80
577

KALOKAGATHIA

A MAGYAR TESTNEVELÉSI EGYETEM KÖZLEMÉNYEI

Review of the Hungarian University of Physical Education



XXXVI. évf. 1998. 1. sz.

Vol. XXXVI. 1998. No. 1.

Magyar Testnevelési [illegible] - Könyvtár

Dátum: 1999. 08. 03.

Lelt. sz.: 15.423 Nyilv. sz.: 80-877

2009 - 1

KALOKAGATHIA

A MAGYAR TESTNEVELÉSI EGYETEM KÖZLEMÉNYEI

Review of the Hungarian University of Physical Education

10042077
TF Könyvtár

XXXVI. évf. 1998. 1. sz.
Vol. XXXVI. 1998. No. 1.

KALOKAGATHIA

A MAGYAR TESTNEVELÉSI EGYETEM KÖZLEMÉNYEI

Review of the Hungarian University of Physical Education

Szerkesztőbizottság/Editorial Board

Dr. Bejek Gézáné, dr. Gombocz János, Horváth Ákos (olvasószerkesztő/*proof-reader*), Krasovec Ferenc (szerkesztő/*editor*), dr. Kudar Katalin, dr. Németh Endre, dr. Pavlik Gábor, dr. Rigler Endre, dr. Takács Ferenc, dr. Tihanyi József (a szerkesztőbizottság elnöke/*Chairman of the Editorial Board*).

Szerkesztőség/Address of the Editorial Board

1123 Budapest, Alkotás u. 44.

Tel.: (1) 356-44-44/234, fax: (1) 356-63-37





ISSN 1218-1498

Kiadja a Magyar Testnevelési Egyetem

A kiadásért felel az egyetem rektora

Készült a TF nyomdájában (Plantin Print Bt.)

Published by the Hungarian University of Physical Education

Responsible publisher is the Rector of the University

TARTALOM

Laki László – Nyerges Mihály – Szuhár Gabriella
Kisvállalkozások a szabadidősportban 7

Nagy Sándor
Társas támasz a sportban 27

Maróti Egon
Sport és politika az antikvitásban. Augustus és a görög sportversenyek 37

Farmosi István
A testvolumen becslése testméretekből 44

Rigler Endre – Derzsy Béla
A vizuális kontroll szerepe az óvodások és kisiskolások labdabiztonságában 48

István Karácsony – Ivan Čuk
The teaching of pommel horse exercises is based on a technically excellent double leg circle 63

Műhely-tájékoztatás

Molnár József
Jegyzetek a magnetizmusról 71

Mizerák Katalin
A belső-ázsiai nomádok tradicionális versenyjátékai 79

Tomcsányi Teodóra
A mentálhigiéné és az interdiszciplináris mentálhigiénés képzés 93

Kolláth György
Egy (valószínűleg) alkotmányellenes sportnorma anatómiája 100

László Szepesi
Développement du sens tactique chez les sabreurs français de 1982 à 1993 112

Csaba László
Szenior úszás 119

CONTENTS

László Laki – Mihály Nyerges – Gabriella Szuhár
Enterprises in the freetime-sport 7

Sándor Nagy
Social support in sport 27

Egon Maróti
Sports and Politics in Antiquity. Augustus and the Greek sports events 37

István Farmosi
Body volume estimated from body parameters 44

Endre Rigler – Béla Derzsy
The role of the visual control of ball-owning at the age of 4-10 years 48

István Karácsony – Ivan Čuk
The teaching of pommel horse exercises is based on a technically excellent double leg circle (in English) 63

Workshop-Information

József Molnár
Notes on magnetism 71

Katalin Mizerák
Traditional competitive games of Central Asian nomads 79

Teodóra Tomcsányi
Mental hygienie and interdisciplinar mental hygienic training 93

György Kolláth
Anatomy of a (probably) anti-constitutional sports norm 100

László Szepesi
Development of tactical and problem-solving level of French sabre fencers from 1982 to 1993 (in French) 112

László Csaba
Senior swimming 119

Kisvállalkozások a szabadidősportban

Laki László
tudományos munkatárs
(MTA Politikatudományi Intézet)

Nyerges Mihály
egyetemi docens
(Magyar Testnevelési Egyetem,
Testnevelés-elmélet és Pedagógia Tanszék)

Szuhár Gabriella
egyetemi tanársegéd
(Magyar Testnevelési Egyetem,
Testnevelés-elmélet és Pedagógia Tanszék)

A szociológiai kutatásoknak ugyan sok mindent sikerült tisztázniuk a vállalkozások világának hazai kialakulási folyamatából, azonban még ma is nagy a lemaradás ezen a területen. És ez még inkább így van a sportvállalkozások szférájában, ahol nem, vagy csak elvétve került sor egy-egy többnyire elszigetelt kutatásra. E tény annál is sajnálatosabb, mivel a sport egyfelől már az államszocializmus keretei közt is sokféle vállalkozási lehetőséget kínált – gondoljunk például a gyermektornára, az úszásoktatásra, a művészi tornára, a kismamatornára, az aerobicra, az önvédelmi tanfolyamokra – a vállalkozó szellemű szakembereknek. Másfelől ez volt az a terület, amelyet a nyolcvanas évek második felében, a vállalkozások előtti részleges felnyitását követően „megszállt" a spekulációs tőke, hogy aztán a vállalkozási korlátok teljes lebontása után nagyon gyorsan el is hagyjon.

Vizsgálatunk azt jelzi, hogy a sport ezen szférájának, szereplőinek alacsony érdekmegjelenítő képessége miatt még hosszan fenntarthatónak tűnik az az állapot és az ezt kifejező jelenlegi szemlélet, amely a piaci mechanizmusok játékából spontán kiemelkedő magánvállalkozásokat tekinti a lakosság sportigényeinek kielégítése (életmódjának megváltoztatása) kizárólagos letéteményesének. Ez a szemlélet kimondva-kimondatlanul a lakosság magánügyének tekinti azt, hogy áldoz-e a sportra vagy sem – fel sem merül az a kérdés, hogy netán jövedelmeiből nem telik erre –, és a vállalkozók magánügyének, hogy e területen beruháznak-e vagy sem, illetve tönkremennek-e vagy sem. A vizsgálat ismeretében állíthatjuk, hogy ez a megközelítésmód leegyszerűsíti a problémát, hiszen a dolgozó, értéktermelő lakosság és a felnövekvő generáció fizikai állapota, kondíciója és életmódja sehol sem magánügy a modern társadalmakban, mint ahogy a kezdő kisvállalkozók is sokféle támogatást kapnak (pl. vállalkozási ismeretek, dotáció, naturális segítség, kedvezményes hitelek, piaci információk) stabilizálódásukig.

Bevezetés

Hazánkban a piaci viszonyok kialakítását-kialakulását és a vállalkozások, köztük a kis- és középvállalkozások társadalmi méretű elterjedését évtizedekig megkülönböztetett figyelem és várakozás kísérte. Annál is inkább, mert a gazdaság bizonyos mérvű piacosításának kívánalmát már a hatvanas évektől elfogadta az államszocialista politikai vezetés, és a piaci

mechanizmusokat imitáló reformok keretei közt ténylegesen is megjelent és működött a kistermelők, a háztájizók, a melléküzemek, a vállalkozók és a maszekok sokszínű világa. Jóllehet ezt a szférát a mindenkori erőviszonyok függvényében megpróbálta hol engedni, hol támogatni, hol korlátozni a politikai vezetés, megkérdőjelezésére vagy visszaszorítására aligha volt módja, hiszen ez egyfelől jelentős szerepet kapott a lakosság megélhetésében és anyagi gyarapodásának a biztosításában (legitimáló funkció), másfelől az olajválságot követő romló hazai gazdasági irányzat kezeléséhez innen pótlólagos erőforrásokhoz lehetett jutni. Így a hatvanas években a háztájizók, a kisvállalkozók stb. köre kibővült – ezzel párhuzamosan újabb és újabb vállalkozási formák jelentek meg –, aminek eredményeként a nyolcvanas évek közepére már több százezerre tehető az ebben a szférában tevékenykedők száma.[1] A vállalati és társasági törvény elfogadásával aztán tovább szélesedett a vállalkozások lehetősége a nyolcvanas évek második felében.

E folyamatban a politikai rendszerváltás hozott fordulatot, amennyiben egyrészt lebontott minden gazdasági, politikai, ideológiai és jogi akadályt a vállalkozások és a tulajdonossá válás elől, másrészt célul tűzte ki az állami vállalatok privatizálását, továbbá lehetővé tette a külföldi tőke megjelenését ebben a szférában. A vállalkozók számbeli növekedése ettől kezdve felgyorsult és 1989-től 1995-ig évente mintegy százezerrel bővült. Ekkor megtorpant az ugrásszerű növekedés – 1995-ben csak 13 ezer új vállalkozás jött létre –, majd a következő évben már 46 ezerrel csökkent a vállalkozói igazolvánnyal rendelkezők száma.[2]

Mint jeleztük, a vázolt folyamatokat megkülönböztetett figyelem és várakozás kísérte, ami különféle elképzelések, elméletek, problémafelvetések és viták formájában nyilvánult meg.[3]

A nyolcvanas évek hősei például egyértelműen a kisvállalkozók voltak, akiket az államtól való függetlenedés miatt a reformok megtestesítőiként és a piacgazdaság kialakulásának kulcsfiguráiként tartottak számon. Sokan úgy gondolták, hogy a kisvállalkozók számának bővülésével egyszersmind a piac is nagyobb lesz, és a „minél nagyobb (szervezet), annál szocialistább" nézetet felváltotta a „minél több kisvállalkozó, annál nagyobb a piac" tézis.[4] A vállalkozók közül ekkor a mezőgazdasági kistermelők és a háztájizók kerültek az érdeklődés középpontjába, akik egyes korabeli megítélések szerint a „megszakított" és az ismét nekilendülő „polgárosodás" hordozóiként definiálódtak.[5]

Mások közel sem látták ilyen egyszerűen leírhatónak és azonosíthatónak az e területen lejátszódó folyamatokat, amennyiben egyrészt arra hívták fel a figyelmet, hogy a társadalmilag és gazdaságilag hatalmas kiterjedésű mezőgazdasági kistermelés döntően önellátó és naturális jellegű, műszaki szintje alacsony, az árutermelő gazdaságok aránya pedig nem éri el az egyötödöt sem.[6] Másrészt arra, hogy a mezőgazdasági kistermelés a volt paraszti rétegek számára a hatvanas-hetvenes évek óta olyan pénzkereseti lehetőség, amellyel éppen a paraszti létet kívánják túlhaladni, így ők nem „polgárosodó parasztokként", hanem „utóparasztokként" írhatók le.[7] A későbbiekben a vállalkozások számának gyors növekedése idején újabb kérdések és problémák merültek fel: vajon az egészséges fejlődés jele-e a vállalkozói szféra ilyen rapid kibővülése; mi az oka a gyors bővülésnek; milyen szerepet játszanak a gazdaságban ezek a vállalkozások; kikből lesznek a vállalkozók; honnan szerzik a működtetéshez szükséges tőkét; képesek-e növekedni vagy csak vegetálnak; egyáltalán, a fogalom közgazdasági értelmében vállalkozások-e ezek.[8]

A jelzett kérdések mögött meghúzódó reálfolyamatok ugyanis azt mutatták, hogy például a vállalkozások számának ilyen mérvű gyarapodását zömében az állami szektorban megszűnt vagy bizonytalanná vált munkahelyek „kiváltásának" a kényszere hozta létre, és

a kilencvenes évek kisvállalkozóinak a többsége ebben az értelemben kényszervállalkozónak tekinthető. Aztán az is gyorsan kiderült, hogy a fejlett piacgazdaságokban nem létezik a fogalmaink szerinti azon kisvállalkozás, amely nem cégszerűen alapított: vagyis, amelynek nincs a tulajdonos magánvagyonától elkülöníthető vagyona. Így ott a tradicionális egyéni kisvállalkozásokat (pl. kiskereskedelem, kisiparos) és a jogi személyiséggel nem rendelkező társas kisvállalkozásokat (pl. betéti társaság) nem tekintik vállalkozásoknak, ezeket a nemzetközi statisztika önfoglalkoztatóknak minősíti. Miután – rajtuk kívül – hazánkban rendkívül magas a mellékállású és a nyugdíj mellett vállalkozók száma is, nem meglepő, hogy a fogalom közgazdasági értelmében vett vállalkozók aránya meglehetősen alacsony. Például 1993-ban a több százezer hazai kisvállalkozás között az önfoglalkoztatók és a többletmunkát értékesítő (pl. mellékállású) vállalkozók aránya meghaladta a 90 százalékot, míg a cégtulajdonos, vagyis a tényleges vállalkozók aránya mindössze 7-8 százalék körül mozgott.[9]

Az elmondottak három fontos problémára is rávilágítanak. Egyrészt arra, hogy a kisvállalkozók döntő többsége hazánkban nem bír azokkal az ismérvekkel, amelyeket a vállalkozások klasszikus jegyeinek – a tőke hatékony működtetése, a nyereség vállalkozásba való visszaforgatása, innovatív magatartás stb. – tekint a szakirodalom. Másként fogalmazva: zömük célja vagy a pótlólagos jövedelemhez jutás, vagy a családi megélhetés biztosítása, és csupán kisebbségé a befektetett tőke hozamának növelése, a profitszerzés és a nyereség ismételt befektetése. Másrészt arra is figyelmeztetnek az adatok, hogy óvatosan bánjunk a vállalkozó fogalmával, hiszen hazánkban ezek túlnyomó többségének tényleges helyzetét, célját és státuszát sokkal pontosabban írják le az „önfoglalkoztató" illetve a „többletmunkát értékesítő" kategóriák.[10] A hazai kisvállalkozások terén tapasztalható helyzet- és státusbeli sokszínűség egyébként egyfelől a hazai munkavállalók évtizedek óta bevált jövedelemszerző stratégiájának – másodállás, mellékfoglalkozás stb. – továbbélésére hívja fel a figyelmet, másfelől ennek a kényszerére, hiszen az „önfoglalkoztatók" és a „többletmunkát értékesítők" nagy száma a gazdaság fejletlenségére, a gazdaság egészének vagy egyes ágazatainak válságára, a bérek alacsony szintjére, a foglalkoztatás és megélhetés problémáira utaló jelek. Ne feledjük azonban – harmadrészt –, hogy még az az önfoglalkoztatói vállalkozási forma is, amelynek célja csupán a család megélhetésének a biztosítása, olyan új gondolkodás-, magatartás- és életforma, újfajta gazdálkodási, élet- és munkaszervezési, munkavégzési stratégia kialakítását igényli, amelyeknek nincsenek vagy kevéssé vannak meg az előzményei, és ebben az értelemben az eddigi életformával szemben szakítást jelentenek.

Viták folytak arról is, hogy vajon a vállalkozói szféra létrejöttéhez elégséges-e, ha a politika csupán biztosítja a vállalkozás szabadságát, és ettől kialakul a piaci logikának megfelelő takarékoskodó, versengő, kalkuláló, kockázatvállaló stb. értékrend és magatartás, avagy ennek megvannak a *Max Weber* által kifejtett morális és mentális előfeltételei.[11] Kérdés volt tehát, hogy a vállalkozások számának rendszerváltás utáni gyors növekedése megmagyarázható-e csupán a politikai, jogi és ideológiai korlátok lebontásával, avagy ennek bizonyos előfeltételei az államszocializmus időszakában már létrejöttek és felhalmozódtak. Így kutatások indultak a vállalkozások eredetének, a vállalkozói mentalitás és magatartás történeti előzményeinek a tisztázására; arra, hogy az államszocializmus időszakában kik hordozták és „menekítették" át a vállalkozói mentalitást; kikből lettek ekkor és a rendszerváltás után a vállalkozók; a vállalkozások milyen erőforrásokra építettek; vagy, hogy elégséges-e a pénz megléte egy-egy vállalkozás elindításához, vagy ennek másfajta előfeltételei is vannak.[12] A vizsgálatok például azt bizonyították, hogy az államszocializ-

mus idején megszerzett társadalmi pozíció (iskolázottság, beosztás, foglalkozás stb.) szorosabb kapcsolatba hozható a vállalkozóvá válással, mint az, hogy a szülők-nagyszülők nemzedékében volt-e önálló vállalkozó.[13] Az is kiderült, hogy hazánkban az iskolázottság szerepe a vállalkozóvá válásban jóval nagyobb, mint a nyugati országokban, és ez történetileg is így volt, mivel nálunk zömében az iskola közvetítette azokat a társadalmi, érték- és habitusbeli feltételeket (pl. előrelátás, ésszerű takarékosság, racionális kalkuláció), amelyeket a piacgazdaságokban a családok spontán módon adtak át a következő generációnak.[14] A kutatások arra is rávilágítottak, hogy a különböző időszakokban (pl. a nyolcvanas évek eleje a privatizáció időszaka) induló vállalkozáshoz (vagyonhoz) jutás módjai, talpon maradási és növekedési lehetőségei stb. jelentősen eltértek egymástól, következésképpen a hazai vállalkozói réteg sok szempontból meglehetős heterogenitást mutat. Így a nyolcvanas évek eleji új vállalkozói csoport iskolázottság, nyelvtudás, mentalitás, kapcsolatok, tőkeerő, versenyképesség stb. szempontjából merőben más, mint a spontán privatizációval vagyonhoz jutó technokrata-menedzser réteg, vagy a kényszervállalkozók csoportjai.[15]

Mint a vázoltakból is talán kiderült, a szociológiai kutatásoknak ugyan sok mindent sikerült tisztázniuk a vállalkozások világának hazai kialakulási folyamatából, azonban még ma is nagy a lemaradás ezen a területen. És ez még inkább így van a sportvállalkozások szférájában, ahol nem vagy csak elvétve került sor egy-egy többnyire elszigetelt kutatása.[16] Ez annál is sajnálatosabb, mivel a sport egyfelől már az államszocializmus keretei közt is sokféle vállalkozási lehetőséget kínált – gondoljunk például a gyermektornára, az úszásoktatásra, a művészi tornára, a kismamatornára, az aerobicra, az önvédelmi tanfolyamokra – a vállalkozó szellemű szakembereknek. Másfelől ez volt az a terület, amelyet a nyolcvanas évek második felében, a vállalkozások előtti részleges felnyitását követően „megszállt" a spekulációs tőke, hogy aztán a vállalkozási korlátok teljes lebontása után nagyon gyorsan el is hagyjon.

A fentiek minden kétséget kizáróan kutatásra érdemes jelenségek voltak a maguk korában, miután azonban erre akkor nem került sor, ma már csak a hiányokat regisztrálhatjuk. A lemaradást és a hiányt (némileg) pótolandó vizsgálatba kezdtünk a sportvállalkozások területén. A kutatás tervezése során sok ötlet felmerült a vizsgálandó vállalkozási szférákat, formákat és helyszíneket illetően, végül is a szűkös anyagi forrásokat is számba véve úgy döntöttünk, hogy egy közepes nagyságú város szabadidősportjában működő vállalkozásokat vesszük közelebbről szemügyre. A közepes nagyságú város ez esetben egy százezres lakosságú megyeszékhelyet takar, amely nem tartozik ugyan a legiparosodottabbak és a jelenleg legdinamikusabban fejlődők közé, de az eddigi ismeretek alapján tudható volt, hogy a különféle szabadidősportok iránt igény és kereslet mutatkozik. Az áttekinthetőség, a kezelhetőség és az összehasonlíthatóság szempontjait szem előtt tartva a számba jöhető szabadidősportokat is le kellett szűkítenünk a testépítés és a kondicionálás területére, továbbá a különféle vállalkozási formák közül is csak a hivatalosan bejegyzett cégek (kft-k és bt-k) kerültek a mintába. Végül is négy vállalkozásról készítettünk esettanulmányt.

A kutatás során olyan fontos kérdésekre kerestük a választ, mint hogy milyen ötlet indította el a vállalkozást; ennek milyen előzményei voltak; a vállalkozás fennállása óta milyen változásokon ment át; mekkora volt a kezdő beruházás és ehhez honnan vették a tőkét; milyen társadalmi rétegeket és csoportokat céloztak meg és miként érték el őket; milyen árakat alkalmaznak és hol vannak az elviselhetőség határai; mit tudnak a versenytársakról; vagy hogy miként alakul a kereslet és milyen fejlesztési-változtatási elképzeléseik vannak. A kutatásra 1997-ben került sor, főbb eredményeit az alábbiakban közöljük.

A vállalkozás előzményei és ötlete

Ahány vállalkozás, szinte ugyanannyi előzmény és ötlet. Az egyik – talán – egy ideálisnak minősíthető sportvállalkozói életút, amelyben szinte minden mozzanat logikusan illeszkedik a vállalkozóvá válási karrierbe.

Az érintett vállalkozó férfi, aki gyermekkorától szeretett sportolni. Tehetségesnek is bizonyult, és már középiskolás korában a nemzeti bajnokság első osztályában röplabdázott. Ebben az időszakban jelenik meg új sportágként a karate, és ő érdeklődésből, valamint egy kiváló, a sportágat szellemileg-érzelmileg is értő mester ösztönzése révén intenzíven bekapcsolódik az edzésekbe. Gyorsan fejlődik és néhány év múlva válogatott lesz. A sportolás mellett edzői minősítést is szerez, továbbá nappali tagozaton műszaki főiskolai tanulmányokat folytat. Látván, hogy diáktársai körében érdeklődés mutatkozik a karate iránt, tanfolyamokat szervez és edzéseket tart. Rájön arra is, hogy a lányok egy része nem igazán kedvelte meg a karatét, viszont szívesen űzne valamilyen „nőies" sportot, ezért bővíti a kínálatot. Kapóra jön az ekkor hódító útjára induló aerobic, és most már szabadidejének jó részét különféle igényeket kielégítő tanfolyamok és edzések szervezésével és vezetésével tölti. Tanulmányai befejezését követően katona lesz, majd dolgozni kezd a szakmájában, de ezek mellett folytatja sportszervezői és edzői tevékenységét. Sőt továbbképzi magát e területen, miután érzékeli, hogy a nyolcvanas évek második felében mennyire megnőtt a kereslet a különféle rekreációs jellegű sportszolgáltatások iránt, és hogy ezek kielégítésére mennyire nincs kínálat a városban. Táplálkozással kapcsolatos tanulmányokat végez, egyfelől megtartani azokat a hölgyeket, akik túlsúlyosak lévén nem szívesen járnak egy tanfolyamra a többiekkel, másfelől ebbe az irányba is bővíteni a kínálatot. Ebben az időszakban már nincs semmiféle akadálya a fizető tanfolyamok szervezésének, így feladja munkahelyét az eredeti szakmájában, és elsősorban különféle sporttanfolyamok tartásából él. Ez már a rendszerváltást közvetlenül megelőző időszak, és amikor lebontják a jogi akadályokat a vállalkozások elől, jogász feleségével azonnal – 1989-et írunk – betéti társaságot alapít. A rendszerváltás idején tehát már vállalkozó.

Mint látható, ebben az életútban szinte minden a helyén van: mintha az érintett gyermekkorától kezdve teljesen tudatosan építkezve készült volna arra, hogy fiatal felnőttként mint sportvállalkozó kezdje a pályát. Gyermekkorától sportolt, tehetségével és szorgalmával válogatottságig vitte. Miután karrierjét nem kívánta a versenysportra építeni, felsőfokú tanulmányokat folytat, közben pedig diákként, sportolóként, sportszervezőként és edzőként figyeli kor- és diáktársai sportolási és szabadidő-eltöltési szokásait, igényeit, ezek változásait és persze a nyugatról időről időre beáramló új divatirányzatokat. Életkorát tekintve is „szerencséje" van, hiszen városa iparosodása, modern várossá szerveződése, lakosságának átstrukturálódása, a jövedelmek és a szabadidő növekedése, az életmódváltás szükségessége és ebben a sport szerepének felértékelődése stb. felnőtté válásával egyidejűleg zajlik, és a nyolcvanas évek első harmadától ténylegesen nincs akadálya, sem a nyugatról ideáramló új sportágak és sportdivatok (pl. karate, aerobic) meghonosításának, sem ezek fizető tanfolyamokon történő eladhatóságának. Benne élvén ebben a világban, és érzékelvén az új sportdivatok iránti keresletet, továbbá felmérvén az ebben rejlő üzletet, közvetítői szerepet vállal, amely egyben vállalkozói szerep is az adott időszakban. Felismerte ugyanis, hogy az a személy, aki a leggyorsabban képes az új sportdivatokat közvetíteni az ezért fizetni kész embereknek, állandó vevőkörre és extraprofitra számíthat. Ezért egy, a vállalkozásoknak nem igazán kedvező korban – vagyis az államszocializmus viszonyai között – vállalkozóként kezd kalkulálni, tervezni és viselkedni.

