátékokat képviselő kézilabdához. A középértékek a közelebbi helyzetet reprezentálják.

Az asszertivitási rangsor: 1. judo (103,5), 2. birkózás (97,2), 3. tenisz (96,6), 4. TF-es egyetemi hallgatók (94,7), 5. kézilabda (87,4). Az eredmények alapján a hipotézis igazolását lehet megállapítani. Elfogadhatónak látszik, hogy a páros küzdelmekre jellemző több asszertivitást jelző feltétel (kezdeményezés, támadó fellépés, dominanciára törekvés stb.) a teniszjátékban fontos és sokszor az eredményességben is meghatározó tényező.

Irodalom

- Baron, R. A. (1977): *Human aggression*. Plenum, New York.
- Fahrenberg, L., Selg, H. (1970): *Freiburger Persönlichkeitsinventar*. Hogrefe, Göttingen.
- Husman, B. F., Silva, J. M. (1984): *Aggression in sport: Definitional and theoretical consideration*. In: Silva, J. M., Weinberg, R. S. (Eds): *Psychological fundation of sport*. Human Kinetics, Champaign, IL. 246-260. p.
- Kékesi Szabolcs (2005): *Agresszió és sport*. Szakdolgozat. TF Könyvtár.
- Mocsai Lajos, Nagykáldi Csaba (1999): *Küzdősportolók és sportjátékosok asszertivitásának összehasonlító vizsgálata*. III. Országos Sporttudományi Kongresszus. II. kötet. (Szerk.: Mónus A.) MSTT, Budapest, 282-284. p.
- Nagykáldi Csaba (1998): *A sport és testnevelés pszichológiai alapjai*. Computer Arts, Budapest.
- Nagykáldi Csaba, Bognár Gábor, Szepesi László (1999): *Asszertivitas a küzdősportokban*. III. Országos Sporttudományi Kongresszus. II. kötet. (Szerk.: Mónus A.) MSTT, Budapest, 285-288. p.
- Nagykáldi Csaba (2001): *Is the fight ability a personality trait?* 10th World Congress of Sport Psychology. Skiathos, Greece. May 28-June 2. Proceedings. Vol. 3. 121-123. p.
- Nagykáldi Csaba (2002): *Küzdősportok elmélete*. Computer Arts, Budapest.
- Nemes Gábor, Dobos Károly, Rigler Endre (2006): *Teniszmérkőzések megfigyelési lehetőségeinek egy sajátos módszere*. *Magyar Edző*, 2. 23-27.
- Szepesi, L., Nagykáldi, Cs., Bognár, G. (2003): *Agressivité dans les sports de combat*. *Revue EPS*, 298. 72-74.

A SPORTOLÓ KÉPE A REÁLIS ÉS AZ IDEÁLIS EDZŐRŐL

The picture of athlete about real and ideal coach

● **Kanczler István**

● **Nagykáldi Csaba**

Semmelweis Egyetem Testnevelési és Sporttudományi Kar,
Küzdősportok Tanszék

Összefoglaló

A tanulmány az edző és a sportoló közötti kapcsolatot vizsgálja a Sport Vezetői Skálák kérdőívének segítségével. Chelladurai Sokdimenziós Vezetési Modellje szolgál a tanulmány elméleti háttéréül. A rövid elméleti áttekintés után a szerzők rávilágítanak néhány lehetséges edző és sportoló közötti kapcsolatra a vezetési stílus szempontjából. Bemutatják azokat az eredményeket, illetve vizsgálati következtetéseket, amelyek hatással lehetnek a későbbi kutatásokra. Ez a kutatómunka egyedülálló abban a tekintetben, hogy hasonló kutatásokat még nem folytattak judo sportágban Magyarországon. A szerzők úgy vélik, hogy a kutatás eredményei nagyban hozzájárulnak nemcsak a judo, hanem más sportágak eredményességének növeléséhez is.

Kulcsszavak: vezetés, vezetési modellek a sportban, reális és ideális edző.

Abstract

The relationship between coach and athletes is investigated applying a questionnaire of Leadership Scale for Sport (LSS). The Multidimensional Model of Leadership by Chelladurai serves as theoretical base for this study. After a short theoretical interview the authors highlights some possible relations between the leader and athletes characteristics about the style of leading. There are presentation of findings and conclusions in the investigation which might have influence probably on further research. This research work is unique regarding the fact that there have not been similar studies in Judo sport carried out in Hungary. The authors suppose the results can lead to support the improvement of performance in Judo and in other sport as well.

Keywords: leadership, leadership models for sport, ideal and real coach.

A téma bevezetése

A vezetési folyamat *Borrow* (1977) álláspontja szerint az, amikor a vezetetteket (egyént vagy csapatot) a tevékenységükben úgy befolyásolnak, hogy a céljaikat elérjék. A megállapítás mind a személyi, mind a menedzseri vezetésre igaznak tételezhető, de a hatásterületek viszonylag jól elválaszthatók egymástól. A menedzservezetés inkább a végrehajtandó munka feltételeinek (anyagi, pénzügyi, szervezési feltételek és erőforrások) megteremtésére irányul, a személyi vezetés pedig inkább a személy vagy csoport motivációira, irányítására és kooperációjára, azaz emberi erőforrásokra fekteti a hangsúlyt.

Régi tapasztalat, hogy az edző kulcsszerepet játszik attól kezdve, hogy a sportra jelentkező gyermeket egy sportág alapjaival ismerteti meg, egészen addig, amíg tanítványa nagy teljesítményeket ér el és világsztárrá válik. A kulcsszerep az edző és tanítvány, vagy az edző és a csapat kapcsolatában teljeseedik ki attól függően, hogy egyéni vagy csapatsport a tevékenységének terepe. A két fél azonban mindenképpen egymásra van utalva és kettőjük bonyolult kapcsolatából születik eredmény.

Az edző fő feladatai közül a szakmai irányítás és a nevelés emelendő ki, azonban mindkettőt áthatja az a mód, ahogyan az edző a szakmai és a nevelői hatásokat közvetíti, az a stílus, ahogyan vezet, és ahogyan befolyásolja tanítványát. Tehát a stílusról van szó. Többen úgy gondolják, hogy a vezetés kizárólagosan menedzsmentprobléma, de ez nem így van. Egy menedzservezetőnek megvan a pontos feladatköre, amely a tervezésre, szervezésre, a munka ütemezésére, a költségvetési feltételek biztosítására, a szervezeti fejlesztésekre irányul, bár az emberi kapcsolatok is fontosak számára. Az edzőnek nem ilyen, hanem személyi vezetői feladatokat kell felvállalnia, ezt a szerepet felvenni és hitelesen megvalósítani. Az ilyen személyközpontú vezetés arra irányul, hogy a tanítvány fejlődjön, eljusson arra a szintre, amit a képességei lehetővé tesznek és a tőle várható teljesítményeket realizálja. A szakmai munka mellett olyan emberi (szociális) támogatásba részesül a tanítvány, amely alkalmassá teszi őt a nagy eredmények elérésére.

A személyközi kapcsolatok elméleti problémáiról a sportban *Nagykál*di (1998, 79-114.) három fejezetet is szentelt tankönyvében ennek a kérdésnek. A csoportok és csapatok dinamikájára, a kohézióra és a sportcsapatok (közösségek) vezetésére vonatkozó fejezetek előzményei a jelen kutatási témának, és irodalmilag megbízható kiindulást jelentenek. Egyetértünk *Martens* (1987) találó megjegyzésével is, hogy sok csapatot túlmenedzselnek, de nem kielégítően

vezetnek. Ez is rámutat arra, hogy a menedzsmentnek, illetve a személyi vezetésnek eltérő és sajátos feladatai vannak.

A kutatás behatárolt elméleti alapját képezik azok a vezetési modellek és elméletek, amelyeket az iparban és sok más helyen alkalmaztak, és amelyek segítik megérteni a vezetés problémáját. *Fiedlernek* (1967) a vezetés kontingenciamodellje értelmében a vezetőket feladatorientált és személyi kapcsolatorientált csoportba lehet sorolni. Előbbi a feladatokra, a teljesítményekre koncentrálnak és kitűnik a kezdeményezésben. Utóbbi az interperszonális kapcsolatok területén működik, és a személyek közötti kapcsolatokat ápolja. A modellnek megfelelően azt gondolták, hogy egy csoportnak voltaképpen két vezetőre lenne szüksége, de a gyakorlatban a kettős vezetés nem lett sikeres. Bár ez a modell általánosan használatos, de a sportszempontokra csak korlátozottan érvényes.

A mai napig három fő elméleti megközelítéssel folytak kutatások, de mindegyikre jellemző, hogy nagyszámú tényező kölcsönhatását feltételezték. Elsősorban a sok változó kijelölése, majd azonosítása, illetve korrekt mérési lehetősége került a kutatások középpontjába. Sok fogalmi-koncepcionális, értelmezési és mérhetőségi nehézséggel kerültek szembe a kutatók és ezekben különféle szintekig jutottak el.

A három elméleti megközelítés a következő:

1. A vezetés közvetítő modelljével kapcsolatos kutatások (*Smoll és Smith, 1989*) középpontjában az áll, hogy vajon az edző, mint vezető közvetlen viselkedését és edzői eszközeit (pl. módszerét) miként befolyásolják a sportoló egyének, illetve a sportszempontok különféle hatásai. Ezt természetesen módosítja, hogy a sportolók hogyan értékelik az edzőt, mivel e szerint adnak pozitív vagy negatív válaszokat az edzői viselkedésre. Az is fontos a vezetés során, hogy az edző miként észleli a csapat, illetve az egyes sportoló viselkedését és teljesítményét. Látható, hogy az edző és a versenyzők közötti tényezők nagy száma, egymásra utaltsága és a felállítható igen sok hipotézis megterheli a vezetés közvetítő modelljét, elméleti kifejtését és igazolását.

2. Az edzői döntési stílus normatív modellje (*Chelladurai és Haggerty, 1978*) kiemeli a vezetési folyamat egyik döntő láncszemét, a döntést. A fő kérdés az, hogy az edző mennyire engedi meg a sportolónak, hogy részt vegyen a döntésben? A lehetséges három szint: 1) autokratív döntés, 2) konzultatív típusú döntés, és végül a 3) képviselői döntés. Az első szint teljesen egyéni, edzői döntés. A második szinten az edző konzultál a sportolókkal, de végül egyedül dönt. A képviselői döntési stílusnál az edző megengedi a döntésben való részvételt, de a döntés bejelentését fenntartja magának.

3. A sokdimenziós vezetési modell (Multidimensional Model of

Leadership, *Chelladurai*, 1990) magában foglalja a helyzeti jellemzőket (a szervezetek és a tagok részéről), melyek bizonyos viselkedést kívánnak a vezetőtől, tartalmazza a vezetendőktől származó preferált viselkedést, végül tartalmazza a vezető saját meghatározó jellemzőit is. Ezen tényezők kölcsönhatása alakítja ki a mindenkori aktuális vezető viselkedését. A kialakított pszichometriai kérdőívek alkalmasak arra, hogy pontértékekkel jellemezzék az utasításos viselkedést, az autokratizmus, illetve a demokratizmus szintjét, a vezető társas támogatását, végül a pozitív visszajelentések gyakoriságát.

Jelenleg tehát olyan elméleti háttérrel és jól kidolgozott módszereket alkalmaznak a kutatók, amelyek a vázolt jelenségek széles körét elemzik, és egy rendszerbe foglalják. Az elképzelést *Chelladurai* és *Saleh* (1980), illetve *Chelladurai* (1990) dolgozták ki. Ezek pontos vizsgálatára a Sport Vezetői Skálák (Leadership Scale for Sports, *Chelladurai* és *Saleh*, 1980) szolgálnak, amelyek – a továbbiakban részletezett – öt különféle markáns stílusjegyet fejeznek ki: A helyzeti feltételeket, a vezetői tulajdonságokat és a csapattagok jellemzőit, mint előfeltételeket, továbbá egymással alkotott kölcsönhatásait. A helyzet mindig megkíván bizonyos viselkedést, a csoport tagjai is egyfajta magatartást preferálnak, végül a vezető (itt az edző) a rá jellemző válaszokat adja. Ezen a szinten bonyolult viselkedéses interakciók következnek be, amelyek nagymértékben predesztinálják a vezető aktuális vezetői magatartását, aki ezzel döntő hatást gyakorol a végső eredményre. Az öt faktor kinyerhető a sportolók saját edzőjéről (1), egy ideálisnak tételezett edzőről (2) és az edző saját magáról (3) kitöltött kérdőívekből.

Hipotézis

A vázolt harmadik modell alapján azt vizsgáltuk, hogy milyenek észlelik a judósok a jelenlegi edzőjüket (reális szint) és milyenek tartanak egy ideális edzőt. Feltételezzük, hogy a reális és ideális edzői vezetés között ugyanazon sportolói csoportnál jelentős különbségeket tesznek. A vizsgált öt faktor közül elsősorban a társas támogatásban és a pozitív feedbackben (dicséret) várható jelentős eltérés az ideális edzői kép javára. Ha ez a hipotézis teljesül, akkor új vezetői követelményeket lehet megfogalmazni, amelyet a gyakorlatban alkalmazásra javasolhatunk. Más változóknál – a tapasztalatainkra alapozva – közel azonos szint feltételelezhető.

Módszer

Az említett Sport Vezetői Skálákat alkalmazzuk, amely három skálát tartalmaz, skálánként 40 tétellel. Egyikben a sportoló mond véleményt az edzőjéről, a másikban a sportoló írja le az ideális edzőt, a harmadikban az edző értékeli önmagát. (Jelenleg csak az első két skálát értékeljük.) A tételekre való válaszadás: a *mindig*, a *gyakran*, az *alkalmanként*, a *ritkán* és a *soha* válaszok. Az adható értékpontok: 5, 4, 3, 2 és 1 pont. A jelenlegi munkában a két első kérdőívvel nyert adatokat elemezzük, tehát a reális és az ideális edzői skálákat. Ezekon belül pontértékekkel prezentáljuk a következő ötféle változót:

1. utasításos viselkedés az edzésen (kommunikáció), 2. demokratizmus (demokratikus magatartás), 3. autokratizmus (autokratikus magatartás), 4. szociális (társas) támogatás, 5. pozitív visszajelentés és jutalmazás (feedback).

A skálák megbízhatóságát az ideális edzőre (I) 9, és a reális edzőre (R) 12 irodalmi tétel igazolja, melyet *Chelladurai* és *Riemer* foglalt táblázatba (1998, 238-239). A teszt-reteszt megbízhatóságot *Chelladurai* (1993) négyhetes intervallumban vizsgálta, és az utasításoknál 0,72, a demokratizmusnál 0,82, az autokratizmusnál 0,76, a szociális támogatásnál 0,71, végül a visszajelentéseknél 0,79-es korrelációkat talált. Ismert, hogy ezek az értékek a társadalomtudományi mérőmódszerek megbízhatóságára elfogadhatók (*Nunnally* és *Bernstein*, 1994).

Az idői stabilitásra utaló teszt-reteszt megbízhatósági próbát saját mintán is végrehajtottuk (N= 20) ifjúsági labdarugókon. A korrelációs (R) eredmények a következők:

1. táblázat: A teszt megbízhatóságának korrelációi

	Kommunikáció (edzésutastások)	Demokratizmus	Autokratizmus	Szociális támogatás	Visszajelzés (feedback)
Saját reális edző	0,93	0,97	0,87	0,90	0,92
Ideális edző	0,89	0,89	0,88	0,90	0,92

Vizsgálati csoport

A kutatási szakasz első fázisában az Atomerőmű SE és a Kecskeméti JC válogatott és utánpótláskorú (19,3 év korátlagú) judoversenyzői csoportot (N=23) mértük fel.

Az első vizsgálati eredmények

A skálák segítségével ötféle módon végeztünk összehasonlítást az ideális és reális edzői kép között. A leíró statisztikai eredményeket és az ideális-reális edzői kép összehasonlítását Student-próbával és szignifikanciaszámításokkal mutatjuk be (2. táblázat).

2. táblázat: Az ideális (I) és a reális (R) edző leíró statisztikája és összehasonlítása (N= 23)

	I	R	I	R	I	R	I	R	I	R
	Edzés- utastítás		Demok- ratizmus		Autokra- tizmus		Szociális támogatás		Feed- back	
M	55,17	51,3	29,08	21,26	13,56	15,3	29,65	24,78	22,73	18,78
SD	5,21	5,48	7,44	5,03	3,13	2,72	5,54	5,28	1,76	2,25
Min	45	40	12	10	7	10	13	15	20	15
Max	61	60	43	32	18	20	38	31	25	23
T-érték		0,005		1,4027		0,0196		7,7149		2,8728
Szign.		NS		NS		NS		p<0,01 S		p<0,01 S

Értékelés

A kitöltött kérdőívek értékeléskor a reális és az ideális edzőkről kiállított kérdőívek eredményeit összehasonlítva látható, hogy a versenyzők az edzésinstrukciók számával, valamint edzőjük demokratizmusával és autokratizmusával elégedettek voltak, mivel az átlag pontértékek között nem volt szignifikáns eltérés. Azonban a szociális támogatás és a pozitív visszajelzések mennyiségét kevésbé tartották elégségesnek, mint az egy általuk ideálisnak vélt edzőnél lenne. A versenyzők több pozitív visszajelzést kívánnak, mint amilyen a dicséret és elismerés. Hogy mit is jelent valójában a versenyzők számára az elvárás, azt a következő néhány tétel mutatja.

A szociális támogatásra utaló néhány tétel:

Segít a sportolóknak személyes problémáik megoldásában.

Segít a csoport tagjainak az ellentétek megoldásában.

Személyes szívességet is megtesz a sportolóknak.

Arra biztatja a sportolókat, hogy avassák bizalmukba az edzőt.

Ösztönzi a szoros és közvetlen kapcsolatot a sportolókkal.

Pozitív visszajelzésekre vonatkozó tételek:

Jó teljesítményéért megdicséri a sportolót mások előtt.

Megmondja a sportolónak, ha különösen jól teljesített.

Gondoskodik róla, hogy a sportoló jó a teljesítményért jutalmat kapjon.

Kifejezi megbecsülését, ha egy sportoló jól teljesít.

Ha dicséret jár, megadja.

Következtetések

Az igen erős szignifikáns eltérés a két dimenzió adatai között nagy segítséget nyújt az adott edzőnek a jövőre nézve. Fontos, hogy az edzők személyes problémákra is kiterjedő és az edzést is segítő támogató magatartást vegyenek fel, és ugyanígy a határozott elvárás az edzők felé, hogy a sportmunkáról több visszajelzést adjanak a versenyzőknek és pozitív megjegyzésekkel, dicsérrel erősítsék őket. Szinte felszólítást kapunk az edző vezetési stílusának módosítására. Az eredmények megerősítenek abban, amit a hipotézisben felvetünk, hogy a versenyzők kifejezetten igénylik a visszajelzéseket, ráadásul a pozitív, vagyis dicsérő megerősítéseket. Ezen kívül a versenyzőknek szükségük van a személyes támogatásra is, amelyek pedig nem mindig a szorosán vett edzőmunkára vonatkoznak. A feltárt eredmények tehát egy új, a versenyzők által jobban preferált edzői stílus kialakítását segíthetnek megvalósítani, ami pedig hatékonyabb együttműködéshez vezethet.

Irodalom

- Borrow, J. (1977): The variables of leadership: a review and conceptual framework. *Academy of Management Review*, 2. 231-251.
- Chelladurai, P., Haggerty, T.R. (1978): A normative model of decision styles in coaching. *Athletic Administrator*, 13. 6-9.
- Chelladurai, P., Saleh, S. D. (1980): Dimension of leader behavior in sports: Development of a leadership scale. *Journal of Sport Psychology*, 2. 34-45.
- Chelladurai, P. (1990): *Leadership in sport: A review. International Journal of Sport Psychology*, 21. 328-354.
- Chelladurai, P. (1993): *Leadership*. In: Singer, Murphy and Tennant (Eds): *Handbook on research on sport psychology*. Mc Millan, New York. 647-671. p.
- Chelladurai, P., Riemer, H. A. (1998): *Measurement of leadership in sport*. In: Duda J. L. (Ed.): *Advances in sport and exercise psychology measurement*. 227-253. p.
- Fiedler, F. (1967): *A theory of leadership effectiveness*. McGraw-Hill, New York.

- Martens, R. (1987): *Coach guide to sport psychology*. Human Kinetics, Champaign, IL.
- Nagykálldi Csaba (1996): Az edzői magatartás kutatásának trendjei Európában. *Testnevelés- és Sporttudomány*, 3. 35-41.
- Nagykálldi Csaba (1998): *A testnevelés és sport pszichológiai alapjai*. Computer Arts, Budapest.
- Nunnally, J.C., Bernstein, I.H. (1994): *Psychometric theory*. McGraw-Hill Book Co., New York.
- Smoll, F. L., Smith, R. E. (1989): Leadership behavior in sport: A theoretical model and research paradigm. *Journal Applied Social Psychology*, 19. 1522-1551.

AKTUÁLIS SZORONGÁS A VERSENYSPORTBAN

State anxiety in the competitive sport

● Hajduné László Zita

Pécsi Tudományegyetem Természettudományi Kar,
Testnevelés- és Sporttudományi Intézet

Összefoglaló

Mint minden sportág, az atlétika is nagy fejlődésen ment keresztül az elmúlt évtizedekben. Fejlődött a technikai végrehajtás színvonala, de a kiemelkedő teljesítmények eléréséhez a mentális felkészülés fontosságát sem hagyhatjuk figyelmen kívül.

Az edzők és versenyzők sikeres munkájához hozzájárulnak a sportpszichológusok is, akik a mai felkészülési folyamatokban jelentős segítséget nyújthatnak mind az egyéni sportágak, mind a csapatsportágak versenyzői számára. Jelen tanulmány futóatléták esetében vizsgálja a versenyszorongás és a pszichikai állapot közötti összefüggést annak érdekében, hogy összegyűjtse milyen módszerekkel segíthetők a sportolók pszichológiai és pedagógiai eszközökkel a szorongás negatív hatásainak leküzdésében.

Kulcsszavak: pillanatnyi szorongás, pszichológiai jellemzők, optimális önbizalom, versenyzői kompetencia.

Abstract

Similar to all sports the athletic sport has undergone a considerable development in the past few decades. The standard of the technical performance has improved, and the importance of the mental preparation to achieve outstanding results cannot be ignored, either.

The sport psychologists also contribute to the successful work of the coaches and the competitors; they can provide the competitors both of the individual sports and the team sports with significant help in the preparation processes. Current study is examining the link between the competitive anxiety and the psychological condition in case of runners to collect the methods, which help the athletes to overcome the negative effects of the anxiety with psychological and pedagogical means.

Keywords: state anxiety, psychological characteristics, optimal self-confidence, competitive competence.

Bevezetés

Napjainkban egyre több edző és versenyző foglalkozik a pszichikus jellemzők és a képességek érvényesülésének szignifikáns jellemzőivel. A versenyszorongással foglalkozó régebbi és jelenleg folyó kutatások nagy része arra helyezi a hangsúlyt, hogy pszichológiai és pedagógiai aspektusból értelmezze a szorongást és annak kiváltó okát, enyhítse, esetleg megszüntesse azt.

A szorongás értelmezése és kezelése elsősorban élettani mechanizmusokra, épül de emellett a pszichológiai és pedagógiai folyamatok ismeretét sem nélkülözheti. Úgy tűnik, hogy a sporttal foglalkozó szakemberek elsőrendű feladatuknak a sikerességhez szükséges versenyteljesítmény növelését tekintik, ugyanakkor az eredmények javulása érdekében nem szabad háttérbe szorítani a kedvező személyiségjegyek felismerését, majd érvényre juttatását sem.

A versenyzők pszichikus jellemzőinek megismerése, a sport, a versenyzés által kiváltott pszichikus jelenségek létrejötte, azok teljesítmény fokozó hatásának kihasználása, a pszichés tartalékok mozgósítását kiváltó módszerek alkalmazása, a sportági specifikumok és az általános törvényszerűségek közös érvényesülésének feltárása, ismerete nélkülözhetetlen a magas szintű sportteljesítmények eléréséhez.

Napjainkat sokan a megpróbáltatások és a kihívások századának tekintik. A szakirodalomban rendelkezésre álló bizonyítékok egyértelműen azt támasztják alá, hogy a magas szintű sportteljesítményekre való felkészítés közben létrejövő szorongás, helyzet specifikus.

A kutatás célja

Az volt a célunk, hogy a személyiségvizsgálat során egy adott embernek a környezetével való interaktív viselkedését meghatározó jellegzetességek alakzatát felmérő és ellenőrző feltételezéseket alkossunk. Amennyiben a szorongást személyiségvonásként feltételezzük, akkor egy időben viszonylag állandósult viselkedésmintának felel meg, amely hol erősödik, hol elhalványul a környezeti feltételek vonzatában.

A versenyszorongás-fajták kapcsolatának megállapítása, a kognitív szorongás, a szomatikus szorongás, valamint a versenyteljesítménnyel kapcsolatos önbizalom mértékének, illetve a verseny előtti és a verseny utáni pillanatnyi szorongásszint mérésével célunk, hogy összegyűjtsük azokat a lehetőségeket, amelyet a sportolói felkészítés során kiküszöbölhetik a szorongással együtt járó negatív hatásokat.

Anyag és módszer

Mintaválasztás

Kutatásunk a teljes mintára (N=98) vonatkozóan történt, 32 női és 66 férfi ifjúsági, junior, utánpótláskorú és felnőtt futóatlétára irányult a mérésünk. Véletlen mintavétel alapján választottuk ki a vizsgálat résztvevőit. A felkérés során gyakran kaptunk nemleges választ a közreműködésre, így előre nem volt tervezhető a vizsgáltak köre.

A versenytáv hosszának figyelembevételével rövid-, közép- és hosszútávfutó atléták versenyszorongásszintjét vizsgáltuk (1. táblázat).

1. táblázat: A teljes minta megoszlása

Korosztály	Rövidtávfutók (100-400 m)		Középtávfutók (800-3000 m)		Hosszútávfutók (5000-10000 m)		Összesen
	Nők	Férfiak	Nők	Férfiak	Nők	Férfiak	
Ifjúsági (17 év)	2	3	2	31	0	1	40
Junior (18-19 év)	1	6	1	2	0	0	9
Utánpótlás (20-22 év)	16	5	2	2	0	2	25
Felnőtt (22- év)	3	5	2	2	3	7	24
Összesen	22	19	7	37	3	10	98

Az adatfelvételt a 2006. évi versenyidényben került sor. A vizsgálat alanyai a veszprémi utánpótlás bajnokságon szereplő, valamint a budapesti ifjúsági és utánpótlás országos bajnokságon részt vevő egyesületek versenyzői, illetve a Debrecenben megrendezett felnőtt országos bajnokságon versenyző futóatléták. Ezen kívül a vizsgálatba a „SIMEK” pénzdíjas emlékverseny férfi középtávú atlétáit is bevontuk.

Vizsgálati módszer

A pszichológiai jellemzők mérésére zárt kérdéseket tartalmazó kérdőívet használtunk, írásbeli kikérdezést alkalmaztunk.

1. A *Martens-féle /Competitiv State Anxiety Inventory/* (Martens, 1977), CSAI-2 kérdőív magyar változatát használtuk (Sipos, Bejek és Kudar, 1999). A méréseket a versenyszám előtt 60 perccel végeztük el.

- A verseny előtti szorongás vizsgálata tesztdiagnosztikai módszerrel történt.

A CSAI-2 a vizsgálatokban való felhasználását indokolja, hogy az eszköz produkciófelülete méri:

- a versenyzéssel kapcsolatos aktuális kognitív szorongásállapotot (A-State-K);
- a versenyzéssel kapcsolatos aktuális szomatikus szorongásállapotot, a szorongás testi tüneteit (A-State-SZ);
- a versenyzéssel kapcsolatos önbizalom mértékét (ÖnB).

2. A *Spielberger-féle* versenyszorongásmérő teszt (*Spielberger*, 1989), - annak redukált változatával, a *Sanderson-féle* (PRQ₁, PRQ₂) kérdőívet használva végeztük el a méréseket, a versenyszám előtt 60 perccel, illetve a versenyszám befejezése után 15 perccel (*Sanderson*, 1989).

- A versenyszorongás mérésére tesztdiagnosztikai módszert használtunk, amely a verseny előtti és verseny utáni pillanatnyi szorongás mérésére alkalmas.

- Pre-Race Questionnaire (PRQ₁);
- Post-Race Questionnaire (PRQ₂).

Öt aktívációs és öt nyugalmi helyzetre vonatkoztató, valamint a versenyző fittségi állapotára tesz fel kérdéseket. Alkalmazását rövidegsége, gyors és pontos értékelési lehetősége indokolja.

A kutatás adatait a leíró és következtetési statisztikai módszerekkel, a kétfaktorú varianciaanalízis; a Cramer-együtthatók vizsgálatával, valamint az SPSS 15.0 for Windows programmal dolgoztuk fel.

Eredmények

A pszichológiai *Martens-féle* CSAI-2 versenyszorongás-skála korcsoportonkénti értékeit a 2. táblázat mutatja be.

2. táblázat: A futóatléták korosztályai közötti versenyszorongás-skála (CSAI-2) vizsgálata

Korosztály		Kognitív szorongás	Szomatikus szorongás	Versen-önbízalom
Ifjúsági (17 év)	Mean	2,1414	2,4791	2,3784
	N	32	32	32
	St. Deviation	4,21	2,91	5,19
	% of Total N	33,0%	33,0%	33,0%
Junior (18-19 év)	Mean	1,875	2,4583	2,4166
	N	8	8	8
	St. Deviation	4,67	1,76	5,78
	% of Total N	10,3%	10,3%	10,3%
Utánpótlás (20-22 év)	Mean	0,9481	2,5228	2,3986
	N	34	34	34
	St. Deviation	3,72	2,85	5,02
	% of Total N	36,1%	36,1%	36,1%
Felnőtt (22- év)	Mean	2,1388	2,4398	2,4907
	N	24	24	24
	St. Deviation	5,54	1,75	6,09
	% of Total N	20,6%	20,6%	20,6%

Az eredményből egyértelműen kiolvasható, hogy a *Martens-féle* (CSAI-2) versenyszorongás-skálák korcsoportonkénti vizsgálata során, minden korosztálynál a verseny előtti szorongás testi tünetei, a szomatikus szorongás értékei (CSAI-2/som.) magasabb értékkel jellemezhetők a másik két szorongási mutatókhoz viszonyítva. A versenyzéssel kapcsolatos kognitív szorongás (CSAI-2/cog.) az ifjúsági és felnőtt korosztálynál magas értéket mutatnak. A versenyeredményekkel kapcsolatos önbizalom (CSAI-2/self-conf.) az utánpótlás és a felnőtt korosztálynál magasabb értéket tükröz, ami az életkor előrehaladtával szerzett tapasztalatokkal, élményekkel magyarázható.

A *Martens-féle* (CSAI-2) versenyszorongás-skála a versenytáv hosszának függvényében történő összehasonlítását a 3. táblázat ábrázolja.

3. táblázat: A futóatléták versenyszorongás-skáláinak (CSAI-2) vizsgálata a versenytáv hosszától függően

Versenyzők		Kognitív szorongás	Szomatikus szorongás	Versenyszorongás-önbizalom
Rövidtávfutók	Mean	2,1056	2,4661	2,3929
	N	41	41	41
	St. Deviation	0,7598	0,8559	0,8741
Középtávfutók	Mean	2,1565	2,5050	2,4116
	N	44	44	44
	St. Deviation	0,8407	0,9173	0,8904
Hosszútávfutók	Mean	2,0171	2,4188	2,6752
	N	13	13	13
	St. Deviation	0,9081	0,8751	0,9278

A vizsgálat eredményeiből látható, hogy a *Martens-féle* CSAI-2 versenyszorongás-skálák mutatói a versenytáv hosszának függvényében kimutatják, hogy minden versenytávon a verseny előtti szorongás testi tünetei, a szomatikus szorongás (CSAI-2/som.) kimagaslóan magas eredményt mutat. A versenytáv hosszának növelésével a szomatikus szorongási mutatók értékei emelkedő tendenciát tükröznek, kivételt csak hosszútávfutók képeznek. A versenyzéssel kapcsolatos kognitív szorongás (CSAI-2/cog.), és a versenyeredménnyel kapcsolatos önbizalom (CSAI-2/self-conf.) a versenytáv növekedésével fokozatosan emelkedik.

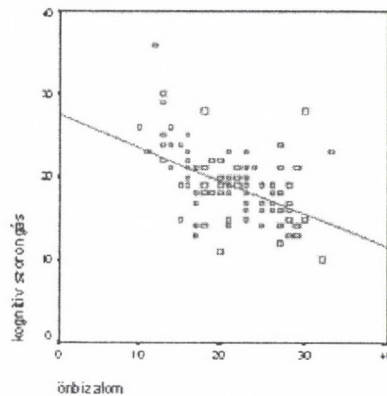
A racionális félelem a versenytársaktól, a versenytáv leküzdésétől, mindez befolyásoló tényező lehet a versenyszorongás alakulásában. A versenyszorongás-szintek minimális eltérése a közép- és hosszútáv futás hosszával, tempójával magyarázható.

A *Martens-féle* (CSAI-2) versenyszorongás-skála és a *Sanderson-féle* (PRQ_1 , PRQ_2) versenyszorongás-értékek összehasonlító elemzése (4. táblázat):

4. táblázat: A CSAI-2 versenyszorongás-skála összetevőinek korrelációs értékei és a verseny előtti (PRQ₁), illetve utáni (PRQ₂) pillanatnyi versenyszorongás közötti korreláció

		Kognitív szorongás	Szomatikus szorongás	Verseny-önbizalom	PRQ ₁	PRQ ₂
Kognitív szorongás	Pearson Correlation		0,030	-0,0493**	0,178	-0,033
	Sig. (2-tailed)	X	0,772	0,000	0,081	0,749
	N		98	98	98	98
Szomatikus szorongás	Pearson Correlation	0,030		-0,139	-0,021	-0,254*
	Sig. (2-tailed)	0,772	X	0,174	0,836	0,012
	N	98		98	98	98
Verseny-önbizalom	Pearson Correlation	-0,493**	-0,139		0,114	0,080
	Sig. (2-tailed)	0,000	0,174	X	0,266	0,434
	N	98	98		98	98
PRQ ₁	Pearson Correlation	0,178	-0,021	0,114		0,222*
	Sig. (2-tailed)	0,081	0,836	0,266	X	0,029
	N	98	98	98		98
PRQ ₂	Pearson Correlation	-0,033	-0,254*	0,080	0,222*	
	Sig. (2-tailed)	0,749	0,012	0,434	0,029	X
	N	98	98	98	98	

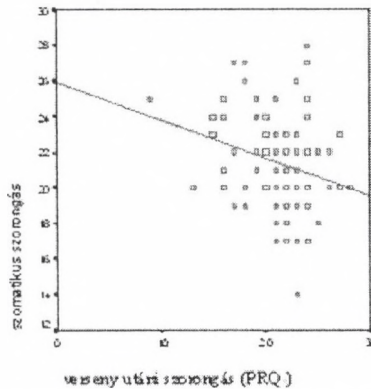
Az eredményekből kiolvasható, hogy a pszichológiai *Martens-féle* CSAI-2 versenyszorongás-skálák közül a versenyzéssel kapcsolatos kognitív szorongás (CSAI-2/cog), és a versenyeredménnyel kapcsos-



1. ábra: A kognitív szorongás és a versenyönbizalom változók közötti korreláció

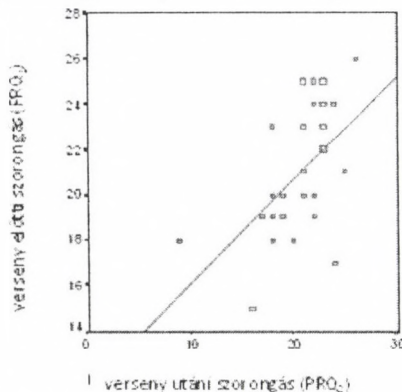
latos önbizalomérték (CSAI-2/self-conf.) között negatív irányú, közepes erősségű szignifikáns kapcsolatot találunk ($-0,493^{**}$), ami azt jelenti, ahogy nő a sportolók versenyeredménnyel kapcsolatos önbi-
zalma, úgy csökken a versenyszorongás (1. ábra).

A 4. táblázat eredményei azt tükrözik, hogy a verseny előtti szorongás testi tüneteit, a szomatikus szorongás (CSAI-2/som.) és a verseny utáni pillanatnyi szorongás *Sanderson-féle* (PRQ₂) negatív irányú gyenge erősségű szignifikáns kapcsolatot találunk ($-0,254^*$). Ez arra enged következtetni, hogy a versenyszám befejezése után a pillanatnyi szorongás lassú, csökkenő tendenciát mutat (2. ábra).



2. ábra: A szomatikus szorongás és a verseny utáni (PRQ₂) pillanatnyi változók közötti korrelációk

Ugyanakkor a vizsgálatunkban a verseny előtti (PRQ₁) és a verseny utáni (PRQ₂) pillanatnyi versenyszorongás-érték között pozitív irányú, gyenge erősségű szignifikáns kapcsolatot találunk ($0,222^*$), mely igazolja, hogy a teljes minta alapján a versenyszám befe-



3. ábra: A verseny előtti (PRQ₁) és verseny utáni (PRQ₂) pillanatnyi változók közötti korreláció

jezése után még mindig fennáll egy enyhe verseny utáni pillanatnyi szorongás (3. ábra). Ez arra utal, hogy azokon a versenyzőkön, akik a verseny előtt szorongásra utaló jelek mutatkoztak, a versenyszám teljesítése után is fennáll a verseny utáni szorongás jele. Ez magyarázható a versenyző edzettségi állapotával, az elvárásoknak való megfeleléssel, az elért eredménnyel.

A futóatléták verseny előtti (PRQ₁) és verseny utáni (PRQ₂) pillanatnyi szorongásszintjének, a korosztályok közötti vizsgálat során kapott eredményeit az 5. táblázatban láthatjuk. A *Sanderson-féle* verseny előtti (PRQ₁) és verseny utáni (PRQ₂) pillanatnyi szorongásmérő tesztet alkalmaztuk. A vizsgálatot, a kapcsolat meglétét a kétutas - más néven kétfaktorú - varianciaanalízis módszerével tettük.

5. táblázat: A futóatléták verseny előtti (PRQ₁) és verseny utáni (PRQ₂) pillanatnyi szorongásvizsgálata korcsoportok szerint

Korcsoport		Verseny előtti szorongás (PRQ ₁)	Verseny utáni szorongás (PRQ ₂)
Ifjúsági (17 év)	Mean	2,075	2,0937
	N	32	32
	St. Deviation	0,8633	1,0742
	% of Total N	33,0%	33,0%
Junior (18-19 év)	Mean	2,125	2,0875
	N	8	8
	St. Deviation	1,0544	0,9832
	% of Total N	8,30%	8,30%
Utánpótlás (20-22 év)	Mean	2,1088	2,1382
	N	34	34
	St. Deviation	0,8703	0,9834
	% of Total N	34,10%	34,10%
Felnőtt (22- év)	Mean	1,9625	2,0316
	N	24	24
	St. Deviation	0,8314	0,8353
	% of Total N	24,60%	24,60%

A korosztályoknál statisztikailag minimálisan csökkenő tendenciát mutat a verseny utáni pillanatnyi szorongásérték, amely a versenyszám befejezése után normálisnak mondható. Ez magyarázható az életkori sajátosságokkal, a versenyen megszerzett tapasztalattal, a

verseny nívójával, valamint az edző elvárásaival és önmagának való megfeleléssel, az elvárások teljesítésével.

Sanderson-féle szorongásmérő tesztet alkalmaztuk a verseny előtti (PRQ₁) és a verseny utáni (PRQ₂) pillanatnyi szorongásszint mérésére, a versenytáv hosszának függvényében. A kapcsolat meglétét a kétfaktorú varianciaanalízis módszerével teszteltük (6. táblázat).

6. táblázat: A verseny előtti (PRQ₁) és utáni (PRQ₂) pillanatnyi szorongás vizsgálata a versenytáv hosszának figyelembevételével

Versenyzők		Verseny előtti szorongás (PRQ ₁)	Verseny utáni szorongás (PRQ ₂)
Rövidtávfutók	Mean	2,1409	2,1121
	N	41	41
	St. Deviation	0,9257	0,9283
	% of Total N	42%	42%
Középtávfutók	Mean	2,1498	2,1232
	N	8	8
	St. Deviation	0,9056	1,0234
	% of Total N	44,70%	44,70%
Hosszútávfutók	Mean	2,0683	2,0538
	N	34	34
	St. Deviation	0,8163	1,0716
	% of Total N	13,30%	13,30%

A minőségi ismérvek (versenytáv hossz, időpont) és a mennyiségi ismérv (mért szorongási értékek) között a kapcsolat gyenge, a két csoportosító ismérv az eredményváltozó szóródásának mintegy 0,028%-át határozza meg. A verseny előtti és a verseny utáni szorongási adatok közötti sztochasztikus kapcsolat – eltekintve a távhossztól – szintén nagyon gyenge intenzitású.

A távhossz a szorongási adatok szóródásának 0,019%-át magyarázza meg, ha kiszűrjük az időpont (verseny előtti és verseny utáni) hatását.

Mivel 5%-os szignifikanciaszinten az F-eloszlás kritikus értéke minden esetben nagyobb az általunk becsült értéknél, a táv hossza és az időpont, illetőleg a kettő közös hatása nincsen jelentős (szignifikáns) kapcsolatban a felmért szorongási eredményekkel.

Az eredmények arra a következtetésre utalnak, hogy a minőségi ismérvek (versenytáv hossza) és a mennyiségi ismérvek (a mért versenyszorongási értékek) között a gyenge kapcsolat.

A versenytáv hossza és a verseny előtti (PRQ_1), illetve utáni (PRQ_2) pillanatnyi szorongásértékek, valamint a kettő hatása nincsen jelentős kapcsolatban.

A versenyszorongás-értékek minimális eltérést mutatnak. Ebből arra lehet következtetni, hogy a versenytáv hossza alapvetően nem befolyásolja az adott vizsgálatban a versenyszorongás mértékét.

A futóatléták neme, illetve a versenytáv hossza közötti kapcsolat vizsgálatára irányuló méréseket is végeztünk. Az adatok feldolgozásánál (mivel az ismérvváltozataink száma kettőnél több) a Cramer-együtthetót használtuk. A vizsgálati adatokból a következő kiinduló adatbázist határoztuk meg (7. táblázat):

7. táblázat: A futóatléták neme és a versenytáv hossza közötti kapcsolat

	Rövidtáv	Középtáv	Hosszútáv	Összesen
Nő	22	7	3	32
Férfi	19	37	10	66
Összesen	41	44	13	98

A futóatléták neme és a versenytáv között közepes erősségű (0,38) szignifikáns kapcsolat van. A mintában a Cramer-együtthetó négyzete a determináció mértékét is megmutatja, vagyis a nem csupán 14,67%-ban determinálja a választott táv hosszát.

A sportági kiválasztás genetikailag egyaránt determinálja a versenyzők várható teljesítményét és fejlődési ütemét. Az izomrostok szerkezete, a gyors (fehér) és a lassú (vörös) rostok idegéletteni okokra vezethetők vissza. Ez egyben azt is igazolja, hogy genetikai arányuk befolyásolhatja a gyorsasági, illetve az állóképességi rendszeres edzőmunkát.

A felvetett kérdés érdekessége, hogy a rövidtávfutóknál és általában a rövid nekifutást igénylő ugrószámoknál más jellegű edzőmunkát kell megkívánni a versenyzőtől, mint egy közép-, hosszútávú atlétától.

Míg a közép- és hosszútávú futásoknál a monotóniatűrés az edzések alkalmával külön nevelési feladat az edző számára, addig a rövidtávú futó atlétáknál ez a probléma nem jelentkezik.

A közép-, hosszútávú futó szakágra – a nemek közötti arány és a versenytáv hossza közötti arányt vizsgálva – többnyire azokat választják, akiknek jó a beidegződése, a neuromuskuláris koordinációja, valamint az állóképessége is kiemelkedik a versenyzők köréből.

Elfáradni, sokat futni először senki nem szeretne, mindenki a kevesebb, könnyebb edzőmunka felé vonzódik. A sportágválasztásnál is elsősorban az atlétika sportágra kell kiválasztani és nem szakágra. Az atlétika sportágnál a legtöbb versenyző először sok versenyszámmal próbálkozik. A sportoló nincs „becsapva”, hiszen az évek múlásával kiderül, hogy ki melyik szakágban, versenyszámban lesz várhatóan a legsikeresebb.

Összegzés

A sportolók személyiségvizsgálata során felszínre kerültek a versenyszorongásszintek. A szorongás jelensége a versenyző felkészítésének egész folyamatában jelen van.

Az edző pedagógiai tevékenységében a versenyszorongás kezelése sokkal komplexebb folyamat, mint gondolnánk. Köztudott, hogy az edzői tevékenység sajátos területen, sajátos tevékenységformával, és sajátos módon történik. Az edzések alkalmával a cselekvéstanulás, a speciálisan alkalmazott mozgások a sportolók képességeinek fejlesztésére irányulnak a sportág sajátosságainak megfelelően.

Kutatásunkat a pszichológia irányából közelítettük meg:

1. Feltártuk a versenyszorongás jellemzőit, megismertük a rövid-, közép- és hosszútávfutó atléták versenyszorongás-jellemzőit.
2. Megvizsgáltuk a futóatléták versenyszorongás-fajtái (CSAI-2) kapcsolatának hatékonyságát és a verseny előtti (PRQ₁), illetve utáni (PRQ₂) pillanatnyi szorongásszint mértékét.

A szorongás legtöbbször negatív irányba befolyásolja a versenyteljesítményt, ezért megfelelő kezelése szükséges. Ebben segíthet az edző, akinek pedagógiai, pszichológiai tevékenysége, nagy szerepet játszik abban, hogy sportolói megfelelő felkészültséggel, kellő motivációval, érzelmi kiegyensúlyozottsággal, határozottsággal rendelkezzenek. Az optimális önbizalom (a versenyző kompetenciája) valóban segítheti a versenyzőt, de hiánya bizonytalansággal és szorongással járhat.

Vizsgálatunk eredményei hozzájárulnak a sportpedagógia és a sportpszichológia területén a futóatléták versenyszorongásának kezelhetőségével kapcsolatos kérdések pontosításához.

A kutatás továbbfejlesztése érdekében érdekes összehasonlításokat tehetnénk az ugró- és dobószakágakon belül, hiszen az ügyességi versenyszámok másfajta felkészülést és versenyzést kívánnak meg. Míg a futók együttesen futják le a versenytávot és felkészülhetnek a versenytárs egyes reakcióira, addig az ugró- és dobóatléták

sorozatonként, egymást követően figyelhetik a verseny menetét. Így a futókhoz képest más eredményt kapnánk a pillanatnyi verseny előtti és utáni szorongás mért adataiban. Ennek következtében a versenyszorongásszintben is eltérések mutatkozhatnak, amelyek újabb kihívást jelenthetnek az edzők számára a sportolók mentális felkészítésének gyakorlatában, főleg azokban az esetekben, amikor rövidtávfutók ugrószámokban is versenyeznek.

Irodalom

- Martens, R. (1977): *Sport Competitive Anxiety Test*. Human Kinetics, Champaign, IL.
- Sanderson, F. H. (1989): *Analysis of Anxiety Levels in Sport*. In: Hackfort, Spielberger: *Anxiety in Sports. An International Perspective*. Hemisphere Publishing Corporation, New York. 39-54. p.
- Spielberger, C. D. (1989): *Stress and Anxiety in Sports*. In: Hackfort, Spielberger: *Anxiety in Sports. An International Perspective*. Hemisphere Publishing, New York. 3-18. p.
- Sipos Kornél, Bejek Klára, Kudar Katalin (1999): *A magyar nyelvű CSAI-2 versenyszorongás skála sztendertizálása*. In: Mónus András (Szerk.): III. Országos Sporttudományi Kongresszus. II. kötet. MSTT, Budapest. 293-299. p.

EDZÉSTERHELÉS HATÁSA A PSZICHOMETRIAI JELLEMZŐKRE JUDÓBAN

The effect of trainingloading to the psychometrical

- Németh Endre
- Nagykáldi Csaba

Semmelweis Egyetem Testnevelési és Sporttudományi Kar,
Küzdősportok Tanszék

Összefoglaló

A tanulmányban kísérletet tettünk arra, hogy egy kiváló versenyző állapotát erős terhelés és pihenés között pszichodiagnosztikai módszerekkel jellemezzük. Az individuális elemzésben a magyar judoválogatott-keret, mint referenciacsoporthoz szerepelt. Adataikat etalonként használtuk fel, hogy az individuális jellemzést megalapozzuk. E célból a csoport mért teszteredményeit decimális pontértékekre váltottuk, és ennek fényében mutattuk ki az egyéni állapotban bekövetkező figyelemre méltó változásokat. Sikertelenül megállapítani azokat a tényezőket és összefüggéseket, amelyek az egyénre jellemzőek voltak. Az adatok, illetve intraindividuális eltérések jól illeszkedtek a vizsgált judokiválóság élethelyzetéhez és megvilágították munkájának, illetve helyzetének belső, pszichológiai összetevőit. Úgy véljük, hogy a kvalitatív és kvantitatív jellemzés kombinációja hasznos információkat adhat a gyakorlati alkalmazásokra is.

Kulcsszavak: állapotdiagnosztika, teljesítménydiagnosztika, individuális elemzés.

Abstract

The authors tried to characterize the state of an excellent competitor with psychodiagnostic methods between heavy load and rest periods. The Hungarian national judo team was used as a reference group in the individual analysis. Their data was used as a standard to establish individual characterization. The measured test were converted into decimal point values and the remarkable changes in the individual state was disclosed in this light. Those factors and relations could be proven which were characteristic for the individuals. The data, and the intra-individual differences matched the life situation of the tested judo elites and they highlighted the inner psychological components of their work and

situation. It was supposed that the combination of qualitative and quantitative characterizatio may give/provide useful information for the practical adoption as well.

Keywords: state diagnosis, performance diagnosis, individual analysis.

Előzmények a teljesítménydiagnosztikában

Munkánkat az a korábbi felismerés indította, amely tapasztalatok alapján állítja, hogy a magas szintű eredményekhez a judóban sem elég a kizárólagosan szakmai (erőnléti, technikai és taktikai) felkészítés. A különféle harcművészeti iskolák, így a Japánból származó judo is azt a felismerést vallotta, hogy ha le akarod győzni az ellenfeledet, akkor előbb magadat kell legyőznöd. A pszichológiai felkészítést ma már az edzés és versenyzés szerves részének tartják és széles körű alkalmazása a sportszakmai mellett elkerülhetetlen.

A hatékony munka egyik feltétele, hogy a versenyzőt minél részletesebben és pontosabban megismerjük, másfelől a versenyző is mindjobban ismerje meg önmagát. A megismeréshez a sportpszichológia diagnosztikai segítséget nyújt. Az egyik lehetőség az edzői megfigyelés, amire nagy szükség van, de ez az eljárás meglehetősen hosszú és a szubjektivitást sem lehet teljesen kizárni belőle. A másik gyors és pontos lehetőség az e célra kidolgozott *pszichometriai módszerekben* van. A különféle tulajdonságok, képességek és attitűdök feltárása azonban csak akkor sikeres, ha mindezekre jól kidolgozott, hitelesített módszereket tudunk bevetni, szakszerűen értékelni, és helyesen értelmezni. Ilyen módon olyan jellemzők is feltáruulnak, amelyek az egyszerű megfigyelések előtt eddig rejtve maradtak. Nem kétséges viszont, hogy a pszichometriai módszerek és eljárások alkalmazása előzetes tanulmányokat, gondosságot és szakszerűséget követelnek. De az is biztos, hogy az alkalmazás eredményeképpen a versenyzőkről megbízható adatokhoz lehet jutni.

A sokféle adat alapján, amelyek különféle tulajdonságok, képességek és attitűdök szintjére vonatkoznak, úgynevezett *pszichodiagnosztikai jellemzéshez* jutunk. Ez a jellemzés a személy *aktuális állapotára* (pszichofiziológiai állapotára) vonatkozik. Miután az egyén állapota az edzőmunka hatására élettani és lélektani szempontból egyaránt folyamatosan változik, ismételt vizsgálattal újabb és újabb diagnosztikai jellemzést adhatunk és így az állapotok változásai nyomon követhetők.

A diagnosztikát a sportteljesítmény oldaláról is levezethetjük. A teljesítményben a sportoló valamennyi funkciója részt vesz, tehát a pszichometriai módszerekkel mért jellemzők is. A jellemzők különböző szintjei fogják kísérni a magas és alacsony teljesítményeket. Így tehát a *teljesítménydiagnózishoz* is adatokat kapunk. Ha a versenyző szempontjából értelmezzük az adatokat, akkor állapotot diagnosztizálunk, ha pedig a teljesítmény oldaláról, akkor a teljesítményt jellemezzük. Az *állapot-*, illetve *teljesítménydiagnosztikát* több sportágban *Nagykálldi* (1975), valamint *Nagykálldi, Pilven* és *Ozsváth* (1979) alapozta meg. Nagyszámú műszeres és pszichometriai módszerrel vívóknál, sportlövőknél és labdarugóknál az állapotváltozásra (sportformára) érzékeny és kevésbé érzékeny jellemzőket különítettek el. Következtetésük szerint elsősorban az edzéshatásra (illetve edzettségre) érzékeny és dinamikusan változó jellemzőknek van diagnosztikus értéke. A sportforma változásaira *Ozsváth* és munkatársai (1980) terjesztették ki a teljesítménydiagnosztikát, majd *Nagykálldi* (2003) önértékelő skálamódszert is kidolgozott a gyakorlati alkalmazás számára.