Egyfelől tapasztalatból tudja – hiszen gyerekként, versenyzőként, majd edzőként és tanfolyamvezetőként életének egy jelentős részét a tornatermekben és uszodákban tölti –, hogy a lakossági sportigények és -divatok kiszolgálását mindig is bizonyos nem hivatalos és többé-kevésbé ellenőrizetlen pénzmozgások kísérik, amelyekből az azokat lebonyolítók plusz bevételekhez jutnak. Vagyis tudja, hogy pénz, esetenként nem is kevés pénz van ebben a szférában. Másfelől figyeli a kereslet alakulását, elemzi azt, figyeli a sportdivatok kínálatának változásait, és azt érzékeli, hogy egyre bővülő keresleti piacon alig van kínálat, a piac szervezetlen és főként gazdátlan. Jóllehet professzionálisan nem a sport területén dolgozik, hiszen főállása a műszaki szférához köti, a vázolt megfigyelések és tapasztaltok – és persze a nem túl magas hivatalos fizetése – nemcsak arra ösztönzik, hogy ne adja fel ezt a plusz jövedelemforrást, hanem arra is, hogy ide fektessen be. Ezért folyamatosan képzi magát, új sportágakat és mozgásformákat sajátít el, továbbá elméleti ismereteit is igyekszik bővíteni és elmélyíteni. Ily módon rendkívül gazdag kvázi-vállalkozói* tapasztalatokra tesz szert addigra, amikorra az önálló vállalkozás ötlete megszületik. Ez egyben azt is jelenti, hogy karrierjének, egzisztenciájának és vállalkozásának tényleges kockázata nélkül kihasználja azt az inkubációs védettséget, amelyet a felbomló államszocialista rendszer nyújt számára mellékállású tevékenységének kiépítése, megszervezése, kipróbálása és növelése terén. Amikor pedig úgy ítéli meg, hogy már politikailag sincs akadálya az addig mellékállásban kiépített piac elfoglalásának, fontos döntést hoz: feladja „polgári" állását, és már az államszocializmus idején előbb ténylegesen, majd a jogi lehetőségek biztosítását követően hivatalosan is (1989) „főállású" vállalkozó lesz. A politikai rendszerváltás idején tehát már számottevő vállalkozói múlttal, bőséges tapasztalatokkal, kiterjedt kapcsolatokkal, jelentős piaci ismeretekkel és vevőkörrel, valamint természetesen – az átlaghoz képest – nem lebecsülendő anyagi felhalmozással rendelkezik.

A másik vállalkozás ötlete már a rendszerváltás idejére esik, amikor is szabaddá válván az út a vállalkozások előtt, az ambiciózus, némi piaci ismerettel és felhalmozással bíró, a pénzüket viszonylag gyorsan megforgatni – jól élni vagy gazdagodni – akaró értelmiségiek elkezdenek töprengeni a vállalkozás lehetőségéről. Két, egymással baráti viszonyban lévő házaspárról van szó, akiknek annyi közük van a sporthoz, hogy kondíciójukra, fizikai megjelenésükre adnak, szabadidejükben szívesen és rendszeresen sportolnak. Az egyik házaspár jó üzletet lát egy őrző-védő kft. létesítésében, és megalapítja a vállalkozást. A másik – mérnökökből álló – házaspár is szívesen befektetné megtakarított pénzét, és ők – személyes tapasztalataik alapján – az akkor divatossá váló kondicionálásban, testformálásban és testépítésben látnak fantáziát. A baráti beszélgetések és tervezgetések során aztán megformálódik az ötlet: alakítsunk ki egy kondicionálótermet a növekvő kereslet kielégítésére, amelyben egyszersmind az őrző-védő kft. munkatársai is elvégezhetik a kondíciójuk karbantartásához és javításához szükséges gyakorlatokat. A két házaspár tehát ezen cél megvalósítására közösen létrehozott egy kft-t.

Úgy tűnik, hogy ebben az esetben az ambíció, a korabeli vállalkozási láz, a felhalmozott pénzek gyarapításának a vágya stb. az elsődleges, és véletlen a befektetés területe. Véletlen, hiszen az e területre vonatkozó piaci ismereteiket legfeljebb az edzések alatti zsúfoltság tapasztalataira, az edzések utáni baráti beszélgetésekre, a városban keringő hírekre, a kondicionálás és testépítés divatossá válására és az ezekben rejlő üzletről szóló szóbeszé-

* A kvázi-vállalkozó alatt itt azt értjük, hogy az államszocializmus piaci viszonyokat imitáló és hiányt termelő viszonyai között csak e körülményeknek megfelelő vállalkozói mentalitás, magatartás, kalkuláció stb. alakulhatott ki, amely sok tekintetben eltér a fejlett piacgazdaságok viszonyait jellemző vállalkozói mentalitástól és magatartástól. Az utóbbiakat e vállalkozói rétegnek később kell(ett) megtanulnia.

dekre, vagy az amerikai kondicionáló gépek hazai megjelenésére építhették, de semmiképpen sem előzetes piaci jelenlétre vagy piaci felmérésekre. Vagyis ez látszott jó befektetésnek akkor, mérsékelt volt a kockázat is, hiszen két család állt össze, továbbá az őrző-védő kft. a vevőkör egy részét üzleti érdekből biztosította. Jeleznünk szükséges, hogy nem profi vállalkozókról van szó – jóllehet az induláskor az egyik házaspárnak már volt vállalkozása – hiszen ez utóbbiak nem sokkal később kiváltak az üzletből, az ezen vállalkozást továbbvivő mérnök házaspár viszont továbbra is megtartotta államigazgatási állását. Ők így mellékállású vállalkozóknak minősíthetők, méghozzá olyanoknak, akik az üzletükben folyó tevékenység (szolgáltatás) tartalmi kérdéseihez sem igazán értenek.

A harmadik vállalkozónk egy hölgy, aki gyermekkorától sokat sportolt, és bár nem volt minősített versenyző, szeretett a versenyzők körül forgolódni, így kisebb-nagyobb szervezőmunkákat is rábíztak a különböző szakosztályokban. Mozgékonyságát, ismeretségeit, kapcsolatteremtő- és szervezőképességét a későbbiekben is kamatoztatni tudja, mivel férje építőipari vállalkozásba kezd, ahol kezdetben nagyon is szükség van egy tárgyalóképes, az ügyek intézésében és szervezésében jártas, ugyanakkor megbízható „munkatársra". A jól működő és egyre inkább profi munkatársakat igénylő vállalkozásban mind kevésbé van helye a „mindenhez értő" és „mindenbe beleszóló" tulajdonos-feleségnek, és amikor úgy látja, hogy végleg kiszorul az érdemi döntésekből és a munkából, kiválik a cégből. Azért, hogy energiáinak és tenni akarásának formát és értelmet adjon, önállósodik, és egy női kondicionáló tornára szakosodott vállalkozást (kft.) alapít.

Az ötletet az adja, hogy maga is kondicionáló tornára járván látja a kereslet növekedését. A beszélgetésekből azt is kiszűri, hogy a hölgyek egy részét meglehetősen zavarja a zsúfoltság, valamint a férfiak jelenléte – „kutató tekintete" –, továbbá felfigyel arra is, hogy sokaknak kiesik a napi útvonalából a kondicionálóterem, és ezen időtöbblet és kényelmetlenség okán számottevő a sportolást abbahagyók száma. Vállalkozáshoz szokott megközelítés- és gondolkodásmódja révén azonnal „kiszúrja", hogy különösebb erőfeszítés nélkül megszerezhet magának egy jól fizető piaci szegmenset, sőt ezt növelni is képes, ha kielégíti a speciális igényeket: biztosítja az intimitást és a kondicionálóterem könnyű elérhetőségét.

Az elmondottak alapján úgy látjuk, hogy itt egy profi vállalkozóról van szó, aki egyfelől részt vett már egy merőben más profilú üzlet alapításában, megszervezésében és működtetésében, így nem lebecsülendő vállalkozói észjárással és gyakorlattal bír. Másfelől van elégséges tőkéje ahhoz, hogy kockáztasson: kipróbálja, hogy a másik klubból valóban át tudja-e csábítani magához az „elégedetlenkedőket", és kivárja azt az időt, mikorra a megszervezendő vevőkörből haszonnal meg tud élni. Továbbá úgy véljük, hogy az érintett személy kihasználatlan energiáin és önállósodási törekvésein túl – bár ezt a kérdezett nem erősítette meg – a két vállalkozás egyidejű működtetéséből származó előny, valamint a másik cég profitjának az újrahasznosítása is ösztönzően hatott a vállalkozás megindítására. Ő teljes állású vállalkozó, aki nem csupán finanszírozza és szervezi az üzletet, de a szakmai munkát is elvégzi.

A negyedik esetben a vállalkozás eredeti ötletét már nem lehetett felderíteni. Még pedig azért nem, mert az üzletet már a második tulajdonos üzemelteti, aki azt egyszerűen megvette az alapítótól. A jelenlegi tulajdonos egy jól menő illatszerboltot is birtokol, amely egy utcában és csaknem átellenben van a kondicionálóteremmel. A vásárlás ötlete az alkalmazottaitól származik, akik rendszeresen látogatták a kondicionálótermet, és így tudták, hogy az eladó. A vásárlás mellett szólt, hogy a terem a város központjában van, és így a közeli hivatalokból gyorsan és könnyen elérhető, valamint kialakult – 4-5 éve bejáratott –

vevőkörrel rendelkezik, a vállalkozás nyereséget hoz, és természetesen előnyös a két vállalkozás térbeli közelsége is. Továbbá nem volt szükség az átvételkor új beruházásokra, és az üzemeltetés sem kívánt különösebb szakértelmet, vagy ilyen irányú befektetést az új tulajdonostól. Egyszóval ez esetben egy profi vállalkozóval és vállalkozásbővítésével van dolgunk, ahol csak és kizárólag üzleti szempontok döntöttek a sportvállalkozás megvétele mellett.

Beruházás és az üzlet bejáratása

Az ötlet és a megvalósítás között általában hosszú idő telik el, hiszen vállalkozási ötletet célszerű különféle, a legapróbb részletekbe menően kidolgozott eljárásokká lebontani, ha a vállalkozó már a kezdet kezdetén nem kíván nagyon melléfogni és később alig helyrehozható károkat okozni magának. Esetünkben ilyen alapvető döntés, hogy a városban helyileg hová telepítsük a kondicionálótermet, az milyen nagyságú (kapacitású) és felszereltségű legyen. Ehhez persze – sok más mellett – viszonylag pontosan meg kell határozni az elérendő vevőkört, annak nagyságát, összetételét és nem utolsósorban igényeit.

Elsőként említett vállalkozónk e szempontból jelentős előnnyel indult a többiekhez képest, mivel vállalkozóvá válását megelőzően évekig benne élt ebben a világban; pontosan tudta, hogy milyen nemi, életkori és foglalkozási csoportok vannak a piacon, azoknak hol, kik és milyen szolgáltatásokat nyújtanak, illetve milyen kielégítetlen igények jelentkeznek, amelyekre pénz is van. Első lépésben nem tett mást, mint az addig bejáratott tanfolyamai számát növelte igény szerint, a vevőköre által ismert és látogatott helyszíneken: tornatermekben, uszodában és kondicionálószobákban. Ezeket a helyiségeket és kapacitásokat a város különböző pontjain bérelte.

A vállalkozások előtti korlátok lebontása és a vállalkozási láz fellendülése idején közvetlen környezetében azt érzékeli, hogy a vállalkozások irányába tapogatódzó, arra rámozdulni képes és hajlandó baráti-ismerősi társaság körében igény mutatkozik egy minőségibb, exkluzívabb, klubszerű szolgáltatás iránt. Vagyis a baráti-ismerősi társaság egyfelől igényelné, hogy a hét és a nap bizonyos időszakában csak ők használhassák a kondicionálótermet, személyre szabott edzésprogrammal, az egyéni időfelhasználás tiszteletben tartásával. Másfelől szeretné az edzéseit a hazánkban éppen ekkor megjelenő amerikai vagy ahhoz hasonló típusú testformáló gépeken végezni, lehetőség szerint a hagyományos hazai tornatermektől merőben eltérő: kisebb, tagoltabb, tisztább, szobaszerű, világos, napos, tükrökkel felszerelt stb. helyiségekben. Továbbá az edzés befejezését követően kulturált környezetben és kiszolgálás mellett egy kicsit elbeszélgetne, eliszogatna barátaival, ismerőseivel, amibe az üzleti információk cseréje is beleférne. Egyszóval a hangulat „családias" és a „társasági élet" valamiféle keverékét jelenítette meg ez az igény. Felmérvén, hogy ez a vevőkör hajlandó is megfizetni a minőségi szolgáltatást, a város „közepén" kibérel egy 120 négyzetméteres, kertes, a szomszédoktól jól elkülönített házat, átalakítja és felszereli az akkor divatos amerikai típusú gépekkel. Miután nincs elég pénze, testvérétől kér kölcsön, illetve banki hitelt is felvesz. Úgy kalkulál, hogy a ház átalakításának és felszerelésének több milliós költségét néhány év alatt ki tudja gazdálkodni, a havi 40 ezer forintos bérleti díj és a rezsi mellett.

Számításai azonban nem jönnek be. Gyorsan kiderült, hogy a közel negyven százalékos kamatú banki hitel rendkívül nagy megterhelés egy kezdő vállalkozás számára, amelytől minél gyorsabban meg kell szabadulni. Aztán pár hónap alatt az is világossá válik, hogy a megvásárolt, tetszetős testépítő gépek nem bírják a napi több órás folyamatos használatot – nem erre tervezték őket –, és azokon is gyorsan túl kell adni, mivel még az

árukat sem fogják behozni, nemhogy profitot termelnének. Azonnal dönt: a gépeket haszonnal továbbadja egy másik megyében, de szintén a kondicionálás területén vállalkozni szándékozó személynek, és a befolyt összegből egyrészt kifizeti banki tartozását. Másrészt – most már sokkal megfontoltabban – ismét szétnéz a piacon, és a fennmaradó összegből kevesebb, de az erős és folyamatos igénybevételt jobban bíró testépítő gépeket vásárol. Azonban egy évvel később a fellendülő és a bejáratódó üzlet előtt újabb és most már elháríthatatlan akadály tornyosul: a ház tulajdonosa – jobb üzlet reményében – nem hosszabbítja meg a bérleti szerződést. Miután nem tud a város központjában az előbbihez hasonló bérleményt szerezni - a kialakult vevőkörnek pedig más helyszín nem felel meg –, kénytelen feladni vállalkozásának ezt a részét.

A testépítés iránt jelentkező tömegigényekre alapozva erőforrásait azonnal erre a területre csoportosítja át. Kapcsolatait felhasználva a város központjában kibérel egy közel kétszáz négyzetméteres alagsori helyiséget. Az önkormányzattal – amelytől bérli a helyiséget – megegyezik, hogy a mintegy másfél milliós felújítási költség felét beszámítják a bérleti díjba. Tapasztalatain okulva, így próbálja elérni, hogy néhány évig – legalább a bérleti díj lelakásának időpontjáig – a bérleményből ne tudják kirakni, vagyis befektetésének visszatérülése némileg kalkulálható, és amennyire lehet, biztosítható legyen. Előrelátása később igazolódott – bár ez a bérleti viszony instabilitásán mit sem változtat –, ugyanis éppen a vizsgálat idején adta el az önkormányzat a házat. (Vállalkozónknak a bérleti viszonyt és a kondíciókat újra kell tárgyalnia. Nagyon reménykedett abban, hogy nemcsak megtarthatja a bérleményt, de most már egy stabilabb, kiszámíthatóbb, az üzletvitel szempontjából hosszabb távon is kalkulálhatóbb szerződést sikerül kötnie.)

A bérlemény a város főutcáján, a fő közlekedési útvonalon helyezkedik el, így könnyen megközelíthető, továbbá a közvetlen környezetében több középiskola is található. Ez utóbbi arra utal, hogy vállalkozónk már a potenciális vevőkörrel is számolt a létesítmény megszerzése idején. Elmondása szerint kondícionálótermét nem hirdette és reklámozta, ezt a funkciót a korábban kialakult és az új helyre vele tartó törzsközönsége végezte el a „szájról szájra" terjedő reklám, „a barát lehozza a barátját és ismerősét" gyakorlat útján.

Fontos tény, két vállalkozónk sokat tanult a kezdeti gépberuházásaiból, és később igyekezett a tömegigényeknek és az igénybevételnek jobban megfelelő testépítő gépeket venni, mert tapasztalatai szerint a beruházás nagyságához képest ezek is túl gyorsan elhasználódnak és tönkremennek.

Mint látható, az elsőként említett vállalkozó mindeddig bérleményekben dolgozott, nincs a tulajdonában létesítmény. Nem mintha az utóbbira nem gondolt volna, de a különböző helyszíneken kialakult vevőkörét nem akarván elveszíteni, inkább ő vitte a szolgáltatást hozzájuk, semmint őket mozgatta. Vállalkozása építésében addig jutott, hogy a város központjában meg tudott szerezni magának olyan létesítményeket, amelyeket csak ő üzemeltet, de itt tulajdont nem volt képes szerezni. Mindez arra késztette, hogy sok lábon álljon: ne adjon fel egyetlen helyszínt, bérleményt, vevőkört stb. a városban, hiszen létesítmény tekintetében nincs hová visszavonulnia. Ezzel ugyanakkor azt is elérte, hogy vevőköre, a maga természetes cserélődését is figyelembe véve, állandósult.

A második és harmadik helyen említett vállalkozások esetében merőben más a helyzet a létesítmények tulajdonlását illetően, mivel ezek a vállalkozások eleve tőkebefektetésként indultak. Ők tehát súlyt fektettek arra, hogy a vállalkozás létesítményi tulajdon formájában is megjelenjen.

A mérnök és a velük társult őrző-védő kft-t üzemeltető házaspár szintén a város központjában tájékozódott, és kapcsolataikat felhasználva megvették az önkormányzattól egy olyan modern bérház pincéjét, amelyben a lakásokat az idő tájt adták el a bentlakóknak. A városközpontbeli tulajdonszerzés sikerült ugyan, azonban a beruházás és a működtetés során számos probléma jelentkezett. Mindenekelőtt kiderült, hogy az utcáról külön bejáratot kell építeni a kondícionálóteremhez, hogy az a lakásoktól elkülöníthető legyen, és ne zavarja a lakókat. Aztán arra is fény derült, hogy a házgyári épületek modern pincéiben csakúgy nincs elégséges belső tér, mint a lakásokban, és szellőzőberendezés nélkül a normál levegőcsere és hőmérséklet nem biztosítható. A szellőzőberendezés beépítése elkerülhetetlen volt. Nagyobb terem kialakítására viszont nem nyílt mód, hiszen a falakat nem lehetett elmozdítani, így a kondícionálótermek egymásutánja követi a felettük lévő lakások konyhából, kis- és nagyszobából stb. álló ritmusát. A gépeket nehéz elhelyezni a legfeljebb 16-20 négyzetméteres helyiségekben úgy, hogy közben a termek közti szabad átjárás is fenntartható legyen, mivel a belső termek csak egyetlen úton érhetők el. Mindent egybevéve a pince kondicionálótermekké való építészeti átalakítása több milliós összeget vett igénybe, ide értve az öltözők, a mosdók és a szolárium kialakítását is. Ezt követte a testformáló gépek beszerzése, ami ez esetben is szinte teljes ráfizetéssel járt. Ugyanis ezek a gépek sem bírták az igénybevételt, idő előtt elhasználódtak, és csupán a helyi mesterek folyamatos beavatkozásának köszönhető, hogy még működőképesek.

Vállalkozóink ezt követően kezdték el hirdetni a kondícionálótermet és szolgáltatásait, és hirdetés útján ekkor vették fel a működtetni képes szakembert. Vagyis a mintegy 4 milliós beruházás, az épület, a gépek és a berendezések vásárlása és kialakítása szakember megkérdezése, valamint előzetes piaci felmérés nélkül történt.

Így aztán csak később, már a működtetés idején ébredtek rá a vállalkozók, hogy bár a tulajdonukba került létesítmény központi fekvése, megközelíthetősége és vonzásköre tekintetében ideális helyen található, kondícionálóteremnek nem igazán alkalmas. További gondot jelent, hogy ezen a létesítmény bővítésével sem lehet segíteni: a szomszédos pincéket nem adják el, illetve más profilú (pl. italbolt) hasznosításra sincs mód.

A harmadikként említett vállalkozónk eredeti ötletének fontos elemét képezte az a felismerés, hogy a kondícionálótermet mindenképpen ott érdemes elhelyezni, ahol eleve sok ember lakik, ahol napközben sokan megfordulnak, valamely forgalmas közlekedési útvonal csomópontjában van, vagy ahhoz közel esik. Körülnézett a városban, és azt is tisztázván, hogy a környéken nem működik hasonló profilú szolgáltatás, megvett egy éppen eladó lakótelepi lakást a város pályaudvara közelében felépült lakótelepen. Az első hallásra talán kissé abszurdnak tűnik a kondícionálótermekké átalakított két és félszobás lakás 20. emeleti elhelyezkedése, de az ötlet az említett szempontból életképesnek bizonyult. A lakótelepen élők is látogatják, a napközben ügyeiket (pl. vásárlás, posta) intéző vendégek is felugranak ide, továbbá a pályaudvarra igyekvő bejárók is felszaladnak a munka befejezése és a vonat vagy busz indulása közti holtidőt kihasználva. A mintegy három milliós beruházás – amely a lakás és a testépítő gépek árát tartalmazza – eddig jó üzletnek bizonyult, azonban itt is gondot jelent a terjeszkedés, az alapterület növelésének lehetetlensége. Megjegyezzük, hogy az üzlet bevezetésénél komolyabb reklám-hadjáratra került sor: a vállalkozó egyfelől szórólapokkal árasztotta el a környező házakat és közintézményeket, másfelől a helyi újságban hónapokon át hirdetést adott fel.

A negyedik vállalkozónk a testformáló szalon megvásárlásakor „csupán" a gépeket és a már bejáratott vevőkört „vette meg", a kondícionálóteremmé alakított első emeleti lakást nem, mert az bérlemény volt, és a tulajdonos nem is szándékozott eladni. A város köz-

pontjában, a legfontosabb megyei és városi közintézmények tőszomszédságában lévő terem eddig haszonnal működött, azonban az utóbbi időben komoly problémák jelentkeztek. Először is a lakók – például a kondicionálótermek alatt lakó idősebb hölgy – panaszkodnak az állandó forgalom, a futómozgás és a gépek használata miatti zajra. Ők a vállalkozás elköltözését szorgalmazzák, sőt követelik. Másodszor a lakás meglehetősen lelakott és lepusztult állapotba került az elmúlt négy-öt év nem éppen lakáscélú használata következtében, vagyis felújítása nem halasztható tovább. Továbbá a testformáló gépeket is már csak az állandó, szinte napi szervizelés és javítás tartja működőképes állapotban, ami azt jelenti, hogy a teljes gépparkot ki kell cserélni. Vállalkozónk tehát lépéskényszerben van, és a megoldást abban látja, hogy az utca másik oldalán lévő és saját tulajdonát képező illatszerboltjának egyik raktárát alakítja át kondicionálóteremmé. A munkálatok már meg is kezdődtek a bérelt lakással közel azonos nagyságú raktár átalakítására, a költözést azonban komoly várakozás előzi meg, mivel a vendégek tartanak attól, hogy a volt raktár nem képes az általuk megszokott szolgáltatás színvonalát – például a világítás, a szellőzés, a komfort- és az intimitás érzés tekintetében – fenntartani. Vállalkozónk lépésében tehát van kockázat – a vevőkör lemorzsolódása –, de ez még mindig kisebb kockázat, mint a kondicionálóterem áthelyezése a város más pontjára. Tudja ugyanis, hogy a városközpontot nem szabad elhagynia – a vevőköre nem követné őt – és mivel a környéken nem képes kondicionálóterem céljára alkalmas bérleményhez jutni, saját ingatlanát alakítja át. Ez persze előnnyel is jár, hiszen nem kell alkudoznia, veszekednie a lakókkal, nem kell magas bérleti díjat fizetnie, az egyébként elkerülhetetlen felújítási és átalakítási költségeket pedig nem bérleményekbe, hanem saját ingatlanának modernizálásába fekteti.