A diagnosztikai értékű módszerek és eszközök száma az utóbbi időben lényegesen megnőtt, különösen a pszichometrikus attitűdskálák és személyiségtesztek fejlődtek sokat. Jelen munkánkban számos, a tesztfeltételeknek mindenben megfelelő módszert alkalmazunk.

Célkitűzés

A vázolt diagnosztikai lehetőséget kívánjuk felhasználni egy olimpiai bajnok egyéni felkészítésében. Bajnokunk olyan minőségi munkát végez, amelynek javításában minden legális eszközt alkalmazni kell. Azt várjuk, hogy a pszichodiagnosztikai módszerekkel hatékonyan segíteni tudjuk egyéni felkészülését. Munkánk közvetlen előzménye volt, hogy felmérést végeztünk a teljes női judoválogatott és utánpótláskeretről (N= 41 fő) és azt találtuk, hogy a pszichodiagnosztikai adatok alapján egymástól erősen eltérő személyi profilok állapíthatók meg a versenyzőkről. Az eredmények az interindividuális eltéréseket jól mutatták. Erről a kutatásról *A judo pszichológiai profilja és pszichodiagnosztikai szempontok a teljesítményben* címmel számoltunk be (*Németh* és *Nagykálldi*, 2004). Az eredmények ösztönzést adtak a jelenlegi kutatáshoz.

Feladat és hipotézis

Az olimpiai bajnok Kovács Antal (1992, Barcelona) hozzájárulásával vállalkoztunk arra a feladatra, hogy az athéni olimpiát követő pihenési ciklusban (I. mérés) és a 2005. évi Európa-bajnokságra történő felkészülési edzések ciklusban (II. mérés) állapotdiagnosztikát célzó méréseket hajtunk végre. Mindkét időpontban ugyanazokat a módszereket alkalmaztuk, ugyanazon feltételek mellett.

A két időszak jellemzése: Az első mérés a sikertelen athéni olimpia (2004) utáni teljes pihenőidőben történt. Kovácsnak ez már a negyedik olimpiája volt, ami után edzőjétől hosszabb pihenőt kapott, amely alatt személyi ügyeit intézte. Azzal a problémával is szembe-sült, hogy tovább folytass-e a sportpályafutását. Végül is hosszabb mérlegelés után vállalta a további munkát.

A második felmérésre a 2005. évi Európa-bajnokság előtt néhány nappal került sor. A részvétel melletti döntését befolyásolta, hogy olimpiai és világbajnoki aranyéremmel már rendelkezett, de Európa-bajnoki arannyal még nem, és szeretne volna ezzel befejezni a pályafutását. Erre a szakemberek csak kevés esélyt adtak, hiszen a versenyt megelőzően Achillesín-sérüléssel is bajlódott. Kovács nagyon elszánt volt, de a verseny előtt bejelentette, hogy az Eb-t követően abbahagyja a versenyzést, ez lesz az utolsó világversenye.

Hipotézisünk szerint az erős edzésterhelés nem csak fiziológiás változásokkal jár, hanem pszichológiai hatásokkal is, amelyek megfelelő pszichodiagnosztikai eszközökkel kimutathatók. Valószínűleg – az egyéni élethelyzet miatt – a fizikai teljesítménytől függő jellemzők nem fognak magas szinten jelentkezni, ugyanakkor az újrakez-déssel kapcsolatos bizonytalanságok és aggodalmak is felléphetnek.

Módszerek

1. Asszertivitás (küzdőképesség) Kérdőív (Nagykaldi, Bognár és Szepesi, 1999): ASS.
2. Verseny Sport Szorongás (Martens, CSAI-2, 1970): szomatikus szorongás (Szo.), kognitív szorongás (Koog.) és önbizalom (Önb.).
3. Sport Önbizalom Vonás teszt (Vealey, 1986): S.Önb.V.
4. Sport Önbizalom Állapot teszt (Vealey, 1986): S.Önb. Á.
5. Fizikai Önhatékonyság teszt (Ryckman és mtsai, 1982): Fiz.Önh.
6. Vonásszorongás skála, (Spielberger, Gorsuch és Lushine, 1970; Sipos és Sipos, 1988): AT.
7. Általános Önhatékonyság Skála (Schwartzter, 1992): Á. Önh.
8. Dominancia (Fahrenberg és Selg, 1970): Dom.

9. Kockázatvállalás (*Fahrenberg és Selg, 1970*): Koc.

10. Sportolók Önértékelő Kérdőíve (*Nagykálldi, 2003*): fizikai faktor (Fiz.fak.), pszichomotoros faktor (Pm.fak.) és motivációs faktor (Mot.fak.).

A felsorolt tesztek alkalmazhatósága érdekében az egyes szerzők a tesztkritériumokat az irodalomban megadták. Ezen túlmenően mi is elvégeztük a szükséges próbákat és számításokat. A megbízhatóságot 18 válogatott judoversenyző nő adataiból Cronbach alpha számításával végeztük. Az érvényességet kritériumvaliditással vizsgáltuk 20-20 felnőtt férfi judós csoporton. A kritérium egy kiváló teljesítményű és egy gyenge teljesítményű homogenizált csoport teszteredményeinek az összehasonlítása. A homogén csoportok alakításának feltételei: azonos nem, azonos életkor és azonos judosportéletkor. Módszer: ANOVA és Student-próba az SPSS programcsomag alkalmazásával. Valamennyi tesztet megbízhatónak és érvényesnek találtuk (1. táblázat).

1. táblázat: A módszerek tesztkritériumai

Változók	Megbízhatóság (N=18)	Érvényesség (N=20-20)	
	Cronbach alpha	ANOVA	Student
ASS	0,84	p<0,001<	p<0,001
Szo.	0,89	p<0,001<	p<0,001
Kog.	0,85	p<0,001<	p<0,001
Önb.	0,73	p<0,001<	p<0,001
S. Önb. V.	0,96	p<0,001<	p<0,001
S. Önb. Á.	0,91	p<0,001<	p<0,001
Fiz. Önh.	0,91	p<0,001<	p<0,001
AT	0,91	p<0,001<	p<0,001
Á. Önh.	0,65	p<0,001<	p<0,001
Dom.	0,83	p<0,001<	p<0,001
Koc.	0,83	p<0,001<	p<0,001
Fiz. és Mot. fak.		12 tétélelemzés	p<0,001

Az individuális elemzési eljárás folyamata

Miután a pihent és terhelt állapotban mért jellemzőket egyetlen személynél nem lehet statisztikusan összehasonlítani, támpontokra van szükség. Referenciacsoportként segítségül vettük a teljes férfi válogatott csapatot (N=22), amelynél a jelzett tesztek szintén alkal-

maztuk. A minta minimum és maximum értékei kijelölik az adatok terjedelmét valamennyi mért változónál és ezt a terjedelmet decimális fokozatokra osztottuk. Így minden mért változó megkaphatta a decimális pontértékeket. Ezek után valamennyi, az egyénnél pihenésben és terhelésben mért változó is megkapta a decimális pontértékeket, s ennek következtében jobban ki lehetett mutatni a terhelés hatására bekövetkező változásokat (2. táblázat).

A fontos eltéréseket a pihenési és terhelési állapot között ott emeltük ki, ahol kettő, vagy ennél több decimális pontértékeltérés volt. A megállapítás statisztikai alapja az, hogy az egy pont 10%-os eltérést jelent, a kettő vagy három pedig 20, illetve 30%-os eltérést. Az eltérések érzékenyen mutatják a terhelésre adott egyéni reakciókat.

Eredmények

2. táblázat: A mért és a decimális pontértékek összehasonlítása

Változók	Judo csoport (N=22)		Egyéni adatok			
	Átlagérték	Decimális pont	I. mérés (pihenés)	Decimális pont	II. mérés (terhelés)	Decimális pont
ASS	92	4	115	10	113	10
Szo.	17	5	17	4	21	7
Kog.	17	5	17	5	17	5
Önb.	25	6	27	7	27	7
S. Önb. V.	88	7	103	9	101	9
S. Önb. Á.	89	7	102	9	104	9
Fiz. Önh.	97	6	102	8	95	6
AT	37	6	35	5	39	7
Á. Önh.	33	4	31	3	24	1
Dom.	4	6	5	8	3	4
Koc.	11	6	14	9	12	7
Fiz. fak.	27	7	30	8	30	8
Pm. fak.	17	4	18	5	16	3
Mot. fak.	19	5	24	8	23	8

Az eltéréseket mutató decimális pontértékeket dőlt számok jelölik.

A 2. táblázat alapján megállapítható, hogy a szomatikus szorongás és a vonásszorongás az erős fizikai terhelés hatására emelkedett. A

szorongás növekedése meghaladta a csoportátlagot is. A hatékonyság jellemzői, mint a fizikai és az általános önhatékonyság, 2-2 decimális fokozattal csökkentek és ezek jelzik a nagy fizikai igénybevételt. Ugyancsak kifejezetten csökkentek a dominancia, a kockázatvállalás és a pszichomotoros faktor értékei, amelyek arra utalnak, hogy az edzésterhelés hatására az akcióindítás kockázatát nehezebben vállalta és a végrehajtások koordinációja romlott. Bajnokunk a terheléses állapotban úgy ítélte meg, hogy a mért 14 mutató közül 7-ben alacsonyabb szinttel bír, mint a pihent állapotban. A változók alakulása alátámasztják előzetes elvárásainkat abban, hogy a felvállalt edzőmunka terhelései hatására a versenyző a teljesítőképességét illetően bizonytalanra vált és emiatt szorongása emelkedett.

Ugyanakkor választ kapunk arra is, hogy miért vállalta a további munkát és a versenyzés fáradalmait. Küzdőképessége (ASS) és önbizalma (három változóban is) ugyanolyan magasak az edzésterhelés idején, mint a pihent állapotban, sőt messze meghaladják a csoportét. Fizikai és motivációs faktora szintén változatlan és meghaladják a versenytársakét. Töretlen küzdőképessége, önmagába vetett hite és teljesítményre törő motivációja azok a pszichológiai erőforrások, amellyel vállalkozását végrehajtja. Már csak az a kérdés, hogy mindez elég energiát ad-e ahhoz, hogy szorongását is legyőzze és hogy ismét magas szintű hatékonyságot érjen el.

Irodalom

- Fahrenberg, L., Selg, H. (1970): *Freiburger Persönlichkeitsinventar*. Hogrefe, Göttingen.
- Martens, R. (1970): *Competitive Sport Anxiety test*. Human Kinetics, Champaign, Illinois.
- Németh Endre, Nagykáldi Csaba (2004): *A judo pszichológiai profilja és pszichodiagnosztikai szempontok a teljesítményben*. Magyar Pszichológiai Társaság XVI. Nagygyűlése, május 27-29. Debrecen. Előadás-kivonatok. 190.
- Nagykáldi Csaba (1975): Sportolók pszichomotoros teljesítményének diagnosztikai kérdései. (Kandidátusi disszertáció tézisei.) *Tanulmányok a testnevelés- és sporttudományok köréből*, 152-158., Magyar Pszichológiai Szemle, 2. 180-184.
- Nagykáldi, Cs., Pilvein, M., Ozsváth, K. (1979): *Zustandsdiagnostische Parametern bei Fechtern der Nationalmannschaft*. In: Vth European Congress of Sport Psychology. Vol. 2. 92-96. Köln.
- Nagykáldi Csaba, Bognár Gábor, Szepesi László (1999): *Agresszivitás a küzdősportokban*. In: Mónus András (Szerk.) II. Országos Sporttudományi Kongresszus. II. kötet, 285-288. p.

- Nagykálldi Csaba (2003): Önértékelési módszer sportolók számára. *Kalokagathia*, 1. 65-81.
- Ozsváth Károly, Pilvein Márton, Nagykálldi Csaba (1980): A sportforma változása néhány teljesítményfaktor tükrében. *Tanulmányok a TFKI kutatásaiból*, 37-55. p.
- Ryckman, R.M., Robbins, M.A., Thornton, B., Cantrell, P. (1982): Development and validation of a Physical Self-Efficacy Scale. *Journal of Personality and Social Psychology*, 42. 891-900.
- Sipos, K., Sipos, M. (1988): *A State-Trait Inventory. Hungarian version*. In: Takács F. (Szerk.): *Psychodiagnostic Vademecum*. Tankönyvkiadó, Budapest, 123-136. p.
- Spielberger, C.D., Gorsuch R.L., Lushine, R.F. (1970): *Manual for the state-trait anxiety inventory*. Consulting Psychologists Press, Palo Alto, CA.
- Schwarzer, R. (1992): *Self-efficacy: Thought control of action*. Hemisphere, Washington, DC.
- Vealey, R.S. (1986): Conceptualization of sport-confidence and competitive orientation: Preliminary investigation and instrument development. *Journal of Sport Psychology*, 8. 221-246.

A TENISZ ALAPVETŐ MOZGÁSELEMEIBEN NYÚJTOTT TELJESÍTMÉNYEK ELEMZÉSE TESTNEVELÉS SZAKOS HALLGATÓK EREDMÉNYEI ALAPJÁN

An analysis of basic tennis movements performance based on the results of physical education university students

● Dobos Károly

● Nemes Gábor

Semmelweis Egyetem Testnevelési és Sporttudományi Kar,
Sportjáték Tanszék

Összefoglaló

A tenisz csodálatos sportág, egészséges, tudományos elveken alapuló játék, amelyet átlagos szellemi és fizikai képességekkel bárki megtanulhat. Különösen igaz ez a megállapítás a testnevelés szakos hallgatókra, akik általában tanulmányi kötelezettségeik révén kerülnek kapcsolatba a tenisz sportággal. A cikkben 118 testnevelés szakos hallgató alapütések ütés pontosságában mutatott teljesítményét mutatjuk be.

A kutatásunk arra irányult, hogy feltárjuk a testnevelés szakos hallgatók tanulási sajátosságait a teniszben, ehhez egy általunk kidolgozott próbát használtunk. A kapott eredmények azt mutatják, hogy a hallgatók eredményét nem befolyásolta lényegesen az előképzettség, a domináns kéz vagy a nemi hovatartozás. Lényeges eltérések mutatkoznak a tenyeres és a fonák ütés találati biztonságában, valamint a hallgatók teljesítményében jól megmutatkoznak a sportágspecifikus sajátosságok. A kapott eredményekből arra a következtetésre jutottunk, hogy a hallgatók oktatása során több időt kell szentelnünk a fonák ütés oktatásának, valamint a tanulói csoportok kialakításánál figyelembe kellene venni az egyén sportspecifikus képzettségét (sportági dominancia) annak érdekében, hogy saját ütemének megfelelően tudjon haladni a tananyag elsajátításában. A testnevelés szakos egyetemi hallgatók teniszoktatásában a képességek szerinti differenciált tanítási, tanulási eljárásokat javasoljuk alkalmazni.

Kulcsszavak: ütés pontosság, alapütések, mozgástanulás, tenisz, felnőttképzés.

Abstract

Tennis is a wonderful sport. It is a healthy game, based on scientific principles, which can be learned by anyone with average physical and intellectual skills. This is especially true for university students majoring in physical education, who first come into contact with this sport as part of the curriculum. In this article we will present the performance of 118 university students majoring in physical education as far as the precision of their basic hits is concerned.

The aim of our study was to discover the major issues in tennis instruction to university P.E. students. We analyzing the effect of different movement in students learning tennis using practical tests created by tennis coaches from the Semmelweis University Sport Games Department.

Our results showed that that performance in tennis was not significantly determined by the students' previous tennis knowledge, dominant hand or sex. On the other side there was a significant differences between forehand and backhand drive performance. Also the students' dominant sport played a major role in their performance.

The results demonstrate that more attention and time is needed practicing the backhand drive. Even more important is the composition of the class. Students should be grouped by their dominant sport so instruction can be tailored more closely to each student's requirements. We strongly recommend that tennis instruction for P.E. students should be differentiated by their physical ability.

Keywords: precision of the hits, basic hits, movement learning, tennis, adult training.

Bevezetés

A tenisz napjaink divatos sportja, egyre több gyerek, fiatal és idős ragad ütöt, hogy kipróbálja ezt a bonyolult szabályokkal és mozgásformával bíró sportágat. A teniszre jellemző összetett aciklikus mozgás jellegénél fogva egyszerre több területen támaszt magas követelményeket a versenyzőkkel szemben. A teniszben az eredményesség legtöbbször attól függ, hogy a versenyző a változó helyzetekben mennyire képes a tárgyi és a személyi tényezőkhöz alkalmazkodni. Azoknál a sportágaknál, ahol a környezet viszonylag állandó (pl. torna, súlyemelés, az atlétika dobó- és ugrószámái) a zárt jellegű mozgáskészségek elsajátításánál és alkalmazásánál a belső szabályozó proprioceptív folyamatoké a vezető szerep. A teniszben a tárgyi és a személyi feltételek állandóan változnak, ezért itt a külvilág ingereihez alkalmazkodó, a tanult mozgásformákat kre-

atívan felhasználó (nyílt) mozgáskézségek a döntőek, így ezek elsajátítása kiemelt szerepet kap a képzés folyamatában (*Jákfalvy*, 1985). A teniszben előforduló technikai elemek (tenyeres, fonák, adogatás) mozgásszerkezete igen bonyolult, így azok végrehajtása és elsajátítása nehéz feladatot ró a tanítványra. A nehézséget fokozza, hogy az érintések pillanatszerűek, a játékos és a labda közötti kapcsolat pedig egy közbeiktatott szer segítségével valósul meg. E tényezők azt mutatják, hogy a tenisz alapvető mozgásformáinak elsajátítása igen összetett és hosszadalmas folyamat.

Az elsajátítás időtartama függ a mozgás bonyolultságának fokától, a kondicionális (fizikai), a motoros (ügyességi) és az értelmi képességek, valamint a rendelkezésre álló mozgáskézség szintjétől, ezen kívül, a beállítódástól és az alkalmazott oktatási módszerektől (*Nádori*, 1981). A mozgástanulásban mindig az egyéniség érvényre juttatása az elsődleges feladat. Ha ilyen értelemben foglalkozunk a tanítványokkal, akkor nem fenyeget bennünket a sablonos mozgástanulás veszélye, nem kell félnünk attól, hogy egyáltalán nem, vagy csak véletlenül kerül felszínre a tanítvány biomechanikai lehetőségeinek megfelelő, sajátos színezetű mozgás (*Szécsényi*, 1969).

A tenisz alapvető mozgásformáinak tanításánál sem hagyhatjuk figyelmen kívül az egyéni sajátosságokat. Az egyén fizikai adottságai, kondicionális és koordinációs képességei, testének anatómiai tulajdonságai meghatározóan befolyásolják a sportoló technikáját. Ezért olyan mozgásformákat kell a tanítványoknak elsajátítani, amelyek figyelembe veszik az egyénre jellemző sajátosságokat, de emellett megfelelnek a mai modern ütések biomechanikai törvényszerűségeinek is.

Minden sportágban nagyon fontos a megfelelő életkorban történő mozgástanulás. *Jákfalvy* (1985) szerint a tenisz legalapvetőbb mozgásformáinak elsajátítását 6 éves kortól érdemes elkezdni. Más sportágokban más életkorokban kezdődik a sportági alapok lerakása. Például tornában tornában a tornaelemek többségét az életkori sajátosságoknak megfelelően 6-12 éves kor között érdemes tanítani (*Donáth* és mtsai, 1996; *Hamar*, 1996). Országúti kerékpározásnál a mozgástanulás szenzitív szakasza 10-14 éves kor között van. Ebben a szakaszban kell kialakítani a megfelelő üléspozíciót, testtartást és az ideális hajtástechnikát (*Hazai*, 2004).

A felnőtt testnevelés szakos hallgatók életkoruknál fogva már rég túl vannak a mozgástanulás szenzitív szakaszán, viszont az átlagosnál jobb fizikai, sportágspecifikus és általános mozgáskultúrával rendelkeznek. *Winter* (1980) szerint a szenzitív szakasz olyan időtartam, amelyben a szervezet a környezet hatásaira intenzív fejlődéssel rea-

gál, és ez a fejlődés intenzívebb, mint más időszakban. Úgynevezett komplex szenzitív szakaszok is vannak, amelyekben szinte valamennyi (kondicionális és koordinációs) képesség változása jelentős, vagyis az ingerekre adott kedvező válasz sokirányú. Ez a komplex szenzitív szakasz fiúknál 13-14, lányoknál 11-12 éves korra tehető. E tényezők figyelembevételével kell a megfelelő oktatási stratégiát és módszereket megválasztani.

Vizsgálatunk azért irányult a felnőtt kezdő testnevelés szakos hallgatókra, mert náluk a technikai elemek tanulása a mozgástanulás szempontjából nem a leoptimálisabb időszakban történt. Egyöntetű véleményünk az, hogy az ilyen jellegű vizsgálatok nagyban hozzájárulnak a testnevelő tanárjelöltek tenisz tanulásával kapcsolatos problémáinak a megoldásához, valamint olyan értékes információkat szolgáltatnak, amelyek segítenek bennünket, a teniszt szabadidő jelleggel űző felnőtt sportolók mozgásoktatásában.

A testnevelő tanárok tenisztanulásával kapcsolatos vizsgálatokról a hazai szakirodalmakban nem olvashatunk, azonban számos kutató végzett vizsgálatokat a testnevelőtanár-jelöltekkel kapcsolatban más sportágak vonatkozásában.

Bartha és Hamar (2004) a testnevelés szakos hallgatók labdarúgással kapcsolatos véleményét, *Pechar és Mészáros* (1994) az amerikai és a magyar egyetemi sportolók antropometriai jellemzőit, *Szatmári* (2004) a testnevelés szakos hallgatók konfliktusmegoldó stratégiáit vizsgálta.

A vizsgálat célja

Vizsgálatunk célja az volt, hogy rávilágítsunk a különböző előképzettségű, nemű és különböző sportágakat űző felnőtt testnevelés szakos hallgatók tenisszel kapcsolatos tanulási problémáira, valamint az, hogy a kapott információk alapján egy hatékony oktatási stratégiát dolgozzunk ki.

A vizsgált minta

A vizsgálatunkban összesen 118 első évfolyamos testnevelő tanár szakos hallgató vett részt. Átlagéletkoruk: 20, 23 év. A vizsgált mintában 51 férfi és 67 női hallgató volt (8. táblázat).

Kérdések

Hogyan alakulnak a testnevelés szakos hallgatók tenisz alapütéseikben nyújtott teljesítményének az alapstatisztikai mutatói?

Van-e különbség az előképzettséggel rendelkező hallgatók és az előképzettséggel nem rendelkező hallgatók alapütésekben nyújtott teljesítménye között?

Van-e különbség a női és a férfi testnevelés szakos hallgatók alapütéseikben nyújtott teljesítménye között?

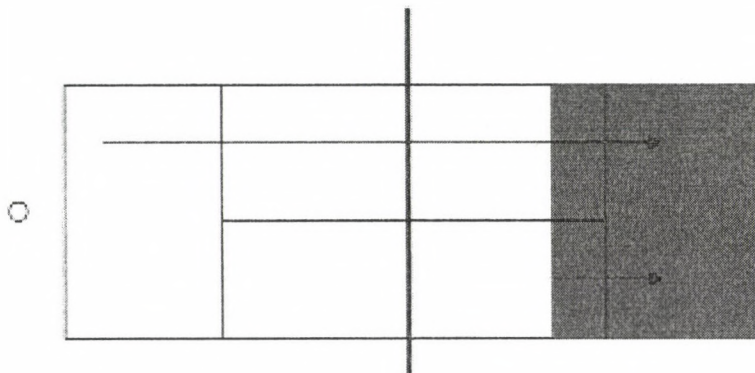
Van-e jelentős különbség a tenyeres ütéssel elért találatok és a fonák ütéssel elért találatok között?

Van-e különbség a taktikai, technikai és képesség dominanciájú sportágakat űző hallgatók alapütésekben nyújtott teljesítménye között?

Módszer

Kutatásunkban keresztmetszeti vizsgálatot alkalmaztunk, a vizsgálatunkat a 13 hetes tanítási időszak utolsó hetében 2005. tavaszán végeztük el. Felmérésünkben az általunk kidolgozott próbát használtunk (1. ábra), amelyet több éve (eddig kb. 1500 hallgatót teszteltünk vele) alkalmazunk a testnevelés szakos hallgatók alapütéseikben nyújtott teljesítményének ellenőrzésére. Mivel még nem sztenderdizált próbáról van szó és az eredmények feldolgozása nem paraméteres statisztikai eljárással történt, az eredményekből csak az erre a speciális mintára vonatkozó következtetéseket állapíthatunk meg. A teljes testnevelőtanár-képzést folytató felsőoktatásban tenisztanuló populációra csak nagyon óvatos becsléseket, tehetünk. A hallgatók a 13 hetes időszak alatt hetente egyszer (1 foglalkozás: 80 perc) vettek részt a teniszfoglalkozásokon. A munkacsoportok kialakítása a tanórai besorolás alapján történt. A foglalkozások fő irányvonala a tenisz legalapvetőbb mozgáselemeinek az elsajátítása volt (tenyeres, fonák, adogatás). Az adatok feldolgozásánál a hallgatókat többféle szempont szerint csoportosítottuk nemenkénti (férfi, nő), előképzettség szerinti (van, nincs) sportági dominancia szerinti (képesség, taktika, technika). A sportágakat Rigler (1990) csoportosította sportági dominancia szerint:

1. Taktikai dominanciájú sportágak: sportjátékok, küzdősportok.
2. Technikai dominanciájú sportágak: torna, RG, műkorcsolya.
3. Képesség dominanciájú sportágak: atlétika, úszás, triatlon.



1. ábra: A vizsgálatban használt próba

A hallgatóknak a demonstrátor által indított „holt labdából” 5 db tenyeres és 5 db fonák alapütést kellett bemutatniuk az alapvonal mögül. A hallgatók elsők a tenyeres ütések, majd a fonák ütések hajtották végre. Ez utóbbi végrehajtásánál a hallgatók eldönthették, hogy egy- vagy kétkezes fonákkal ütik a labdát. Cél: a kijelölt célfelület eltalálása (sötét tónussal jelölt terület). Tehát azok a hallgatók teljesítenek jól, akik a 10 ütésből a lehető többször találják el a célfelületet.

A célfelület méretének meghatározásában a következő szempontokat vettük figyelembe:

- *Reális követelmények.* A magas tanulói létszám – 30 fő/csoport – és az alacsony óraszám (13 óra/félév) ilyen nagyságú célfelület alkalmazását teszi csak lehetővé.
- *Ütésminőség.* (A mai modern ütéseknek taktikai szempontból öt ütésminőségi összetevője van: helyzettség, biztonság, hosszúság, sebesség, pörgettség). Mi a próba során elsősorban az ütések biztonságát és hosszúságát teszteltük, de határozott álláspontunk, hogy a technikai kivitelezés szoros összefüggést mutat az ütésminőséget meghatározó komponensekkel. Vagyis a technikai és a taktikai képzés már a tanítási és tanulási folyamat kezdeti szakaszában sem választható el egymástól.

Az értékelés szempontjai:

1. A hallgató által ütött alapütések pontosságát egy értékelő táblázatban rögzítettük, és ennek alapján tizenöt változót képeztünk (tenyeres rövid, tenyeres hosszú, tenyeres széles, tenyeres háló, tenyeres talált, fonák rövid, fonák hosszú, fonák széles, fonák háló, fonák talált, összes rövid, összes hosszú, összes széles, összes háló, összes talált).

A táblázatban külön-külön rögzítettük a tenyeres, a fonák, valamint a tenyeres, illetve fonák ütésekkel összesen elért hibákat és találatokat is.

2. Csak azoknak az alapütéseknek a helyét rögzítettük, amelyek technikailag elfogadhatóak voltak. Vagyis a tanítvány végrehajtja az ütések során azokat a legalapvetőbb részmozdulatokat, amelyek minden alapütés végrehajtása közben előfordulnak (7. táblázat).

3. Azok az ütések, amelyek technikailag helytelenek voltak (az ütés inkább hasonlított egy átemelésre, vagy nem tartalmazta az alapütésre jellemző részmozdulatokat) hálós ütésnek vettük.

Az adatok feldolgozásához a nem paraméteres statisztikai próbákat (Kruskal-Wallis, Mann-Whitney) alkalmaztunk, valamint az alapstatisztikai mutatók leírásához (leíró) statisztikát használtuk (Statistica for Windows 6.0).

A Mann-Whitney próba esetében a Z- és p-, a Kruskal-Wallis próbánál a H- és p-értékek tájékoztatnak bennünket arról, hogy a nullhipotézisünket megtartjuk vagy elvetjük. Amennyiben a Z érték teljesül $-1.96 < z < 1.96$ a nullhipotézis elfogadható (nincs különbség), ha viszont a Z-érték nem teljesül, a nullhipotézist el kell vetni (vagyis van különbség a vizsgált változók vagy a csoportok között). Minél magasabb a Z- és H-érték, annál nagyobb szignifikáns különbséget állapíthatunk meg. A különbség szignifikáns ha, $p < 0.05$.

Eredmények

A testnevelés szakos hallgatók alapütéseikben nyújtott teljesítményének alapstatisztikai mutatói

Az 1. táblázat jól mutatja, hogy a hallgatók 1180 ütésből 594 találatot értek el, ami 50,33%-os teljesítmény. Az 594 találatból 329 találat tenyeres, 265 találat fonák. Az összes találatoknál, ahol az elérhető maximális találatok száma 10, a leggyakrabban előforduló érték (mode) 6. Ez azt jelenti, hogy a vizsgált mintában a legtöbb ember (24 fő) 10 ütésből (5 db tenyeres, 5 db fonák) 6 db találatot ért el, ami a felmérésben részt vevő - hallgatók (20.33%). A tenyeres találatoknál, ahol a maximálisan elérhető találatok száma 5 db, a leggyakrabban előforduló érték (mode) 4 (2. táblázat). Tehát a felmérésben

1. táblázat: Testnevelés szakos hallgatók össztalálatban mutatott teljesítményének alapstatisztikai mutatói

Változó	Valid N	Median	Mode	Frequency of Mode	Sum	Minimum	Maximum	(%)
Összes háló	118	1	1	45	164	0	7	13,89
Összes rövid	118	1	0	38	163	0	6	13,81
Összes széles	118	1	0	54	100	0	6	8,47
Összes hosszú	118	1	1	41	159	0	5	13,38
Összes talált	118	5	6	24	594	0	10	50,33

2. táblázat: Testnevelés szakos hallgatók tenyeres találatban mutatott teljesítményének alapstatisztikai mutatói

Változó	Valid N	Median	Mode	Frequency of Mode	Sum	Minimum	Maximum	(%)
Tenyeres háló	118	0	0	67	79	0	4	13,38
Tenyeres rövid	118	1	0	56	88	0	4	14,91
Tenyeres széles	118	0	0	93	29	0	2	4,91
Tenyeres hosszú	118	0	0	70	65	0	3	11,01
Tenyeres talált	118	3	4	32	329	0	5	55,76

3. táblázat: Testnevelés szakos hallgatók fonák találatban mutatott teljesítményének alapstatisztikai mutatói

Változó	Valid N	Median	Mode	Frequency of Mode	Sum	Minimum	Maximum	(%)
Fonák háló	118	0	0	60	85	0	3	14,40
Fonák rövid	118	0	0	66	75	0	4	12,71
Fonák széles	118	0	0	66	71	0	4	12,03
Fonák hosszú	118	1	0	53	94	0	4	15,93
Fonák talált	118	2	3	36	265	0	5	44,91

4. táblázat: Az összes találat gyakorisági táblázata

Találatok száma (db)	Fő	(%)
0	2	1,69
1	4	3,38
2	7	5,9
3	15	12,71
4	22	18,64
5	14	11,86
6	24	20,33
7	16	13,55
8	10	8,47
9	3	2,54
10	1	0,84
Összesen	118	100

szereplő hallgatók közül legtöbben (32 fő) 4 találatot ért el, ami a vizsgálatban szereplő teljes minta (27,11%). A fonák találatoknál a leggyakrabban előforduló érték (mode) 3 (3. táblázat), maximálisan elérhető találatok száma 5 db. Ezt a teljesítményt 36 fő érte el, ami a minta (30,50%).

Az összes találat gyakorisági táblázatát nézve (4. táblázat) 2 hallgató egyetlen egy találatot sem ért el, viszont a maximálisan elérhető 10 db találatot is csak 1 hallgató tudta teljesíteni. A hallgatók jelentős része (101 fő) 3-8 között talált. A tenyeres találatok gyakorisági eloszlása az alábbiak szerint alakult (5. táblázat): 7 hallgató egyetlen egy találatot sem ért el, maximális találatot viszont 9 hallgatónak sikerült elérnie. A többség (102 fő) 1 és 4 között talált. A fonák találatoknál (6. táblázat) 10 hallgatónak nincs egyetlen egy találat sem, míg a maximálisan elérhető 5 db találatot is csak 3 tanuló mondhatja magáénak, a tanulók nagy hányada (91 fő) 1-3 között talált.

5. táblázat: A tenyeres ütések gyakorisági táblázata

Találatok száma (db)	Fő	(%)
0	7	5,93
1	15	12,71
2	24	20,33
3	31	26,27
4	32	27,11
5	9	7,6
Összesen	118	100

6. táblázat: A fonák ütések gyakorisági táblázata

Találatok száma (db)	Fő	(%)
0	10	8,47
1	24	20,33
2	31	26,27
3	36	30,50
4	14	11,86
5	3	2,54
Összesen	118	100

7. táblázat: Az alapütések főbb részmozdulatai

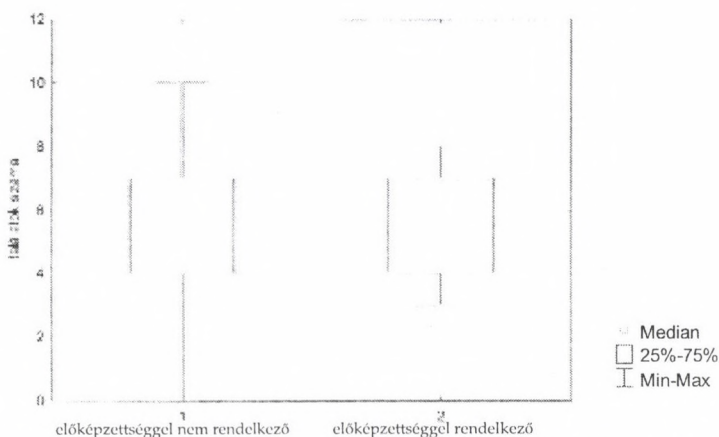
Az alapütések lábmozdulatainak részmozdulatai	Az alapütések karmozdulatainak részmozdulatai
Alapállás	Előkészítés (hátravitel)
Könnyítés	Hurok (leejtés)
Igazodólépés	Találati pont
Derékszögű ütőállás	Kivezetés
Visszahelyezkedő lépés	

8. táblázat: A vizsgált minta

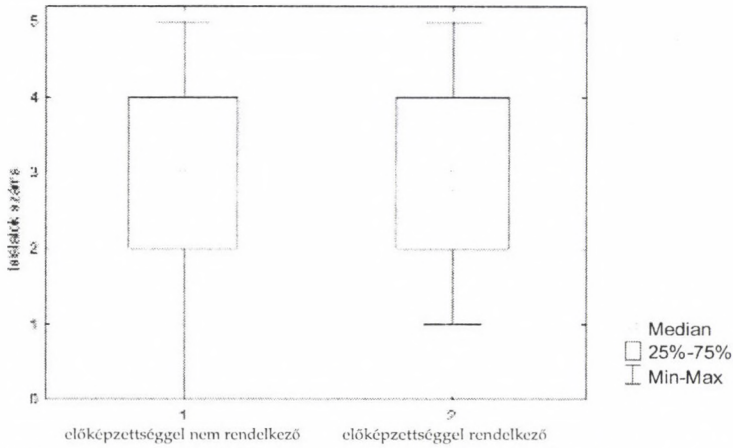
A vizsgált minta csoportosításának fajtái	I.	II.	III.	VALID N
Nem	51 férfi	67 nő		118
Előképzettség	99 fő előképzettséggel nem rendelkezik	19 fő előképzettséggel rendelkezik		118
Sportági dominancia	58 fő taktikai dominanciájú sportágakat űz	21 fő technikai dominanciájú sportágat űz	38 fő képességdominanciájú sportágakat űz	118

Az előképzettséggel rendelkező hallgatók és az előképzettséggel nem rendelkező hallgatók alapütésekben nyújtott teljesítményének összehasonlítása

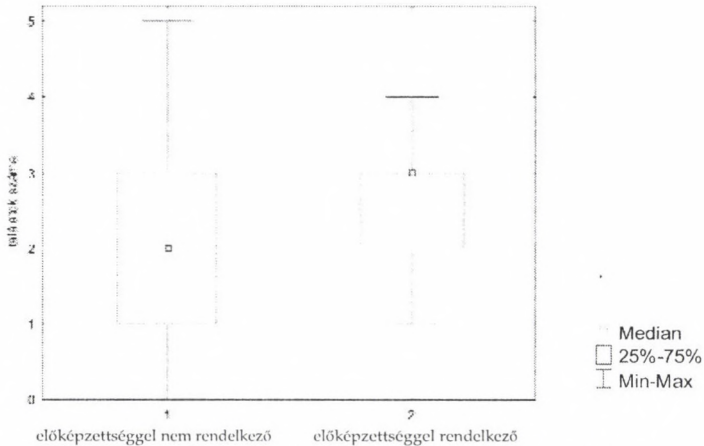
A matematikai statisztikai számítások a Mann-Whitney-próba alapján azt mutatják, hogy nincs jelentős különbség az előképzettséggel rendelkező hallgatók és az előképzettséggel nem rendelkező hallgatók alapütéseikben nyújtott teljesítménye között (2. a, b, c ábra).



2. a ábra: Előképzettséggel rendelkező és nem rendelkező hallgatók összes találatban mutatott teljesítménye



2. b ábra: Előképzettséggel rendelkező és nem rendelkező hallgatók tenyeres találatban mutatott teljesítménye



2. c ábra: Előképzettséggel rendelkező és nem rendelkező hallgatók fonák találatban mutatott teljesítménye

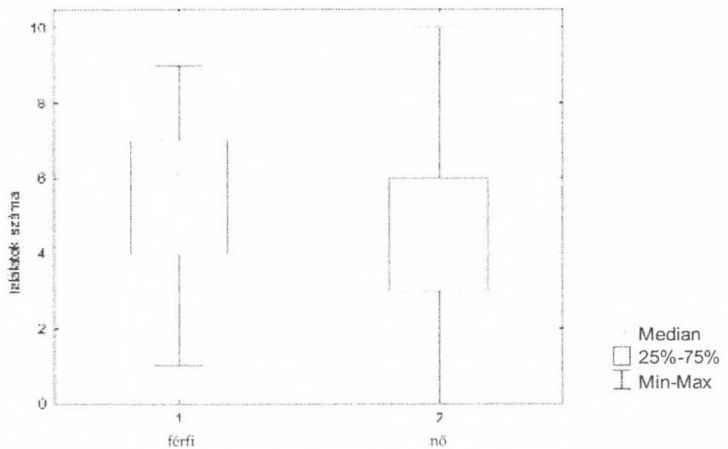
A mediánértékek 5 pontnál találhatók az összes találatban (2. a ábra). Azért választottuk a mediánérték bemutatását, mert ez az érték a közepe a mintának (az adott változó azon értéke, amelytől jobbra és balra egyenlő számú érték található) (Fábián és Zsidegh, 1998). Akkor használunk mediánt, mikor az adatok eloszlása nem folytonos, hanem diszkrét. A tenyeres találatoknál mindkét csoport mediánértéke 3 (2. b ábra), a fonák találatoknál 2 és 3. (2. c ábra). A Z-értékek az összes találatban $-0,527$, a tenyeres találatokban $0,245$, a fonák találatokban $-1,058$.

A női és a férfi testnevelés szakos hallgatók alapütéseikben nyújtott teljesítményének összehasonlítása

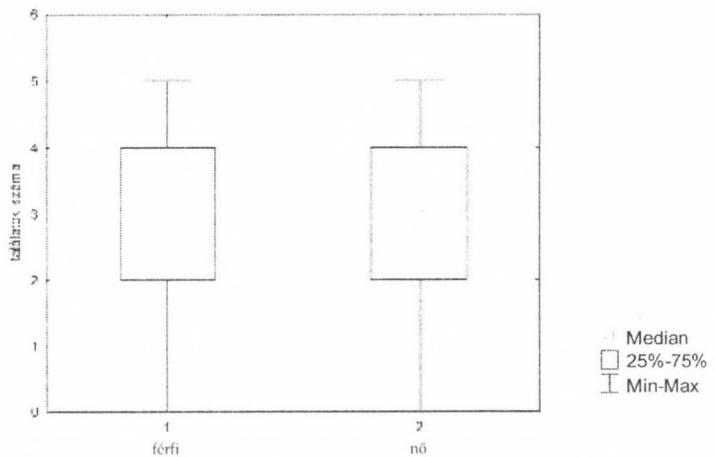
Nem találtunk szignifikáns különbséget a női és a férfi testnevelés szakos hallgatók alapütéseikben mutatott teljesítménye között (3. a, b, c ábra).

A férfi és női hallgatók össztalálatban nyújtott teljesítményének mediánértékei 6 és 5 (3. a ábra), tenyeres találatokban 3 (3. b ábra), fonák találatokban 3 és 2 (3. c ábra).

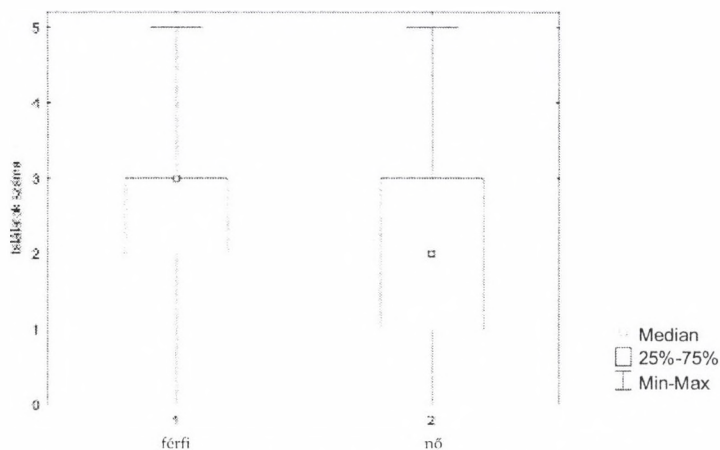
A Z-értékek az össztalálatokban 1,54, a tenyeres találatokban 1,336, a fonák találatokban 1,447.



3. a ábra: Férfi és női testnevelés szakos hallgatók össztalálatban mutatott teljesítménye



3. b ábra: Férfi és női testnevelés szakos hallgatók tenyeres találatban mutatott teljesítménye

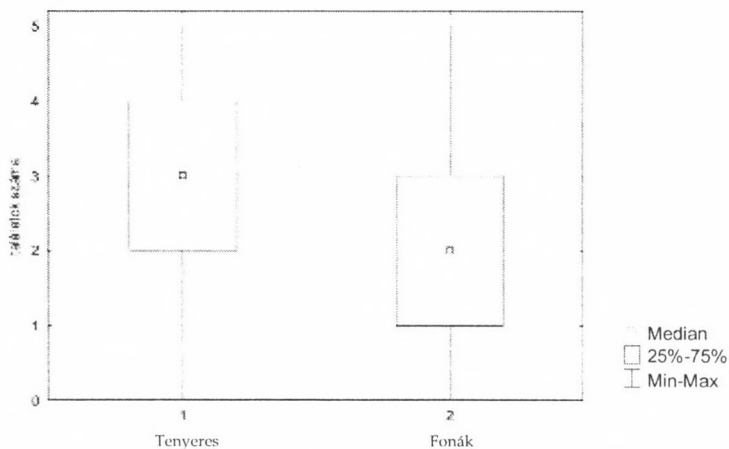


3. c ábra: Férfi és női testnevelés szakos hallgatók fonák találatban mutatott teljesítménye

A tenyeres és a fonák ütéssel elért találatok összehasonlításának eredményei

Szignifikáns különbséget találtunk a tenyere ütéssel elért találatok és a fonák ütéssel elért találatok között (4. ábra).

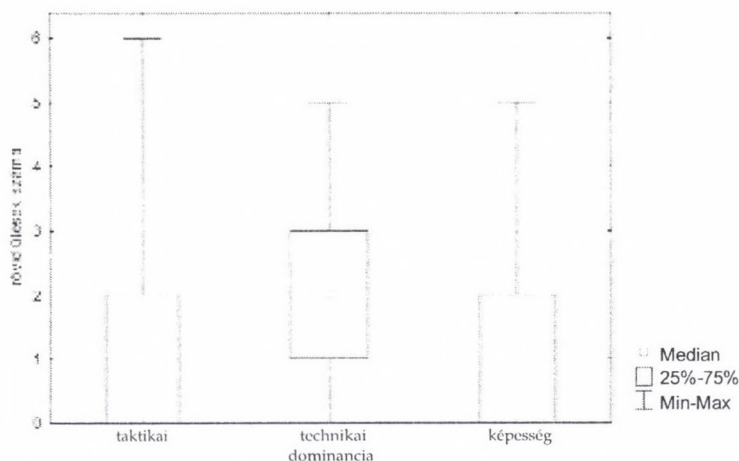
A tenyeres találatok mediánértéke 3, a fonák találatok mediánértéke 2. A Z-érték 3,181.



4. ábra: Testnevelés szakos hallgatók tenyeres és fonák ütésekben mutatott teljesítménye

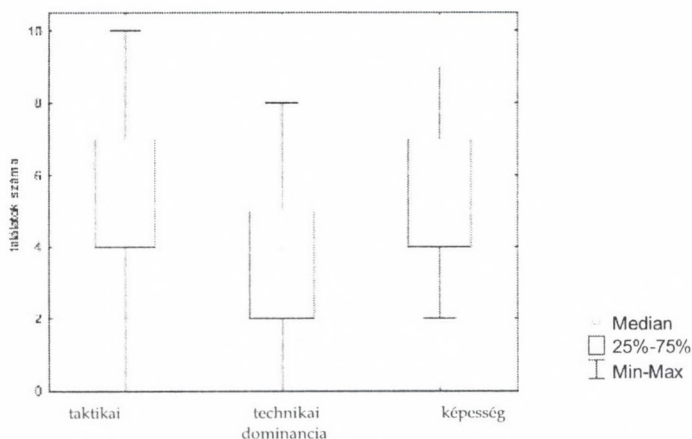
A taktikai, technikai és a képesség dominanciájú sportágakat űző hallgatók alapütésekben nyújtott teljesítménye

Szignifikáns különbséget találtunk az összes rövid ütések viszonylatában a taktikai (sportjátékok, küzdősportok) és a technikai dominanciájú (torna, RG, műkorcsolya) sportágakat űző hallgatók alapütéseikben nyújtott teljesítménye között (5. a ábra).



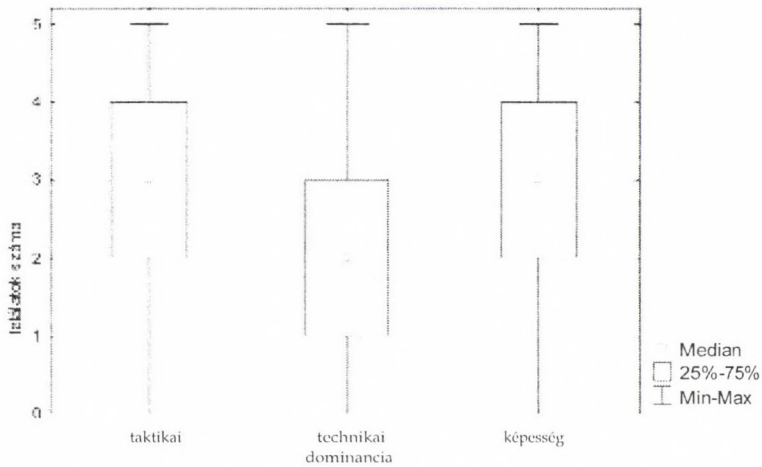
5. a ábra: Különböző dominanciájú sportágakat űző hallgatók összes rövid ütésben mutatott teljesítménye

Szignifikáns különbségeket találtunk a taktikai (labdajátékok, küzdősportok) és a technikai (torna, RG, műkorcsolya), valamint a technikai (torna, RG, műkorcsolya) és képesség (atlétikai számok, triatlon) dominanciájú sportágakat űző hallgatók összes találatában mutatott teljesítménye között (5. b ábra).

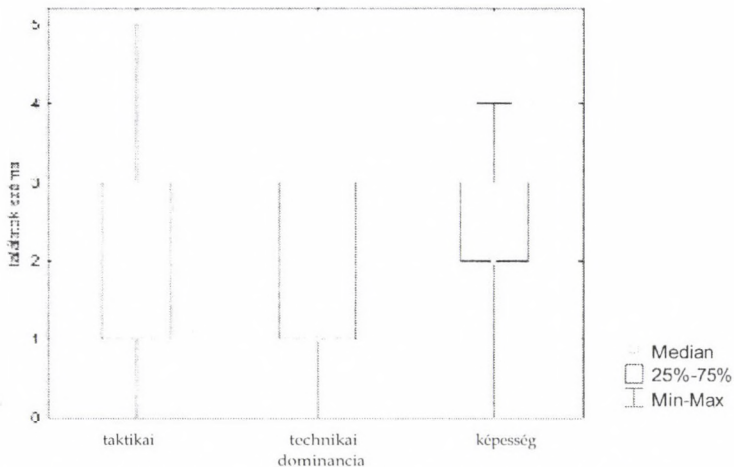


5. b ábra: Különböző dominanciájú sportágakat űző hallgatók összes találatban mutatott teljesítménye

Szignifikáns különbséget találtunk a tenyeres és a fonák találatok viszonylatában a taktikai (sportjátékok, küzdősportok) és a technikai (torna, RG, műkorcsolya) dominanciájú sportágakat űző hallgatók alapütéseikben mutatott teljesítménye között (5. c, d ábrák).



5. c ábra: Különböző dominanciájú sportágakat űző hallgatók tenyeres találatban mutatott teljesítménye



5. d ábra: Különböző dominanciájú sportágakat űző hallgatók fonák találatban mutatott teljesítménye

Nem találtunk lényeges különbséget az egyik változó tekintetében sem a taktikai (sportjátékok, küzdősportok) és a képesség (atlétikai számok, triatlon) dominanciájú sportágakat űző hallgatók alapütéseikben mutatott teljesítménye között.

A taktikai, a technikai és a képesség dominanciájú hallgatók ősz-találatban mutatott teljesítményének mediánértékei: 6, 4 és 5 a te-

nyeres találatban mutatott mediánértékei 3, 2 és 3, a fonák találatban mutatott mediánértékei 2, 1 és 2, az összes rövid ütésben mutatott mediánértékei 1, 2 és 1. (5. b, c, d ábra).

Az 5. b, c, d ábrák jól mutatják, hogy a taktikai és a képességdominanciájú csoportok magasabb mediánértékekkel rendelkeznek a tenyeres, fonák és az összes találatok tekintetében, mint a technikai dominanciájú csoport.

A taktikai és a képességdominanciájú csoportok alacsonyabb mediánértékekkel rendelkeznek az összes rövid ütés viszonylatában, mint a technikai dominanciájú csoport (5. a ábra). Az eredmény kézenfekvő, mivel a találatokban nyújtott magas szintű telj teljesítmény a rövid ütések alacsony szintjét eredményezi. Tehát azok a csoportok nyújtanak jó teljesítményt, ahol a találatok mediánértékei magasak, és a rövid ütések mediánértékei pedig alacsonyak. A H-értékek az összes rövid ütéseknél 11,365, a tenyeres találatoknál 7,540, a fonák találatoknál 7,150, az összes találatoknál 11,484.

Összegzés

A hallgatók 1180 ütésből 594 alkalommal találták el a célfelületet. Az eredmények azt mutatják, hogy a hallgatók alapütéseinek találati biztonsága elfogatható szinten van, tehát jelentős részük fél év elteltével képes arra, hogy az edző által ütött „holt labdát” a sportági követelményeknek megfelelő technikával az általunk meghatározott célfelületre üsse. A tanulók a tanult technikai elemeket csak zavaró körülményektől mentes környezetben tudják végrehajtani, tudásszintjük ennyi idő után nem teszi lehetővé azt, hogy ezeket változó körülmények (játékszituáció) között is tudják alkalmazni. Álláspontunkat adatokkal ugyan nem tudjuk alátámasztani, de többéves edzői és oktatói tapasztalatunkra alapozva, valamint a vizsgálatban alkalmazott próba „holt labdás” jellegéből fakadóan bátran állíthatjuk, hogy a hallgatók ilyen rövid tanulási idő elteltével a tanult technikai elemeket az általunk meghatározott mozgásszínvonalon (részmozdulatok megléte) nem tudják alkalmazni a játékban.