Vevőkör, szolgáltatások és árak

Említettük, hogy az első vállalkozónk üzleti tevékenysége közel egy évvel megelőzte a hivatalos vállalkozóvá válását, és azt is, hogy piaci részesedése már ekkor is alkalmazkodó és teherbíró képességének függvényében alakult. Szakértelme, munkabírása és szorgalma voltak ugyanis eladható képességei, és piaci részesedését csak úgy volt képes megtartani, illetve növelni, ha állandóan képezte magát és új mozgásformákat, sportágakat stb. tanult. Tekintettel arra, hogy a sportüzletnek a vállalkozók előtti megnyitásáig nem tudott akkora pénztőkét felhalmozni, amennyi egy általa elképzelt saját tulajdonú sportlétesítmény építéséhez vagy megvételéhez elég lett volna, nem specializálódott, nem specializálódhatott, hanem kénytelen volt régebbi, sokszínű tevékenységét megtartani. Ez nem jelenti azt, hogy ne lett volna ilyen törekvése, hiszen ő volt az, aki vállalkozó barátainak és ismerőseinek egy darabig sokfunkciós (kondicionálóterem, szauna, szolárium, baráti társaság, üzleti csevegés) exkluzív klubot működtetett. Erre a jól fizető piaci szegmensre alapozott vállalkozása haszonnal is működött mindaddig, amíg az e célra kialakított belvárosi bérelt házat nem kellett elhagynia. Ma is úgy látja, hogy a jelzett társadalmi csoportban van kereslet az ilyen típusú szolgáltatások iránt, és ennek megszervezése haszonnal kecsegtetne, azonban az érintettek által elfogadható helyen nem tud bérleményhez jutni, saját tőke hiányában pedig nem képes ilyet vásárolni vagy építeni.

E piaci szegmens elvesztése után – mint szó volt róla – kénytelen volt a testépítés iránt mutatkozó tömegigény irányába nyitni, amely ekkor felfutóban volt, és hosszabb távon is jövedelmezőnek látszott. Az elmúlt évek tapasztalatai azonban azt mutatták számára, hogy csak testépítő fiúkra alapozva nem lehet „jól megélni". Annak ellenére sem, hogy ez a város leglátogatottabb testépítő terme, ahol naponta mintegy 80-120, havonta közel 1600 fő fordul meg. A napijegy ára 200, a havi bérlet ára 2000 forint. Megítélése szerint nem le-

VELESI EGYETEM Könyvtára RN 423

het többet kérni a vevőkör visszaesése nélkül, mivel közülük sokan – például a munkanélküli fiatalok – ezt is nehezen tudják kifizetni. A terem ugyan reggel 8-tól este 21-ig nyitva van, de a kapacitás kihasználtsága meglehetősen egyenetlen, mivel reggeltől kora délutánig kevesen jönnek, 16 órától zárásig viszont zsúfolt a létesítmény. E szolgáltatás növelésének egyébként korlátai vannak: a fizetőképes kereslet hozzávetőlegesen ekkora, így a kondicionáló terem bővítése – ha egyáltalán lenne rá mód – értelmetlen, és a testformáló gépek sem bírnak el többet. Sőt a jelenlegi kihasználtság mellett is nagyon gyorsan tönkremennek, következésképpen azok karbantartása és lecserélése állandó és magas költséggel terheli az üzemeltetőt.

Vállalkozása jövedelmezőségén és versenyképességén több módon is próbált javítani az elmúlt időszakban. Egyfelől igyekezett megtartani régi piacait, illetve bővíteni azokat, vagyis ma is „sok lábon áll". A már említett testépítő terem üzemeltetése mellett karate és különféle női kondicionáló tanfolyamokat tart; az új helyre vele tartó vállalkozó barátainak - ismerőseinek továbbra is próbálja fenntartani az „exkluzív" klubot; uszodában speciális tornát kínál az arra rászorulóknak; és sikeres fogyókúrás tanfolyamaival is hírnévre tett szert. Ez azt jelenti, hogy ma is számottevő piaci szegmenset birtokol, talán neki van a legtöbb ismerete a helyi társadalmi, nemi és életkori csoportok körében mutatkozó kereslet alakulásáról és változásairól. Ezt az előnyt igyekszik is kihasználni.

Másfelől a szolgáltatások bővítésével próbálja a jövedelmezőséget javítani és kihasználatlan kapacitásait csökkenteni. A testépítő teremben büfét alakított ki az edzés és zuhanyzás utáni tereferére, ahol a fittness-lapokban hirdetett legújabb erősítőszereket is meg lehet vásárolni. Szolgáltatásai közé tartozik az egyénre szabott edzéstervek elkészítése, ennek ellenőrzése, a fejlődés figyelemmel kísérése, az erősítőszerekkel kapcsolatos szaktanácsadás. Egyébként is gondot fordít arra, hogy mindenkit ismerjen, mindenkitől érdeklődjön hogyléte és problémái iránt, tőle telhetően segítse az utóbbiak megoldását, egyszóval, hogy a vevőköre otthonosan érezze magát a kondicionálóteremben.

Erőfeszítéseket tesz arra is, hogy a testépítő vevőkörében a férfi-női arányt megváltoztassa, a jelenlegi 20 százalékról legalább 40 százalékra növelje a nők számarányát. E mögött az a felismerés húzódik meg, hogy a nők jobb fogyasztók mint a férfiak, és egy helyen többféle szolgáltatást – testépítés, szolárium, masszázs, fogyókúra stb. – is el lehet nekik adni. Továbbá a fiúk kondicionáló terembeli viselkedése – agresszivitás, káromkodás, igénytelen megjelenés, durvaság, a férfiasságról kialakított primitív kép, a gépek kíméletlen használata – is talán megváltoztatható, hiszen a nők jelenléte viselkedésszabályozó szereppel bír.

Mint jeleztük, a terem időbeli kihasználtsága meglehetősen egyenetlen – és ez nem csupán napi, hanem heti viszonylatban is igaz –, amin például úgy próbált javítani, hogy szombat délelőttönként a fogyatékosok és a mozgássérültek előtt is kinyitotta a kaput. Kiderült, hogy e kínálat iránt van igény: igaz ugyan, hogy ezekkel a fiatalokkal sokkal többet kell törődni, de hálásabbak is, továbbá az őket elkísérő szülők, testvérek, barátok, rokonok és ismerősök potenciális vevőkört jelentenek.

Esetében külön problémát jelent a tömegigények kielégítésére létesített kondicionálótermek üzemeltetése. Részben azért, mert a legkülönfélébb iskolázottságú, foglalkozású, értékrendű és kulturáltságú fiatalok csoportjai járnak hozzá, akik a testformálásban is merőben eltérő célokat követnek. Egyesek „iszonyú" erősek akarnak lenni és ezért hajlandók tiltott szereket is fogyasztani, ami idevonzza az ezzel üzletelőket, de a rendőrséget is. Ez rendkívüli kockázattal jár a vállalkozó számára, hiszen a termet emiatt be lehet záratni, bevételkiesés jelentkezhet, a cég híre romolhat, egyes csoportok kiléphetnek a vevőkörből,

stb. A kockázat csökkentésére vállalkozónk a termet klubként üzemelteti. Tagsági igazolványt rendszeresített, amelyet próbaidő és megfigyelés után csak azok kapnak meg, akiket a jelzett szempontból és viselkedésük alapján ő arra alkalmasnak ítél. E komoly szelekción túl mindenkivel aláírat egy papírt, amelyben a klubtag kijelenti, hogy nem fogyaszt tiltott szert és ilyennel nem üzletel.

A kábítószerrel való üzletelés lehetősége miatt hasonlóképpen állandó figyelemmel kell kísérnie vendégeit, hiszen ahol naponta ennyi fiatal megfordul, ott előbb vagy utóbb megjelennek a drogelosztók is. Ezek kiszűrése sem kis feladat. Továbbá gondot fordít arra is, hogy a testépítést senki se kezdhesse meg előzetes orvosi ellenőrzés nélkül, vagyis a klub tagjai közé kerülésnek és az edzések elkezdésének előfeltétele egy egészségügyi alkalmassági igazolás beszerzése.

Megjegyezzük, hogy bár vállalkozónk sok mindent maga csinál – edzéseket vezet, edzésterveket készít, szervez, tárgyal, piaci elemzéseket végez stb. –, állandó és részidős alkalmazottakat is foglalkoztat. A kondicionálóterem például állandó felügyeletet igényel, a város különböző tornatermeiben végzett tanfolyamok viszont csak egy-két órás elfoglaltságot jelentenek. Míg azonban az első esetben nincs szükség feltétlenül szakemberre, mivel a testépítők előre elkészített edzésterv szerint haladnak, addig a karate vagy az aerobic tanfolyamok szakembert kívánnak.

Mindent egybevéve az elmondottak arra utalnak, hogy vállalkozónk még ma is „több lábon áll"; vagyis a legkülönfélébb foglalkozási, életkori és nemi csoportok legkülönfélébb igényeit igyekszik kielégíteni a város különböző pontjain. Ez nem jelenti azt, hogy ne lettek volna törekvései bizonyos, az átlagosnál jobban jövedelmező piaci szegmensek (pl. vállalkozók) megszerzésére, ezeket azonban elégséges tőke hiányában nem sikerült stabilizálnia. A „több lábon állás" jórészt kényszer számára, mivel egyik piaci szegmensben sincs akkora kereslet, amelyből – más szegmenseket feladva – úgy meg tudna élni, hogy közben a piac által diktált tőkefelhalmozási és vállalkozásfejlesztési követelményeknek is meg tudna felelni. Kilátásai sem jók ebben a tekintetben, mivel a különféle részpiacok elmúlt évekbeli folyamatos szűkülésének irányzatában nem érzékel változást, a megmaradt vevőkörre viszont nem terhelheti rá az ebből származó kiesést anélkül, hogy ne kockáztatná annak további lemorzsolódását. Ha netán bizonyos területeken (pl. testépítés) a jelentkezők számából ítélve növelhető lenne a piaci részesedés, a szigorú szelekció és a klubszerű működtetés okán ténylegesen nem, vagy alig bővül a tagok száma. (Egyébként nem bánja a szelekciót kísérő lemorzsolódást, mivel nála a rendőrség alig fordult meg, az ügyben érintett fiatalokat fogadni hajlandó kondicionálótermekhez képest. Ugyanis többre becsüli a szolid, de állandósult polgári vevőkör biztosította üzletmenetet, mint az esetleg nagyobb bevételt jelentő, de a vevőkör balhéi miatt kockázatosabbat.) Tapasztalatai szerint a szolgáltatások bővítése sem javít piaci versenyhelyzetén, hiszen vevőkörének zöme kizárólag az alapszolgáltatást veszi igénybe, pontosabban tudja megfizetni, a plusz kínálatot (pl. masszázs, büfé) már nem.

Pillanatnyilag a már kialakult vevőkör megtartása és stabilizálása a célja, és emellett folyamatosan próbálkozik újabb és újabb piaci célcsoportok megszerzésére, ami azt is jelenti, hogy ma sem gondol – gondolhat – profiltisztításra és specializációra, sem a vevőkört, sem a szolgáltatás kínálatát illetően.

A második helyen említett vállalkozóinknál – mérnök házaspár – jeleztük: sem a kondicionálóteremmé átalakítandó ingatlan (panelház pincéje), sem a testépítő gépek megvétele előtt nem kérték ki szakember véleményét. Eljárásuk egyben jelzi, hogy – az őrzővédő kft. alkalmazottain túl – meglehetősen homályos elképzeléseik voltak a potenciális

vevőkörről is. Pontosabban piackutatást sem végeztek a keresletről, ugyanakkor nem volt kitüntetett célcsoportjuk sem. Ahova addig ők jártak, ott azt tapasztalták, hogy inkább nők látogatják a kondicionálótermet, így saját termükbe is főként nőket vártak. Ez volt ködös várakozásaik alapja – tervekről, célcsoportról egyáltalán nem beszélhetünk –, ennél többet vagy közelebbit szükségtelennek láttak „tudni" leendő vevőkörükről

Viszonylag gyorsan kiderült, hogy nagy könnyelműség piacismeret és jól körvonalazott célcsoportok előzetes kijelölése nélkül egy több milliós beruházásba kezdeni. Ugyanis a bejáratásnak tekintett időszak letelte után világossá vált, hogy a géppark és a tényleges vevőkör összetétele nem felel meg egymásnak. Röviden: túl kevés hölgy járt be a kondicionálóterembe ahhoz, hogy az jövedelmező, kapacitása pedig kihasználható legyen; az ennek pótlására „beengedett" és megnövekedett férfi vevőkör edzési igényeit viszont a főként női testformálásra kialakított géppark nem tudta ellátni. Mindez változtatásokat és további beruházásokat igényelt: a férfias terhelés miatt a padokat ki kellett cserélni vagy meg kellett erősíteni, új gépeket kellett venni nem utolsósorban a gyors elhasználódás miatt, a női és a férfi igényeknek megfelelően az egyes termek profilírozására is szükség volt, ami a zsúfoltságot még inkább növelte.

A vázolt beavatkozások azonban vajmi keveset segítettek az alapproblémán. Azon, hogy a kondicionálóterem vonzása kicsi, és a spontán kialakult vevőkörre nem lehet nyereséges vállalkozást építeni. Nemcsak a szolgáltatásokat igénybe vevő hölgyek száma kevés – annak ellenére, hogy diáktól a nyugdíjasig szinte minden korosztály képviselteti magát –, de a férfiakkal kiegészült „vegyes" vevőkör is, amelyben az utóbbiak már több mint 40%-ot képviselnek. Összességében 100 fős törzsközönségről számoltak be a vállalkozók, amelyhez szezonálisan – tavasztól nyárig – körülbelül ugyanennyien csatlakoznak. A tizenkét alkalomra érvényes bérlet ára a vizsgálat idején 1400 forint volt, és ezt két hónap alatt lehetett kitölteni. Tapasztalataik szerint ezt az árat „még el lehetett nézni", ennél magasabbat már a jelentős lemorzsolódás kockázata nélkül nem.

Láthatóan a létesítmény alapterülete, belső tagoltsága, az egyes termek nagysága és átjárhatósága sem felel meg egy nyereségesen működtethető kondicionálóterem követelményeinek, ugyanis egy időben legfeljebb hat-hét fő tud kényelmesen dolgozni a gépeken. A hangsúly a kényelmen van, a zsúfoltság vagy zsúfoltságérzés hiányán, a saját időbeosztás és edzéstempó tarthatóságán, valamint azon, hogy ne kelljen másokra várni, illetve másokat zavarni. Ez a probléma akkor is fennállt volna, ha a vevőkört netán sikerült volna csak a hölgyekre alapítani, a jelenlegi „vegyes" üzemeltetés mellett azonban még feszítőbb ennek a megoldatlansága. A kiutat jelentő létesítménybővítés előtt pillanatnyilag elháríthatatlan akadályok tornyosulnak, hiszen a szomszéd pincerész nem eladó.

A tulajdonosok e vállalkozás esetében is próbálkoztak a szolgáltatások bővítésével a jövedelmezőség javítására. Néhány hónapig alkalmaztak egy képzett masszőrt a délutáni csúcsidőben, de aztán meg kellett válni tőle, mivel hetente alig egy-két vendége akadt. A szolárium kihasználtsága is messze elmaradt a tulajdonosok reményei mögött, aminek az okát abban látják, hogy az ő hölgyvendégeik nem tudják kifizetni e plusz szolgáltatás árát.

A kondicionálótermet egy testnevelési főiskolát végzett, de nem e területre szakosodott fiatal hölgy vezeti, aki reggel 8 órától este 8 óráig tart nyitva. Neki az erősítőszerek fogyasztásával és a vevőkörön belüli tiltott forgalmazásával nincs gondja, hiszen a termet, sem életkorukat, sem foglalkozásukat, sem mentalitásukat, sem a testépítéssel kapcsolatos céljaikat tekintve, nem mindenáron megerősödni akaró vendégek látogatják. Sőt a többség nem erősödni, hanem fogyni akar, és – a terem vezetője szerint – abban a hitben él, hogy heti két-három alkalommal „ellötyögött" másfél-két óra elégséges a felszedett kilók leadá-

sára. Az állandósult és szűk vevőkör következtében mindenki mindenkit ismer – ez a terem is klubszerűen működik –, és azok az újonnan jövők, akik nem tartják be a bevett szokásokat, hamarosan a kapun kívül találják magukat. Vagyis itt is szelekció van, az esetenként előforduló konfliktusoknál (pl. lopás) szintén igyekeznek a külső, netán rendőrségi beavatkozást elkerülni, mivel ez rontja a terem hírét, márpedig a törzsközönség megtartása, és amennyire lehet, növelése a cél.

A rendelkezésünkre álló információk alapján tehát úgy tűnik, hogy ez a vállalkozás eddig nem volt képes teljesíteni a tulajdonosok pénzügyi céljait és elvárásait. A piaci ismeretek hiánya a kereslet szűkülésével együtt azt eredményezte, hogy spontán módon nem az a vevőkör alakult ki, amelyet a beruházás időszakában „képzeltek" maguknak, és – ami még ennél is súlyosabb – nem akkora, amelyből a beruházás viszonylag gyorsan megtérül, és a vállalkozás elégséges haszonnal működtethető lenne. A szolgáltatások bővítése nem hozott eredményt, a profilváltás sem, a létesítmény elcserélése vagy a környéken való pótlása (pl. új ingatlan vétele vagy bérlése) sem sikerült. A város közepéről való kiköltözés ugyanis egyenlő lenne a vállalkozás feladásával. A tulajdonosok már azt is fontolgatták, hogy kilépnek a szolgáltatások e területéről, és más, a jelenleginél jövedelmezőbb szférában (pl. borozó) hasznosítják ingatlanukat.

Harmadikként ismertetett vállalkozásunk – mint jeleztük – eleve egy sajátos női csoportot célzott meg, nevezetesen azokat, akiket zavart a férfiak jelenléte, vizsláló tekintete a kondicionálóteremben végzett gyakorlatok közben, intimitásigényük volt és személyes törődést kívántak. A vállalkozás alapjául szolgáló első vevőkört más teremből hozta magával a tulajdonos, és a célcsoportra vonatkozó elvei mellett kitartva építette ki a mára mintegy 60 főt kitevő törzsközönségét. A vevőkör életkora 14-55 év közötti, zömében szellemi foglalkozású középkorúakból, valamint középiskolásokból áll. A havi bérlet ára 1300 forint, de ennek minden kombinációja – fél- vagy negyedhavi – is megvehető, sőt a tulajdonos és a vevőkör szoros személyes kapcsolata okán joggal feltételezhető, hogy hitelt is kaphatnak az arra rászorulók.

Miben is áll a célcsoport és a szolgáltatások specifikuma? Röviden abban, hogy személyre szólóan igyekszik minden vevője igényeit és kívánságait kielégíteni, és így szolgáltatásai túlmennek a szó szoros értelmében vett sporton.

A toronyház sokadik emeleti lakásában kialakított teremben egy időben eleve csak 4 főt tud fogadni. Ez egyben azt is jelenti, hogy előre be kell jelentkezni, és miután az emberek jó része hetente meghatározott napokon és órákban szokta végezni az edzéseit, az idők folyamán létrejöttek és állandósultak az együtt sportoló három-négy fős csoportok. Az egymással rokonszenvező ismerősökből álló tartós kiscsoportok önmagukban képesek az intimitásigény kielégítésére, hiszen a hosszú ideje közösen végzett edzések során már rég feloldódtak a kezdeti gátlások; tudják, hogy ki miért jár ide; közös szokásokat és ceremóniákat alakítottak ki; folyamatosan megbeszélik aktuális örömeiket és gondjaikat stb.; vagyis a kondicionálóterem és az edzések látogatása már jóval több, mint sport.

A maximum négy fő egyidejű jelenléte módot ad arra, hogy a tulajdonos-edző mindenkire figyeljen és mindenkivel – akár hosszabb ideig is – foglalkozzon: bemutassa a gyakorlatokat, segítse azok begyakorlását és elmagyarázza hatásaikat. Így nem csak az edzésterv, de maga az edzés is személyre szóló. Erre szükség is van, mert a vevőkör, a kondicionáláson belül is sokféle igényt jelenít meg, amelyek közül a testsúly tartása és a fogyás központi jelentőségű. Ez pedig önmagában is túlmutat a kondicionáláson; alapvetően életvitel- és életmódbeli összefüggéseket érint, az edző ez esetben a személyes gondokba beavatott barát szerepét is betölti.

További plusz szolgáltatás, hogy szombaton délután is nyitva tart: követve a vevőkör egy részének igényeit, akik hét közben csak egyszer-kétszer tudnak felugrani, de szombati szabadidejüket hajlandók a kondicionálásra áldozni. Mivel azonban szombat délelőtt többnyire otthoni teendőiket végzik, csupán délután jut erre idejük. Egyébként reggel nyolctól este nyolcig tart nyitva, és hogy közben más jellegű teendőit is intézhesse, a terem üzemeltetését és a vevők kiszolgálását egy barátnőjével megosztva végzi. (Megjegyezzük, hogy egyiküknek sincs szakirányú végzettsége.) Szoláriumot ő is üzemeltet, és bár jobb kihasználtságról számolt be, mint más vállalkozók, ténylegesen ez is messze elmarad az optimálistól.

Az elmondottak tanúsága szerint tehát ez a vállalkozás egy speciális piaci szegmenset célzott meg, és szívós munkával máig sikerült egy nem túl nagy, de stabil törzsközönséget kialakítania. A tulajdonos ugyan büszke eredményeire, de pontosan tudja, hogy befektetései csak hosszú távon térülnek meg. Azonban a vevőkör növelésére tett erőfeszítései, ha eredményesnek bizonyulnak, bevallása szerint is új gondokat vetnek fel. Nagyobb termeket kell venni vagy bérelni, méghozzá úgy, hogy a környékről nem szabad elköltözni; a gépparkot is fel kell újítani és a szolgáltatásokat is bővíteni kell. Miután vállalkozása addigi pénzfelhalmozásaik befektetési lehetőségéből indult – és a család építőipari cége ma is mögötte áll –, egyrészt van ideje kivárni, amíg optimális nagyságúra bővül a vevőköre, másrészt addig sportvállalkozása veszteségeit is ki tudja gazdálkodni, illetve helyzete stabilizálására képes további beruházásokra is.

A negyedikként említett vállalkozás szintén kizárólag nőkre, mégpedig a történeti városközpontban élő és főként adminisztratív munkakörben dolgozó hölgyekre alapozódott. A kezdeti futás után, a kilencvenes évek első harmadát követően, itt is csökkent a kereslet, továbbá a vevőkör életkori összetétele a 40-60 éves kor közöttiekre tolódott át. Ez egyben azt is jelenti, hogy a testsúly tartása és a fogyás „garantálása" iránti igények növekedtek meg. Hozzávetőlegesen 60-80 fős törzsközönség stabilizálódott.

A terem reggel héttől este nyolcig tart nyitva, a csúcsidőszak délután háromtól zárásig terjed. A tíz alkalomra érvényes bérletért 1000 forintot kérnek, egy alkalomra a belépés ára 150 forint, de a felsoroltakon túl további – például három alkalomra szóló – belépők is igénybe vehetők.

A terem felügyeletét két húsz év körüli hölgy látja el, akik egyben tanácsokkal és – szükség szerint – edzésprogramokkal segítik a hozzájuk fordulókat. Nincs szakirányú végzettségük, bevallásuk szerint a saját kondicionálásuk során szerzett tapasztalataikra és a gépek használatát leíró gyári javaslatokra alapozzák szaktanácsaikat. Úgy tűnik, hogy ezek a szolgáltatások eddig elégségesnek bizonyultak a vevőkör megtartásához.

A tulajdonos és az alkalmazottak között érzékelhetően nincs összhang a vállalkozás működtetésére, átalakítására, fejlesztésére vonatkozó érdekeket és elképzeléseket illetően. Az új terem – a volt raktár – kiépítése és az új géppark összeállítása kapcsán pedig határozott feszültség érzékelhető, amennyiben az alkalmazottak sérelmezik, hogy a tulajdonos nem kérte ki a véleményüket. Tekintettel arra, hogy a vevőkör egy részének is fenntartásai vannak a volt raktárhelyiségbe való költözéssel és az ottani szolgáltatások színvonalával kapcsolatban, pillanatnyilag nem lehet képet alkotni arról, hogy a mindezeket kísérő feszült hangulat és légkör a törzsközönség lemorzsolódásával, netán tetemes csökkenésével jár-e együtt.