Az előzetes várakozásunkkal ellentétben az előképzettséggel rendelkező hallgatók (akik nem versenyszerűen általános és középiskolás éveik alatt tanfolyami vagy egyéni oktatás keretein belül teniszestek) alapütésekben nyújtott teljesítménye nem volt jobb az előképzettséggel nem rendelkező hallgatók teljesítményénél. Mivel a hallgatók a próbán elért teljesítmény függvényében kapták a félévi érdemjegyet, az eredményekből következtethetünk arra, hogy az oktatás során meghatározott követelmények előképzettségtől függetle-

nül bármely testnevelés szakos hallgató számára elsajátítható (fél év alatt egy viszonylag elfogatható, szintet el lehet érni), valamint az előképzettséggel rendelkező hallgatók teljesítményének a színvonalára hagy némi kívánnivalót maga után.

Nem találtunk lényeges különbséget a férfi és a női hallgatók alapítésekben nyújtott teljesítménye között. Az eredmények nem igazolták a várakozásainkat, mivel mi a többéves oktatói tapasztalatunkból kiindulva a férfi testnevelés szakos hallgatók kiemelkedő teljesítményét vártuk.

A technikai dominanciájú sportokat (torna, RG, műkorcsolya) űző hallgatók lényegesen több rövid ütést ütnek, mint a taktikai dominanciájú sportágakat (sportjátékok, küzdősportok) űző hallgatók. Ezek az eredmények nem meglepőek, hisz a taktikai dominanciájú sportágaknál, különösen a sportjátékoknál nagyon fontos a mindenkori helyzetnek megfelelő távolságbecslés készségének kialakítása a sportolóban, míg a technikai sportágakban ennek a készségnek az elsajátítása másodlagos, a fő cél a tökéletes mozgás, a hibátlan kivitelezés.

A taktikai és a képességdominanciájú sportágakat űző hallgatók tenyeressel és fonákkal lényegesen többször találták el a célfelületet, mint a technikai dominanciájú sportágakat űző hallgatók. A labdások és a tornászok teljesítménye közötti különbség nem meglepő, hiszen a sportjátékoknál és a küzdősportoknál egyaránt a nyílt készségek dominálnak (alkalmazkodás az állandó változó feltételekhez), míg az esztétikai sportokban a zárt mozgáskészségek dominálnak. A pedagógiai folyamat végén alkalmazott ellenőrző próbán elért teljesítmény kis mértékben ugyan, de tükrözi a hallgatók nyílt mozgáskészségének színvonalát. Ennél a legegyszerűbb próbánál már lényegesen megmutatkozik a sportolókra jellemző specifikus sportági képzettség.

Meglepő viszont, hogy a taktikai sportágakat és a képességdominanciájú sportágakat űző hallgatók teljesítménye lényegesen nem különbözik egymástól. Ennek okát abban látjuk, hogy a képességdominanciájú sportágakat űző hallgatók a sportáguknak köszönhetően kiváló fizikai és sokrétű mozgáskészségekkel rendelkeznek, amit az ellenőrző próbán nyújtott teljesítményük során jól kamatoztattak. Véleményünk szerint egy fokkal specifikusabb (játékorientált) próba alkalmazása esetén lényeges eltérés mutatkozna a taktikai és a képességdominanciájú sportágakat űző hallgatók teljesítményében.

A hallgatók tenyeres ütessel lényegesen többször találták el a célfelületet (594 ütésből 339-szer), mint a fonák ütessel (590 ütésből 265-szor), azonban ez nem jelenti egyértelműen azt, hogy a hallgatók

jobban elsajátították a tenyeres ütést. Az eredményekből csak arra következtethetünk, hogy a tenyeres ütések találati biztonsága jobb, mint a fonák ütéseké, arra viszont nem, hogy a tenyeres ütések mozgáskivitelezésének színvonala lényegesen jobb lenne a fonák ütések mozgáskivitelezésénél. A kérdés megválaszolása egy későbbi vizsgálat tárgyát képezi.

Ajánlás

1. Az oktatási folyamat végén alkalmazott próba a vizsgálatban részt vevő hallgatók számára előképzettségtől függetlenül teljesíthető volt, így a következő kurzusban részt vevő hallgatók alapütéseik ütésponthosszában mutatott teljesítményének ellenőrzésére ezt a próbát bátran alkalmazhatjuk.

2. A mozgástanulási folyamat során nagy hangsúlyt kell fektetnünk a technikai dominanciájú sportágakat űző hallgatók (torna, RG, aerobik, műkorcsolya) képzésére, a megfelelően kiválasztott oktatási stratégiák és módszerek segítségével. Az oktatás kezdeti szakaszában a parciális oktatási stratégiát és az ehhez igazodó oktatási módszereket kell alkalmaznunk a testnevelés szakos hallgatók képzésénél, különös tekintettel az esztétikai sportágakat (torna, RG, műkorcsolya, aerobik) űző hallgatókra.

3. Az oktatási csoportok kialakítása elsősorban a sportági dominancia alapján történjen. Az így kialakított csoportokban a megtanulandó anyagok elsajátításának üteme, az oktatási stratégiák, oktatási módszerek jobban igazodnak a hallgatók sportágspecifikus képzettségéhez.

4. A képzés során a fonák ütés tanításánál sokkal nagyobb hangsúlyt kell fektetnünk a helyes bemutatásokra, magyarázatokra, a gyakorlatok számára, mivel a hallgatók tenyeresrel lényegesen jobban találtak el a célfelületet, mint fonákkal.

5. Összességében elmondhatjuk, hogy a tenisz alapjainak elsajátításához nagyobb óraszámot és kisebb tanulói létszámot tartunk szükségesnek, mivel a hatékony teniszoktatás egyik legfontosabb ismérve a játékosok által elvégzett ütések száma.

Irodalom

- Bartha Csaba, Hamar Pál (2004): Iskolai labdarúgás megítélése testnevelés szakos női hallgatók szemszögéből. *Iskolai Testnevelés és Sport*, 23. 16-19.
- Donáth Ferenc, Hamza István, Molnár Ferenc, Vigh László (1996): *Torna az iskolában*. Magyar Testnevelési Egyetem, Budapest.
- Fábián Gyula, Zsidegh Miklós (1998): *A testnevelési és sporttudományos kutatások módszertana*. Magyar Testnevelési Egyetem, Budapest.
- Farmosi István (1999): *Mozgásfejlődés*. Dialóg Campus, Budapest-Pécs.
- Hazai György (2004): Kezdő kerékpárosok mozgásoktatása. *Magyar Edző*, 1. 37-38.
- Jákfalvi Béla (1985): *Teniszezés*. Franklin Nyomda, Budapest.
- Nádori László (1991): *Az edzés elmélete és módszertana*. Magyar Testnevelési Egyetem, Budapest.
- Pechar, Gery S., Mészáros János (1994): Amerikai és magyar egyetemi sportolók összehasonlító antropometriai vizsgálata. *Kalokagathia*, 2. 58-65.
- Rigler Endre (2001): *Általános edzéselmélet és módszertan alapjai*. 1-2. Magyar Testnevelési Egyetem, Budapest.
- Szatmári Zoltán (2004): Testnevelés szakos hallgatók konfliktusmegoldó stratégiái. *Sportorvosi Szemle*, 1. 94-95.
- Szécsényi József (1969): Az egyéni mozgásforma kialakításának lehetőségei az atlétikai mozgásokban. *A Testnevelési Főiskola Közleményei*, 3. 297-304.
- Winter, R. (1980): Zum Problem der sensiblen und kritischen Phasen in der Kindheit und Jugend. *Medizin und Sport*, 4. 102-104.

A TESTNEVELÉS ÉRETTSÉGI, A KÖZOKTATÁS ÉS A FELSŐOKTATÁS KAPCSOLATA

● Reigl Mariann

Semmelweis Egyetem Testnevelési és Sporttudományi Kar,
Sportjáték Tanszék

Bevezetés

A felsőoktatás szerkezetének megváltozása a testnevelés és sport területét sem hagyta érintetlenül. A kétciklusú képzés bevezetésével a hároméves alapszakokra történő bekerülés feltétele a testnevelés érettségi valamelyik szintjének teljesítése. Így a felsőoktatás hallgatói minősége részben a közoktatásban dolgozó kollégák munkájától függ. A kétszintű érettségi gyakorlati és szóbeli részből áll. A középszintű gyakorlati vizsgán – az iskolai sajátosságok figyelembevétele miatt – sok a választható elem, és a szóbeli tételeket a testnevelő tanár állítja össze.

Emelt szinten – a központi szervezés és a könnyebb értékelés miatt – kötelező gyakorlatokat kell a tanulóknak bemutatniuk, a szóbeli tételsort központilag biztosítják. Az emelt szinten érettségiző diákok, amennyiben legalább hármas érdemjegyet szereznek, jogosultak a plusz negyven pontra, és ezzel az elérhető pontszámuk jelentősen megemelkedik.

A testnevelés érettségi vizsga felvételiként való elfogadását sok vita előzte meg, érveket hoztak ellene és mellette is. A vitát egy-két év múlva lehet majd eldönteni, amikor az első érettségiző évfolyamoknál már számokban is vissza lehet tükrözni az előmeneteleket.

A testnevelés érettségi célja

A kétszintű érettségi vizsgák bevezetésekor a törvényhozók szándéka az volt, hogy a tanulók terhelését csökkentve – továbbtanulás esetén – a középiskolai kimenet eredménye egyben biztosítsa a felsőoktatásba történő bekerülés lehetőségét is. Testnevelés tárgyából ezért az emelt szintű érettségi vizsga megfelelő belépést jelent a felsőoktatásba, amit csak orvosi alkalmassági vizsgával kell kiegészíteni. A középszintű vizsga teljesítése esetén – miután az úszás csak választható testgyakorlati ágként szerepel – az alkalmassági vizsgát az úszástudás felmérése is ki kell, hogy egészítse. A szóbeli vizsga

megléte, illetve a többi tantárgy iskolai és érettségi eredményének felvételi ponttá alakítása azt is biztosítja, hogy a felvett hallgatók mind az elméleti, mind a gyakorlati tárgyakból jól képezhetőek legyenek. Meggondolandó, hogy a testnevelő-edző és a rekreáció-egészségfejlesztő nappali szakokra csak emelt szintű érettségivel lehessen bekerülni.

Az érettségi követelményrendszere úgy lett összeállítva, hogy heti két-három testnevelésórán (emelt szinten a közoktatásban biztosított emelt óraszámban) egyéni gyakorlással és tanulással el lehessen sajátítani. A követelmények az érvényben lévő tantervekhez vannak igazítva. Ez azt jelenti, hogy a középiskolai testnevelő tanároknak (de áttételesen már az általános iskolaiaknak is) a tantervben szereplő tananyagot meg kell tanítania. A tanítás során ki kell emelni, és tudatosítani kell azokat az elméleti sarokpontokat, tudnivalókat, amelyeket a szóbeli vizsgán elvárunk a diákoktól.

Az érettségi vizsga kimeneti szabályozás, így az egyes iskolatípusokban a követelményeknek közelítenie kell egymáshoz. A magasabb óraszámú tanítóknak könnyebb a dolguk, és megfelelő időkeretük van arra, hogy a teljes anyagot átadják a diákoknak. A heti két órában tanító testnevelőknek időnként különmunkára kell ösztönöznie a fiatalokat, hogy valóban sikeresek legyenek.

A testnevelés tantárgy bekerülése a választható érettségi tárgyak közé, erősíti a szakmánkat. Az eddigi jelentkezések – akár a közép, akár az emelt szintet nézünk – bebizonyították, hogy a testnevelés teljesen egyenrangú a többi tárggyal. 2008-ban 4222 fő érettségizett középszinten, és 441 fő emelt szinten. Ezzel a választható tárgyak között az első háromban szerepel a testnevelés. A tantárgyat ért negatív megítélés, az eltörlésére, az osztályozás megszüntetésére tett próbálkozások így az érettségi szerepének erősödésével is kivédhetőek lesznek.

Az érettségi vizsga eredményei a számok tükrében

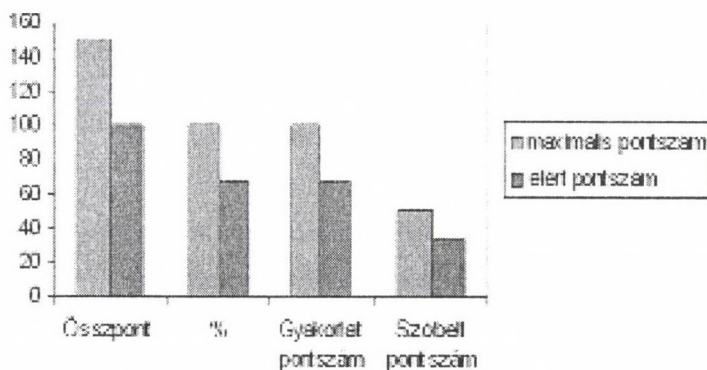
Mindkét szinten elsősorban a 2008. júniusi eredményeket mutatjuk be. Ez volt az első olyan év, amikor az érettségi felvételi eredményként is szolgált. Ennek megfelelően a vizsgára jelentkezők létszáma erősen megemelkedett. A 2007. évben is már sokan tettek érettségi vizsgát testnevelésből, ezért az ő eredményeiket összehasonlításként néhány esetben felhasználtuk.

Emelt szint

Emelt szinten az adott vizsgaidőszakban 441 fő érettségizett. A vizsgákat Budapesten és az egyes régiókban, főleg a felsőoktatási intézmények strukturális háttérére támaszkodva bonyolították le. A vizsgabizottságok tagjai – akár a közoktatásból, akár a felsőoktatásból kerültek ki – elvégezték az érettségi vizsgáztatásra felkészítő tanfolyamot. Az egyes bizottságok összetétele csak a vizsga napján került nyilvánosságra, a vizsgabizottságokhoz beosztott hallgatók névsorát is csak helyben ismerték meg a vizsgáztató kollégák. A bizottságok munkáját minden esetben OKÉV-megbízott koordinálta, aki biztosította a zavartalan lebonyolítást és a törvényességi felügyeletet is ellátta. A vizsga egy csoport részére két napig tartott, az egyik napon a gyakorlatra, a másik napon a szóbeli vizsgára került sor.

Eredmények

A statisztikai adatokat az OKÉV által rögzített anyagból vettük át. Az összesített eredményekből, az egyes vizsgarészek eredményeiből és az egyes testgyakorlati ágak eredményeiből alapstatisztikát számoltunk, valamint megnéztük a maximum és a minimum pontszámot is.



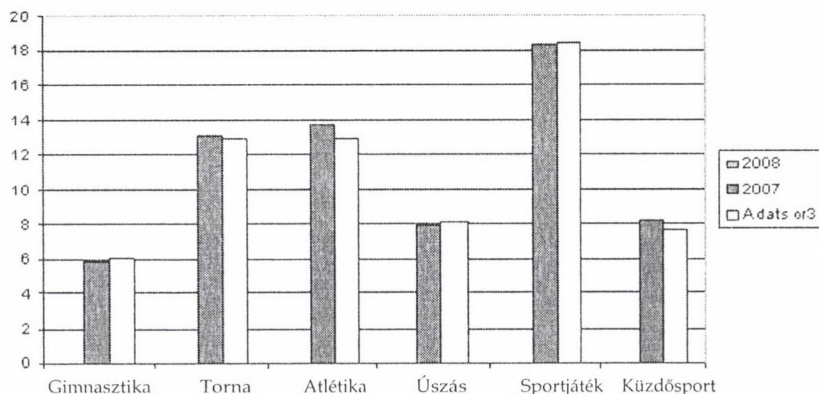
1. ábra: Emelt szint – összesített eredmények

A megszerezhető maximális pontszám 150 pont, amelyet százalékos arányban is kifejeznek. A százalék adja a tanuló pontszámát is. A 150 pont úgy oszlik meg, hogy 100 pont a gyakorlati vizsgán és 50 pont a szóbeli részben szerezhető.

A diákok átlagban 66%-os teljesítményt értek el, ez az arány közel azonos mindkét vizsgatípusnál. A legjobb eredmény 148 pont volt, a leggyengébb, a vizsgát befejezettek közül 26 pont.

A vizsgabizottságok tagjainak véleménye alapján az idei évben a diákok jobban felkészültek, igazán gyenge teljesítményt nagyon kevesen nyújtottak. Ritkán fordult elő, hogy valaki egy testgyakorlati ágat vagy versenyszámot teljesen kihagyott volna. A diákok többsége ismerte a gyakorlatokat, nem helyben akarta megtanulni, lát-szott, hogy készültek a vizsgára.

Ugyanez mondható el a szóbeli vizsgára is. A tanulók döntő többsége tájékozott volt, mindenki szépen, összefogottan fejtette ki a tételét. A színvonal-emelkedést segítette, hogy két testnevelés tárgyú segédanyag is megjelent, amelyek jól szolgálták a szóbeli vizsgára való felkészülést.



2. ábra: Emelt szint- gyakorlati vizsga

A gyakorlati vizsga eredményeit egyrészt módunkban volt összehasonlítani a 2007-es eredményekkel (N=42), másrészt a programból ki tudtuk venni az egyes testgyakorlati ágak eredményeit is. A 2007-es eredmények az alacsonyabb létszám miatt – akkor csak az igazán elhivatottak érettségiztek – csak a tájékozódást segítik. A nagyobb idei létszám ellenére a színvonal nem romlott, értékelhető különbséget egyik sportág eredményénél sem találtunk.

Gimnasztikából 10 pont volt az elérhető pontszám, amelyet egy gyakorlat bemutatása és egy erőelem teljesítése után lehetett megszerezni. A közel 6 pontos átlag (60%) valamivel alacsonyabb, mint az összesített eredmény 66%-a, amely azt jelzi, hogy a diákoknak több energiát kell fordítani a gimnasztikagyakorlat pontos elsajátítá-

sára, és a függeszkedés időre történő teljesítése is hosszabb felkészülést kíván meg.

Torna sportágban három gyakorlat pontozása után alakul ki a maximális 20 pontos eredmény. A diákok ebben az esetben 65% körül teljesítettek, ami megfelel az összesített átlageredménynek. Ez mutatja, hogy a kötelező tornagyakorlatok elsajátíthatóak, a harmadik szer szabad választása pedig az egyéni adottságoknak megfelelő gyakorlat bemutatását biztosítja.

A legnehezebbnek az atlétika mutatkozott. A megszerezhető 25 pontnak alig több, mint felét érték el átlagban a hallgatók. A „mumus” a 2000 méteres síkfutás volt. Ezt a távot gyakorlással szintidőn belül nem lehetetlen teljesíteni, de úgy tűnik, a diákok erre kevesebb energiát fordítottak.

Az iskolai úszásoktatás hatékonyságát mutatja, hogy szinte minden tanuló ismert három úszásnemet, és a legtöbben jó technikával, szabályos rajttal és fordulóval be is mutatták azokat. A 80%-os átlag is ezt a tényt bizonyítja.

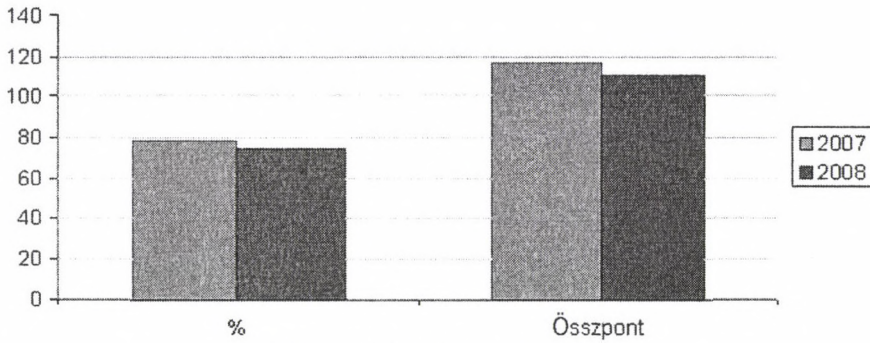
A két választható sportjáték bemutatása nem okozott nagy gondot a tanulóknak. A 72%-os teljesítés megerősíti azt a megfigyelést, hogy a diákok nagy része még mindig a labdajátékok felé vonzódik. A sportágak játékos jellege miatt szívesen és technikailag is magas szinten üzik ezeket. Az iskolai testnevelés biztosítja két sportjáték megfelelő szintű elsajátítását.

Középszint

A szóbeli érettségi vizsgák ideje alatt kellett az iskoláknak megszervezni a testnevelés gyakorlati vizsgát. A gyakorlati vizsgarészen a testnevelő tanárnak, az osztály érettségi elnökének és legalább még egy tanárnak kellett jelen lennie. A gyakorlati vizsga megelőzte a szóbeli vizsgarészeket.

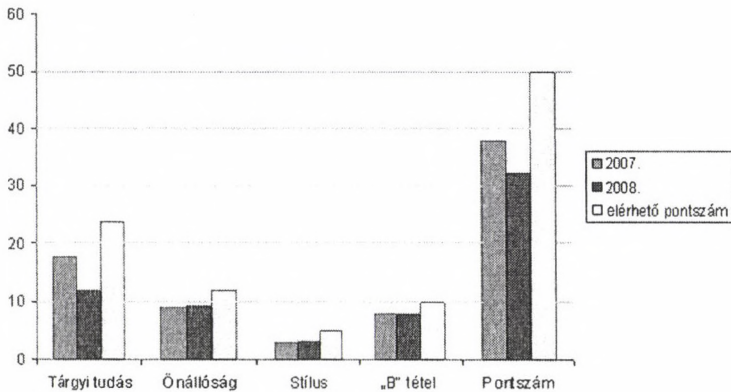
A szóbeli vizsga a testnevelő által összeállított és az igazgató, illetve az érettségi elnök által jóváhagyott tételek alapján bonyolódott le. A 2008. júniusi vizsgaidőszakban 4222 fő teljesítette a középszintű követelményeket. Ezzel a választható tárgyak közül szintén az első háromban szerepel a testnevelés.

Eredmények



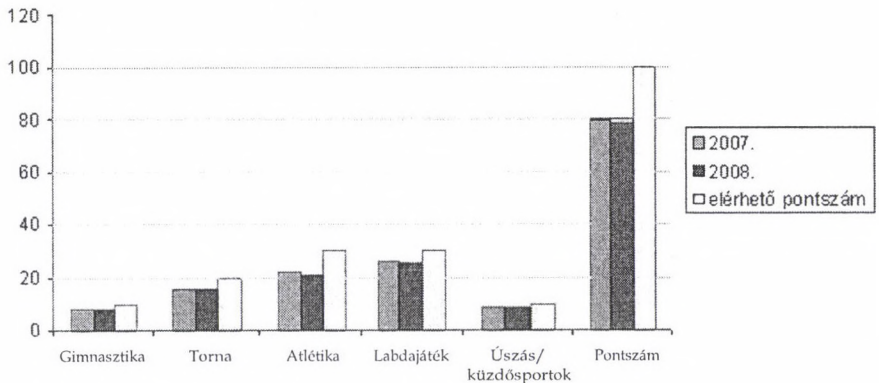
3. ábra: Középszint - eredmények

A megszerezhető 150 pontból a diákok átlagban 110,5 pontot gyűjtöttek, amely 74%-os átlagnak felel meg. Az előző évi eredményekhez képest (N=2351) romló tendenciát figyelhetünk meg. Amennyiben figyelembe vesszük, hogy a középszintű vizsgán az 5-ös érdemjegyhez 80%-ot kellett teljesíteni, így reálisabban lehet ezt a magasabb értéket kezelni. A diákok közül egyrészt a továbbtanulni vágyók, másrészt a „sportos” fiatalok – akik nem akartak egy számukra nehezebb ötödik tárggyal foglalkozni – választották a testnevelést érettségi tárgyként. A bizottságok összetételéből adódóan a szubjektív értékelésnek – különösen a gyakorlati vizsgarészben – és a testnevelő tanár meggyőző képességének nagyobb szerepe lehetett.



4. ábra: Középszint - szóbeli vizsga

A középszintű vizsga szóbeli részének szoftverjében külön került rögzítésre az egyes értékelési szempontoknak megfelelő pontszám. A szignifikáns különbséget a tárgyi tudásra kapott pontszámok eredményezték. A 64% körüli szóbeli átlageredményt azzal magyarázhatjuk, hogy sokszor a fizikailag felkészült, sportoló gyerekek érettségiztek testnevelésből, akik vagy úgy gondolták, hogy az ismereteket szóban is könnyen elmondják – ez nem sikerült –, vagy adottságaik miatt kevésbé voltak szóban kiemelkedők. E mellett a testnevelő tanároknak a heti 2-3 órás időkeretben nem volt módjuk, hogy hatékonyan segítsék diákjaikat a szóbeli tételek elsajátításában.



5. ábra: Középszint - gyakorlat

A gyakorlati vizsga pontszámaiban nem történt lényeges változás az elmúlt évhez képest. A közel 80%-os átlag igen magasnak tűnik. Középszinten is az atlétika az, amely nagyobb gondot okozott a diákoknak. Arra nem gondolunk, hogy ez az egyetlen sportág, amely teljesen objektívan mérhető. A pontok alakulásában a testnevelő tanárok jóindulata mindenképpen felfedezhető.

Következtetések

Alapelvként le kell szögezni, hogy a testnevelés érettségi a szakma és a diákok számára is fontos. A választható tárgyak körében a legelsők között van, így nemcsak a testkulturális felsőoktatásba jelentkezők, de a sportoló, jó mozgású diákok is tömegesen választják. Ennek megfelelően elfoglalja jól megérdemelt helyét a többi tantárgy között, egyenértékű szerepét senki nem vitathatja.

A testnevelés érettségi a többi kolléga előtt zajlik. A vizsgabizottság néhány tagja részt vesz a gyakorlati vizsgán, és még többen hallgatják a szóbeli feleleteket. Az egyéb szakos kollégák sokszor csodálkoztak, hogy mennyi mindent tudtak a „tesiből” érettségizők. A testnevelő tanárok nagyon nehéz, sokoldalú munkáját ennek tükrében az iskolai közösség jobban elismerheti, és talán támogatja is. Igaz, a testnevelő tanárok feladatai szaporodtak az érettségi felkészítéssel, de minden esélyük megvan arra, hogy a tantárgy mellett, az őket megillető helyet is elfoglalják a tanári karban.

A testnevelők az iskolai versenyeredmények mellett közvetlen visszajelzést kapnak az érettségi vizsga kapcsán saját munkájukról. A felkészítés természetesen kihat az adott osztályok minden diákjára, tehát közvetve a többi tanuló teljesítményét is befolyásolni fogja. Meg fognak szűnni az olyan testnevelésórák, ahol a tanár bedobja a labdát, majd elmegy ügyet intézni. Tanítani kell minden középiskolában dolgozó kollégának, amely megkívánja az általános iskolai testnevelésórák színvonalának emelkedését is.