Mindent összevetve úgy látjuk, hogy ez a sportvállalkozás a vizsgálat idején fennállásának fontos fordulópontjához érkezett. Ugyanis nem csupán az a kérdés, hogy a tulajdonos és az alkalmazottak közti feszültség oldódik-e; hogy a vevőkör csökken-e és milyen

mértékben; hogy az emiatti veszteségeket a tulajdonos hajlandó-e más nyereséges vállalkozásaiból átmenetileg pótolni, hanem az is, hogy a tulajdonos és alkalmazottai képesek-e megújulni: új menedzseléssel, a szolgáltatások bővítésével, nagyobb törődéssel és szakértelemmel, új piaci szegmensek megcélzásával stb. növelni piaci részesedésüket.

Összefoglaló helyett

Jóllehet erőfeszítéseket tettünk azért, hogy viszonylag átfogó képet szerezzünk a város szabadidősportjának jelenlegi állapotáról, az általunk vizsgált profi sportvállalkozási formák valóságos szerepéről, súlyáról és piaci részesedéséről, azonban törekvéseink kevés sikerrel jártak. Ennek több oka is van.

Mindenekelőtt az, hogy az elmúlt közel egy évtizedben a gazdaság visszaesésének, a vállalatok felszámolásának, a magas munkanélküliség állandósulásának, a lakosság életszínvonala jelentős csökkenésének, a tömeges elszegényedésnek stb. a folyamatai a vizsgált várost – és természetesen a megyét is – számottevően érintették. Következésképpen a szabadidősport, a kondicionálás, a testépítés és testformálás iránt a nyolcvanas években érzékelhető, jelentősen fellendülő kereslet a kilencvenes évek elején megtorpant, majd gyors hanyatlásnak indult. Paradox helyzet állt elő: miközben a rendszerváltás „eltakarította" a politikai és jogi akadályokat a vállalkozás szabadsága elől, a gazdasági reálfolyamatok egyáltalán nem kedveztek általában a vállalkozások, így a szabadidősport területén elindított vállalkozások stabilizálódásának és megerősödésének sem. Mindezen – és még egyéb folyamatok azt eredményezték, hogy egyfelől ugyan a sport szférájában is megjelentek hivatalosan bejegyzett és erre szakosodott vállalkozások (pl. betéti társaság, kft.), másfelől viszont mindmáig továbbélnek az ezen szint „alatti", vagyis a hetvenes-nyolcvanas évek államszocialista viszonyai közt virágzó „kvázi" vállalkozási formák. Ilyenek például a testnevelő tanárok által az iskolájuk tornatermében a gyerekeknek tartott külön torna és a szüleik számára indított tanfolyamok, vagy a különféle sportegyesületek és szakosztályok által szervezett ifjúsági és felnőtt tanfolyamok, amelyekért fizetni kell, és amelyeknek bevételén az érintett intézmények és személyek valamilyen arányban osztozkodnak. Vitathatatlan, hogy az innen származó bevételekre mind az iskoláknak, mind a sportegyesületeknek és szakosztályoknak szükségük van működési feltételeik javításához – a tanároknak és edzőknek pedig jövedelmük kiegészítéséhez –, de az is bizton állítható, hogy ezek a szó közgazdasági értelmében nem vállalkozások. Másként fogalmazva: a szabadidősport területén megjelenő lakossági kereslet (piac) számottevő részét a városban még ma is „kvázi" vállalkozási formák tartják ellenőrzésük alatt. Arra a kérdésre, hogy mekkora részét, senki sem tudott válaszolni.

Azonban nem csupán erről nincs adat, de arról sincs, hogy a városban ténylegesen hány „profi" vállalkozás működik a szabadidősport területén. Sem a helyi politika és közigazgatás, sem maguk a vállalkozók nem rendelkeznek viszonylag megbízható adatokkal erről. Ez egyben azt is jelenti, hogy a rendszerváltást követően a helyi politikai erőknek mindmáig nem volt idejük és erejük az ebben a szférában végbemenő folyamatok feltérképezésére. Láthatóan nemcsak az nem érdekelte őket, hogy a város lakosságának milyen szabadidő-sport iránti igényei vannak, hogy ezek kielégítéséhez rendelkezésre állnak-e megfelelő kiszolgáló intézmények, egyáltalán politikai értelemben van-e valamilyen teendő, hanem a vállalkozókkal sem vették fel a kapcsolatot.

Más oldalról maguk a vállalkozók se nagyon keresték a helyi politikával és közigazgatással a kapcsolatot, illetve ha igen, akkor többnyire elutasításban volt részük, tekintve, hogy zömében különféle kérdésekkel fordultak hozzájuk. Továbbá az is tény, hogy

a vizsgált terület vállalkozói egymással sem tartanak kapcsolatot; alkalmasint nem is tudnak egymásról, nemhogy valamilyen szerveződési formát kezdeményeztek vagy létrehoztak volna.

Az elmondottak tehát azt jelzik, hogy mind politikai és közigazgatási, mind pedig vállalkozási szempontból gazdátlan és szervezetlen ez a szféra, teljesen ellenőrizhetetlen és spontán folyamatok uralják ezt a piacot; a terület fontosabb szereplőinek – ide értve a „profi" vállalkozókat is – a szervezettsége, érdekfeltáró és -megjelenítő képessége alacsony, és nem rendelkeznek még csak konzultatív fórummal sem. Mindezt azért hangsúlyozzuk, mert úgy gondoljuk, hogy a helyi politika és közigazgatás is felelős azért, ami a város szabadidő-sportjában történik vagy nem történik, és a terület piacosodó szegmensében szerveződő vállalkozásokkal kapcsolatban is vannak tennivalói. Gondoljunk például arra, hogy létesítményekkel, kedvező bérleti formákkal segíthetné a kezdő vállalkozók indulását és talpon maradását. Dotációval segíthetné a rossz anyagi helyzetben lévő társadalmi csoportok – például munkanélküli fiatalok – sportolását, hiszen az már messze nem csak sportkérdés, hogy ezek a fiatalok hol töltik kényszerűen hosszú szabadidejüket: egy viszonylag ellenőrzött kondicionálóteremben vagy az aluljárókban, utcákon, italboltokban. És az sem mindegy, hogy mit csinálnak: egy testépítő programot teljesítenek-e, avagy szeszt és drogot fogyasztanak, garázdálkodnak, netán betörnek. A közigazgatási szervek kezdeményezhetnének, ösztönözhetnének, és részben vagy egészében finanszírozhatnának egy, a lakosság sportigényeit, lehetőségeit és kívánságait feltáró kutatást, amely a piaci szegmensről is használható információkat szolgáltathatna mind a politikának, mind a vállalkozóknak.

Mindent egybevéve vizsgálatunk azt jelzi, hogy a sport ezen szférájának, szereplőinek alacsony érdekmegjelenítő képessége miatt még hosszan fenntarthatónak tűnik az a jelenlegi állapot és az ezt kifejező szemlélet, amely a piaci mechanizmusok játékából spontán kiemelkedő magánvállalkozásokat tekinti a lakosság sportigényeinek kielégítése (életmódjának megváltoztatása) kizárólagos letéteményesének. Ez a szemlélet kimondva-kimondatlanul a lakosság magánügyének tekinti azt, hogy áldoz-e a sportra vagy sem – fel sem merül az a kérdés, hogy netán jövedelmeiből nem telik erre –, és a vállalkozók magánügyének, hogy e területen beruháznak-e vagy sem, illetve tönkremennek-e vagy sem. A vizsgálat ismeretében állíthatjuk, hogy ez a megközelítésmód leegyszerűsíti a problémát, hiszen a dolgozó-értéktermelő lakosság és a felnövekvő generáció fizikai állapota, kondíciója és életmódja sehol sem magánügy a modern társadalmakban, mint ahogy a kezdő kisvállalkozók is sokféle támogatást kapnak (pl. vállalkozási ismeretek, dotáció, naturális segítség, kedvezményes hitelek, piaci információk) stabilizálódásukig.

Jegyzetek

1. Laky Teréz: Eloszlott mítoszok, tétova szándékok. *Valóság,* 1987. 7.
2. Laky Teréz: *A munkaerőpiac keresletét és kínálatát alakító folyamatok.* A „Közösen a jövő munkahelyeiért" Alapítvány kiadványa. Budapest. 1997. 97. p.
3. Lásd például:
   Csite András: Polgárosodás-elméletek és polgárosodás-viták, *Szociológiai Szemle*, 1997. 3. 117-137.
   Czakó Ágnes: Kisvállalkozások a kilencvenes évek elején. (Vállalkozás és polgárosodás.) *Szociológiai Szemle*, 1997. 3. 99-116.
4. Czakó Ágnes i. m. 94.

5. Lásd például:
Juhász Pál: Agrárpiac, kisüzem, nagyüzem. *Medvetánc,* 1982. 1.
Juhász Pál: Mai képeink a parasztságról és a falusi társadalom néhány jellegzetességéről. *Medvetánc,* 1986-87. 4.
Szelényi Iván: *Socialist Entrepreneurs. Embourgeoisement in Rural Hungary.* Madison University of Wisconsin Press. 1988.

6. Lásd például:
Kovách Imre: *Termelők és vállalkozók.* Társadalomtudományi Intézet. Budapest. 1988.
A mezőgazdasági kistermelés (1981). KSH. Budapest.1982.
Oros Iván: A mezőgazdasági kistermelés. *Statisztikai Szemle,* 1983.12.

7. Márkus István: *Kifelé a feudalizmusból.* Szépirodalmi Könyvkiadó. Budapest. 1971.
Márkus István: A hazai mezőgazdasági kistermelés az 1960-70-es években. *Századvég,* 1991. 2-3.

8. Lásd például:
Laky Teréz: Eloszlott mítoszok, tétova szándékok. *Valóság,* 1987. 7.
Gábor R. István: Kisvállalkozások Magyarországon - virul vagy satnyul? *Közgazdasági Szemle,* 1994. 7-8.
Laki Mihály: A magánvállalkozások növekedésének esélyei Magyarországon. *Közgazdaság,* 1989. 12.
Kuczi Tibor - Vajda Ágnes: A kisvállalkozók társadalmi összetétele. *Közgazdasági Szemle,* 1991. 1.

9. Czakó Ágnes i.m. 100.

10. Laky Teréz: *Vállalkozások a Start-hitel segítségével.* 1994.(Kézirat)

11. Max Weber: *A protestáns etika és a kapitalizmus szelleme.* Gondolat. Budapest.1982.

12. Lásd például:
Kuczi Tibor: A vállalkozóvá válás társadalmi erőforrásai. Magyar Vállalkozásfejlesztési Alapítvány. *Kutatási füzetek,* 1995. 4.
Sinora János - Laki László: Terjed-e a vállalkozói szellem Magyarországon? Magyar Vállalkozásfejlesztési Alapítvány. *Kutatási füzetek* 1995. 4.
Kuczi Tibor - Makó Csaba: *A vállalkozások társadalmi erőforrásai és a vállalkozások növekedése, életciklusai közötti összefüggések.* Budapest. 1997. (Kézirat)

13. Kuczi Tibor - Lengyel György - Nagy Beáta - Vajda Ágnes: Vállalkozók és potenciális vállalkozók. Az önállósodás esélyei. *Századvég,* 1991. 1-2.

14. Kuczi Tibor - Vajda Ágnes i.m.

15. Lásd például a 3., 6., 8., 10., 12. és 13. jegyzetpontok alatt felsoroltakat.

16. Lásd például:
Fóti Péter: *Sport és üzlet.* In: A magyar sport szellemi körképe (1990-1995). OTSH – MOB. Budapest. 1996. 100-177. p.
Laki László - Nyerges Mihály: *Rendszerváltás, sportegyesületek, sportági szövetségek.* In: A magyar sport szellemi körképe (1990-1995). OTSH – MOB.Budapest. 1996. 86-99. p.

Enterprises in the freetime-sport

László Laki
Research worker
(Hungarian Academy of Sciences, Institute for Political Science)

Mihály Nyerges
Associate professor
(Hungarian University of Physical Education, Department of Theory of Physical Education and Pedagogy)

Gabriella Szuhár
Assistant lecturer
(Hungarian University of Physical Education, Department of Theory of Physical Education and Pedagogy)

Though the sociological researches about the process of developing the business world in Hungary clarified a lot, there is still a lot to do in this field. This defect is even more striking in the field of sport enterprises, where there was hardly any research done yet. This fact is really regrettable, since sport already provided various possibilities for enterprising within the frames of socialism for entrepreneur people - just like children's gymnastics, swimming courses, artistic gymnastics, pregnant gymnastics, aerobics or self-dependence courses.

In the other hand, speculation capital took possession of this territory after partial opening the enterprising possibilities in the second half of the 80's. Sad that after demolishing all limits of enterprises, this capital has suddenly disappeared.

According to our examination this approach seems to hold on for long time because of the low ability of interest showed by the members of this sphere of sport. The current status can be originated from this view which keeps those private enterprises - which raised spontaneously among the members of the market - as exclusive executors satisfying people's sport demands or changing their way of life. This approach directly or indirectly keeps the private problem of people if they can afford doing sports or not - the question that not everybody can afford it from an average salary, even doesn't raise. It's the same towards the enterprises, too: if they want to invest in this field or not, if they go bankrupt or not.

After our research we can declare that this approach simplifies the problem very much, since the working-producing inhabitants' and the growing generation's physical condition and way of life is nowhere private case in the modern societies. Like at the business life beginning enterprises get various kinds of support (enterprising knowledge, information, loans etc.) till they find their way.

Társas támasz a sportban

Nagy Sándor
szaktanácsadó
(Magyar Testnevelési Egyetem,
Multimédia Csoport)

A szerző egy olyan szociálpszichológiai jelenséggel, a társas támasszal foglalkozik, amely számos emberi tevékenységben fontos szerepet játszik; a sportban is teljesítményt befolyásoló jelentőségű.

A tanulmány a társas támasz megközelítése során a kísérleti társadalomlélektani kutatások eredményeiből indult ki. Ezek az egyén feladatteljesítését vizsgálják mások jelenlétében, amelyet befolyásol például a társas serkentés vagy gátlás, valamint az együttműködő és versengő viselkedés. Ezt követően a társas támasz különböző dimenzióinak és meghatározásainak ismertetésére, valamint a legfontosabb sportbeli megnyilvánulásainak leírására kerül sor. A közönség támogató magatartásának, a hazai pálya előnyének a sportolók teljesítményére gyakorolt hatását, majd a stressz, a coping és a sérülések, illetve a támogató társas magatartás összefüggéseit foglalja össze a tanulmány, különböző sportágakat vizsgáló kutatási eredmények alapján. Ezt követően a szerző a territoriális agresszió, a közönség támogatása és a sportolók agresszív megnyilvánulásai közötti lehetséges összefüggésekre irányuló vizsgálatról számol be.

A tanulmány, bár nem teljes körű, mégis kiindulópontja lehet a sport és társas támasz témakörében végzendő hazai kutatásoknak.

Bevezetés

A szociálpszichológia egyik legrégebbi vizsgálódási területe az, hogy mások jelenléte hogyan befolyásolja az egyén feladatteljesítését. A társas kölcsönhatások központi szerepet töltenek be életünkben. A sport is csakúgy, mint számos emberi tevékenység, társas közegben nyilvánul meg. Annak a jelenségnek a vizsgálata, miszerint az emberek jelentős része jobban teljesít bizonyos feladatokat mások jelenlétében, mint egyedül, a szociál- és sportpszichológia kezdeteihez vezethető vissza. *Triplett* (1898) éppen egy évszázada végzett idevonatkozó klasszikus vizsgálata a szociálpszichológia első laboratóriumi kísérleteinek egyike volt, amelyhez kerékpárosok megfigyelése vezetett. *Triplett* a sportpszichológia egyik megteremtőjének is számít. Az általa megfigyelt úgynevezett társas facilitáció jelensége a társas támasz megközelítésének is kiindulópontja lehet.

A társas támasz olyan kapcsolatrendszert jelöl, amely kedvező hatással van az egyénekre. A proszociális viselkedések közé sorolható, de idetartoznak olyan viselkedések is, mint az empátia, a szolidaritás, az együttműködés és az altruizmus. A „társas támasz" az Egyesült Államokban főként szociálpszichológiai tanulmányokban, míg Európában inkább

az alkalmazott (orvosi, egészségügyi) pszichológiai publikációkban szerepel kulcsszóként. A társas támasz az utóbbi egy-két évtizedben került a kutatások előterébe.

Tanulmányomban a társas támasszal és annak jelentőségével kívánok foglalkozni a sport területén, amely az emberi tevékenység egy sajátos formája. Először néhány korai szociálpszichológiai vizsgálatot és szerzőt szeretnék felidézni, akik ehhez a jelenséghez kapcsolódó társas folyamatokat kutattak. A társas serkentés és gátlás, valamint a különböző csoportjelenségek, például a versengő és együttműködő csoportok teljesítménye alakulásának törvényszerűségei a sportteljesítmény alakulásában is lényeges szerepet játszanak. A sportcselekvések is mások jelenlétében (csapattársak, ellenfelek, edzők, közönség stb.) történnek. A sportban a társas támasz legnyilvánvalóbb formája köznapi értelemben is a közönség támogatása kedvenc sportolójuk, illetve csapatuk részére, ami a hazai pálya előnyének egyik jelentős összetevője. Azonban a társas támasz egyéb formában is megnyilvánulhat a sporttevékenység során.

A tanulmányban elsősorban amerikai eredményeket ismertettünk, mivel hasonló európai és hazai vizsgálatok csak kis számban fordulnak elő.

Kísérleti szociálpszichológiai előzmények

Társas serkentés és gátlás

Triplett megfigyelte, hogy a kerékpárosok gyorsabban teszik meg a távot, ha másokkal versenyezve hajtanak. Ezt kísérleti eredményekkel is alátámasztotta laboratóriumi körülmények között (*Triplett*, 1898). *Triplett,* az Indiana Egyetem pszichológusa kerékpárversenyzőket figyelt meg, akik háromféle versenyen vettek részt: egyrészt iramdiktálás nélkül, csak időre menően, másrészt iramdiktálással és időre, végül iramdiktálással és versenytársakkal.

Az utóbbi szituáció tekinthető valódi versenynek, mert a rekord elérésén túl a versenytársak legyőzése is motiválta őket. *Triplett* arra a kérdésre kereste a választ, hogy miért jobbak az időeredmények a versenytársak jelenlétében, mint csak az iramdiktálás esetén? Ez a megfigyelés a szociálpszichológia egyik legkorábbi laboratóriumi kísérletéhez vezetett. *Triplett* arra kért gyerekeket, hogy egy horgászorsót olyan gyorsan tekerjenek egy bizonyos ideig, amilyen gyorsan csak tudnak. Volt, amikor két gyerek dolgozott egy szobában, máskor csak egy. Az eredmények alapján sok gyerek az „együtt cselekvő" (verseny-) helyzetben gyorsabban dolgozott, mint egyedül. Egy másik típust is elkülönített, akiket gátolt mások jelenléte. Az 1930-as évekig sok kísérletet végeztek, amelyekben más személyek jelenlétének hatását vizsgálták a legkülönbözőbb feladatoknál.

Allport kísérletében egyetemi hallgatók egyéni és csoportos helyzetben végeztek szabad asszociációs feladatot, ahol adott szavakra vonatkozó asszociációikat kellett leírni. Eredményei szerint a kísérleti személyek (k.sz.) zöme (75%) társas helyzetben teljesítménynövekedést mutatott. Az egyedüli helyzetben pedig az alacsonyabb szintű teljesítmény a gátlásnak tulajdonítható. Amíg a csoportban több gondolat született, mint egyedüli helyzetben, a gondolatok minőségét tekintve magányos helyzetben születtek a jobbak (*Allport*, 1920). Az együtt cselekvésre vonatkozó kutatások eredményei meglehetősen ellentmondóak voltak. Az együtt dolgozás időnként serkenteni látszott a teljesítményt (*Triplett*), különösen ami a teljesítmény mennyiségi oldalát érinti, más vizsgálatok szerint a teljesítmény minősége viszont visszaesett.

A teljesítménygyarapodás a társas facilitáció, míg a teljesítmény csökkenése a társas inhibíció eredménye. Sokáig megrekedtek az erre irányuló kutatások. A kérdést min-

daddig mellőzték, míg *Zajonc* közzé nem tett egy cikket 1965-ben, amely elméleti keretet kínált a társas facilitációs és inhibíciós jelenségek megértéséhez (*Wilke - Knippenberg,* 1988). *Zajonc* javaslata szerint mások jelenléte gyarapítja a teljesítményt, ha a személyek jól elsajátított feladatokkal foglalkoznak. Ugyanakkor mások jelenléte csökkent teljesítményhez vezet, ha a személyek nehéz feladattal birkóznak meg. A könnyű és nehéz feladat közötti ilyen különbségtétel magyarázatot ad a korábbi kísérleti eredmények látszólagos ellentmondásosságára, mind a közönség jelenlétével, mind az együtt dolgozók teljesítményével foglalkozó kutatásokban. *Zajonc* elméleti javaslata úgy szólt, hogy a közönség jelenléte felerősíti a domináns válaszokat. A domináns válasz az, amely uralkodó vagy elsődleges a személy válaszrepertoárjában egy adott ingerhelyzetben. Elmélete szerint a közönség arousal-változást hoz létre a személyekben, növeli aktivációs szintjüket, azaz növeli az általános drive-ot. Mások puszta fizikai jelenléte elegendő ahhoz, hogy arousalfokozódást indukáljon a személyekben. *Zajonc* nézete szerint mások jelenléte veleszületett válaszként vezet egyfajta készenléti állapothoz, válaszkészséghez. Ezt a módot és alternatív magyarázatot próbálták adni a társas serkentés és gátlás jelenségeire.

Cottrell (1968, 1972) szerint a másik jelenlétére adott válasz tanult, nem pedig veleszületett. A közönség az „értékelés elvárását" hozza magával, ez pedig fokozza a győzni akarás iránti drive-ot. Mások puszta jelenléte nem elég, hogy kiváltsa az arousal növekedését és a domináns válaszok fokozott megjelenését (*Wilke - Knippenberg,* 1988).

Sanders (1978) további magyarázatot adott arra, hogy miért növeli az arousalt a közönség. Nézete szerint mások jelenléte zavaró ingerként hat, s ez konfliktust idéz elő az aktuális feladatra fordított figyelem és a zavaró ingerekre fordított figyelem között, ami kétféleképpen hathat a feladatteljesítésre. Egyrészt a zavarás mindig teljesítménycsökkenéshez vezet, egyszerű és bonyolult feladatoknál egyaránt, másrészt a válaszkonfliktus által kiváltott drive-növekedés serkenti a teljesítményt egyszerű feladatoknál, visszafogja bonyolultaknál. A társas facilitáció irodalma az utóbbi évtizedekben átfogó elméleti modellekkel egészült ki. Ilyent javasol *Paulus* (*Wilke - Knippenberg,* 1988), aki a társas facilitáció integratív modelljében három fokozatot különít el:

1. Mások jelenléte általában felfokozza az egyéni teljesítmény lehetséges társas következményeit.

2. A társas következmények változatai hatással vannak az egyénekben zajló pszichológiai folyamatokra.

3. E lélektani folyamatok specifikus hatásokat gyakorolnak az egyéni feladatteljesítésre.

A szociális következmények lehetnek negatívak és pozitívak. A negatív következmények a kudarc kilátásaihoz kapcsolódnak, azaz ahhoz a lehetőséghez, hogy az egyén teljesítménye nem éri el a közönség által felállított mércét. A siker reménye pedig mások jelenlétében olyan pozitív konzekvenciák lehetőségét fokozza, mint a helyeslés, a csodálat.

A negatív következmények hatással vannak az egyénben zajló lélektani folyamatokra. Először is a feladat követelményeihez képest irreleváns feldolgozás - a figyelemnek olyan tényezőkre való összpontosítása, amelyek eltérnek a szóban forgó feladattól - fokozott mértékét idézi elő. (Például szorongani kezd, hogy jól tud-e teljesíteni, vagy keresni fogja a rosszallás megnyilvánulásait.) Másodszor, a negatív következmények fokozott erőfeszítést váltanak ki, fokozzák a jó teljesítményre való késztetést, mert a kudarc ára nagyobb lesz. Harmadszor, az arousal úgy jelenik meg *Paulus* szerint, mint a negatív következmények egy külön következménye. Ezt a pontot úgy módosította *Wilke* és *Knippenberg* (1988), hogy az arousal olyan pszichológiai állapot, amely gyakran együtt jár a feladat követelményeihez képest irreleváns feldolgozással, vagyis a személynek a kudarctól és az eb-

ből következő negatív értékeléstől való félelmével. A modell szerint a valószínűbb pozitív konzekvenciák fokozott erőfeszítéshez vezetnek. A nagyobb erőfeszítés a teljesítmény serkentését eredményezi mind egyszerű, mind pedig bonyolult feladatoknál. Ha például egy igen gyakorlott zongorista előadást tart mások társaságában, a pozitív kimenetelek (taps, csodálat) nagyobb esélye inkább motiválja a muzsikust jobb játékra, mintha egyedül zenélne. Ez a jól felkészült sportolókra is érvényes. *Paulus* modellje magyarázatot ad számos társas facilitációs és inhibíciós jelenségre.