A változást a rendszer követeli meg, mivel a középiskolai eredmény a zóloga a továbbtanulásnak is. A testnevelőknek a diákokkal együtt mindent el kell követniük, hogy a tanulók ne kerüljenek hátrányba rosszabb infrastrukturális adottságok miatt.

A két év tapasztalatai alapján egyértelműen bebizonyosodott, hogy az emelt szintet választók voltak a sikeresebbek a továbbtanulásban. A többletként kapott 40 pontot a jó középszintű eredménnyel sem lehetett kiváltani. A TF-re felvett hallgatók 75%-a emelt szintű érettségi vizsgát tett.

Az eredmények tükrében – amennyiben a törvény módosítására sor fog kerülni – kisebb változtatások indokoltak lesznek a gyakorlati anyagban. Ezt egyrészt a könnyebb lebonyolítás, másrészt a jobb szelektálás indokolja. Elsősorban a küzdősportokban, az úszásban és a labdajátékok anyagában kellene kisebb változtatásokat beépíteni.

Összefoglalás

A testnevelés érettségi igazolta létjogosultságát! Arra kell törekedni, hogy a jelentkezők létszáma tovább emelkedjen, semmiképpen ne csökkenjen! Ehhez a felsőoktatásban és a közoktatásban dolgozóknak együtt kell gondolkodni, segítve egymás és a diákok munkáját.

FIÚ TORNÁSZOK VERSENYRENDSZERE ÉS TEHETSÉGGONDOZÁSA AZ USA-BAN

● Leopold József

Semmelweis Egyetem Testnevelési és Sporttudományi Kar,
Torna Tanszék

Az amerikai férfi tornászok változó sikerrel szerepeltek a 21. század világversenyein. A 2000. évi olimpián a Peter Korman vezényelte férfi csapat ötödik lett, Villson Blain hatodik az egyéni összetettben. A csapat gerincét Roethisberger, a Hamm fivérek alkották még. Ezt követően két világbajnokságon is második lett az USA férfi csapata, míg nem Aarhusban (Dánia) jött a „fekete leves” és 13. helyen végeztek. Így a 2005/2006-os esztendő egy új ütőképes csapat építésének a jegyében telt el.

A sikerkovácsok keresése nemcsak a felnőtt válogatott csapatnál volt tapasztalható, hanem az ifjúsági, junior korosztályokban is. Az Egyesült Államok tornaszövetsége (USGF) nagy energiákkal dolgozott a Junior Olympics Program (JOP) korszerűsítésén és újjászervezésén, ebben a programban látva a jövő sikereinek garanciáját. Ez a program fogja össze a fiú tornászok képzését, versenyztetését az USA-ban. A JOP közel húsz éve startolt a nyolcvanas évek végén, és Hiedo Mizoguchi vezetésével már 1993-ban új irányelveket adott ki a tornaszövetség versenybizottsága.

Az új stratégia figyelembe vette az 1992-es barcelonai olimpia utáni FIG-kongresszus korszerűsítési téziseit. Ennek szellemében át-, illetve felértékelt bizonyos alapelemeket és kombinációkat, ezáltal lehetővé téve a nemzetközi anyagerősségi követelmények modellezését, megvalósítását alacsonyabb fokon, egyszerűbb, könnyebb elemekkel. Konkrétan, bizonyos „B” elemeket átminősítettek a programban „C” értékűvé. Így biztosítva, hogy „B” elemekkel is lehetett teljesíteni a nemzetközi anyagerősségi követelményt, ahol a követelményben „C” értékű elemek is szerepeltek. Így alkalmazni tudták a nemzetközi tornaszövetség értékelési előírásait és filozófiáját az amerikai ifjúsági tornaversenyek lebonyolításában és a versenyeredmények megállapításában. Ezzel a koncepcióval biztosítani tudták a fiatalabb tornászok nagy tömegű részvételét az amerikai bajnokságon.

A JOP tehát egy korosztályos versenyrendszer, amelyben az életkorral párhuzamosan növekvő és egymásra épülő minőségi osztá-

lyok, egyre nehezebb anyagerősséget képviselnek. „Törekedj a legjobbra!” – adta ki a jelszót a programot koordináló edzői testület. Ron Galimore a 2001-2004. évi korosztályos versenyprogram előszabványában a következő feladatokat deklarálta az edzők számára:

- kiválasztani a kiváló versenyzőket a nemzeti válogatottba,
- emelni a képzés színvonalát, igazodva a nemzetközi versenykövetelményekhez.

A JOP-ben hét kategóriában versenyeznek a fiúk. Az alacsonyabb osztályokban a kezdő tornászok előírt vagy kötelező gyakorlatokkal versenyeznek (4-6. szint). A 7. szintű kategória átmenetet képez a kötelező és a szabadon választott gyakorlatok között, mert a program vezetői megadtak bizonyos „báziselemeket”, amiket kötelezően be kell építeni a gyakorlatba, de a gyakorlatok koreográfiáját az edzők, versenyzők állítják össze. A magasabb minősítésű, komolyabb tudást igénylő kategóriákban már a nemzetközi szintű és anyagerősségű gyakorlatokat kell bemutatni. Tehát a program pedagógiai irányítását is magában hordoz, gondot fordítva a hierarchikus építkezésre, a könnyebbtől a nehezebb felé, evvel is biztosítva a testi és kognitív nevelés, a személyiségfejlődés hatásrendszerét.

A legmagasabb kategóriák követelményei és anyagerősség-értékei:

8. szint	9. szint	10. szint
Szab.vál.gyak.	Szab.vál. gyak.	Szab.vál. gyak.
Anyagerősség és spec. követelmények:	Anyagerősség és spec. követelmények:	Anyagerősség és spec. követelmények:
8 elem=2,0 pont	8 elem=2,5 pont	10 elem=3,2 pont
Elemcsoport köv.:	Elemcsoport köv.	Elemcsoport köv.
3 csoportból	4 csoportból	5 csoportból
választás=1,5 pont	választás=2,0 pont	választás=2,5 pont
Előadás=6,5 pont	Előadás=5,5 pont	Előadás=4,3 pont

A fiúk versenyrendszerének áttekintése, az út a nemzeti bajnokság felé szintén nincs tanulság nélkül. Az USA összes államát a szövetség (USGF) nyolc régióra osztotta. Az állami bajnokságokról a regionális bajnokságokra kvalifikálják magukat a versenyzők. A regionális versenyekről csak a két legmagasabb kategória versenyzői, a 9. és 10. szintes tornászok kerülnek tovább a nemzeti bajnokságra. A feljutási rendszer az következő:

Állami bajnokság		Regionális bajnokság		Nemzeti bajnokság	
10. szint	16-18 éves 14-15 éves	10. szint	16-18 éves 14-15 éves	10. szint	16-18 éves 14-15 éves
9. szint	16-18 éves 14-15 éves 12-13 éves	9. szint	14 éves és idősebb 12-13 éves	9. szint	14 éves és idősebb 12-13 éves

8. szint	16-18 éves 14-15 éves 12-13 éves	8. szint	12 éves és idősebb 11-12 éves	8. szint	nincs
7. szint	12 éves és idősebb 10-11 éves 8-9 éves	7. szint	12 éves és idősebb 10-11 éves		
6. szint	12 éves és idősebb 10-11 éves 8-9 éves	6. szint	12 éves és idősebb 10-11 éves 8-9 éves		
5. szint	12 éves és idősebb 10-11 éves 8-9 éves				

2007-ben 800 fiú tornász indult az USA bajnokságán a két legmagasabb kategóriában, Oklahoma Cityben, a Bart Conner GYM-ben. A 9. szintű kategóriában több, mint 300 versenyző rajtolt, a Level 10 kategóriában: a 14-15 éveseknél 250 gyerek, a 16-18 éveseknél 216 gyerek lépett a szerekhez.

A nemzeti bajnokságon a döntőkben nem csak a hat szeren versenyzők indultak, hanem a szerspecialisták is helyet kaptak a 10. szintű kategóriában. Itt a bekerülési minősítő pontszámok a négy szeren indulók számára 70%-a volt az összetett kvalifikációs pontszámuknak. A három szeren indulóknak 55%-ot kellett teljesíteni.

A JOP versenyeit mindig a tavaszi időszakban rendezik, és minden évben más állam kapja a lehetőséget, hogy otthont adjon a nemzeti bajnokságnak.

A JOP-ben nagy tömegek vesznek részt a különböző államok bajnokságain. Mint említettük, csak a két legjobb kategória versenyzői startoltak több, mint 800-an 2007-ben a nemzeti bajnokság döntőin. A fiú tornásztehetségek gondozása, kiválasztása, menedzselése a *Future Stars* program keretében történik. Ez a program több, mint 10 éves és a következő főbb területeket gondozza:

- a tehetségek kiválasztása, fejlődésük menedzselése és ellenőrzése;
- a programban részt vevő versenyzők edzőinek továbbképzése;
- a szülők tájékoztatása és szervezése.

A programot a USGF koordinálja és fogja össze a legrangosabb edzők, neves sporttudósok (orvosok, pszichológusok, egyetemi oktatók) közreműködésével. Több egyetem testnevelési tanszéke vesz részt a program zökkenőmentes lebonyolításában.

A programba a versenyzők önként jelentkeznek, de a bekerülés a keretbe tudományos igényű tesztelés alapján történik. 1997-ben a JOP bajnokságán 101 tornászt minősítettek alkalmasnak a *Future Stars* programban való részvételre. A versenyzők a bajnokságon jó teljesítményt nyújtottak, maradéktalanul kivívták a szervezők elégettségét. A fiú tornásztehetségek meghatározása és kiválasztása

mellett párhuzamosan elkezdtek az edzők továbbképzését és szervezését is. A továbbképző tanfolyamok témái az alapelemek oktatásának helyes és progresszív módszerét, az elemek tanulásához szükséges fizikai képességek fejlesztését és módszereit ölelik fel.

A programok az általános és a speciális fizikai felkészítés, valamint a sportpedagógiai és az egészséges táplálkozás kérdéseivel is foglalkoznak. Ezekben a továbbképzéseken mintegy száz edző vesz részt és az edzői kurzusok mellett szülői tájékoztatás és konzultáció is folyik. 1999-ben a Future Star bajnokság és edzői szimpózium Colorado Springsben volt, az Egyesült Államok nemzeti edzőtáborában. A látottak alapján nagy fejlődés volt tapasztalható az 1996-os kezdéshez képest úgy a fizikai, mint a technikai felkészítés területén.

1999 májusában rendezték meg azt a hármas nemzetközi torna-versenyt, ahol már a Future Stars programban részt vevő fiú tornászok diadalmaskodtak. Csatatban az USA végzett az élen 213.520 ponttal, Kína (212.450) és Románia (196.075 pont) előtt.

2005-ben a USGF a Colorado Spring-i edzőtáborban megtartott felmérő, értékelő versenyen sikeresnek deklarálta a programot. Az edzői szimpóziumon a következő tematikát ajánlották az edzőknek:

- a mély törzsizmok szerepe és edzése a tornában,
- a vállöv erejének szerepe a teljesítményben és jelentősége a sérülések megelőzésében,
 - a vállöv és a csukló mozgékonyságának fejlesztése,
 - fejlődési tendenciák a férfi tornában,
 - sportegészségügyi tudnivalók szülőknek,
 - pozitív szülői magatartás és attitűd,
 - pozitív edzői magatartás és attitűd,
 - az edzésidő növelésének kérdései ifjúsági tornászoknál,
 - a lóugrás teljesítmény-összetevőinek fejlesztése,
 - az ifjúsági tornászok edzése.
- az arabian szaltó 540 fokos fordulattal,
- lólengés: az orosz kanyarlat,
- a trampolintréning jelentősége a fiú tornászok felkészítésében
- az alaplendületek fejlesztésének jelentősége és módszerei,
- a csavart szaltók technikai alapjai és fejlesztésüknek módja,
- lólengésben a páros kör helyes technikája és fejlesztése,
- a gyűrűgyakorlatok edzése és a képességek fejlesztése.

Az előadók mesteredzők, pszichológusok, orvosok voltak. A teljesség igénye nélkül néhány név: Jim Alvarez, Ron Brant, Vitaly Marinitch, Kevin Mazeika, Alekszander Artyemov, dr. Sands és még sokan mások.

A Future Stars programban három kategóriában versenyeznek a fiúk és három teszt eredményes minősítik előrehaladásukat. A ver-

senyek ősszel kerülnek megrendezésre és a döntők mindig Colorado Springsben vannak. Így a JOP-programban részt vevő tehetségek számára két versenyzidőszak van. A feljutás, az út hasonló, mint a JOP-programban induló versenyzők rendszere. A versenyek anyaga, követelményei a hagyományos hat férfi tornaszer: mellett erőképeségeket demonstráló gyakorlatsort, valamint hajlékonysági tesztet is tartalmaz, tehát nyolc eredmény alapján számolják a versenyek végeredményét. (Az erőtesztek anyagát lásd mellékelten.) A versenyeken teljesítendő kvalifikációs pontszámok 2006-ban: 10 évesek 75 pont, 11 évesek 76 pont, 12 évesek 72 pont. Még a régi értékelési szisztéma szerint, tehát egy zsűrivel működő eredményszámítás alapján, az anyagerősség összetevőit és a kivitel is egy zsűri értékeli.

A Future Star válogatott taglétszáma:

10-11 évesek: 30 fő a keretben, 15 fő az edzőtáborban;

12 évesek: 20 fő a keretben, 10 fő edzőtáborban.

A keretbe kerülők felíratos pólót kapnak, és a versenyzők neve megjelenik az *USA Gymnastics Magazine*-ban.

Összefoglalás

- A Junior Olympics Program (JOP) biztosítja a nagytömegű ifjú-sági fiú tornász fejlődését, nevelését és versenyeztetését.
- A JOP hierarchikusan építkező szakmai program, mely az egyszerűbb, könnyebb követelményektől halad a nehezebb, a tornasport csúcsait megcélzó szintek felé.
- A program sikerét népes szakmai gárda segíti és valósítja meg. Az edzőkön kívül a sporttudomány szakemberei is dolgoznak a programban.
- A továbbképzés, ellenőrzés a motiváció építésének alapvető szinterei a különböző, nagy gyakorisággal szervezett edzőtáborok.
- Az edzőtáborok nem csak információ közvetítő fórumok, de biztosítják a visszacsatolást a USGF felé a szakmai színvonalról.
- A fiú tornásztehetségek gondozása, a Future Stars program keretében valósul meg. Ez a program biztosítja a tehetségek felszínre bukkását és menedzselését.

Melléklet

A Future Stars Ifjúsági Program erőképeségi tesztjei

8-9 évesek:

GYŰRŰ:	Húzódás-tolódás támaszba.	3 mp
	Lábemelés támaszültartásba.	3 mp
	Lábleengedés (törzsnyújtás) támaszba.	3 mp
	Kontrollált leugrás.	
KORLÁT:	Támaszültartásból emelés kézállásba, nyújtott karral, lábterpesztéssel.	3 mp
	Ereszkedés terpesz támaszültartásba.	3 mp
	Törzsemelés zsugor támaszmérlegbe.	

10-12 évesek:

GYŰRŰ:	Húzódás-tolódás támaszba, lábemelés támaszültartásba.	3 mp
	Emelés kézállásba nyújtott karral, csípőben hajlított testtel.	3 mp
	Ereszkedés terpesz ültartásba.	3 mp
	Emelés zsugor támaszmérlegbe.	3 mp
Bonus:	Terpesz támaszmérleg, ereszkedés támaszba, támaszból ereszkedés állásba.	
KORLÁT:	Egy vagy két alaplendület támaszba, lelendülés. függésbe, lendület előre. Lendület hátra támaszba, terpeszültartásba.	2 mp
	Emelés terpesz támaszmérlegbe.	2 mp
	Lábzárással lendület előre, magas ültartásban V pozíció.	2 mp
Bonus:	Lendület előre „Manna”.	
	Nyújtott karral emelés kézállásba.	2 mp
	Ereszkedés nyújtott karral támaszba.	
	Kontrollált leugrás.	

AZ EGYETEMI DIÁKTANÁCSADÁS PEDAGÓGIAI-PSZICHOLOGIAI TAPASZTALATAI: EGY MŰKÖDŐ GYAKORLAT ELEMZÉSE*

● Kormosné Acsai Irén

Simmelweis Egyetem Testnevelési és Sporttudományi Kar,
Pszichológia Tanszék

Bevezetés

A felgyorsult társadalmi-gazdasági változások következtében különösen fontossá vált az ifjúság – közöttük is a felsőoktatásban tanulók – mentálhigiénés gondozásának intézményi szintű kialakítása. Míg a gyermek- és serdülőkor nevelési, beilleszkedési, tanulási stb. gondjainak és problémáinak megoldásában az országos szintű nevelési tanácsadó, családgondozó, iskolapszichológusi hálózatok (és más intézmények) eredményes segítséget tudnak nyújtani, az ifjúsági korosztály problémáival intézményes segítség nélkül maradt. Miközben a felsőoktatásban eltöltött időszak az ifjúkori személyiségfejlődés konfliktusokkal, krízisekkel telített időszaka (*Erikson, 1997*), és a fiatal felnőttkor központi feladata az identitáskrízis eredményes megoldása után – az intimitás és szolidaritás vagy az izoláció – az önmagunkért és másokért érzett felelősségvállalás krízisének megoldása.

A serdülőkori fejlődés azonban – többek között a megnövekedett tanulmányi idő miatt – nem zárul le a középiskolai tanulmányokkal. A szakirodalom (*Marcia, 1966*) ma már korai, középső és késői serdülőkort is megkülönböztet. A késői serdülőkor, illetve a fiatal felnőttkor problémái tehát *egyidejűleg* vannak jelen a felsőoktatásban. További konfliktusok okozói a megváltozott társadalmi követelmények igénye: az „élethosszig való tanulás”, a pályakezdő fiatalok elhelyezkedési nehézségei, a diplomás munkanélküliség stb. – a hallgatói személyiségfejlődés és pályaszocializáció krízishelyzetét nem csökkentik, hanem tovább fokozzák, mert az egyén jövőképét és én-hatékonyágát teszik bizonytalaná.

A TF-en, a hallgatókkal együtt dolgozva, a fiatalok gondjai, kérdései közvetve- közvetlenül érintettek engem is. Megoldásokat ke-

* Doktori értekezés tézisei.

restem – kerestek sokan – az egyetemi, főiskolai kollégákkal együtt. Így alakult meg 1995-ben a felsőoktatásban dolgozó szakemberek kezdeményezésére – a felsőoktatási hallgatókat segítő, támogató civil szervezet Ritoókné dr. Ádám Magda koordinálásával – a Felsőoktatási Tanácsadó (FETA), melynek én is alapító tagja voltam. Dolgozatomban a felsőoktatási tanácsadás, ezen belül a TF Diáktanácsadás kialakulásának, szervezeti, módszertani, hatásvizsgálati-kutatási eredményeit szeretném összefoglalni, bemutatni.

Problémafelvetés

Az 1980-as évek végén, amikor először indítottunk önismereti kiscsoportot a TF-en, sem a társadalmi körülmények, sem a pedagógiai szemlélet, sem az oktatási rendszer még nem volt elég nyitott az ilyen típusú kezdeményezésekre, annak ellenére, hogy a rendszerváltást megelőző társadalmi és politikai változások már fellazították az addigi diktatórikus kereteket.

Ennek ellenére a TF-en, mint erősen hagyományörző és speciális felsőoktatási intézményben még a szűk szakmai körökben is nehéz volt elfogadtatni egy mentálhigiénés típusú szemléletet. Pedig a mindennapos tapasztalatok mellett a pedagógiai, pszichológiai és mentálhigiénés kutatások is jelezték, hogy szükség lenne kiscsoportmódszerek bevezetésére ebben az intézményben is.

Az akkor még Testnevelési Főiskolán intézményes szinten volt elfogadott szemlélet az „ép testben ép lélek” illúziója, mely a testnevelésnek és a sporttevékenységnek csak a pozitív, egészségmegőrző, fejlesztő, közösségteremtő stb. oldalát emelte ki és vette tudomásul. Ekkor még nem vált elfogadottá a WHO teljességre törekvő egészségmegfogalmazása, mely szerint az egészség nem a betegség hiánya, hanem *testi, lelki és szociális jólét*.

Még egy évtized kellett ahhoz, hogy a mentálhigiénés szemléletű sporttudományos kutatások eredményeként le lehessen írni: „A tapasztalatok is megerősítik immár, hogy a sportoló populációban a társadalom egészéhez hasonlóan markánsan jelen vannak a klinikai pszichológia kompetenciájába tartozó problémák, ezeket a sport az esetek egy részében kompenzálja, elfedi, máskor éppenséggel felszínre hozza.” (Frenkl, 1999.) Azonban tíz esztendő sem volt elegendő ahhoz, hogy a sportszakmai és társadalmi köztudatba mélyen beivódott illúziót megváltoztassa, és elfogadtassa, hiszen a „sport”, mint „tudomány” hivatalosan csak 2004-től létezik (vö. 154/2004. kormányrendelet). A sporttevékenység egészségmegőrző szerepének omnipotenciájába vetett hit azonban nehezen változik – elsősorban sportszakmai körökben.

A sport és különösen az élsport világa olyan sajátos mikromilió, melyet a kívülállók, akik nem a „mozgás szerelmesei”, nehezen érthetnek meg. A „Citius, Altius, Fortius” a teljesítményről, a versenyről, a győzelemről szól. Minden sporttevékenységben elsősorban az önmagunkkal szembeni versenyről és győzelemről, az élsportban ezen felül az ellenféllel szembeni versenyről és győzelemről is.

A TF azért speciális felsőoktatási intézmény, mert sportszakembereket, testnevelő tanárokat, edzőket és ma már egészségтанárokat, humánkineziológusokat, rekreációs szakembereket, sportmenedzsereket képez, akiknek a mozgás, a sport, az élsport a „lét-elemük”, és pedagógusként vagy más szakemberként ezt a sport- és mozgásszeretet és -szemléletet adják tovább.

Az egészségtudatos szemlélet, magatartás és életforma óriási érték a mozgásszegény életmódot folytató társadalmi környezettel szemben, ahol szomorú statisztikai adatok árulkodnak a holisztikus értelemben vett testi-lelki és szociális jólét hiányáról. Ugyanakkor a sporttevékenység omnipotenciájába vetett hit veszélye – ha csak egyoldalú is – abban áll, hogy az aktív sportolás időszakában nagyon jól kompenzálhat és elfedhet különböző személyiségfejlődési hiányokat és torzulásokat, melyre már régen figyelmeztet a sportpszichológiai klinikai gyakorlat (Süle, 1988, 1990; Rókusfalvy, 1990; Turnovszky, 1988; Lénárt, 1988; Vura, 1988). A megoldást éppen e holisztikus szemlélet elfogadása jelentené, mely a szomatikus, „fizikális” egészség mellé a lelki egészségvédelmet, a mentálhigiénét is *azonos súllyal kezelné*. (A szociális jólét társadalmi szintű probléma, különösen napjainkban...)

Az 1980-as évektől ugyan elkezdődött egy lassú szemléletváltási folyamat a TF-en is, de a nagy rendszerek tehetetlenségi erejénél fogva a tévhitek nehezen változnak és fordulnak meg. A gyökeres változás lehetősége mindig a következő generáció, a gyermek és ifjú korosztály új szemléletű nevelésével kezdhető el.

Az egyetemista korosztály, a 18-26 évesek a szakmai felkészülés időszakában még keresik egyéni szakmai identitásukat, nyitottak és bár kritikusak, de befogadók. A „hallgatóbarát felsőoktatás” szellemében közös munkánk során bontakoztak ki azok a problémák, melyek megoldásához információra, segítségre, néha támogatásra volt szükségük – csak meg kellett hallani kéréseiket.

A hallgatói igények az elméleti felkészülési folyamatban a *gyakorlati pedagógiai tapasztalatok hiányának felismerésében fogalmazódtak meg elsősorban*. A pedagógiai tantárgyak, a különböző tantárgyi módszertanok és a pszichológiai tárgyak elméleti elsajátítása a pedagóguspályára készülő fiatalokban új szemléletet és új igényeket vetett

fel saját pedagógiai képességeiket és tudásukat illetően, mely a pedagógusi önismeretben gyökerezik.

Különösen a harmadéves nappali tanár szakos hallgatók hiányolták a több tanítási gyakorlatot, a gyerekközegben töltött több időt, vagyis a gyakorlati pedagógiai képességek fejlesztését. A pályaszocializációs folyamatban a végzés előtti év mindig kritikus periódust jelent a szakmai felkészülés tekintetében, hiszen a saját, egyéni szakmai identitás kialakításának fontos mérföldkövéhez érkeznek a hallgatók (Ritoók, 1988).

Az egyetemista korosztály pedagógiai, nevelési szempontból már az önnevelés fázisába érkezett, a klasszikus nevelési módszerek már csak nagyon óvatosan alkalmazhatók náluk. Ugyanakkor szükségük van elsősorban gyakorlati tudásra, tapasztalatokra, segítségre, néha támogatásra, még akkor is, ha egészséges, fiatal felnőttek, és a sporttevékenység („mens sana in corpore sano”) az „átlagnál” több védettséget, erőt, kitartást stb. biztosít számukra. Ezt az érési folyamatot segítik elő és gyorsítják meg – a saját élményeken keresztül – a különböző tematikájú kiscsoportok, részben mint az önnevelés szolgálatába állított önismeret, részben mint a pályaidentifikáció „büntetlen gyakorlati és gyakorlási felkészülési lehetőségei”.

A kiscsoportok hatásvizsgálatának felméréséhez sokáig kerestem a megfelelő mérési módszereket. Az 1987 és 1989 között működő kísérleti kiscsoportnál alkalmazott Bales-féle „interakciós folyamatok elemzését” túlságosan nehézkesnek, és kevésbé informatívnak találtam, annak ellenére, hogy a csoportdinamikai folyamatokat jól tükrözte. (Acsai és Simon, 1990).

1990-től nem volt lehetőségem a kettős vezetésű csoportok indítására, így hiányzott a ko-terapeuta, aki a dinamikai elemzés objektivitását biztosítani tudta volna. Olyan könnyebben alkalmazható vizsgálati eljárásokat kerestem, melyek nem a csoport egészének működését, hanem az egyéneken történő változásokat méri.

Szakmai konferenciákon és vitákon – a laikusok részéről – mindig az eredményesség, de főleg a mérhetőség problémájába ütközünk. Valóban nehéz volt elfogadtatni azt a holisztikus szemléletet, melyet a pedagógiai kutatási módszerek „etnografikus, szociálantropologikus, naturalisztikus, interpretatív” jelzőkkel fémjeleznek (Falus, 1993). Így alakult ki az a vizsgálati profil, amely ezt a problémát több oldalról kívánta megközelíteni és áthidalni:

- hallgatói igényfelmérés a diáktanácsadó működése iránt,
- Kozéki-féle személyiségvizsgálat felnőtt változata,
- katamnesztikus kérdőív a hallgatók számára,

- Pintér-féle kapcsolati kérdőív (EKL),
- hallgatói írásbeli vélemények,
- esetismertetések.