Együttműködő és versengő viselkedés

Egy másik vizsgálatban *Whittemore* (1924) versengő (kompetitív) és nem versengő (kooperatív) csoportokat hasonlított össze. A k.sz.-eknek egy napilapból vett részletet kellett egyedi betűmintával kinyomtatni, minden betűt külön-külön. Mindegyik k.sz. több munkát végzett akkor, ha versengett, mint ha nem. Egyes k.sz.-ek teljesítményének minősége versengés hatására javult, másoké viszont éppen a versengés nélküli helyzetben lett jobb. Ami a feladat végrehajtásának gyorsaságát illeti, a versengés esetén bekövetkező gyorsasági növekedést csak a minőség rovására lehetett elérni. Félig mechanikus feladatban a versengés inkább a gyorsaságra, mintsem a minőségre hat elsődlegesen, még akkor is, ha a k.sz. tudja, hogy az eredmény szempontjából a mennyiség és a minőség egyaránt fontos.

Deutsch (1949) egy jól felépített kísérletében az együttműködés, illetve a versengés csoportfolyamatokra gyakorolt hatását vizsgálta. A k.sz.-eket tíz csoportra osztotta, amelyek a Bevezetés a pszichológiába című kurzus diákjaiból álltak. A csoportokból öt párt állítottak össze, majd a párok közül véletlenszerűen az egyik csoportot együttműködési, a másikat versengési helyzetbe hozták. A kétféle szituációt az instrukciók különböző sorozatával hozták létre, s az instrukciók különbségeitől eltekintve a csoportok ugyanazt a munkát végezték. A kísérlet eredményei alátámasztják az alábbi hipotéziseket (*Deutsch*, 1949):

- az együttműködő egyének inkább érzik magukat pozitív kölcsönös függésben lévőknek, szemben a versengőkkel, akik nem érzik ezt egymással kapcsolatban;
- az együttműködő egyéneknél a hasonló cselekvések nagyobb mértékben helyettesíthetők egymás cselekvéseivel;
- az együttműködő egyének a többiek cselekedeteit nagyobb arányban értékelik pozitívan, ugyanakkor a versengő egyének pedig negatívan;
- az együttműködő egyének nagyobb mértékben kezdeményezik egymás megsegítését;
- az együttműködő személyek inkább segítik, a versengők inkább akadályozzák egymást.

A kétféle csoport között nem volt szignifikáns különbség a helyzet iránti érdeklődés mértékében, a tevékenységre vonatkozó specializáció mértékében, a tanulás mértékében és az idő függvényében sem.

A társas támasz meghatározása

A társas támasznak több dimenziója különíthető el. Egyes szerzők megkülönböztetik a mindennapok szintjén megnyilvánuló támogatási formákat és a krízistámogatást, míg mások mennyiségi és minőségi dimenziót különböztetnek meg. A szerzők többsége a társas támogatásnak három funkcióját különíti el: kognitív, affektív, instrumentális.

Vaux elméletében a társas támogatásnak szintén három eleme szerepel (*Pikó*, 1997):

- a támogatás forrása (network dimenzió),
- a szupportív magatartás (magatartási dimenzió) és
- a támogatottsággal való elégedettség (szubjektív dimenzió).

Shumaker és *Brownell* (1984) szerint a társas támasz erőforrás cseréjére vonatkozik legalább két egyén között, amelyet a támaszt nyújtó vagy a támaszt elfogadó érzékel, és az elfogadó jólétének növelésére irányul (*Weinberg - Gould,* 1988).

A támogató társas viselkedés megnyilvánulhat, mint:

- érzelmi támasz kifejezése (érzelmek),
- elismerő támogatás (teljesítmény visszajelzésére),
- információadás (tanács és szereptisztázás),
- érzelmet tápláló viselkedés felajánlása (empátia),
- a kapcsolatra és a másik személy érzéseire való figyelés.

Ezek a támogató társas viselkedés példái. A támogatottság érzése arra is utal, hogy ha szükség lenne rá, kapnék segítséget. Ez a társas támogatás szubjektivitását emeli ki. Nem mindenki igényli az állandó együttlétet. A társas támaszt a kapcsolatok elérhetősége biztosítja. A támogatott személyek tudják és érzékelik, hogy (a körülöttük élő emberek) törődnek velük, szeretik, megbecsülik, értékelik őket; tartoznak valahová, ahol másoktól különféle erőforrások várhatók (érzelmi, fizikális, financiális).

A támogatott ember identitása stabilabb, önértékelése, közérzete és egész élethelyzete javul, lelki és affektív terhe csökken, valamint csökken az észlelt problémáinak a jelentősége; percepciója kitágul, újabb problémáinak megoldásában hatékonyabb, viselkedése koordináltabb.

A sportolóknak szükségük van a csapattársak, az edzők, a szülők és a barátok érzelmi támaszára. A támasz különösen fontos akkor, amikor a sportoló úgy érzi, hogy nem teljesít jól, de éppúgy fontos lehetőségeinek valóra váltásakor is. Viszont a csapattársaktól és/vagy az edzőtől származó negatív reakciók - mint az erős kritika, gúny vagy a figyelem hiánya - egyszerűen letörhetik a sportolót. Például *Krzyzewski* a Duke Egyetem (USA) kosárlabdaedzője azt mondja, hogy az első dolog, amiről a szezon elején meggyőződik, hogy a játékosok beleillenek-e a csapatelképzelésébe. A versenyre való felkészülési koncepciójának egyik lényeges eleme: olyan hatékony csapatlégkört teremteni, amely magában foglalja a kölcsönös támaszt és egymásra figyelést (*Weinberg - Gould,* 1988).

A társas támasz szerepe a sportban

A közönség és a „hazai pálya előnye"

Ahogy a színházban egy jó előadás elképzelhetetlen közönség nélkül, egy hangverseny hallgatóság nélkül, úgy egy sikeres sportesemény sem nélkülözheti a szurkolókat. Egy sportesemény szurkolói nem passzív szemlélői a versenynek vagy mérkőzésnek, befolyásuk van a mérkőzés kimenetelére, a sportolók teljesítményére.

Számos kutatás foglalkozott a sportban megnyilvánuló támogató társas viselkedésekkel. A társas támogatottság a sportban többféleképpen nyilvánulhat meg. Létezik a csapattagok, versenyzők egymás közötti támogatása edzéseken és versenyeken, mérkőzéseken egyaránt, de az edző és a versenyző, az egyesületvezetés és a csapat közötti társas viszonylatokban is benne rejlik a támogatás, támogatottság vagy ezek hiányának a kérdése. A támogatásnak ez a formája látványosan a csapatsportokban, a sportjátékokban nyilvánul meg, de más sportversenyen is jelentős.

A versenyek, mérkőzések végeredményét számos tényező befolyásolja. *Courneya* és *Carron* (1992) egy elméleti modellt javasol annak megfogalmazására, hogy melyek ezek a tényezők:

- a játék helye - otthon, idegenben;
- környezeti faktorok - tömeg (közönség), utazás, tanulás, szabályok;
- pszichológiai állapotok - versenyzők, edzők, bírók, közönség;
- viselkedési állapotok - versenyzők, edzők, bírók, közönség;
- teljesítmény - első-, másod-, harmadrendű.

A fentiek közül az első faktorba tartozik az, hogy otthon vagy másutt zajló versenyen (mérkőzésen) vesznek-e részt a sportolók. A második teljesítményt befolyásoló tényezőcsoportban található a versenyen jelen lévő közönség. Megfigyelték labdarúgómérkőzéseken, hogy ezer mérkőzés 52%-ában a saját pályán játszó csapat győzött, a mérkőzések 30%-át az idegenben játszó csapat nyerte, míg 18% döntetlennel végződött. Idegen pályán majdnem kétszer annyi mérkőzést veszítenek el, mint hazai pályán. Más beszámolók szerint a hazai csapatok 53-70%-a győz különböző sportmérkőzéseken.

Az önmagát az egyesülettel azonosító szurkoló számára a pályán zajló küzdelem tétje nem csupán az, hogy csapata előnyösebb helyet foglaljon el a bajnoki tabellán, hanem az is, hogy a szurkolás interaktív magatartása révén kollektív kifejezést nyerhessenek legtöbbször nem tudatos, gyakran tiltott vagy elfojtott, ám éppen ezért fontosnak tekintett érzületei. Ebben a helyzetben tehát a kollektív azonosulásnak a személyiség legmélyebb dimenziójával kapcsolatos érzelmi-indulati összetevői is hangsúlyossá válnak.

A szurkolóban olyan törekvések élnek, mint a játékosokban. Egyfajta érdek- és célazonosság áll fenn. Érthető, hogy örömet szerez a sporttevékenység ilyenfajta szemlélése. A siker boldogságot, a kudarc levertséget okoz a szurkolóban is.

A közönség többnyire a hazai csapat oldalán áll a vendégcsapattal szemben. A vendégeknek ellenséges légkörben kell játszaniuk. A szociálpszichológiában bizonyított dolog, hogy az emberek önértékelése szinte kizárólag másoknak róla alkotott értékítéletétől függ. A közönség lebecsülő magatartása és a játékosok önértékelése közötti differencia esetleg további pszichikai terhet jelenthet a vendégcsapat játékosai számára. A nézők befolyását nem szabad lebecsülni. Rokonszenvükkel és bíztatásukkal saját csapatukat támogatják. A vendégeknek nemcsak az ellenféllel, hanem a nézőkkel is meg kell küzdeniük. *Weinberg* és *Gould* (1988) a hazai pálya előnyéről folytatott vizsgálatokat az alábbiak szerint foglalja össze.

A szurkolók azáltal befolyásolják a teljesítményt, hogy támaszt és bátorítást nyújtanak a hazai csapatnak. A vizsgálatok azt mutatják, hogy a csapatok gyakrabban győznek hazai pályán. Ez az előny kisebb a baseballban és az amerikai futballban, míg kosárlabdában és a jégkorongban jelentős. Összehasonlítva a zárt csarnokban és a nyitott stadionokban folytatott sporttevékenységeket, a kutatók lehetségesnek tartják, hogy a teremsportoknál a szurkolók közelsége, illetve zajszintje segíti elő a teljesítmény növekedését. A tevékenység folyamatos menete – a szabályból adódóan – kosárlabdában és jégkorongban megkönnyíti a közönség érzelmi bevonódását, ezzel szerepet játszva a játékosok motiválásában és serkentésében, míg például a baseballban ez a hatás kisebb. A bevonódás megemelkedett szintje tükröződik a magas zajszintben és az érzelmi kitörésekben, mint például a bírók kifütyülése. Annak ellenére, hogy a hazai pálya előnye az egész bajnoki szezonban megnyilvánul, bizonyos esetekben hátránnyá is válhat.

Elemezték a profi kosárlabda-mérkőzések (NBA) kimenetelét, és azt találták, hogy a csapatok az első négy hazai mérkőzés 70%-ában nyertek, az ötödik-hatodik mérkőzésen

46% volt a győzelmi arány, és 38% alá esett a hetedik mérkőzésen. Mérkőzési statisztikákat elemezve megállapították, hogy a vendégcsapatok teljesítménye hozzávetőleg állandó tendenciát mutat, míg a hazai csapatok teljesítménye szignifikánsan romlik, ahogy a játék kritikussá válik. Például kosárlabdában több büntetődobást rontanak el. Így a hazai csapat számára a szurkolói nyomás „fojtóvá" válik ahelyett, hogy segítené őket. Feltételezések szerint a támogató közönség elvárja a sikert, ami megnöveli a játékosok én-tudatosságát, kontrollját, előidézve azt, hogy túl sokat gondolkoznak ahelyett, hogy egyszerűen játszva, automatikusan teljesítsenek, ami a legmagasabb képzettségű játékosok jellemzője.

Az utóbbi időkben úgy tűnik, hogy változás történt a hazai csapatok sikerét tekintve a kosárlabdában (1984 és 1994 között a hazai csapatok 18 egymást követő hetedik, illetve döntő mérkőzést nyertek az NBA rájátszások során). Lehet, hogy az edzők és sportolók tudatában vannak annak, hogy a mérkőzéseken kritikus helyzetben, túl nagy nyomás hatására megnövekszik ez a fajta kontrolljuk, ezért redukálják azt, és engednek a hazai közönség érzelmeinek.

A hazai pálya előnyéhez nagymértékben járul hozzá a közönség, de szerepe van a megszokott körülményeknek (környezetnek), illetve az itt végzett mindennapos edzésmunkának (tanulásnak) is (*Courneya - Carron,* 1992). A hazai pályán a túlzott elvárás a közönség részéről gyakran gátolhatja a saját csapat teljesítményét (*Wright – Voyer – Wright - Roney,* 1995).

A hazai pálya előnyének a sportolók teljesítményére való hatását vizsgálta többek között *Irving* és *Goldstein* (1991) is. Baseball-dobójátékosok teljesítményét elemezték. A vizsgálat célja az volt, hogy meghatározzák a hazai pálya előnyének hatását a sportolók teljesítményére. Feltételezéseik szerint a baseballban fokozottan számít a győzelem szempontjából a hazai pálya. Az eredmények azonban azt mutatták, hogy a baseballban ez az előny kevésbé jelentős, mint az amerikai futballban és a kosárlabdában. Megállapították, hogy a győzelem szempontjából inkább a támadó, mint a védő faktoroknak van jelentősége. Két döntő tényezőt emeltek ki, amely a hazaiak számára előnyt, az idegenbeli csapatoknak pedig hátrányt jelent. Az egyik a környezet ismerete, illetve ismeretlensége, a másik a szurkolók támogatása, illetve ellenségessége.

Az otthoni előnynek egy másik szempontból történő megközelítésében az utazás és a hazai pályától való távolság hatásait vizsgálták kosárlabdázók esetében (*Courneya - Carron,* 1991). Különböző változókat vettek figyelembe, mint például az utazás időtartamát, távolságát, eredményt stb. 1812 mérkőzésből 56%-os volt a hazai győzelmek aránya. A szerzők megállapították, hogy egy-egy faktor megléte önmagában nem elegendő a hazai pálya előnyének magyarázatára. Az egyes faktorok jelentősége sportáganként változó lehet. A tanulási faktor azonban minden sportágnál kiemelt jelentőségű.

Territoriális agresszió

McGuire és munkatársai (1992) az agressziót, mint a hazai pálya előnyének közvetítőjét vizsgálták profi jégkorongozóknál. Feltételezéseik szerint a hazai pálya előnyeként a territoriális agresszió megnövekszik, amihez a közönség támogatása is hozzájárul. Hipotéziseik alapján az otthon játszó csapatok több (szabálytalanságot) agressziót követnek el, illetve azok a csapatok győznek, akiknél gyakoribbak az agresszív megnyilvánulások.

Azt az eredményt kapták, hogy nincs különbség a hazai és a vendégcsapatok játékosainak agresszív megnyilvánulásaiban. Elemezték a győztes és a vesztes csapatokat is, és megállapították, hogy abban sincs különbség, hogy a győztesek vagy a vesztesek több agressziót alkalmaznának. Ahol magasabbnak találták az agresszió mértékét, ott vagy csak

egy csapatot vizsgáltak, vagy csak bizonyos poszton lévő játékosokat. A szerzők arra a következtetésre jutottak, hogy a játékosok agressziója inkább a közönséget ingerli, mint a teljesítményt növeli.

A játékosok az igazságtalan bánásmód felett érzett dühüket nem tudják kiélni a közönséggel szemben, ezért az a pályán az ellenfél felé fordul. Sokszor durvaság, sportszerűtlenség ennek a következménye, ami tulajdonképpen a nézőknek szól. Azonban figyelmeztető lehet az, hogy az agressziónak is szerepe lehet a hazai pálya előnyének alakulásában.

Stressz, coping és sérülés

A sport sajnálatos velejárója a sérülés. A sportsérülések leggyakrabban fizikai, biomechanikai okokra vezethetők vissza, de igen jelentős a különböző pszichoszociális tényezők szerepe is. Az olyan életesemények, mint a sportversenyek - akár sikerrel, akár kudarccal végződjenek -, de még az intenzív edzések is, az egyéntől megkövetelik a stresszel való megküzdés különféle módjait. A sérülések személyiséghátterében olyan tényezők lehetnek, mint a szorongás, a szenzációkeresés és a szociális deficitek (*Udry*, 1997).

Felnőttkori társas kapcsolataink alakulására hatással vannak a gyermekkori szociális kötődéseink. Ezek kedvező alakulása hozzájárul a problémamegoldási és a stresszel való megküzdési (coping) készségünk fejlesztéséhez. A coping folyamata során az egyén kognitív és magatartási szinten erőfeszítéseket tesz a stressz forrását jelentő konfliktus rendezésére. A coping eredménye intraperszonális (személyiség, képességek, készségek) és személyen kívüli (az egyén társadalmi-gazdasági helyzete, társas kapcsolatai) tényezőktől függ. A társas támogatottság a személyen kívüli tényezők közül talán a legfontosabb (*Pikó*, 1997).

Az életesemények és sérülések között jelentős összefüggést mutattak ki. Egy vizsgálatban például két csapatnál ugyanazt az életeseményváltozás-skálát alkalmazva feltárták, hogy különbségek vannak a sérülések arányaiban, ha a csapatok eltérnek az életesemény-változás mértékében (*Cryan - Alles,* 1983).

Sérült serdülőkorú sportolóknál vizsgálták a stressz - társas támasz, coping stílus - és sérülésük összefüggéseit (*Smith - Smoll - Ptacek,* 1990). Eredményeik alapján azon személyeknél volt a legerősebb kapcsolat a negatív életesemények és a sérülések között, akiknél a pszichoszociális követelmények (társas támasz, coping) alacsony értéket mutattak. Ahol a coping-stílus és a társas támasz szintje közepes vagy magas volt, ott a stressz és a sérülés nem mutatott szignifikáns összefüggést. Ebben a vizsgálatban a szerzők a szociális támogatottságot olyan skálán mérték, amely a társas támasz szubjektív egyéni és csoportos feltételeit tárta fel. A coping stílus hatékonyságát az *Athletic Coping Skills Inventory*-val mérték (*Smith* és mtsai, 1990).

Összegezve az állapítható meg ezen vizsgálat alapján, hogy a társas támasz és a coping feltételeinek megléte csökkenti a stresszből fakadó sérülékenységet. Az ellenálló képesség növelhető, ha a sportolókkal különböző coping-módokat sajátíttatnak el, illetve a támogatottság mértékét növelik. A társas támaszt növelő programba például beletartozik az edzők képzése és a csapatszerkezet javítása is.

Egy másik vizsgálatban sérült, térdműtéten átesett sportolókat vizsgáltak abból a szempontból, hogy a stresszel való megküzdésnek és a társas támasznak milyen szerepe van a műtét utáni rehabilitáció időszakában. A coping-stratégiát a Endler és Parker-féle *Coping with Health and Injury (CHIP)* skálával mérték (*Udry*, 1997). A társas támaszt a *Brown* és munkatársai (1987) által kifejlesztett *Social Support Inventory (SSI)* segítségével

mérték. A k.sz.-eket vizsgálták műtét előtt, valamint műtét után 3, 6, 9 és 12 héttel. A vizsgálatnak három célja volt:

- A coping-stratégia leírása.
- A társas támasz és a coping időbeli változóinak vizsgálata.
- Befolyásolja-e a rehabilitációt a társas támasz és a coping?

Az eredmények értelmében a leggyakoribb coping-stratégia az úgynevezett „instrumentális coping" volt. Az időbeli változóban az úgynevezett „palliative coping" (segédszerek használata a megküzdés során) fluktuált a leginkább. A társas támasz mértéke a vizsgált mintánál meglehetősen magas volt, ennek ellenére nem mutatott szignifikáns kapcsolatot a rehabilitáció folyamatával. Ez ellentmond olyan korábbi vizsgálatoknak, ahol specifikusan a rehabilitációra vonatkozó társas támaszt mérték, míg itt az általánosat (*Duda*, 1989). Több szerző felhívja a figyelmet arra, hogy hasonló helyzetekben a támogatás speciális azonosítására van szükség.

Összegzés

A társas támasznak az élet számos területén fontos szerepe van, így a sportban is, ami szintén társas, sőt társadalmi környezetben zajlik. Lényeges szerepe van a teljesítmény alakulásában a támogató társas viselkedéseknek.

A korai szociál- és sportpszichológia kísérleti eredményei is bizonyították, hogy a társak – együttműködő, versengő, megfigyelő – jelenléte döntően befolyásolja a (sport)telje-sítmények alakulását. A versenyeken részt vevő sportolók (egyéni, csapat-) teljesítményét a társak és ellenfelek jelenlétén kívül a közönség támogató vagy ellenséges magatartása is nagymértékben alakítja. A kutatások jórészt a hazai pálya előnyével foglalkoznak, amelynek több összetevője is van, és ezek jelentősége sportáganként eltérő lehet.

Különböző sportágakban végzett kutatások eredményei alapján megpróbáltam érzékeltetni, hogyan nyilvánul meg a társas támasz a sportban. Ezek a vizsgálatok többnyire mennyiségi szemléletűek a jelenség megközelítésében, azonban így is számos érdekes eredményt mutatnak be a sportsérülések, a coping és a társas támasz kapcsolata, a sportolók és a közönség agressziójának kölcsönhatása kérdéseiben.

Irodalom

Allport, F. H. (1920): *A csoport befolyása az asszociációra és a gondolkodásra.* In: Csepeli Gy. (szerk.): A kísérleti társadalomlélektan fő árama. Gondolat. Budapest. 1981. 52-65. p.

Courneya, K. S. - Carron, A. V. (1991): Effects of Travel and Length of Stand/Road Trip on the Home Advantage. *Journal of Sport and Exercise Psychology,* 13. 42-49.

Courneya, K. S. - Carron, A. V. (1992): The Home Advantage in Sport Competitions: Literature Review. *Journal of Sport and Exercise Psychology,* 14. 13-27.

Cryan, P. D. - Alles, W. F. (1983): The Relationship Between Stress and College Football Injuries. *Journal of Sports Medicine,* 23. 52-58.

Deutsch, M. (1949): *Az együttműködés és a versengés hatása a csoportfolyamatokra.* In: Csepeli Gy. (szerk.): A kísérleti társadalomlélektan fő árama. Gondolat. Budapest. 1981. 239-275. p.

Duda, J. L. - Smart, A. E. - Tappe, M. K. (1989): Predictors of Adherence in the Rehabilitation of Athletic Injuries: An Application of Personal Investment Theory. *Journal of Sport and Exercise Psychology,* 11. 367-381.

Irving, P. G. - Goldstein, S. R. (1991): Effect of Home-Field Advantage on Peak Performance of Baseball Pitchers. *Journal of Sport Behaviour,* 1. 23-27.

McGuire, E. J. - Widmeyer, W. N. - Courneya, K. S. - Carron, A.V. (1992): Aggression as a Potencial Mediator of the Home Advantage in Professional Ice Hockey. *Journal of Sport and Exercise Psychology,* 14. 148-158.

Moore, J. C. - Brylinsky, J. (1995): Facility Familiarity and Home Advantage. *Journal of Sport Behaviour,* 3.

Pikó B. (1997): Coping - Társas kapcsolatok - Társas coping. *Pszichológia,* 4. 391-399.

Smith, R. E. - Smoll, F. L. - Ptacek, J. T. (1990): Conjuctive Moderator Variables in Vulnerability and Resiliency Research: Life Stress, Social Support and Coping Skills, and Adolescent Sport Injuries. *Journal of Personality and Social Psychology,* 2. 360-370.

Shumaker, S. A. - Brownell, A. (1984): Toward of social support: Closing conceptual gaps. *Journal of Social Issues,* 40(4). 11-36.

Triplett, N. (1898): *Mozgást előidéző tényezők az iram megszabásában és a versenyben.* In: Csepeli Gy. (szerk.): A kísérleti társadalomlélektan fő árama. Gondolat. Budapest. 1981. 36-51. p.

Udry, E. (1997): Coping and Social Support Among Injured Athletes Following Surgery. *Journal of Sport and Exercise Psychology,* 19. 71-90.

Weinberg, R. S. - Gould, D. (1988): *Foundation of Sport and Exercise Psychology.* Human Kinetics. USA. 1995.

Whittemore, I. C. (1924): *A versengés hatása a teljesítményre: kísérleti vizsgálat.* In: Csepeli Gy. (szerk.): A kísérleti társadalomlélektan fő árama. Gondolat. Budapest. 1981. 71-95. p.

Wilke, H. - Knippenberg, A. (1988): *A csoportteljesítmény.* In: Hewstone-Stroebe-Codol-Stephenson (szerk): Szociálpszichológia. Közgazdasági és Jogi Könyvkiadó. Budapest. 1995. 343-379. p.

Wright, E. F. - Voyer, D. - Wright, R. D. - Roney, C. (1995): Supporting Audiences and Performance Under Pressure: The Home-Ice Disadvantage in Hockey Championships. *Journal of Sport Behaviour,* 1. 21-38.

Social support in sport

Sándor Nagy
Consultant
(Hungarian University of Physical Education, Section Multimedia)

This study deals with a socialpsychological phenomenon – social support – which plays an important role in several human activities. Thus it has influence on sport performance as well. The study starts from the results of empirical socialpsychological researches approaching social support. These researches examine the person's performance in the presence of other people for example social facilitation and inhibition, as well as cooperative and competitive behaviours. The study continues with describing different dimensions and definitions of social support and its most important effects on sports. It summarises the effect of support of audience and the home advantage on athletes' sport performance as well as stress, coping, injuries and interrelations of supporting social behaviour based on the results of examinations of different sports. Then territorial aggression, the relation between aggressive behaviour of athletes and the supportive audience are discussed. This complex study is still not complete but it can provide a starting point for researches that will be conducted in the field of social support in Hungary.

Sport és politika az antikvitásban
Augustus és a görög sportversenyek

Maróti Egon
egyetemi tanár
(József Attila Tudományegyetem,
Ókortörténeti Tanszék)

Ellentétben azzal az általános vélekedéssel, amely szerint a Római Birodalomban a görög sporthagyományokkal szembeni értetlenség vált volna uralkodóvá, számos bizonyíték van arra, hogy a császárok igenis fogékonyak voltak a hellén sport szellemisége iránt. Augustus, Róma első császára az Actiumi és Nápolyi Játékok megrendezésével, illetve olümpiai rangúvá emelésével adta jelét mindennek. Az új versenyek szabályai érdekes felvilágosítást adnak a vis maior-esetek értelmezéséről. Ennek tanulságai az olümpiai versenyek szempontjából sem érdektelenek. Augustus korában folytatódott a hagyomány, amely már a hellenisztikus kort is jellemezte. A világjáró atléták lehetőség szerint minden jelentős versenyen, így a császár által támogatott rendezvényeken is részt vettek.

Ismeretes, hogy Augustus az ősök hagyományára (*mos maiorum*), a régiek példájára (*norma veterum*) hivatkozva számos ősi római hagyományt elevenített fel, de még több fontos, jelentős újítást vezetett be a maga személyes hatalmának körülbástyázása céljából. Hasonlóképpen nem egy görög versenyjáték felújítását, jelentőségének megnövelését kezdeményezte, azért is, hogy a birodalom görög, hellenizált alattvalói körében növelje népszerűségét, előtérbe állítsa személyét, tetteit kultikus szférába emelje.

Ebben a vonatkozásban a két legnagyobb jelentőségű kezdeményezése, intézkedése az Actiumi, illetőleg a Nápolyi Játékok újjászervezése, rangjának megnövelése.

I.

Az Actiumi Játékok az Antonius fölött Kr.e. 31. szeptember 2-án[1] az Ambrákiai-öbölben aratott tengeri győzelméhez kapcsolódnak. A triumvir-társa elleni diadal lényegében biztosította az egyeduralmat az „ifjú Caesar" (*Caesar iuvenis*), azaz C. Octavianus számára, ahogyan ő magát hivatalosan sohasem nevezte.

A siker valójában elsősorban hadvezére, M. Vipsanius Agrippa fölényes stratégiájának eredménye volt. A közvélemény előtt azonban nem ez a tény került előtérbe. Egyrészt azért, mert nem lett volna célszerű a mégoly lojális barát és vő hadvezéri érdemeit különösebben méltatni. Másrészt azért, mert a későbbi princeps, Octavianus Augustus a győzelem mitikus indoklását kezdeményezte, isteni támogatással kívánta glorifikálni - mint egykor az ellenségeiken diadalmaskodó keleti uralkodók. Ez a propagandacélzat a korabeli

és a későbbi irodalomban is számos esetben megragadható.[2] A misztifikálásra, a győzelem s a majdani egyeduralom glorifikálására az a véletlen adott alapot, hogy a csata színhelye fölött magasló szirtfokon egy Apollo-szentély állt. A „magyarázat", a propaganda lehetősége kézenfekvő volt: a csatát az istenség akarata döntötte el; Octavianus győzelme, s ezzel (majdani) egyeduralma tehát isteni akaraton alapszik. Ezt követően Apollo alakja mind nagyobb szerepet, jelentőséget nyert Augustus valláspolitikájában, amit a korabeli irodalomból ugyancsak részletesen ismerünk.[3]

Az első intézkedések sorában restaurálták s gazdag ajándékokkal látták el az Apollo-szentélyt, és az istenség tiszteletére az addig kétévenként rendezett helyi versenyeket *Actia* néven négyévenként tartott olympiai rangú (isolympios) versenyekkel váltották fel,[4] s besorolták az olympiai ciklus, a *periodos* négy hagyományos versenye közé.[5] A rendelkezésekről Suetonius egyebek között így számol be: azért, hogy az actiumi diadal emlékezete az utókor előtt is minél dicsőbb legyen, felépíttette Actium mellett Nikopolist (= a győzelem városa), és ott ötévenkénti[6] versenyjátékokat alapított.[7]

A versenyek programja az olympiai jellegtől több eltérést mutat. Így, nyilván a helyi hagyományok, s részben Apollo kultuszának hatására, az atlétikai és lovas versenyek mellett itt zenei versenyeket is tartottak. Továbbá: az Olympián (amiként a Pythián is) az atlétikai küzdelmeket két korcsoportban tartották: a *paides* (= „gyerekek", azaz fiatalkorúak) és az *andres* (férfiak, tehát felnőttek). Az *Actián* (akárcsak az Isthmián és a Nemeán és általában egyebütt is) három korcsoport szerepelt: *paides* (erre ma azt mondanánk, hogy serdülők), *ageneioi* (= szakálltalanok, mondjuk ifjúságiak) és az *andres*, a felnőttek.

Az újjászervezett versenyt először Kr. e. 27-ben tartották, mégpedig ekkor s ettől kezdve mindig szeptember 2-án nyitották meg, azaz az actiumi csata évfordulóján. Később a Kr. u. 37 és 41 között uralkodó eszelős Caligula betiltotta Rómában az actiumi győzelem megünneplését, mint a római nép számára gyászt és kárt okozó eseményt (Suet. *Calig.* 23,1). Valójában azért, mert Antoniának, Antonius kisebbik lányának az unokája, tehát Antonius dédunokája volt. Ez a tilalom azonban nem befolyásolta az Actiumi Játékok folyamatos megrendezését, aminek utolsó ismert dokumentuma, egy egyiptomi papirusz, Kr. u. 275-ből származik.[8]

A következő fontosabb idevágó eseményre Kr. u. 2-ben került sor. Ekkor nyitották meg a görög alapítású Neapolisban - a mai Nápoly helyén -, a dél-itáliai görögség egyik legfontosabb kulturális és gazdasági központjában a következő olympiai rangra emelt versenyjátékokat. Ezek előzményei a korábban Aphrodité, illetőleg Parthenopé tiszteletére kétévenként tartott helyi játékok voltak.[9] A versenyeket ezt követően Augustusnak mint Aphrodité-Venus leszármazottjának tiszteletére rendezték meg. Suetonius erről így emlékszik meg: ... meglátogatta a tiszteletére alapított ötévenkénti versenyeket.[10] A játékok hivatalos neve ettől fogva, utalással *Augustusra Italika, Romaia, Sebasta isolympia* volt, azaz az olympiai rangú itáliai-római *Augustalia.* A görög *sebastos/a* melléknév ugyanazt jelenti, mint a latin *augustus/a:* fenséges.

A játékok műsorán az olympiai rendnek megfelelően most már csak atlétikai és lovas versenyek szerepeltek; az előbbieket pedig csak két korcsoportban rendezték, a fiatalkorúak és a felnőttek számára; a korhatár 20 év körül volt, bár a versenybírák itt is, mint általában, a különben is kétséges igazolhatóság helyett a pályázók testi fejlettségét vették alapul...

II.

Ami a Nápolyi Játékokat illeti, ezeket az *Actiá*val azonos évben tartották, s nyilván szintén nem véletlenül a korábban *sextilis*nek, az uralkodó tiszteletére *augustus*nak elnevezett hónapban. Ily módon a versenyzőknek módjuk nyílt, hogy a nápolyi versenyek után útra keljenek, és részt vegyenek az Actiumi Játékokon is,[11] ahogyan a költő Statius *Silvae* című munkájából (II. 2, 6-8.) kiviláglik.

A versenyek idejének, színhelyének egyeztetése, ahogyan ma mondanánk, a nemzetközi versenynaptár összeállítása, mind nagyobb körültekintést igényelt annak megfelelően, hogy a császárkor folyamán hatalmas mértékben elszaporodtak a különböző versenyek, s szinte minden magára valamit is adó *polis* épített stadiont, és rendezett szabályos időközönként versenyeket. Ezt a szervezési feladatot az atléták „nemzetközi", ökumenikus szervezete látta el. A Kr. u. I. században kialakult az atlétáknak egy olyan szervezete, amely az egész Földközi-tenger mellékének, elsősorban a keleti régiónak a sportolóit egyesítette. A szervezet székhelye eredetileg az Anatóliai-félszigeten volt, majd Rómába települt át, ahol Antoninus Pius Kr.u. 143-ban telket adományozott számukra. A szervezet hivatalos épülete, az *athletarum curia* közvetlenül Traianus fürdője mellett állt. Itt tartották tanácskozásaikat, itt volt a szervezet irattára. Az atlétaszövetség célja, feladata tagjainak érdekvédelme volt: a versenyek időpontjának egyeztetése, az atléták utazásainak elősegítése, díjak elosztása, ünnepségek, temetések rendezése stb. A szövetségnek elnöke, titkára, pénztárosa és papjai voltak. A tisztségek szétosztása elsősorban a pályafutásukat befejezett sportolók korábbi eredményei alapján történt; így ezek jobbára egykori - olykor nem is egyszeres - olympiai bajnokok voltak. Elgondolkodtató megoldás...!

III.

A különböző játékok idejének egyeztetése mellett természetesen szabályozták az egyes versenyeken való részvétel feltételeit is. Ezek magától értetődő módon minden lényeges kérdésben általában minden versenyen hasonlók voltak. A nápolyi *Sebasta* versenyszabályzatára vonatkozóan véletlenül rendelkezésünkre áll egy körülbelül hatvan soros, ám igen töredékes, hézagos dokumentum, egy Olympiában talált felirat (I. 01. 56.). Ennek néhány pontja figyelemre méltó, egy vonatkozásban pedig alaposabb vizsgálódást érdemel.

A szövegből megtudjuk, hogy az atlétikai számokat két korcsoportban tartották, 17-20 évesek, illetve annál idősebbek számára, éppúgy mint az olympiai játékokon (10-12. sor). A résztvevők a kötelező harminc napos felkészülés idejére korcsoportonként meghatározott ellátmányt kaptak (13-14.); az előírás ismerteti a győztesek díjazását, a győzelem kihirdetésének lebonyolítását (15-16.); részletezi a pályázók jelentkezési kötelezettségét, regisztrálásukat, az esetleges késés indokait, ezek kivizsgálását (23-29.); erre alább részletesen visszatérünk. Szó van még az atléták eskütételéről (28.), az atlétikai és lovasversenyek számairól (42-45.); a játékok esetleges megzavarásának, a csalások kivizsgálásáról és megbüntetéséről (42-47.) stb., végül az Augustus tiszteletére rendezett zenei versenyekről.[12]

Mint jeleztem, a szabályzat egy vonatkozásban alaposabb vizsgálatot érdemel, nevezetesen a részvétel feltételeivel kapcsolatban. A pánhellén versenyekre az atlétáknak személyesen és időben kellett jelentkezniük: aki a kijelölt időpont után érkezett, azt kizárták a versenyből.[13] Kivételt jelentett, ha a pályázó valami tőle független, elháríthatatlan körülményre, okra tudott hivatkozni, és ennek valós voltát igazolni tudta. A *vis maior* esetе-

ben a versenybíráknak módjuk volt, hogy elfogadják a megkésett atléta jelentkezését. Ezzel kapcsolatban két ókori forrás ad eligazítást.

Az egyik Pausanias elbeszélése (V, 21, 12-14.), amelyből megtudjuk, hogy az alexandriai Apollónios, akinek Rhantés volt a mellékneve, részt akart venni ökölvívásban a 218. Olympián,[14] azonban későn érkezett. Késését azzal próbálta igazolni, hogy a Kyklasok szigetcsoportjánál kedvezőtlen időjárás tartóztatta fel. Ezt az állítását azonban a földije, az ugyancsak alexandriai Hérakleidés - az egyetlen jelentkező rajta kívül - megcáfolta, mondván, hogy azért késett, mert előzőleg az ión városok pénzdíjas viadalán vett részt. Ezzel a mentség elesett, s a versenybírák kizárták a versenyből, illetőleg el sem fogadták a jelentkezését, Hérakleidést pedig ellenfél nélkül (*akoniti*) győztesnek nyilvánították. (A feldühödött Apollónios nem éppen sportszerűen vett elégtételt ellenfelén - ez azonban nem tartozik szorosan a tárgyhoz.)[15]

Pausanias anekdotaszerű elbeszélésének lényegét, témánk szempontjából fontos részét igazolja az említett, ismertetett felirat. A feliratnak ezzel a részével újabban *R. Merkelbach*[16] foglalkozott, javításokat eszközölt a töredék elhelyezésével kapcsolatban, néhány kiegészítést javasolt, aminek révén valamicskével teljesebb szöveget kaptunk.

A felirat 24-26. sorai szerint: „Ha valaki a jelentkezésre megszabott idő után érkezik, jelentenie kell a versenybíráknak késése okát; elfogadható indokok a betegség (nosos), rablók - nyilván tengeri rablók - (*léstai*) támadása, vagy a hajótörés (*naugia*). Minden idegennek vagy neapolisinak biztosítani kell a jogot, hogy az illetőt a versenybíróság előtt megcáfolja; ha rábizonyul (ti. az, hogy hazudott), a versenyrendezőknek ki kell őt zárniuk a küzdelemből.[17]

A Hitzig-Bluemner-féle Pausanias-kommentár[18] feltételezi, hogy a töredékes felirat hiányos részén a tengeri vihar (*cheimón*) is szerepelt. Ez lehetséges. A korabeli római jog mindenesetre együtt, egymás mellett szerepelteti a *vis maior* eseteként a kalóztámadást és a tengeri vihar okozta károkat, ha más vonatkozásban is, a szállító felelősségének, az áruszállítás szavatosságának összefüggésében. Lásd például egy épület leégése, összeomlása, illetve teher- vagy személyszállító hajó elfoglalása esetében.[19] Egy másik tételben Antistius Labeóra (Kr. u. 11-ben) való hivatkozással egyebek között ez áll: ... ha valami végzetes csapás révén következik be, amiről Labeo azt írja, hogy ha valami hajótörés vagy kalóztámadás miatt pusztult el... [20]

De akár szerepelt a feliraton a *vis maior* esetei között a kalóztámadás és a hajótörés mellett a tengeri vihar, akár nem: tény, hogy a kalózok támadásai miatt ezekben az időkben számosan vesztették életüket, közöttük versenyre utazó, vagy onnan hazatérőben levő sportolók, versenygyőztesek, amint erről például Cicero konkrét esetet is említ Kr. e. 59-ben elmondott *pro Flacco* című beszédében (31.): „Hát az, hogy a kalózok megölték a neves adramytteumi férfiút, akinek a nevét majd mindannyian hallottátok, Atyanast, aki ökölvívásban győzött az Olympián".[21] Ez a görögök szemében szinte nagyobb dolog, mint Rómában a diadalmenet[22] (mármint az olympiai siker).

A *vis maior* megjelölt esetei, a tengeri vihar, a hajótörés, a kalóztámadás tehát az egykori körülmények között reális gondok voltak, mentséget jelentettek. A betegségre való hivatkozás már problematikusabb, egyrészt azért, mert egy súlyosabb betegség utáni legyengült kondíció aligha kecsegtetett sikerrel a versenyző számára, másrészt kérdés, hogyan lehetett igazolni. Ennek elbírálására, következményeire vonatkozóan nincsen támpontunk forrásainkban, s a többi objektív tényező mellett nem is azonos jelentőségű...

IV.

Befejezésül essék szó a két tárgyalt verseny néhány jelentősebb győzteséről, néhány érdekesebb alakjáról a játékok korai időszakából.

Az első név szerint ismert actiumi versenygyőztes a pergamoni *Philippos Glykón,* Asklepiadés fia, aki valószínűleg a második *Actia* versenyein, Kr. e. 23-ban aratott győzelmet a felnőttek között birkózásban, ökölvívásban és pankrationban; tehát *triastés* lett.[23] Az ilyen hármas győzelem a nehézatlétikai küzdőszámokban igen ritka eset volt. Ez a siker részben Glykón kivételes adottságaival magyarázható, részben azzal, hogy az *Actia* mezőnye az első időkben még korlátozott lehetett. Glykónról tudjuk, hogy 24-ben, illetve 22-ben győzött az Olympián és a Pythián a felnőttek pankration számában. Ezen kívül is nagyszámú diadalt aratott különböző versenyeken, így az Isthmián is, s mindkét, illetve mindhárom korcsoportban ért el sikereket, így már a *paides* kategóriában a Pythián is. Hírnevére jellemző, hogy Horatius Kr. e. 20. táján írt *epistolae* I. könyvében (1,20) a bajnok győzhetetlen testrészeit (*invicti membra Glyconis*) említi.[24]

Ugyancsak hármas győzelmet aratott az Actiumi Játékokon egy *ismeretlen nevű milétosi* futó, ...kratés fia, mégpedig bizonnyal a következő, harmadik alkalommal, Kr. e. 19-ben. Győztes számai voltak a stadionfutás, a diaulos (kettős stadiontáv) és az azonos távú fegyveres futás. Ugyanezekben a számokban aratott hármas győzelmet a Pythián és a Nemeán is; 20-ban, a 190. Olympián pedig diaulosban szerzett győzelmi koszorút. Egy miletosi és egy didyméi felirat egy sor egyéb versenygyőzelméről számol be.[25]

Három alkalommal győzött az *Actián* ökölvívásban a Maiandros melletti Magnésiába való *Démokratés*, aki ebben a számban periodosgyőztes[26] volt, azaz egy olympiai cikluson belül győzött az Olympián, a Pythián, az Isthmián és a Nemeán. Démokratés különben három alkalommal győzött az olympiai versenyeken is (Kr. u. 25-ben, 29-ben és 33-ban), s azért volt csak egyszeres periodosgyőztes, mert a Pythián csak egy győzelmet aratott.[27]

A *Sebasta* első név szerint ismert győztese a birkózó *Tiberius Claudius Patrobios,* a szíriai Antiokhiából. Neapolisban a század közepe táján aratott győzelmet. Tudjuk, hogy ő is periodosgyőztes volt, mégpedig három olympiai győzelme ellenére szintén csak egyszeres, mivel a Pythián és az Isthmián csak egy-egy koszorút szerzett. Olympiai győzelmei a 207-209. Olympiára tehetők, tehát a Kr. u. 49-53-57. évekre.[28]

Mindkét tárgyalt versenyen győzött, mégpedig pankrationban, a kilikiai *Titus Flavius Artemidóros,* aki neve alapján a Flaviusoktól, feltehetően Titustól kapta római polgárjogát. Versenyzőnk nagyszámú győzelmét az a tábla örökítette meg, amely az apja emlékére állított szobor melléklete volt. Ezen egyebek mellett kettő-kettő az Olympián, a Pythián és a Nemeán, valamint az Actián és Neapolisban a felnőttek között pankrationban elért siker volt. Az Isthmián az ifjúságiak (*ageneioi*) között ugyancsak pankrationban győzött.[29] Artemidóros híre Rómába is eljutott. Bizonyság erre Martialis egyik epigrammájának (VI, 77,3), kissé ironikus megjegyzése.

A fentiekből kiviláglik, hogy a princeps által felkarolt versenyeken kezdettől fogva igen jelentős atléták is részt vettek, ami a rendezvényeknek eleve kitűzött célja volt...

Jegyzetek

1. Lásd Fasti Arvernensis, Fasti Amiternensis; vö. Cassius Dio LI 1,1., I. Lydus, *De mensibus* IV 80.
2. Így pl. Vergilius, *Aeneis* VIII 704-. Propertius IV, 6,27. 57. Tibullus II, 5,17. Suetonius, *Aug.* 29,1. Anth. Palat. IX 513, 5-6.
3. Vö. MARÓTI , Antik Tanulmányok 28 (1981) 1-5.
4. Vö. Strabón VII 7,6 (325 p.)
5. V. GARDTHAUSEN: Augustus und seine Zeit. I. 393-394. II. 206-207. L. MORETTI: Iscrizioni agonistiche greche. Roma 1953, 205. MARÓTI, AntTan 13 (1966) 74-75. M. LÄMMER: Die Aktischen Spiele von Nikopolis. Stadion 12-13. (1986-87) 30. 31. 35.
6. Mai számítás szerint négyévenként, ti. a rómaiak a kezdő csonka évet is beszámították.
7. *Quoque Actiacae victoriae memoria et in posteros celebratior esset, urbem Nicopolim apud Actium condidit ludosque illic quinquennales constituit.* Suet. *Aug.* 18,2. Lásd még Strabón, i.h. Cassius Dio LI 1,2. Synkellos p. 583,17.
8. Vö. LÄMMER, i.h. 29. 1. és 15-16. jz. Különben Augustus az alexandriai győzelme emlékére Egyiptomban is alapított egy Nikopolis nevű várost és az actiumihoz hasonló versenyeket. Lásd Cassius Dio LI 18,1. Vö. H. VOLKMANN, Gymnasium 72 (1965) 329. MARÓTI, AntTan 13 (1966) 74. 1. 33. jz.
9. M. GEER: The Greek Games at Naples c. cikkének (TAPhA 66, 1935, 208. 217) megállapítása szerint a *Sebasta* nem tekinthető a régi játékok közvetlen folytatásának, nincsen olyan forrásadat, amely összekapcsolná őket.
10. Suet. *Aug.* 98?5. Lásd még Strabón V 4,7 (246 p.), Velleius 123,1. Vö. MORETTI: Iscrizioni 175. MARÓTI, AntTan 13 (1966) 75-76.
11. Vö. LÄMMER, i.h. 29. 1. 12-13. jz.
12. Vö. újabban P. SIEVERT: The Olympic Games. Proceedings of an International Symposium on the Olympic Games. Athens 1992, 113. 117. 1. és 2. jz.
13. Pausan. V 21, 13. 14. Plutarch., *symp.* VII 5,1. (704 C).
14. Kr. u. 93-ban; vö. L. MORETTI: Olimpionikai. I vincitori negli antichi agoni olimpici. Roma 1957, 825. sz. Vö. MEZŐ F.: Az olympiai játékok története. Bp. 1929 (=^{2}1978), 218. L. ZIEHEN: Olympia. RE 18 (1939) 6-7. H. BENGTSON: Die Olympischen Spiele in der Antike. Zürich-Stuttgart 1971 (^{2}1972) 30-31.
15. Vö. MEZŐ, i.m. 183. J. EBERT (Hrgs.): Olympia von den Anfängen bis zu Coubertin. Leipzig 1980, 71.
16. Zu den Festordnung für die Sebasta in Neapel. ZPE 15 (1974) 192-193. V. SIEBERT, i.h. 113. 117. 1. és 2. jz. MARÓTI: A Delphoi Pythia Sportversenyei. (Apollo Könyvtár 17.) Bp. 1995, 82-83. 1. és 256-257. jz.
17. MERKELBACH, i.h. 192, 25-26. sor.
18. Pausaniae Graeciae descriptio. Lipsiae 1901, II/1., 425. 1.
19. *De incendio, ruina, naufragio, rate nave expugnata. Dig.* 4.9.3.1. Vö. MARÓTI, AntTan 9 (1962) 217. 1. és 37. 38. jz.
20. *... siquid damno fatali contigit, inde Labeo scribit, siquid naufragio aut per vim piratarum perierit...*
21. *Quid, si etiam occisus est a piratis Adramyttenus homo nobilis, cuius est fere nobis omnibus nomen auditum, Atyanas pugil, Olympionices?* Vö. MORETTI: Olimpionikai 687. Atyanas a 177. Olympián győzött, Kr. e. 72-ben. Lásd. még MARÓTI, AntTan 6 (1959) 214.
22. *Hoc est apud Graecos ... prope maius quam Romae triumphasse.* Vö. MARÓTI, AntTan 13 (1966) 70. 1. és 3. jz.
23. A fogalomhoz lásd MARÓTI, AntTan 32 (1985-86) 3-4.