A kutatás célja

Kutatásaimban során egy speciális önismereti kiscsoport-metodika kidolgozását tűztem ki célul, valamint azt, hogy empirikus vizsgálati eredményekkel bizonyítsam: az egészséges fiatal felnőtt korosztálynak is vannak olyan konfliktusai, problémái, krízishelyzetei, melyek szakszerű tanácsadási segítséget igényelnek. A hallgatói igényfelmérés célja a felsőoktatási tanácsadás iránti hallgatói igények kutatási eredményekkel alátámasztott bizonyítása volt.

A második rész a speciális önismereti kiscsoport-metodika alapján vezetett, közel tíz év alatt működő önismereti kiscsoportok hallgatóinak vizsgálati eredményeit tartalmazza. *Kutatásom célja annak bizonyítása volt, hogy a kiscsoportok hatékonyan működnek a hallgatók önismeretének fejlesztésében, ezáltal segítik a személyiség érését és a pályaszocializációs folyamatban megszerezhető pedagógiai képességek gyakorlati tapasztalatainak megszerzését.*

További kutatási céloom volt eredményekkel bizonyítani, hogy a kiscsoportmódszerek eredményesen alkalmazhatók a hallgatók személyiségfejlesztésére, és ezáltal a pályaidentifikáció eredményesebbé tételére.

Vizsgálati módszerek

Az első vizsgálat a hallgatói igények felmérésére a Budapesti Műszaki Egyetemmél együttműködve, az ott már vizsgálati módszerként kitöltetett kérdőíves anket módszerrel választottam. A BME-en alkalmazott két kérdőív alapján állítottam össze a TF-re adaptált változatot. A kérdőív kilenc vegyes típusú, zárt és nyitott kérdést tartalmazott a következő kérdéskörökben:

- volt-e már szüksége segítségre, de nem volt kihez fordulnia;
- milyen jellegű volt ez a probléma;
- elvárások a diáktanácsadóval szemben;
- szükségesnek tartaná-e diáktanácsadó létrehozását az egyetemen, és ennek indoklása;
- milyen jellegű információért, tanácsért fordulna hozzá;
- milyen jelenleg működő szervezetek lehetnének részei a diáktanácsadónak;
- vállalna-e feladatot a kortárssegítésben.

A második vizsgálat az önismereti, személyiségfejlesztő csoportok hatásvizsgálata volt. A kiscsoportok hatásvizsgálatait kvantitatív: Kozéki-féle személyiség-kérdőív (Kozéki, 1989; Nagy, 1996), a katamnesztikus kérdőív (Nagy, 1996), és a Pintér-féle EKL kapcsolati kérdőív (Pintér és Tringer, 1989) segítségével, valamint kvalitatív kiegészítő módszerként: írásbeli hallgatói vélemények dokumentum-elemzése alapján is vizsgáltam.

A matematikai-statisztikai feldolgozások SPSS-rendszerben, Mann-Whitney U- próbával, kétmintás t-próbával, Mann-Whitney U-próbával, korrelációs számítással és crumbach alfa számítással készültek.

A Kozéki-féle személyiség-kérdőív felnőtt változata száz eldönthető kérdésből áll, melyekre *igen* vagy *nem* válaszokat lehet adni. Az értékelés egyszerű, mert az azonos számjegyre végződő kérdések egy alskálába tartoznak. Az egyes alskálák egy-egy személyiségdimenzióknak, egy-egy alapvető tulajdonságnak a tartalmát írják le. A vizsgált személy azzal, hogy hány részjellemezőt jelöl meg önmagáról az adott dimenzióban, megadja a rá jellemző tulajdonság mértékét is egy-egy 0-10-ig terjedő skálán (Kozéki, 1989; Nagy, 1996).

A katamnesztikus kérdőív kitöltésének célja a csoportra történő visszatekintő értékelés. A kérdőív a hallgatók önreflexióját, önmagával való elégedettségét vizsgálja hat kérdés alapján. Az utolsó kérdés a csoportvezető aktivitásával való elégedettségre kérdez rá ötfokozatú skála segítségével, a „nagyon nem változott” és a „nagyon sokat változott” értékelések között (Nagy, 1996). A kérdőív a következő kategóriákat tartalmazza:

- az önismeret fejlődése,
- a belső problémák változása,
- a környezethez való alkalmazkodás változása,
- az interperszonális készségek fejlődése,
- a saját aktivitásával való elégedettsége,
- a csoportvezetővel való elégedettsége.

Pintér-féle (EKL) kapcsolati kérdőív a csoporttagok véleményét méri a csoportvezetőről az empátia, a kongruencia és az elfogadás kategóriákban. A 21 kérdésre ötfokozatú skála megfelelő értékének megjelölésével lehet válaszolni, a „nagyon nem értek egyet” választól a „nagyon egyetértek” válaszig. Így a kérdőív mérési tartománya 7-35 pontig terjed (Pintér és Tringer, 1989).

A *Carl Rogers* (1957) nyomán elindult terápiás hatás- és folyamatkutatások igazolták, hogy az **empátia, a kongruencia és a feltétel nélküli elfogadás szintje** a terapeuta viselkedésében szoros kapcsolatban áll a **terápia kritériumával: a hatékonysággal** (*Rogers és mtsai, 1967; Traux és Carkhuff, 1967; Strupp, 1964; Truax, Wargo és Frank, 1966; Tausch, 1973*). Ezt a három kritériumot vizsgálja a kérdőív.

Kvalitatív vizsgálat: Az írásbeli hallgatói vélemények vizsgálataval azt az élményszintet szeretném interpretálni és érzékelhetővé tenni, ahogyan a számok és adatok mögött megjelennek az érzések, a gondolatok, a vágyak, a felismerések, az „aha”-élmények, vagyis az **érző ember, az egyszeri, a megismételhetetlen egyedi személyiség**.

A dokumentumelemzést is több szempont alapján végeztem el:

A **kategóriákat** a katamnesztikus kérdőív kérdéseinek alapján határozta meg. Minden kategóriához idézem a hallgatók válaszaik részleteit, ezzel interpretálva a vizsgált személyek kognitív tapasztalatainak írásbeli megfogalmazását és ezen keresztül érzelmeinek megnyilvánulásait.

Az egyéneknél történő személyes megélések **változásait** a *Rudas* (1990) által közölt **„váltózási tényezők” dokumentumelemzésével bizonyítom**.

A pedagógus pálya **pályaidentifikációs tényezőinek fejlődését is a dokumentumelemzés alapján kívánom feltárni**.

A csoporttagok írásbeli véleményét „az írásbeli interjú” értékelő, értelmező módszerével, a következő értelemben alkalmaztam:

- feltáró jellegű, nyitott és alig strukturált;
- célja tapasztalati, a témakör attitűdjeit feltáró új információk szerzése;
- kiegészítő módszerként a kvantitatív vizsgálatok kérdőíveinek alátámasztására és interpretálására (*Falus, 1993; Szokolszky, 2004; Ehmann, 2002; Kvale, 2005; Amis, 2005*).

Hipotézisek

1) A felsőoktatásban tanuló egészséges fiataloknak is szükségük van információkra, támogatásra, tanácsadásra, a sporttevékenység kompenzáló szerepe ellenére a TF-es hallgatóknak is. Feltételezem, hogy a TF-en is szükség van felsőoktatási tanácsadó szervezetre.

2) Gyakorlati tapasztalataim alapján a hallgatók igénylik önismertük fejlesztését, gyakorlati pedagógiai tapasztalataik növelését.

3) Feltételezem, hogy az önismereti kiscsoportot igénylő hallgatók személyiségprofilja – segítségkérési igényük miatt – eltér a csoportba nem járó hallgatókétól.

4) Feltételezem, hogy a személyiségfejlesztő csoportok hatékonyságát a csoportvezetőről alkotott hallgatói vélemények igazolni fogják.

5) Feltételezem, hogy az önismereti kiscsoportok eredményes működése elősegíti a hallgatók

- személyiségének érését és önismeretének fejlődését,
- személyes problémáinak változását,
- környezetükhöz való jobb alkalmazkodását,
- interperszonális készségeinek fejlődését,
- társkapcsolatainak minőségi változását, melyet az e célra kidolgozott vizsgálati módszerekkel bizonyítani lehet.

6) A kvalitatív (minőségi) vizsgálat eredményei megerősítik a kvantitatív (mennyiségi) eredményeket, vagyis interpretálják a Pintér-féle (EKL) kérdőív kategóriáit, alátámasztják a csoporton belüli változás (gyógyító) tényezőit, és a pedagógiai identifikáció fontos személyiségjegyeit.

Eredmények

1) Az első vizsgálati rész a hallgatók igényei alapján igazolta, hogy a TF-en is szükség van felsőoktatási diáktanácsadásra.

Az 1995-ös a TF-es hallgatói létszám 46,9 százalékánál végzett kérdőíves anket módszer alapján a hallgatók 93,3 százaléka igényelte egy diáktanácsadó szervezet létrehozását az egyetemen. A hallgatók elsősorban információt, tanácsot és eligazítást, valamint önismertük fejlesztését, kapcsolati problémáik megoldását várták el a létrehozandó szervezettől.

2) A második vizsgálati rész a kiscsoportmódszerek hatásvizsgálati eredményeit foglalja össze.

A vizsgálat a hallgatók személyiségjellemzőit tárta fel önismereti csoportba járók (kísérleti csoport, N=101), illetve önismereti csoportba nem járók (kontrollcsoport, N=85) összehasonlító személyiségvizsgálata alapján.

A Kozéki-féle személyiségvizsgálat hipotézise alapján feltételeztem, hogy az önismereti kiscsoportot igénylő hallgatók személyiségprofilja – segítségkérési igényük miatt – eltér a csoportba nem járó hallgatókétól. Az összehasonlító vizsgálat a Mann-Whitney U-próba eredményei alapján $p < 0,001$ -es szinten szignifikáns eltérést mutatott

ki a P-skála (keménység/lágyság) és az F-skála (szorongás) személyiségvonásokban. Ennek alapján a csoportba járó hallgatók „lágyabbak” (nőiesebbek) és szorongóbbak a csoportba nem járó hallgatóknál. Nyilván ezek az általuk észlelt személyiségvonások is készíthették őket arra, hogy önismereti csoportba jelentkezzenek. (Ez a magyarázat ugyanakkor csak azokra vonatkozhat, akik önként jártak a csoportokba.) Hozzá kell azonban tenni, hogy ez az adat csak a két csoport összehasonlításában érvényes, mert a csoport egészének „testnevelő tanári személyiségprofiljában” a P (keménység/lágyság) az utolsó ranghelyen szerepel, a szorongás F skála pedig a nyolcadik ranghelyen! Nem beszélhetünk tehát domináns tulajdonságról egyik vizsgált csoportnál sem, ennek ellenére **a hipotézist bizonyította.**

Pintér-féle empátia, kongruencia, elfogadás (EKL)

Az önismereti csoportok hatásvizsgálatához **speciálisan** e célra kidolgozott eljárásokat alkalmaztam.

Hipotézisem az volt, hogy a személyiségfejlesztő csoportok hatékonyságát a csoportvezetőről alkotott hallgatói vélemények igazolni fogják. A kérdőív empátia faktorában a csoporttagok 72,0 százalékban, a kongruencia (hitelesség) faktorban 77,0 százalékban, az elfogadás faktorban 82,0 százalékban tartották hatékonynak a csoportvezetőt. Úgy vélem, hogy ez a hipotézis bizonyítottnak tekinthető.

Katamnesztikus kérdőív

Feltételeztem, hogy az önismereti kiscsoportok eredményes működése elősegíti a hallgatók személyiségének érését és önismeretük fejlődését, személyes problémáik változását, a környezetükhöz való jobb alkalmazkodást, interperszonális készségeik fejlődését, társkapcsolataik minőségi változását, a csoportvezető aktivitásával való elégedettséget, melyet az e célra kidolgozott vizsgálati módszerrel bizonyítani lehet.

A katamnesztikus kérdőív eredményei **azért** kiemelkedően fontosak, mert a személyiségvizsgálati kérdőívvel ellentétben, ezekben az eredményekben **kizárólag az önismereti csoportra vonatkozó fejlődésüket minősítik a hallgatók.** Tehát az eredmények azokat a jellemzőket értékelik, melyek a külső környezettől, a „spontán”, illetve a természetes éréstől viszonylag függetlenül, **csak a csoporthatásnak tulajdonítanak a csoporttagok.** Ennek tulajdonítható a kérdőív specialitása, mert a személyiségvizsgálati módszerek a személyiség egészére vonatkoznak, míg a Katamnesztikus kérdőív kizárólag a

csoporthatások következtében történő fejlődést, változást jelzi. Ennek értelmében ez a hipotézisem is bizonyítottnak tekinthető.

A kvantitatív (mennyiségi) vizsgálatok mellett szükségesnek tartottam kvalitatív (minőségi) kiegészítő vizsgálatok elvégzését is, mert véleményem szerint a csoporttagokban létrejövő változásokat nem lehet csak mennyiségi adatokkal bizonyítani, ezek **minőségi változásai a fontosak**. Az írásbeli interjúkat egyik csoportom teljes létszámú (N=12) hallgatói foglalmazták meg.

A hipotézisem az volt, hogy a kvalitatív (minőségi) vizsgálat eredményei megerősítik a kvantitatív (mennyiségi) eredményeket. **A kvalitatív vizsgálatban három szempontot emeltem ki**. Az első, hogy a dokumentumelemzéshez a katamnesztikus kérdőív kategóriáit választottam az elemzés alapjának. **Így a mennyiségi és minőségi elemzés kölcsönösen megerősítette egymást**. A második szempont a Rudas-féle változási tényezők elemzése volt, mely a *I. D. Yalom* (1970) pszichoterápiás „kuratív” gyógyító faktorainak egészséges csoportokra történő adaptációját jelenti. A szakirodalomban nem találok olyan elemzéssel, mely ezeket **a hatásokat minőségileg értékelté volna**. A harmadik szempont a tanári pálya pályaidentifikációs tényezőinek elemzése volt, melynek alapján a csoporttagok írásos véleményében megfogalmazott **hét kategóriát tudtam elkülöníteni és értékelni**.

A pályaszocializációs folyamatban a *Túri* (1997) által felsorolt fázisokból a két első lépcsőfok elérését látjuk a hallgatói vélemények alapján: a szakmai identitás kiépítése és a szakmai identitás konszolidációjának megvalósulását. Az eredmények értékelése alapján ez a hipotézisem is bizonyítottnak tekinthető.

A szakirodalomban nem találok olyan kutatással, amely longitudinális vizsgálat keretében pedagógiai szempontból vizsgálta és elemezte volna az önismereti kiscsoportok működését és hatékonyságát.

Irodalom

- Acsai Irén, Simon Miklós (1990): *Önismereti, személyiségfejlesztő kiscsoportos foglalkozások eredményei a Testnevelési Főiskolán*. In: A hazai sportpszichológia aktuális kérdései. VIII. Sportpszichológiai Munkaértekezlet. OTSH-MSTT, Miskolc-Hollótető. 5-10. p.
- Amis, J. (2005): *Interviewing for case study research*. In: Andrews, D.L., Mason, D.S., Silk, M.L. (Eds): *Qualitative methods in sports studies*. Berg, Oxford – New York. 104-138. p.
- Ehmann B. (2002): *A szöveg mélyén: a pszichológiai tartalomelemzés*. Új Mandátum, Budapest.

- Erikson, E. H. (1997): *Az emberi életciklus*. In: Bernáth L., Solymosi K. (Szerk.): Fejlődéslelektan olvasókönyv. TERTIA Kiadó, Budapest.
- Falus Iván (Szerk.) (1993): *Bevezetés a pedagógiai kutatás módszereibe*. Keraban Kiadó, Budapest.
- Frenkl Róbert (1999): *A sporttudomány és a mentálhigiénié*. In: Tomcsányi T., Grezsa F., Jelenits I. (Szerk.): Tanakodó. TF, HÍD Alapítvány és a Párbeszéd (Dialógus) Alapítvány, Budapest. 203-211. p.
- Kozéki Béla (1989): *Személyiségmérés az iskolában*. Békés megyei Pedagógiai Intézet,
- Kvale, S. (2005): *Az interjú. Bevezetés a kvalitatív kutatás interjútechnikáiba*. Józsoveg Műhely Kiadó, Budapest.
- Lénárt Ágota (1988): *Az egyéni élet problémáinak interferenciája a sportpszichológiai felkészítő munkában*. In: A hazai sportpszichológia aktuális kérdései. VII. Sportpszichológiai Munkaértekezlet. ÁISH TSTT-TF, Miskolc. 157-168. p.
- Marcia, J.E. (1966): Development and valididation of ego identity status, *Journal of Personality and Social Psychology*, 3. 551-558.
- Nagy Zsuzsanna (1996): *Az önismereti és személyiségfejlesztő csoportok szerepe a tanítóképzésben*. Egyetemi doktori értekezés. József Attila Tudományegyetem, Szeged.
- Pintér Gábor, Tringer László (1989): Kérdőív a pszichoterápia legfontosabb nemspecifikus tényezőinek mérésére. *Ideggyógyászati Szemle*, 42. 301-309.
- Ritoók Magda (1988): *Az egyetemisták részére szervezett tanácsadás Magyarországon*. In: Illyés S., Ritoók Pálné (Szerk.): A nevelési és pályaválasztási tanácsadás pszichológiája. Szemelvénygyűjtemény. I-III. kötet. ELTE, Budapest. 329-338. p.
- Rogers, C. R. (1957): The necessary and sufficient conditions of therapeutic personality change. *J. cons. Psychol.*, 21.
- Rogers, C. R. et al. (1967): *The Therapeutic Relationship and Its Impact*. University. of Winconsin Press, Madison.
- Rókusfalvy Pál (1990): *A sport mélylélektani kérdései*. In: A hazai sportpszichológia aktuális kérdései. VIII. Sportpszichológiai Munkaértekezlet. OTSH-MSTT, Miskolc-Hollótető. 24-28. p.
- Rudas János (1990): *Delfi örökösei. Önismereti csoportok: elmélet, módszer, gyakorlatok*. Gondolat K., Budapest.
- Strupp, H.H., Wallach, M. S., Wogan, M., (1964): Psychoterapy experience in retrospect. *Psychol. Monographs*, 78, 11.
- Süle Ferenc (1988): *A mélylélektani megközelítés jelentősége a sportpszichológiában*. In: A hazai sportpszichológia aktuális kérdései. VII. Sportpszichológiai Munkaértekezlet. ÁISH TSTT-TF, Miskolc. 134-156. p.
- Szokolszky Ágnes (2004): *Kutatómunka a pszichológiában. Metodológia, módszerek, gyakorlat*. Osiris Kiadó, Budapest.
- Tausch, R. (1973): *Gespraachpsychotherapie*. Göttingen.

- Traux, Ch. B., Wargo, D. G., Frank, J. D., (1966): Therapist empathy, genuineness and warmth and patient therapeutic outcome. *J. consult. Psychol.*, 30.
- Traux, Ch. B., Carkhuff, R. R., (1967): *Toward effective counseling and psychotherapy: Training and practice*. Chicago.
- Túri Zoltán (1997): *A pályaszocializáció helye a tanárképzésben*. In: Bagdy E. (Szerk.): *A pedagógus hivatásszemélyisége*. KLTE Pszichológiai Intézet, Debrecen. 175-193. p.
- Turnovszky Éva (1988): *Kiemelkedő tehetségű serdülők családi mobilitása az élsport körülményei között*. In: *A hazai sportpszichológia aktuális kérdései*. VII. Sportpszichológiai Munkaértekezlet. ÁISH TSTT-TF, Miskolc. 147-156. p.
- Vura Márta (1988): *Eredményesség, egzisztenciális problémák és az edzői stílus tükröződése csapatjátékosok pszichológiai vizsgálatában*. In: *A hazai sportpszichológia aktuális kérdései*. VII. Sportpszichológiai Munkaértekezlet. ÁISH TSTT-TF, Miskolc. 52-58. p.
- Yalom, I. D. (1970): *The Theory and Practice of Group Psychotherapy*. Basic Books Inc., New York, London. 3-15. p.

NEMZETKÖZI TESTNEVELÉSI ÉS EGÉSZSÉGÜGYI INTENZÍV PROGRAM (Tilburg, 2008. március 6-15.)

A programról általában

A 2008. évi nemzetközi testnevelési és egészségügyi intenzív programot (2008 Intensive Programme) március 6-15. között Hollandiában, Tilburgban rendezték meg, melynek a Fontys School of Physical Education and Sports Tilburg adott otthont. Ilyen programot diákok és tanáraik számára szerveznek, általában évente, különböző helyszínekkel, különböző sporttal kapcsolatos témákban az Európai Unió támogatásával. A program 1997-ben jött létre, amelyben tíz nemzet, tizenhárom intézménye vesz részt. (Két éve az egyesült királysági Worcesterben rendezték meg a fogyatékoság témakörben.) A program célja:

- Lehetőséget teremteni a tanulóknak és tanáraiknak szakmai ismereteik bővítésére nemzetközi és multikulturális környezetben.
- A testnevelőtanári-képzés minőségének fejlesztése.
- A testnevelő tanárok kezébe adni a változtatás lehetőségét.

A program ez évi témája a *Testnevelés az egészséges európai társadalomban* volt. Tíz ország (Hollandia, Litvánia, Anglia, Norvégia, Svédország, Dánia, Belgium, Románia, Magyarország, Egyesült Államok) 11 egyeteméről voltunk jelen, összesen 42 hallgató és 11 tanár. A TF részéről Sivadó Linda, Szabó Eszter és Turcsik István végzős hallgatók Leibinger Éva tanárnő vezetésével vettek részt a programban. A magyar különítményt Hamar Pál tanár úr is meglátogatta, aki a rendezvény utolsó napjain tartott szimpóziumon vett részt.

Az itthoni felkészülés során elkészítettük előadásainkat, amelyek azt taglalták, hogy egészséges-e a társadalom, illetve, hogy milyen egészségügyi problémák adódnak. A témák magukba foglalták az elhízást, a táplálkozási szokásokat, a rizikófaktorok mutatóit, a testnevelés és sport helyzetét, valamint az iskolák felelősségét. Poszterbemutatót készítettünk elő Magyarország oktatási rendszeréről. (Bemutatónkkal az angolokkal közösen első helyezést értük el a nemzetek közötti versenyben.) Esettanulmányt készítettünk a mindennapos testnevelés és a Sportoló Nemzet témákban. Mindezen túl, magyar dallal, tánccal, étellel, itallal és játékokkal is felkészültünk.

A program elején és végén tanárok tartottak előadásokat a következő témákban:

a sporttevékenység hatása az egészségre,
az egészség kapcsolata az életminőséggel,
a testnevelés hatása az egészségre (amerikai út).

Az utolsó napi szimpóziumon a vendégtanárok témái színesítették programjainkat:

az iskola szerepe az aktív életstílus kialakításában,
a testnevelésóra hozzájárul az aktív életstílushoz?,
a testnevelésórák szerepe az amerikai iskolákban,
a testnevelő tanárok személyiségjegyei.

A program keretében hét csoportban dolgoztunk egy vagy két tanár vezetésével. Úgy soroltak be bennünket, hogy azonos országbeliek, azonos egyetemről érkezők ne kerüljenek egy csoportba. A csoportok összetételét időnként megváltoztatták, és a feladattól függően más-más csoportba kerültünk. Például másik csoporttal mentünk városnézésre és ugyancsak másikkal az iskolalátogatásra.

A program során megismerkedtünk a Sofit módszerrel, aminek az volt a lényege, hogy testnevelésórán mindenki megfigyelt egy gyermeket egy ideig, aztán egy másikat, végigkísérve az egész órát. A megfigyelés során MP3 lejátszóra 20 másodpercenként felvett csipogó hanggal dolgoztunk. Ezzel vizsgáltuk a gyermekek aktivitását. Amikor a készülék csipogott, feljegyeztük, hogy a gyermek éppen mit csinál. A tevékenységét kóddal jelöltük a következőképpen: „1” fekszik, „2” ül, „3” áll, „4” könnyű aktivitású, „5” közepes aktivitású, „6” nagy aktivitású. Végül a pontok alapján értékeltük az óra aktivitását.

A részt vevő hallgatóknak is voltak óratartási kötelezettségeik. Mindenkinek más-más témakörből kellett felkészülnie és órát tartania. A hét csoport közül kettő egy-egy középiskolába ment, a többiek a Fontys Egyetem hallgatóinak, illetve az intenzív program résztvevőinek tartották az órát. Labdajáték, torna, úszás, egészségnevelés, tánc, más országbeli tipikus játék is szerepelt az óratartási programon. Természetesen az órákra óravázlattal alaposan fel kellett készülnünk, időnk nagy részét az órákra való készülés tette ki.

Munkánk jelentős részét a kiscsoportos foglalkozások képezték. A közös munkákat megvitattuk, például a posztereket, az előadásokat, majd újabb posztert kellett készítenünk az iskola és a testnevelés kapcsolatáról. Sokat beszélgettünk az egészségről és a testnevelésről:

Mi az egészség? Mit tehetünk a mindennapokban az egészségért?
Mit tehet az iskola az egészségért?

A hallgatók is készültek az utolsó napi szimpóziumra. Minden csoportból egy-egy embert kijelölve kétperces előadást, érvelést tartottunk a kapott témáról. A fontosabb témák a következők voltak:

az iskola szerepe van a fiatalok egészségében,
a testnevelésóra nem csak motoros feladatok összessége,
a testnevelésóra az aktív, egészséges élet bevezetésében vállalt szerepe.

Hazaérkezésünk után a Hollandiában szerzett tapasztalatok alapján órát tartottunk az itteni diákoknak a kint tanult, tapasztalt dolgokról, többek között a testnevelés és az egészség kapcsolatáról. Az óránk a testnevelésre helyezte a hangsúlyt, játékokkal, mert ez is az egészségnevelés egy része. Mulatságos, vicces feladatokat találtunk ki, hogy élvezzék, de dolgozzanak is a diákok. Céljaink között szerepelt a közösségi munka fejlesztése is. Ugrókötélfonó játékkal kezdődött az óra. Négyesével játszották, három kötéllal. Egyikőjük megfogta az egymás mellé helyezett kötelek végét, a másik három tanuló pedig külön-külön egy-egy véget fogott. Időre kellett befogniuk a kötelet. Volt ezen kívül robotos játék, lufidurrantó, dán népi játék és egy kicsit talán veszélyes feladat is (egy magasra kifeszített kötélre kellett átjutni a csapat minden tagjának egy tornapad segítségével). Sajnos a harmadéves hallgatók nem voltak nagyon aktívak, az elején sokan nem álltak be a játékokba, sok felmentett is volt közöttük. Az óra végi értékelésben sem vett mindenki részt, de akik igen, érdekesnek találták a feladatokat, élvezték azokat.