24. Pályafutására vonatkozóan lásd MORETTI, Iscrizioni 58. sz. Uő.: Olimpionikai 725. MARÓTI, Aetas 1996, 4. sz., 16. 1. R. KNAB: Die Periodoniken. Ein Beitrag zur Geschichte der gymnischen Agone an den 4 griechischen Hauptfesten. Diss. Giessen 1934 (Nachdr. Chicago 1980) 34 1. 34. sz. periodosgyőztesként tartja számon.
25. Pályafutásához lásd MORETTI, Iscrizioni 59. sz. 151-156. 1. Uő.: Olimpionikai 728. sz.
26. A fogalomhoz lásd MARÓTI, AntTan 32 (1985-86) 1-17.
27. Győzelmeiről lásd MORETTI, Iscrizioni 62. Uő.: Olimpionikai 753. 756. és 759. ill. korábban KNAB, i.m. 37. 1. 33. sz.
28. Pályafutására lásd MORETTI, Iscrizioni 65. sz. 174-179. 1. Uő.: Olimpionikai 774. 779. és 784. Neve alapján Tiberiustól kaphatta római polgárjogát.
29. Artemidórósról lásd MORETTI, Iscrizioni 67. sz. Uő.: Olympionikai 815. 820. sz.

Sports and Politics in Antiquity
Augustus and the Greek sports events

Egon Maróti
Professor emeritus
(József Attila University,
Department of Ancient History)

In comparison with the general behavior – according to which the lack of comparison against Greek sports traditions became ruling in the Roman Empire – there are several evidence, that the emperors were susceptible to the mentality of the Greek sport. The first emperor of Rome manifested it with organization of the Actium and Neapolitan Games and with giving them an Olympic rank. The rules of the new competitions gave interesting information about the interpretation of „vis maior" cases. Proves of it are not uninteresting from the point of view of Olympic Games. The tradition that characterized Hellenic Times continued during the reign of Augustus. The competitors travelling worldwide, participated all the outstanding sports events, and so they attented the programmes supported by the emperor, too.

A testvolumen becslése testméretekből

Farmosi István
ny. tudományos főmunkatárs
(Magyar Testnevelési Egyetem,
Egészségtudományi és Sportorvosi Tanszék)

A szerző 43 férfi sportoló adatai alapján, a víz alatti tömegmérések alkalmával mért testméretek felhasználásával többváltozós regressziós egyenletet dolgozott ki a testvolumen becslésére. Úgy találta, hogy az ülőmagasság, a humerus szélessége, a mellkaskerület és a testtömeg bevonásával kialakított egyenlet alkalmas a testvolumen igen kis hibával való becslésére (R = 0,994). A víz alatti tömegméréssel nyert és az egyenlettel számított testvolumen között csupán 0,2 cm^3 differencia adódott (p > 5%).

Bevezetés

Az emberi test térfogatának meghatározására rendszerint akkor van szükség, ha a testsűrűséget, majd ennek felhasználásával a test zsírtartalmát akarjuk felbecsülni. Adódhat még a biomechanikai vizsgálatok során is olyan feladat, amelyhez szükség van az emberi test vagy testszegment térfogatának meghatározására.

A vizsgálat legfőbb célkitűzése a fentiekből következően az volt, hogy a víz alatti tömegmérés alkalmával, az azt megelőzően mért testméretek felhasználásával a térfogatot becslő regressziós egyenletet dolgozzak ki.

Irodalmi áttekintés

A testösszetétel becslésével, és ezen belül a testsűrűség mérésével foglalkozó irodalom mennyisége igen tekintélyes, ebből csupán néhányat említek meg (*Brožek* és mtsai, 1963; *Novak,* 1979; *Pařižková,* 1977; *Sinning,* 1977; *Sloan,* 1967; *Wilmore,* 1983; *Yuhasz,* 1977). Ennek ellenére csupán egy olyan közleményt találtam, amelyben a szerzők arra vállalkoztak, hogy a testvolument testméretekből becsüljék meg. *Weltman* és *Katch* (1978) a testtömeget és a kerületméreteket használták a volumen becslésére. Azt kapták, hogy a testtömeg és a combkerület alapján viszonylag jól becsülhető a test térfogata.

Anyag és módszer

Negyvenhárom férfi sportolót vontam be a vizsgálatba, akik 19,5 évesek voltak a vizsgálat időpontjában. Közülük 10 fő súlyemelő, 26 fő ökölvívó és 7 fő judós volt.

Összesen 21 testméretet mértem *Martin* szerint (*Mészáros,* 1990), amelyek között valamennyi jellegcsoport - hosszúsági, szélességi és kerületméret, valamint a bőrredők és a testtömeg - megtalálható.

A víz alatti tömegméréshez speciális kádat és tenzometrikus elven működő elektromos mérleget használtam. A vizsgált személy övre erősített, állandó súlyú nehezéket viselt a merülés alkalmával, amikor is helyet foglalt a mérleggel összeköttetésben lévő hintán. Merülés közben – amelyből legalább hármat, de szükség szerint többet is végzett a vizsgált személy – ki kellett fújnia a levegőt. A legnagyobb mért tömeget használtam a számításhoz, mivel ekkor fújta ki a legjobban a tüdejéből a levegőt. A mérések alkalmával a víz hőfoka 34-36 °C fok között volt. Meghatároztam a reziduális volument is, Jägerkészülékkel, héliumhígításos módszerrel, a Magyar Testnevelési Egyetem laboratóriumában.

A további számításokhoz a testsűrűség meghatározásához használt alábbi képletből indultam ki:

sűrűség (D) = testtömeg szárazon : [(testtömeg szárazon - testtömeg vízben) : Dv] – Rv;

ahol Dv = a víz adott hőfokhoz tartozó sűrűsége, Rv = reziduális volumen.

A képletből felismerhető, hogy a tört nevezője a térfogatot tartalmazza. Ezt tekintettem függő változónak a további számítások során. Előbb korrelációt, majd pedig többváltozós regressziót számítottam. A regressziós modellhez, lépésenkénti szelekcióval, a számítógép határozta meg azokat a független változókat, amelyekből egy adott F-érték esetén a legmegbízhatóbb egyenlethez jutunk. Az F-értéket 4-nek választottam.

Eredmények

A vizsgált sportolók átlagos testmagassága 173,1 cm, testtömege 70,5 kg, testvolumene pedig 6617 köbcentiméter. Testalkati szempontból középmagas termet, izmos törzs és végtag jellemzi őket.

Az 1. táblázatban a számított testvolumen és a mért testméretek közötti korrelációs együtthatókat foglaltam össze. Az együtthatók három bőrredővastagság kivételével szoros ($r > 0,7$-$0,8$), vagy igen szoros ($r > 0,9$) összefüggést mutatnak. A hosszméretek volumennel való összefüggést jeleznek. A hosszméretek volumennel való összefüggése, a testmagasságét leszámítva, 0,7-0,8 közötti. A szélesség- és kerületméreteknél - a femurszélességet ugyancsak leszámítva - 0,8 és 0,9, illetve az utóbbit meghaladó, tehát 0,9-nél szorosabb összefüggés állapítható meg. A legszorosabb összefüggés ($r = 0,994$) a volumen és a testtömeg között adódott.

1. táblázat

A testméretek és a testvolumen közötti korrelációs együtthatók

Testméretek	r
Testmagasság	0,821
Ülőmagasság	0,795
Felsővégtaghossz	0,779
Csípőtövis-magasság	0,737
Alsóvégtaghossz	0,708
Vállszélesség	0,813
Csípőszélesség	0,882
Humerus szélesség	0,850
Femur szélesség	0,793
Felkarkerület (hajlítva)	0,876
Felkarkerület (nyújtva)	0,878

Testméretek	r
Alkarkerület	0,865
Mellkaskerület	0,937
Combkerület	0,919
Lábszárkerület	0,862
Testtömeg	0,994
Tricepsredő	0,572
Lapockaredő	0,722
Csípőredő	0,766
Hasredő	0,742
Combredő	0,546
Lábszárredő	0,460

A volumen és a testméretek szoros, illetve igen szoros összefüggéséből következően a regressziós egyenlet lépésenkénti kiszámításánál a gép igen sok testméretet vont be az egyenletbe. Ez azt jelenti, hogy a testméretek többsége alkalmas a becslő egyenlet kialakítására. Úgy véltem azonban, főleg a gyakorlati alkalmazhatóság miatt, hogy célszerű a változók számát szűkíteni. Így jutottunk el a 2. táblázatban összefoglalt egyenlethez. Az egyenlet négy testméret alapján az összes variancia 99,4%-át megmagyarázza, és a regresszió fönnállása erősen szignifikáns ($F = 601,02$; $p < 1\%$).

2. táblázat

Többváltozós regressziós egyenlet

Testméretek	b
Ülőmagasság (x1)	-0,0794
Humerus szélesség (x2)	0,2008
Mellkaskerület (x3)	0,0524
Testtömeg (x4)	0,9459
Constans (a)	0,3366
R	0,9940
se	1,12
F	601,02
FG	37/5

A továbbiakban a víz alatti tömegméréssel nyert és az egyenlettel számított testvolument egymintás t-próbával hasonlítottam össze. A mért volumen 6617 cm^3, míg az egyenlettel számított 6616,8 cm^3. A differencia 0,2 cm^3, amely a t-statisztika szerint ($t = 1,203$) nem szignifikáns ($p > 5\%$).

Megállapíthatjuk tehát, hogy a kidolgozott többváltozós regressziós egyenlet alkalmas a testvolumen testméretekből való becslésére. Alkalmazásával kapcsolatban annyi megjegyzés tehető, hogy az egyenlet elsősorban sportolókra, illetve a nehézatléták csoportjára érvényes.

Irodalom

1. Brožek, J. - Grande, F. - Anderson, J. - Keys, A. (1963): Densitometric analysis of body composition: revision of some quantitative assumption. *Ann. N.Y. Acad. Sci,.* 113/114.
2. Mészáros J. (Szerk.)(1990): *A gyermeksport biológiai alapjai.* Sport. Budapest. 38-48. p.
3. Novak, P. L. (1979): *Methods of body composition determination.* In: Novitny, V. V. - Titlbachová, S. (Eds.): Methods of Functional Anthropology. Universita Carolina Pragensis. 97-114. p.
4. Pařižková, J. (1977): *Body fat and physical fitness.* Martinus Nijhof B.V. Medical Division, The Hague. 279 p.
5. Sinning, W. E. (1977): Body composition analysis by body densitometry. In: Marlene, A. - Brame, J. (Eds.): *NAGWS Research Reports,* 3. 138/152.
6. Sloan, A. W. (1967): Estimation of body fat in young men. *Journal of Applied Physiology,* 311-315.
7. Weltman, A. - Katch, V. L. (1978): A non population-specific method for predicting total body volume and percent fat. *Human Biology,* 2. 151-158.
8. Wilmore, J. H. (1983): Body composition in sport and exercise: direction for future research. *Medicine and Science in Sport and Exercise,* 1. 21-31.
9. Yuhasz, M. S. (1977): *Physical fitness manual.* University of Western Ontario. London, Canada. 150 p.

Body volume estimated from body parameters

István Farmosi
Retired senior research worker
(Hungarian University of Physical Education,
Department of Health and Sport Medicine)

The author has worked out a multivariant regressional equation based on the data of 43 male swimmers with the use of their body parameters, measured underwater, to estimate body volume. He found that the equation created from the height of sitting, the width of humerus, the perimeter of the chest and the body mass is suitable for the estimation of body volume with a small error (R=0,994). There occured only a 0,2 cm^3 difference (p>5%) between the body volume measured underwater and the one obtained with the equation.

A vizuális kontroll szerepe az óvodások és kisiskolások labdabiztonságában

Rigler Endre
egyetemi docens
(Magyar Testnevelési Egyetem, Sportjáték Tanszék)

Derzsy Béla
egyetemi adjunktus
(Magyar Testnevelési Egyetem, Torna Tanszék)

Labdázni mindenki szeret, a kisgyerektől a felnőttekig. Izgalmas kérdés, hogy miért, de az is, hogy milyen eredményességgel. A tanulmány a labdafogás biztonságát vizsgálja 40-10 éves óvodás, kisiskolás leányok és fiúk 70-70 fős mintáján. A szerzők az eltérő életkorhoz igazodó távolságból (3-tól 10 méterig), különböző típusú és átmérőjű labdákkal végzett dobások – a látás korlátozása nélkül, illetve az egyik szemet elfedő szemüveg használatával történő – elfogásának sikerességét vizsgálják. Az eredményeket az életkor, a nem, a labdatípus és a látási körülmények szerinti csoportosításban mutatják be.

1. Bevezető gondolatok

Szeretünk játszani. Még inkább szeretünk a labdával játszani. Amikor a „miért" után kérdezünk, legtöbbünkben zavar támad, s a választ félszegségünk diktálja: „Mert jó." De tényleg, miért jó labdázni, a labdával "foglalkozni" kortól, nemtől, előképzettségtől függetlenül?

Mert *gömbölyű*, gurul, ám pályája némi gyakorlás után mégis kiszámítható.

Mert *pattog*, s ezáltal útjának alakításában a véletlennek is szerepe van.

A kiszámíthatatlan labda ugyanis könnyen becsap bennünket, ami az első dühös pillanatok után mégiscsak nevetésre késztet. Pláne így van ez, ha megtévedt ellenfelünk „nyúl a labda mellé" !

Mert *színes*, mert *jó megfogni*, *változó mérete* lévén éppúgy beleillik a kisgyermek tenyerébe, mint ahogy a sportjátékos marokfogásába.

Mert sokkal *gyorsabb* tud lenni, mint mi, de mégis meg tudjuk szelidíteni.

Mert *egyedül is* eljátszhatunk vele, de van-e nagyobb öröm annál, ha együtt labdázunk és valamennyiünk közös sikere a célba juttatott labda? És azt is meg kell említenünk, hogy *nézni is élmény*, ha mások labdáznak és azt magas színvonalon teszik.

Közel sem állítjuk, hogy valamennyi szempontot felsoroltuk, amelyekkel a labda iránti vonzalmunkat magyarázni szoktuk.

A labdával való találkozásra, a „labdakezelés", „labdaérintés" fogalmakat használjuk a leggyakrabban. (Némi képzavarral a lábbal történő átvételt is labdakezelésnek hívjuk, feltehetően azért, mert megfelelő technikai színvonal esetén olyan biztonságos lehet ilyenkor is a labda feletti uralom, mintha tényleg kézben tartanánk.)

2. A probléma elméleti hátteréről

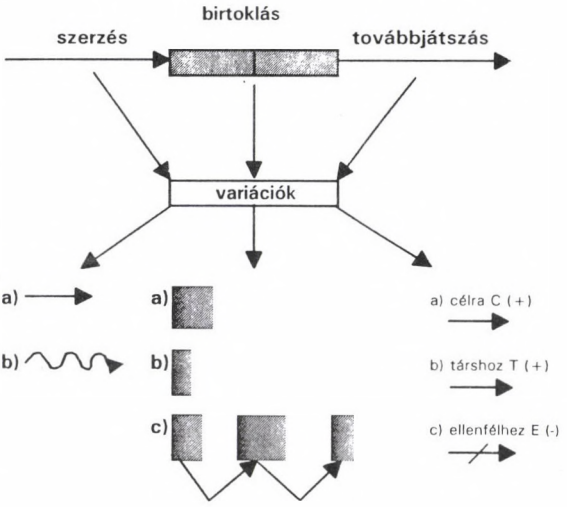
Amint közelebbről kezdjük elemezni a labdával való találkozást, megállapíthatjuk, hogy a látszólag egyszerű feladat: „Fogjuk meg!" nem is olyan egyszerű!

Az ember és a labda találkozásában - makroszkópos mozgásanalízis révén - három lényeges momentumot tudunk elkülöníteni: *labdakezelés, labdabirtoklás, továbbjátszás* (1. ábra).

A valóságban ezen részfázisok sokszínű variációban fordulnak elő, néhány típust felvillant maga az ábra is.

A szerzés lehet nagyon egyszerű, mert nem különösebben törekedtünk érte, hiszen nekünk dobta a társunk. Már nehezebb, ha mi megyünk a labdáért, és azt például egyenes vonalú, rövid idejű mozgással el is érjük (*a*). Mind a gyermekek különösebb elképzelést nem tartalmazó úgynevezett ötletjátékában, mind a „nagyok" egymással vívott küzdelmében sokszor igen körülményes (eltérő irányú, intenzitású és bonyolultságú) mozgások elvégzésére kényszerülünk labdaszerzés címén. Ezt szimbolizáljuk a „b" pontba rajzolt görbével.

A *birtoklás* momentuma a labda-ember találkozás pillanatától a labda feletti uralmon át addig tart, amíg kontaktusunk a szerrel fennáll. A *megmarkolás* ideje változó: 1-2 másodperctől (a) a többszöri, más közbeavatkozót nélkülöző *labdavezetésen* (c) át akár a másodperc tört része (8,9) alatt végzett *impulzusszerű labdaérintésig* (b) egyaránt tarthat.



1. ábra
A labdakezelés fázisai alapvető variációinak vázlata

A labdatovábbítások sokszínűsége ugyancsak három fő csoportba sorolható: úgymint a) célba (C), b) társhoz (T) történhet. (Mindkettő megoldást pozitívnak tartjuk.) De történhet ellenfélhez (E) is, amit a c) variáció említ, és amit sikertelennek minősítünk.

Nem véletlen, hogy a továbbítás sikerességét legtöbbször a célzás eredményességével kapcsoltan jellemezzük, hiszen ez a fázis az egész labdakezelés értelmét, minőségét kifejezi.

Az ok-okozati viszonyok láncolata miatt a labdakezelés a labda megszerzésével kezdődik. Ezért is fordultunk a megszerzés, az elkapás fázisának kísérleti vizsgálata felé.

Nézzük az alapproblémát!

Különböző távolságról száll felénk a labda. A vizuális érzékelés precizitása közvetíti a látott képet: a messzebbről induló, s egyre nagyobbnak tűnő, felénk érkező labdát. Az érzékelésnek két alapkérdést kell megválaszolnia:

- kiválasztani a repülő tárgyat (esetünkben a labdát) a környezetből;
- pillanatról pillanatra identifikálni kell a helyét, majd ezekből a villanásnyi diagnózisokból olyan, a röppályára vonatkozó információt kell szintetizálni, amely a tárgy szakadatlan követését teszi lehetővé. A *vizuális felismerés* és a *téri lokalizáció* nem teljesen független egymástól, bár strukturális bázisuk az agy különböző helyéhez kötődik. Míg a tárgyak felismerése az agy látókérgi és egyes alsó területeire korlátozódik, addig a lokalizációért a látórendszer másik, az agy felső részéhez közelebbi ága tehető felelőssé. (A jelenséget *Mishkin* és *Appenzeller* állatkísérletei nyomán (7) *Haxby* és munkatársai (4) igazolták embernél.)

A téri lokalizáció önmagában is összetett probléma. Egyrészt a tárgynak a környezetétől történő *elkülönítését* kívánja, másrészt pedig - a tér három dimenziója segítségével - a tárgy tőlünk való *távolságát* és *mozgását* írhatjuk le általa.

A két szemmel való látás előnyt jelent a távolságészlelésben az egy szem használatához képest. Mivel a két szem bizonyos távolságra van egymástól, igen finom felbontással – „nézőpontjukból" adódóan - eltérő képet közvetítenek. Ezek között - nagy pontosságú vizsgálattal kimutatható módon - igazolható a különbség. Szabályos működés esetén, a két nézőpontból felvett kép egyesülése révén, a mélység érzékelésére nyílik lehetőségünk (5,1).

A tárgy felismerésében az alak, a méret, a szín, a felszín, kiterjedésének, majd mozgásának iránya egyaránt közrejátszik. Ezekből, *Biderman* és *Ju* (2) vizsgálata értelmében, az alak tekinthető a leginkább meghatározónak.

Lehet, hogy maga a „gömbforma" az oka annak, hogy felismerésére már a kora gyermekkorban gazdag példát látunk. (A pszichológiában az alaklélektan vagy Gestaltpszichológia ad tág teret az ilyen típusú vizsgálatokra. *Treisman* és *Gormican* (11) például éppen azt igazolta, hogy a „görbe alakú vonal" mintegy „kiugrik", s ezáltal azonnal felismerhetővé válik az egyenesek között. Megtalálásának ideje egyáltalán nem függ attól, hogy hány vonal van körülötte.)

Nem zárható ki azonban az a tény sem, hogy a labda az az eszköz, amely minden kisgyermek játékai között megtalálható! A „megszokás", akár egy régi ismerős esetében, segít a gyors felismerésben még akkor is, ha változhat a mérete (átmérője), színe és anyaga. Ez utóbbi megítéléséért és minősítéséért azonban már más érzékszerv, a tapintás felelős!

Gyakorlati megfigyelésekre alapozó munkák (6,12), nemkülönben saját tapasztalataink megerősítenek bennünket abban, hogy a labdával való bánni tudás képessége - a mozgásfejlődés kétségtelen irányát követve - nagy hullámzást mutat. A fejlődés egyenetlensége a korosztályokat jellemző tendenciákban is felismerhető, miközben az individuális teljesítmények különösen nagy variációterjedelem alapján alakulnak. (A dobás egyenletességében kifejeződő „pontossággal", valójában a teljesítmény-konstancia sajátos megnyilvánulásával kapcsolatosan, 10-18 évesek esetében saját megfigyeléseinkről is beszámolhatunk [10].)

Frenkenburg és munkatársa (3) közlésében néhány tipikus labdás teljesítmény életkori megjelenéséről olvashatunk. Ezek szerint a gyermek:

- 19,8 hónapos korában feje fölött el tudja dobni a labdát;
- 20,0 hónapos korban előrerúgja a labdát;
- 46,8 hónapos korában képes a visszapattanó labdát is elkapni.

A korai gyermekkor (1-3 év) végére a gyermek „labdakezelését" az egykezes felső, kétkezes alsó és kétkezes felső dobás végrehajtása egyaránt jellemzi, sőt a megfogás és a labda elkapásának kezdetei is erre az életkorra esnek.

Megfigyelve a kisgyermek „dobásait", bennük inkább a „lökést", de legalábbis igen gyakran valamiféle „toló mozgást" tudunk felismerni. Előbb „dobja el" a labdát, mint ahogy azt gurítja, de úgy kétéves korára már kialakul a dobás, sőt 1-2 méterről a felé ívelten dobott labdát már egyre többször el is kapja. Ilyenkor a dobás irányába fordul, a labdát szemből várja.

A dobás kezdeti formájára az jellemző, hogy vállból történik, és csak hosszas gyakorlás következtében kapcsolódik be a felkar, a könyök- és a csuklóízület.

A labda fogása, pontosabban „megfogása" még sokáig probléma marad. A fejlődési ütem megragadása jelen munkánk központi gondolata.

3. Kérdésfeltevéseink

Az irodalom akár érintőleges tanulmányozása során is nagyszámú kérdés vetődik fel a kisgyermekek labdabiztonságával kapcsolatban. Különösen izgalmas a kisgyermek szenzomotorikájának megfigyelése: a szem-kéz koordináció alakulásának akárcsak keresztmetszeti vizsgálatokkal történő kifejezése. A speciális modellhelyzetek beállításával végzett kísérletek számos kutatónak, gyakorló mozgáspedagógusnak adtak már eddig is munkát.

Felvetődik, hogy

- milyen teljesítményalakulással találkozunk a labdaszerzés, labdafogás tekintetében óvodások és kisiskolások mintájának keresztmetszeti vizsgálatában?
- hogyan alakul a leányok és fiúk labdafogásban kifejeződő biztonsága a kiscsoportos óvodásoktól a 4. osztályos kisiskolásokig terjedő életkorban?
- milyen mértékben befolyásolja az egyik szem eltakarása (tehát az egy szemmel történő érzékelés) a labdafogás biztonságát a kisgyermekek vizsgált életszakaszában?
- a labda átmérője befolyással bír-e a labdafogás sikerességére?
- megváltozik-e a hibázások száma, ha a különböző átmérőjű, felénk dobott labdákat csak egy szemmel érzékeljük?