*

A program tapasztalatait testnevelő tanárként és magánemberként egyaránt hasznosnak tartjuk. Az előkészület és a kinntartózkodás sokat segített angol nyelvismeretünk fejlesztésében. Sok érdekes, újszerű dolgot hallottunk az egészségről, mi is az valójában, hogy lehet azt megőrizni. Tudatosult bennünk, hogy a testi, a lelki, és a szociális jólét egyaránt fontos. Nem elég, ha valaki „csak” testileg egészséges, mert előbb-utóbb beteg lesz, ha a lelki és a szociális jólét hiányzik. Fontos továbbá, hogy a gyermekekkel meg kell szerettetni a mozgást, a sportot. A nyugati országokban többen sportolnak szabadidejükben, de a testnevelésórák száma ott sem magasabb, mint nálunk. Tapasztalható ugyanakkor a fejlettebb országokban is, hogy a táplálkozás nem megfelelő, nem egészséges, sok a túlsúlyos, elhízott gyermek és felnőtt. Magyarországon mind a tanulásban, mind a

munkában megnyilvánuló teljesítménykényszer sok esetben háttérbe szorítja a sportolást, holott tudják az emberek, hogy többet kellene mozogni. A sportban is visszatükröződik ez a kényszer. A teljesítménysportra, versenysportra helyeződik a hangsúly, ami sok gyermek kedvét szegi. Testnevelésórán is gyakran a kiválasztásra, tehetségszűrésére fordítunk gondot és háttérbe kényszerül a sport megszerettetése, az egészséget segítő tömegsport.

A más országokból érkező csoporttársakkal történő beszélgetések, az ottani órák, az iskolalátogatások során az a vélemény alakult ki bennünk, hogy a külföldiek az anyagiak és a szabadidős programok, illetve a testnevelésórák kedveltsége tekintetében előttünk járnak, de tudásban, sportteljesítményben azonban nem. Intézményünk oktatása, a sporttudomány művelése terén nemzetközileg is megállja a helyét. Vannak ugyan különbségek, eltérő módszerek, de mások is elismerik, hogy a mi egyetemünk szakmailag jól felkészült. Azt gondoljuk, szerencsés lenne, ha a jövőben minél több angolul tudó hallgató vehetne részt a programon, és fontos lenne, hogy egy következő nemzetközi intenzív program hazánkban kerüljön megrendezésre.

**Szabó Eszter,
Turcsik István,
Sivadó Linda,
Leibinger Éva**

Semmelweis Egyetem Testnevelési és Sporttudományi Kar

10. NEMZETKÖZI SPORTTUDOMÁNYI KONGRESSZUS (Bolu, 2008. október 23-25.)

Törökországban a sporttudományi konferenciák hasonló múltra tekintenek vissza, mint hazánkban. Azonban amióta elkezdődtek a csatlakozási tárgyalások az Európai Unióval, a törökök minden területen megragadják az alkalmat arra, hogy széles körű tudományos kapcsolatokat alakítsanak ki.

A 10. International Sport Sciences Congress Bolu városában, az Abant İzzet Baysal Egyetemen rendezték meg, ahol ízelítőt kaphatunk a European College of Sport Science 2010-ben Antalyában rendezendő konferenciájáról. A 17000-res hallgatóságú egyetem a várostól 8 km-re, egy természetvédelmi park közelében fekszik, s a rekreációs foglalkozásoknak rendkívül jó terep egy természetes tóval. A campustól alig 40 perc autótútt Törökország szinte egyedüli síparadicsoma, ahol az egyetem külön épülettel rendelkezik, biztosítva a sí- és snowboardoktatást. (2007-ben több mint kétméteres síelésre kiválóan alkalmas hó volt itt, amikor Európában szinte sehol sem.) Nem véletlen, hogy a konferencia vezérmotívuma természet és a környezeti nevelés volt, s e köré csoportosították a rekreáció, a szabadidősport, az iskolai testnevelés, az egészség, a táplálkozás és a sportmenedzsment kérdéskörét. A híres török vendégszeretet és a nyitottság is hozzájárult ahhoz, hogy 15 országból három vitaindító előadó, 35 előadás és 22 poszter érkezett a konferenciára. Magyarországot három felsőoktatási intézményét (TF, Pető Intézet, Nyugatmagyarországi Egyetem) egy meghívott előadó, egy előadás és egy poszter képviselte. A törökök természetesen nagy létszámfőlényben voltak, 50 különböző egyetemről 80 előadással és 277 poszterrel vettek részt.

A látványos megnyitóünnepség után **Pekka Oja**, a természettudományok finn doktora a Sporttudomány és Testnevelés Nemzetközi Tanácsa (ICSSPE) által adományozott kitüntetést vehette át. Az első vitaindító előadást **Guidrun Doll-Tepper**, a müncheni Freie Egyetem professzora tartotta, s a sport egész világra kiterjedő, átfogó fontosságát, a nevelésben betöltött szerepét, a sporttudománnyal foglalkozó tudományágak szoros kapcsolatát ismertette. A fogyatékkal élők sportolási és versenyzési lehetőségeit ismertette a paralimpia és a speciális olimpia strukturális és fejlődési lehetőségeit hangsúlyozta. A professzor asszony több évtizedes tapasztalatait az Eras-

mus Mundus Program mozgásterápia kurzusának alapítójaként és oktatójaként kamatoztatja.

A megnyitó után több előadásban is megjelent a sport, a mozgás fontossága a fogyatékkal élők esetében. **Jeffrey Martin** meghívott előadóként mutatta be a mozgássérültek integrációját. Az amerikai professzor (az *Adapted Physical Activity Quarterly* szerkesztőbizottságának tagja) a fogyatékkal élők pszichoszomatikus problémáit ismertette részletesen.

A házigazdák kiemelten fontosnak tartották az inkluzív oktatás és edzés megismerését, elsajátítását, mivel maguk is azt vallják, hogy ezen a területen mind gyakorlatban, mind elméletben jelentősek a lemaradásaik.

A sérültek problémáival foglalkozó előadások mellett a sportmenedzsment kapott hangsúlyos szerepet a konferencián. Az Amerikai Egyesült Államokból érkezett professzor, **Packianathan Chelladurai** (a *Journal of Sport Management* szerkesztője, a *European Journal of Sport Management* szerkesztőbizottságának tagja) a (sport)menedzsment fejlődését, jelentőségének az elmúlt 40 évben tapasztalt növekedését mutatta be. **March L. Krotte** professzor (több) sportmenedzsment szakkönyv szerzője) szerint a 21. században a különböző (nemzeti és nemzetközi) kapcsolatok kiépítésére a sportmenedzsment, mint híd lesz a megoldás.

Az olimpiai mozgalmat is több előadó képviselte. **Manfred Lämmer** (akinek könyveit és egyéb publikációit a TF Társadalomtudományi Tanszékén is előszeretettel forgatják), a kölni Deutsche Sporthochschule egyetemi, tanára a nemzeti olimpiai bizottságoknak az olimpiai nevelésben, az olimpiai eszme ápolásában betöltött szerepét és jelentőségét hangsúlyozta. **Kosztasz Georgiadisz**, a Nemzetközi Olimpiai Akadémia dékánja az utolsó pillanatban mondta le a meghívást családi okokra hivatkozva. A Török Olimpiai Bizottság elnöke, **Togay Bayatli** azonban hangulatos előadást tartott a sajtó szerepéről Törökországban.

Természetesen a testnevelés sem maradhatott ki a konferencia programjából. **Mary O'Sullivan**, az írországi Limerick Egyetem tanára a testnevelők továbbképzéséről szólva azt hangsúlyozta, hogy ezek a kurzusok a tanárok kiegészését hívatottak megállítani, s inkább gyakorlati, mint tudományos jellegű tanácsokat és programokat nyújtanak.

Intézményünket **Kovács Katalin** képviselte, mint meghívott előadó. A konferencia első napján a kooperatív testnevelési játékok workshopját vezette. Mind a hallgatókból és konferencián részt vevő tanárkollégákból szerveződő aktív játékosok, mind a lelátón ülő ér-

deklődő közönség új szemlélettel ismerkedhetett meg, amely bőven tartalmazott oktatásmódszertani javaslatokat játékok szervezéséhez, kialakításához és lebonyolításához. A pozitív visszhang még napokkal később, a tanárnő előadásán is érezte hatását.

A TF Sportjáték Tanszékének egyetemi adjunktusa és **Sáringerné Szilárd Zsuzsanna** főiskolai adjunktus *The Impact of Family and Schooling on Hungarian Student Teachers' Playfulness* című előadásukban egy többéves kutatás részeredményét ismertették, I. éves pedagógusjelöltek játékkal kapcsolatos, szociokulturális szempontok szerint vizsgált szokásaikról számoltak be. (Az eredmények sajnos megegyeznek a mindennapi gyakorlati tapasztalatokkal, azaz a tanítványok játékelménye és -tapasztalata szegényes.)

Ozsváth Károly főiskolai tanár **Oláh Zsolt** egyetemi adjunktussal készített közös anyagukat ismertette, amelyben TF-hallgatók Eurofit motoros tesztrendszerre kidolgozott összesített értékelésének rendszerét és a kapott eredményeket foglalta össze. Két tanév felmérése 250 feletti elemszámot biztosított, ami lehetővé tette egy könnyen kezelhető „unisex” értékelési modell kidolgozását, amely az összesített értékelésen túlmenően, ötfokozatú minőségi skálát is tartalmaz. Az eredményekből többek között kitűnt, hogy a TF-es női hallgatók motoros teljesítménye összességében megfelel a hasonló korú, nem sportoló férfiak teljesítményének. Az értelemszerű és evidens nemenkénti teljesítménykülönbségek mértéke, jellege és a mért tényezők nemeket megkülönböztető relatív hatása is kimutatásra került a vizsgálat során.

A konferencián az elméleti előadások mellett lehetőség volt szakemberek által vezetett gyakorlati órákon, foglalkozásokon (joga, szabadidős sportfoglalkozások) is részt venni. Ezek a programok feltétlenül színesítették és „mozgalmasabbá” tették a rendezvényt. Megfontolandó, hogy a jövőben a hazai konferenciákat is érdemes lenne gyakorlati bemutatókkal (órákkal) gazdagítani.

Az előadások közti szünetek, illetve a referátumok után szervezett programok lehetővé tették a kötetlen beszélgetéseket, szakmai vitákat. Az Abant Izzet Baysal University Erasmus koordinátora, **Hasan Birol Yalcin** nagy érdeklődéssel ismerkedett a Pető Intézetben és a Nyugat-magyarországi Egyetemen folyó munkával. A beszélgetés végén felajánlotta esetleges együttműködését a Pető Intézettel. A koordinátor nem kis büszkeséggel mesélte, hogy intézményüknek több mint ötven európai egyetemmel áll aktív Erasmus-kapcsolatban, köztük a TF-fel is. A csereprogram keretén belül két kolléganő látogatta meg karunkat 2008 tavaszán. A kolozsvári Babes-Bolyai Egyetem képviselőjével beszélgetve kiderült, hogy az egyete-

men továbbra is hiány van magyar nyelvű oktatókból, azonban (többek között az Erasmus keretein belül) egyre több lehetőség kínálkozik oktatói és hallgatói csereprogramra.

Jó érzéssel töltött el, hogy több résztvevő is örömmel üdvözölte a magyar delegációt korábbi kellemes magyarországi tapasztalatai miatt. Így ismerkedhettünk meg **Anita Hökelmann**-nal, a magdeburgi Otto von Guericke Egyetem professzor asszonyával, aki a szombathelyi főiskola oktatóival működik együtt évek óta, és **Ming-Kai-Chin**-nel, aki az Észak Iowai Egyetem vendégtanáraként dolgozik a Közép-Európai és Ázsiai Sporttársaság megalakításán.

Egyöntetű volt a vélemény, hogy a török házigazdák rendkívül szívélyes vendéglátásról, mélyre szántó szakmai és tudományos érdeklődésről tettek tanúbizonyságot. A fiatal hallgatók mindenhol és mindenben mosolyogva, segítőkészen segítettek a konferencia szervezésében, lebonyolításában. 2008. októberében Törökország új arcát fedezhettük fel, amely a régi hagyományokat hűen megőrizve vált nyitottá és befogadóvá.

Kovács Katalin

Semmelweis Egyetem Testnevelési és Sporttudományi Kar,
Sportjáték Tanszék

ÚJABB SZINTÉZIS AZ ÓKORI GÖRÖG SPORT MÁIG AKTUÁLIS KÉRDÉSEIRŐL (Könyvismertetés)

A Nemzeti Tankönyvkiadó gondozásában 2007-ben jelent meg Kertész István *A görög sport világa. (A jelenbe tekintő múlt.)* című kötetének második, jelentősen kibővített és átdolgozott kiadása.

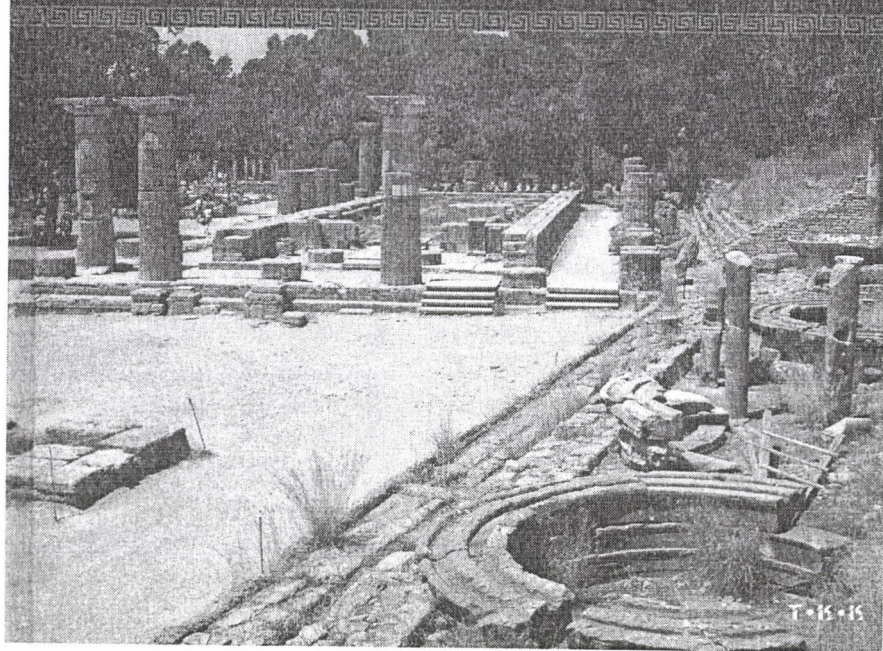
A szerzőt mindig is foglalkoztatták az antik görög és részben a római sporttörténet azon jelenségei, amelyek valamilyen formában közvetlenül hatottak a modern korok sportjának formálódására. Mivel tudományos pályája elején sokat tanulmányozta az antik hadtörténetet, óhatatlanul felkeltette érdeklődését a maratoni futás ókori előzményeiről kialakult tudományos vita. Könyve első fejezetében (*A királynő koronája: a maratoni futás*) ehhez szól hozzá. Itt korábbi kutatásait összegzi, amelyek lényege az, hogy elsőként a nemzetközi tudományosságban, a marathóni csata hadművészeti elemzéséből indult ki, és ehhez kapcsolódva szól hozzá a híres futás történetiségének kérdéséhez. Végső konzekvenciája az, hogy a marathóni hős halálos végű futása csupán egy szép legenda. 1990-ben J. A. Samaranch, a NOB elnöke levélben köszönte meg K. I. angolul is megjelent tanulmányát (a levél a kötetben olvasható), amelynek német nyelvű változata a *Nikephoros* című folyóirat 4 (1991), 155-60. oldalain jelent meg: *Schlacht und „Lauf“ bei Marathon – Legende und Wirklichkeit*. Kertésznek a marathóni csata és futás problematikájáról kialakított nézete ma már széleskörűen idézett mind a sporttörténeti irodalomban (W. Decker, *Sport in der griechischen Antike*, München 1995, S. G. Miller, *Ancient Greek Athletics*, New Haven-London 2004.), mind a hadtörténeti művekben (P. Green, *Greco-Persian Wars*, Berkeley-Los Angeles-London 1998.). A könyv első fejezete azonban nem csak a maratoni futás valójában csupán virtuális antik előzményét vizsgálja, hanem foglalkozik az újkori atlétika maratoni futóversenyeivel és ennek a versenyszámnak a modern olimpiai játékokon befutott pályájával is. Megismertet olyan tragikus hősökkel, mint az 1912-es stockholmi játékokon elhunyt portugál Francisco Lázaro vagy a kétszeres bajnoki címet szerző, de életét tolószékben befejező etióp Abebe Bikila volt. Szpiridon Louisz 1896-os győzelmétől a brazil Vanderlei de Lima nem mindennapi athéni bronzérméig ível a bemutatott maratoni futók listája. Mint a szerző e fejezet végén kissé talán túlságosan is költőien írja: „Ó- és modern görögök, olaszok, ameri-

Kertész István



EZ TÖRTÉNT OLÜMPIÁBAN

Az olümpiai játékok ókori története



kaiak, portugálok, magyarok, és még ki tudja, hány nemzet fiai a szereplői ennek a folytatásos históriának. Olyan férfiak, akiknek akaratából, önfeláldozásából és sportszeretetéből ötvözve gyönyörű korona fénylik a sportok királynőjének homlokán.”

Miként a marathóni csatához az antik utókor fantáziája által hozakötött és a modern időkben sokáig hitelesnek elismert futástörténet a maratoni futás programba vételével hatott korunk atlétikai versenyeire, éppúgy az ókori világ kevésbé mély ismerete idézte elő azt a visszás helyzetet, hogy a nőket a 19-20. század fordulóján igyekeztek kizárni a nyilvános sportesemények résztvevői közül. Az *Olümpia leányai* című fejezet azt kíséri nyomon, miként vélekedtek az újkori olimpiai mozgalom vezetői, Coubertin és társai a nők nyilvános sportolásáról, és ez a nézet hogyan befolyásolta az olimpiai játékokon történő női részvétel alakulását. Coubertin és a modern olimpizmus más prófétái helytelenül értékelték az antik gyakorlatot, a görög nők sportolási szokásait, a társadalom viszonyulását a sportoló nőkhez. Az általuk kialakított torzkép befolyásolta őket abban, hogy csak nagy késéssel és komoly ellenérzéssel engedték be a hölgyeket az olimpiai játékokra. Az ókortörténész szerző valós képet fest az ógörög női sportról, amely a hajadonok tekintetében igenis társadalmi támogatottságot élvezett, és csak a férjezett asszonyokat diszkriminálta bizonyos mértékig. A fejezet érdekes része az, amely a történelem első női olümpiai bajnokát, a spártai királynőt, Küniszkat mutatja be. Ugyanis, amint az a fejezetből kiderül, a lovas- és kocsiversenyeken mindig a ló, illetve a fogat tulajdonosát illették a győzelmi koszorúval, és ez a gyakorlat férjezett asszonyok győzelmét is lehetővé tette, még ha nem is lehettek jelen a vetélkedésen, míg a hajadonok testközélelől örvendezhettek sikerüknek. A spártai királynő történetének vizsgálata közben a szerző újszerű módon elemzi a spártai állam változó viszonyát az olümpiai játékokhoz. Küniszka nyomán később több ókori olümpiai bajnoknő is beírta nevét a sporttörténetbe. A fejezet befejező szakasza velük, illetve más összgörög sportversenyek bajnoknőivel foglalkozik.

Az *Amatőrök és profik* című harmadik részben K. I. csatlakozik a D. C. Young, D. G. Kyle és mások által újabban kifejtett nézethez, amely szerint az ókorban valójában nem létezett mai értelemben vett amatőr sportolás. Ennek következtében viszont a professzionális antik sport sem értelmezhető. A fejezet elején szó esik arról, hogyan alakult ki a 19. század második felében a nemzetközi amatőr sportmozgalom, hogyan született meg ennek igazolására az ókori amatőrizmusról vallott hamis elképzelés, és mindennek hogyan szereztek érvényt a meginduló újkori olimpiai mozgalomban, amelyből hosszú ideig

kizárták a hivatásosnak minősített sportolókat. Ezután történik meg ógörög dokumentumok alapján annak bemutatása, hogy konkrétan milyen anyagi juttatásban részesültek a bajnokok. Athénban például egy jó szakmunkás 14 évi keresetét kapta meg az olimpiai győztes attól a társadalomtól, amely annak idején csakúgy, mint manapság, a sportsikerben saját igazolását is látta. Kifejezetten szórakoztató és egyben tanulságos a fejezet befejező része, ahol konkrét sportpályafutások példáján keresztül látjuk az antik bajnokok karrierjében egymás mellett, vegyesen érvényesülő olyan jellegzetességeket, amelyeket ma az amatőr, illetve profi lét alapjainak tekintünk. Külön figyelemre méltó, hogy a modern amatőr sport első botladozásainak ismertetése közben a szerző bemutatja az athéni „Zappasz-féle helyi olimpiai” versenyeket, mintegy kétséget is ébresztve az iránt, hogy egyedül Coubertint tekinthetjük-e a modern olimpiai mozgalom szülőatyjának.

A *fair play* a tárgya A „*tisztességes játék*” címet viselő fejezetnek. Ebben a szerző összefoglalja, miképp gondoskodtak az olimpiai játékok szervezői a sportszerűség érvényesüléséről. Részletesen bemutatja az eskütétel lefolyását, foglalkozik a versenybírák szerepével, és elemzi a versenyszabályok tartalmi jellegzetességeit. J. Ebert és P. Siewert szövegértelmezése alapján megismertet a birkózás egy Kr.e. 6. században keletkezett szabályzatával, amely az egyetlen előkerült, és ily módon szövegszerűen megismerhető olimpiai versenyszabály. Végül szó esik a *fair play* szellemének megcsúfolásáról, arról, hogy a korrupció, a szabályok durva megsértése – akárcsak napjainkban – nehezen kivédhető velejárója volt az antik versenysportnak is.

A következő két fejezet: *A kalokagathia*, *Arisztotelész és Nagy Sándor*, valamint *Sport és testnevelés a hellénisztikus Keleten* lényegében egymással összefüggő témákat tárgyal. Közülük az első tisztázza a folyóiratunk címéül választott fogalmat – elsősorban ógörög irodalmi idézetek segítségével –, majd Arisztotelész nevelési nézeteit elemzi, főleg abból a szempontból, hogy azokban miképp érvényesült a *kalokagathia* szellemisége. Végül egy konkrét példán, az Arisztotelész neveltjeként világalalomra törő Nagy Sándor életútján keresztül bemutatja, hogy a görög történelem új kihívásai közepett hogyan érvényesülhettek Arisztotelész eszméi. A másik fejezet révén azt követhetjük figyelemmel, hogy Arisztotelésznek a Nagy Sándor nemzedéke által a nem hellének számára is hozzáférhetővé tett és némileg módosított nevelési gyakorlata miképp tört utat a közel- és közép-keleti népek oktatási és testnevelési rendszerében, és ez hogyan vezetett a nemzetközi olimpiai mozgalom kiteljesedéséhez. Gondolatmenete végén a szerző határozottan elveti azt a korábban

meggyökeresedett nézetet, amely szerint a Kr.e. 5. századot követően az olümpizmus általános hanyatlása következett volna be. Ehelyett az olümpiai mozgalom világméretűvé válását emeli ki. A fejezet néhány részlete a sportpolitikai kapcsolatok fontosságát húzza alá a hellénizmus korabeli diplomáciai élet vonatkozásában. Itt saját kutatási eredményeit adja közre, amelyek – a maratoni futással foglalkozó írásaihoz hasonlóan – dokumentáltan ismertek és idézettek a nemzetközi szakirodalomban.

Az *Egészségvédelem, orvoslás és sport az antik világban* című rész a könyv leghosszabb fejezete. Az alapvető antik orvosi ismeretek összegzése mellett itt esik szó az edzők különböző típusairól (*paidotribész, gimnasztész*) és ezek viszonyulásáról az orvostudományhoz. Az olvasó megismerkedhet a nedvtanon alapuló étkezési előírásokkal, amelyek hol komikusan hatnak, hol viszont meglepően modernnek látjuk őket. Ugyanilyen ambivalenciát válthatnak ki a férfiak ondójának keletkezéséről és természetéről vallott ógörög elképzelések. Ezeket a szerző akkor részletezi, amikor a nemi életnek a versenysportoló teljesítményére gyakorolt hatásáról, illetve az evvel foglalkozó antik értelmezésekről értekezik. Ugyancsak az újdonság erejével hat a fejezet azon része, amely a test olajjal történő bekenésének kultikus és higiéniai jelentőségét taglalja, és összegzi az erről alkotott legújabb tudományos nézeteket.

A *Bübön köve*-ként ismert régészeti lelet ógörög nyelvű felirata gyakran szerepel sporttörténeti munkákban annak bizonyítékeként, hogy az ókorban létezett súlyemelősport. K. I., aki ebben a könyvben több tévhitet kívánt leszámolni, ezért szentelt egy külön fejezetet a súlyemelésnek: *Súlyemelés az ókorban*. Itt a szerző új oldaláról mutatkozik be, amikor a *Bübön kövén* látható feliratot aprólékos filológiai elemzésnek alávetve szól hozzá a tudományos vitához. Ennek és más régészeti, illetve irodalmi források a tanulmányozása nyomán arra a következtetésre jut, hogy az ókorban versenyszerű súlyemelés nem volt.

A könyv utolsó fejezete: *Rekreáció a görög-római világban*. A TF rekreációoktatási programja igényelte azt, hogy a könyv második kiadása kibővült ezzel a témával. Míg az előző részek elsősorban a testnevelés- és sporttörténet tantárgy tanítását segíthetik – nem csak a tanár, de a hallgatók számára is –, addig itt a rekreációtörténet kap segítséget a görög-római ókor vonatkozásában. Igen röviden megismerhetjük a fürdőzés, a vízi sportok világát, a turistáskodás technikai feltételrendszerét, eligazodhatunk az asztali és labdajátékok, a vadászat-halászat, a tánc és muzsika – egyszóval a mindennapi aktív rekreáció gyakorlatában.

A könyvet lábjegyzetek teszik még informatívabbá, amelyek segítségével az érdeklődő szakember vagy diák további olvasnivalóhoz juthat.

Nyugalomba vonult professzorunk ezzel a könyvvel vett búcsút másfél évtized után egyetemünktől.

Szikora Katalin

Semmelweis Egyetem Testnevelési és Sporttudományi Kar,
Társadalomtudományi Tanszék