Kérdéseinkre a válaszokat egy budapesti óvodában és általános iskolában kerestük.

4. A felmérés metodikája, körülményei

A felmérés központi feladata: a szemből érkező labda elkapása. Feljegyzendő a sikeres megoldások száma, egyénileg és alkalmanként, a tíz-tíz lehetőségből. Minden egyes labdafogási kísérlet ötfokozatú skálán kapott minősítést:

- Szabályos, sikeres, biztonságos labdafogás két kézzel. Ide sorolandók azok a megoldások is, amelyekben a labdát a törzshöz szorítva fogja el a gyermek.
- Ugyancsak szabályos és sikeres minősítést kapott az a megoldás, amelyben a labdát a gyermek két kézzel próbálta megfogni. Érte is nyúlt, de csak a második ráfogásra tudta biztonságosan uralni. A labda végig a keze közelében maradt, de az első elpattanás után egy helyből, utánanyúlással lehetséges volt a korrekció.
- Sikertelen minősítést kapott a megoldás, ha a két kézzel történő fogási kísérlet ellenére a labda leesett.
- Sikertelen, ha csak egy kézzel nyúlt a gyermek a labdáért, amit leejtett.
- A labda mellé nyúlás, vagy pusztán csak annak érintése jelentette a legnagyobb hibát.

A skála 1-2. megoldása tehát a sikeres, a 3-5. a sikertelen labdafogást fejezte ki.

A labdafogás sikerének alakulását különböző átmérőjű labdák esetében is vizsgáltuk. Ezért teniszlabdát (átmérő: 6 cm), sárga gumilabdát (átmérő: 15 cm), valamint piros gumilabdát (átmérő: 20 cm) használtunk, és minden gyermektől mindhárom labda 10-10 elkapását kértük. Minden labdafogás minősítése után százalékos-os kimutatásban fejeztük ki az egyéni teljesítményt (a sikeres-sikertelen megoldások százalékát).

A felmérés második szakaszában minden gyermek egy speciális szemüvegben is végrehajtotta az előbb ismertetett dobássorozatot. A szemüveg egyik üvege sötét volt, ezáltal csupán az egyik szemmel lehetett a repülő labdát érzékelni. Valójában, a mélységlátás megzavarásával, a feladat végrehajtását nehezítettük.

Szólnunk kell a kísérleti elrendezés két fontos momentumáról: a dobás távolságáról és a dobást végző személyről!

Az előzetes próbálkozás eredményéből kitűnt, hogy az életkor előrehaladtával a dobott labda távolságát is növelni kell ahhoz, hogy a feladat nehézségét a kiscsoportos óvodások helyzetéhez igazítsuk. Ezért

a kiscsoportban	3 m-ről,
a középsőcsoportban	4 m-ről,
a nagycsoportban	5 m-ről,
az 1. osztályban	6 m-ről,
az 2. osztályban	7 m-ről,
a 3. osztályban	9 m-ről és
a 4. osztályban	10 m-ről

dobta a labdát a tíz fős gyerekcsoportnak három felnőtt, akiknek mindegyike mindig ugyanazt a labdatípust dobta. Az óvodásoknál is, a kisiskolásoknál is aktív részt vállalt az egyetemi hallgatók mellett az az óvónő, illetve tanítónő, aki a gyermekek foglalkozásait vezette. (Itt mondunk köszönetet Nógrády Márta pedagógus edzőkolleginának a felmérő személyzet biztosításáért és a gördülékeny adatfelvételezésben nyújtott segítségéért!)

Eszközök tekintetében minden labdatípusból 2-2 db állt rendelkezésre a folyamatos, várakozást lerövidítő felmérés érdekében. A mérőszalaggal kimért dobástávolságot a talajra rajzolt vonalak jelezték. Ezek mögül történt a kétkezes alsó dobás, illetve a gyermekek részéről a labdafogás. Az egyéni adatlapra a dobások minősítésének feltüntetésével kerültek az adatok, az adminisztrációt végző hallgató jegyzetelése nyomán. Először a szemüveg nélküli, majd ezt követően a szemüvegben végrehajtott dobások kerültek sorra.

A gyermekek figyelmét csak arra hívtuk fel, hogy minél többször próbálják elkapni a feléjük dobott labdát. Tetszőleges labdafogást engedtünk meg, de felhívtuk figyelmüket a kétkezes labdafogás biztonságára, és arra, hogy a leejtett labda hibásnak számít. A labdáért előre lehetett mozogni, a kicsiknél az „éppen a vonalra lépést" nem vettük szigorúan. Amennyiben a dobó hibájából nem tudta a gyermek elkapni a labdát - például túl rövidre vagy túl hosszúra sikeredett a dobás -, akkor új lehetőséget adtunk.

A felmért minta életkori megoszlását az 1. táblázatban mutatjuk be.

1. táblázat

Csoportok	Fiúk (n)	Lányok (n)	Összesen (n)
Kiscsoportosok	10	10	20
Középsősök	10	10	20
Nagycsoportosok	10	10	20
1. osztályosok	10	10	20
2. osztályosok	10	10	20
3. osztályosok	10	10	20
4. osztályosok	10	10	20
Összesen	70	70	140

A minta jellemzésére elmondhatjuk, hogy az óvodában a kiscsoportban heti 1x20 perces, a középsőben heti 1x25 perces, a nagycsoportosoknál pedig 2x35 perces „kötelező" testnevelési óra is volt a mindennapi testnevelési foglalkozáson kívül!

A budapesti óvoda azáltal, hogy jól fölszerelt saját tornaterme, valamint nagy udvara volt, a „jó körülményekkel rendelkező" intézmények körébe tartozott. A középsősök, valamint a nagycsoportosok számára heti 2x45 perces játékos tornára, valamint RSG-foglalkozásokra is lehetőség nyílt.

Az (ugyancsak budapesti) általános iskola 1-4. osztályában heti 3x1 testnevelési óra volt, az elsősöknek azonban ebből csak egyet tartottak tornateremben.

5. Eredmények

Az egyéni adatlapra került értékekből az egyéni teljesítmények darabszám szerint és százalékosan egyaránt kifejezhetők voltak. Az individuális értékekből a csoportok szórással számított átlagait képezhettük. Az átlagokat oszlopdiagramok révén jelenítettük meg.

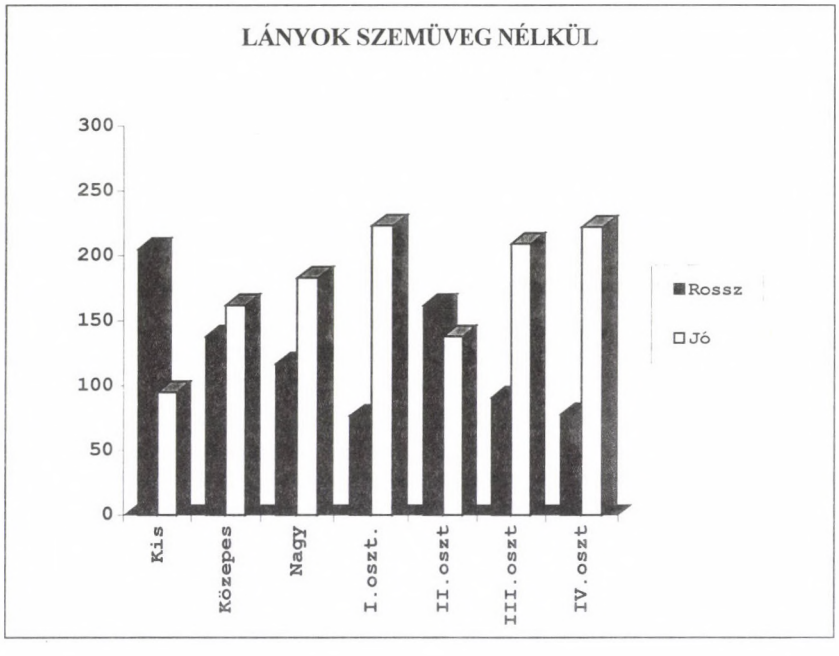
A következőkben ezen ábrák segítségével kísérhetjük nyomon az eredményeket. Ott, ahol a t próba is különbséget jelez, ezeket mi is külön megemlítjük.

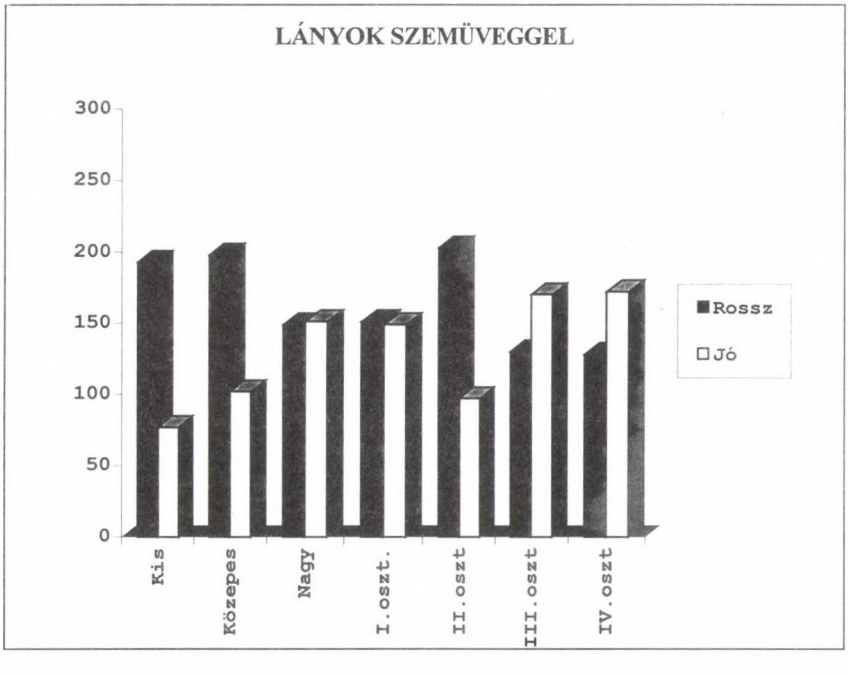
A 2. ábrán leányok szemüveg nélkül és szemüvegben mutatott sikeres és sikertelen teljesítményei láthatók személyenként a három labdatípussal dobott 3x10=30 dobásszám összesítésében, csoportonként tíz fő esetén.

Első pillanatban kitűnik, hogy milyen magas a kiscsoportos óvodásoknál a rontott labdafogások száma, ami az iskolaérett korra jelentősen megváltozik: feljavul a teljesítményük. Ezt követően a 2. osztályban ismételten bizonytalanságot jelez a csoportátlag, azonban az alsó tagozat végére ismét átlagosan 1:2-t mutat a rossz-jó arány. A hullámzás ellenére - a legkisebbek csoportját kivéve - végig magasabb a sikeres labdafogások száma a rontott végrehajtásokhoz képest. Figyelemmel a tendenciára, a különbséget statisztikai számítással azonban nem erősíthetjük meg ($t=1,441$; $p>5\%$).

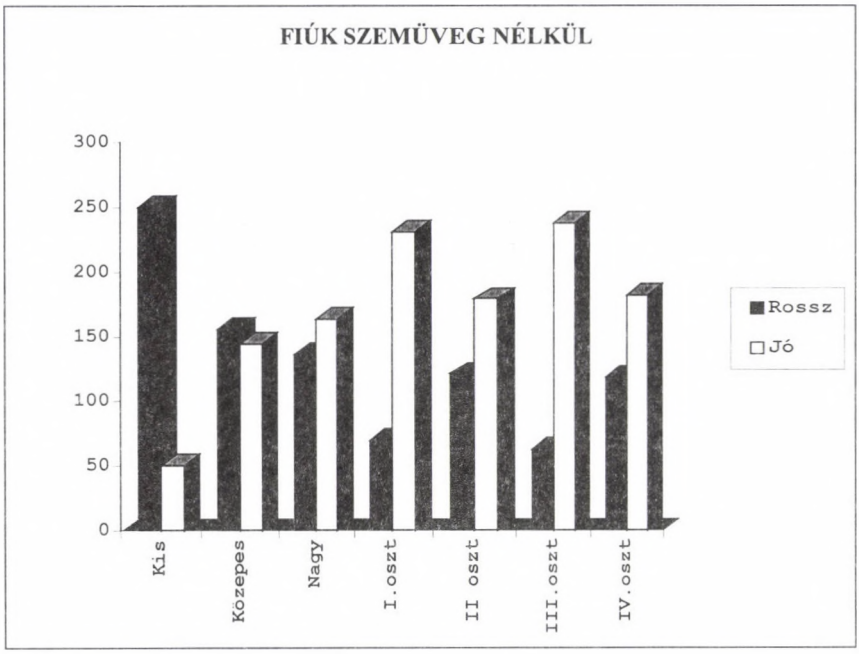
A szemüvegben mutatott teljesítmény alakulását némileg eltérő fejlődési karakterisztika jellemzi: a javulás sokkal mérsékeltebb! A 2. osztályosok teljesítményromlása itt is felismerhető, sőt kifejezettebb. A tendencia a rosszabb végrehajtások gyakoriságát mutatja, ám itt sem állíthatjuk, hogy a jó-rossz megoldásokban mutatott arány egyértelműen igazolt különbséget eredményez a vizsgált életszakaszra vonatkozóan ($t=1,259$; $p>5\%$).

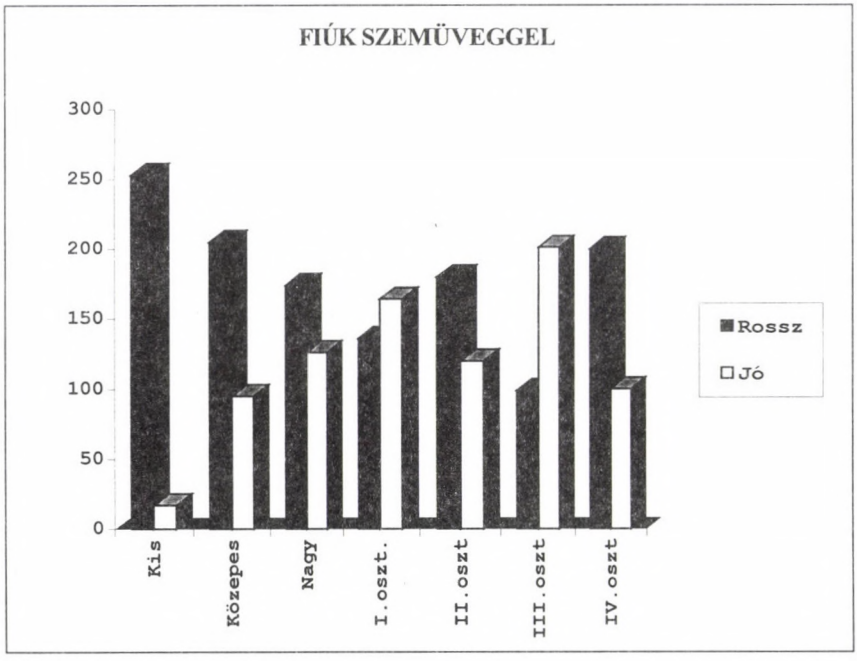
Nézzük a lányoknál követett összehasonlításokat a fiúk esetében (3. ábra). Meglepően magas rontásszámmal találkozunk itt is a kicsiknél, ami az óvodai években


LÁNYOK SZEMÜVEG NÉLKÜL
300
250
200
150
100
50
0
Kis
Közepes
Nagy
I.oszt.
II.oszt
III.oszt
IV.oszt
Rossz
Jó

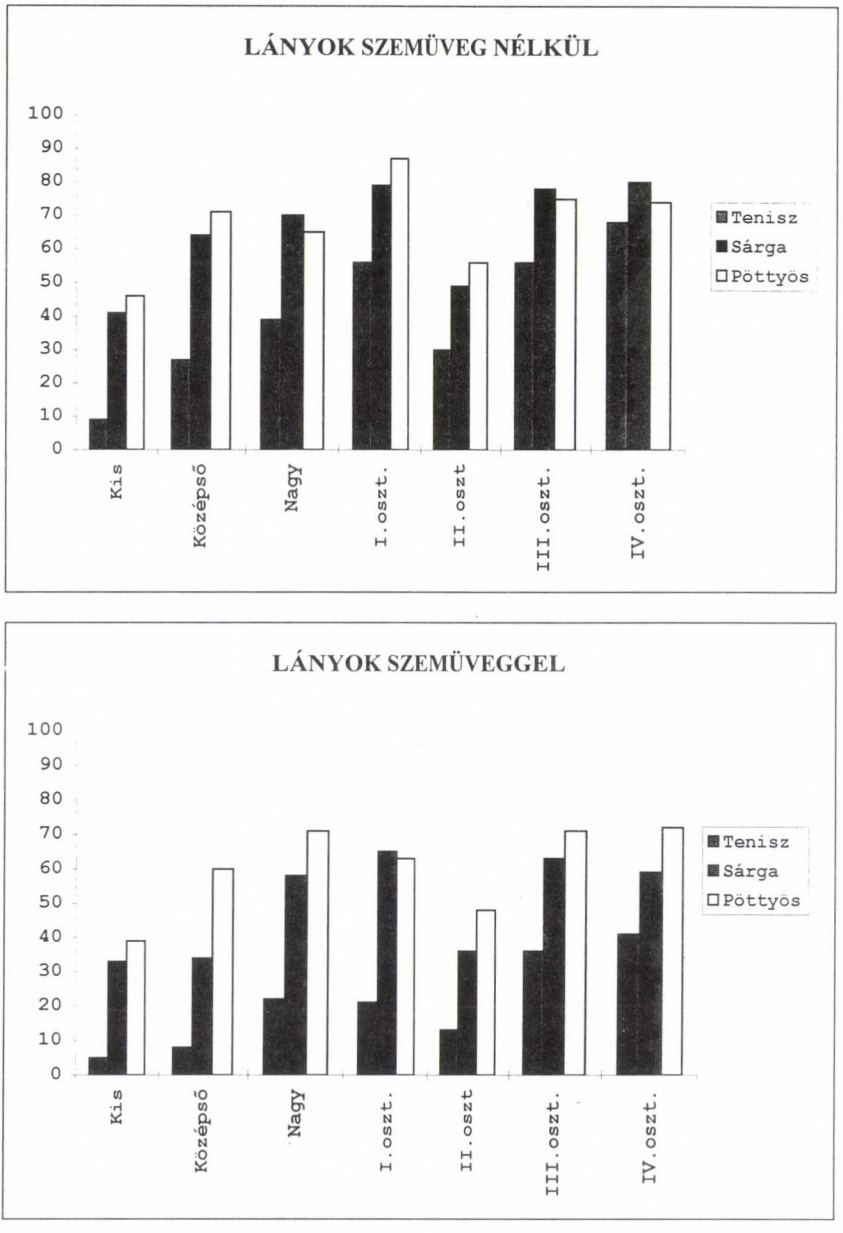

LÁNYOK SZEMÜVEGGEL
300
250
200
150
100
50
0
Kis
Közepes
Nagy
I.oszt.
II.oszt
III.oszt
IV.oszt
Rossz
Jó

2. ábra


FIÚK SZEMÜVEG NÉLKÜL
300
250
200
150
100
50
0
Kis
Közepes
Nagy
I.oszt
II oszt
III.oszt
IV.oszt
Rossz
Jó


FIÚK SZEMÜVEGGEL
300
250
200
150
100
50
0
Kis
Közepes
Nagy
I.oszt.
II.oszt
III.oszt
IV.oszt
Rossz
Jó

3. ábra


LÁNYOK SZEMÜVEG NÉLKÜL
100
90
80
70
60
50
40
30
20
10
0
Kis
Középső
Nagy
I.oszt.
II.oszt
III.oszt.
IV.oszt.
Tenisz
Sárga
Pöttyös
LÁNYOK SZEMÜVEGGEL
100
90
80
70
60
50
40
30
20
10
0
Kis
Középső
Nagy
I.oszt.
II.oszt
III.oszt.
IV.oszt.
Tenisz
Sárga
Pöttyös

4. ábra

mérséklődik ugyan, azonban az iskolásoknál ismét magas! A javulás mértéke még fő vonalaiban sem egyértelmű. Nem is csodálkozhatunk, ha a vizsgált időszakra vonatkozó t próba értéke - a jó és rossz megoldások átlagainak összehasonlításában - nem mutat jelentősnek minősíthető differenciát (t=0,659; p>5%).

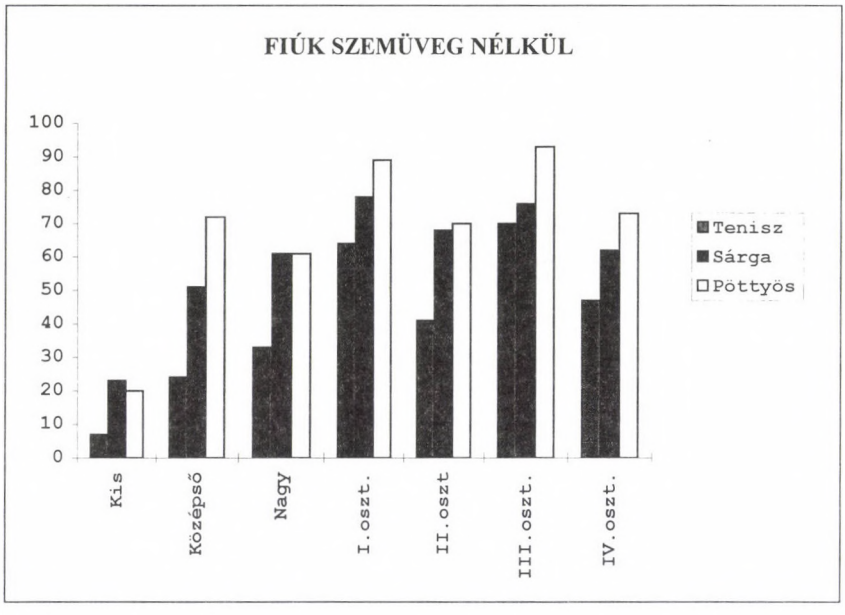
Szemüvegben a fiúk sikeres labdafogásainak száma az iskolakezdés idejére a kiscsoportosoknál tapasztalt érték hatszorosára növekszik, ám itt is megfigyelhető a lányoknál már megállapított visszaesés a 2. osztályba járó iskolásoknál. A jó és rossz megoldások egymással mutatott viszonya a hétéves időszak alatt ezúttal is „szabálytalanul" alakul. Legalábbis a keresztmetszeti vizsgálat adatgyűjtése szerint! Az irányultság hiánya a t-próba együtthatójában is kifejeződik (t=0,630; p>5%).

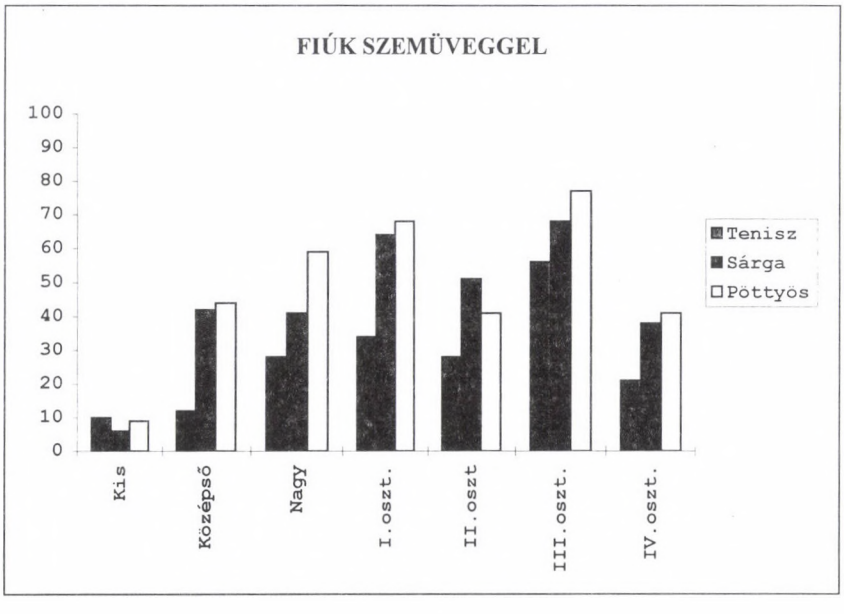
2. táblázat

A csoportok sikeres végrehajtásainak összehasonlítása

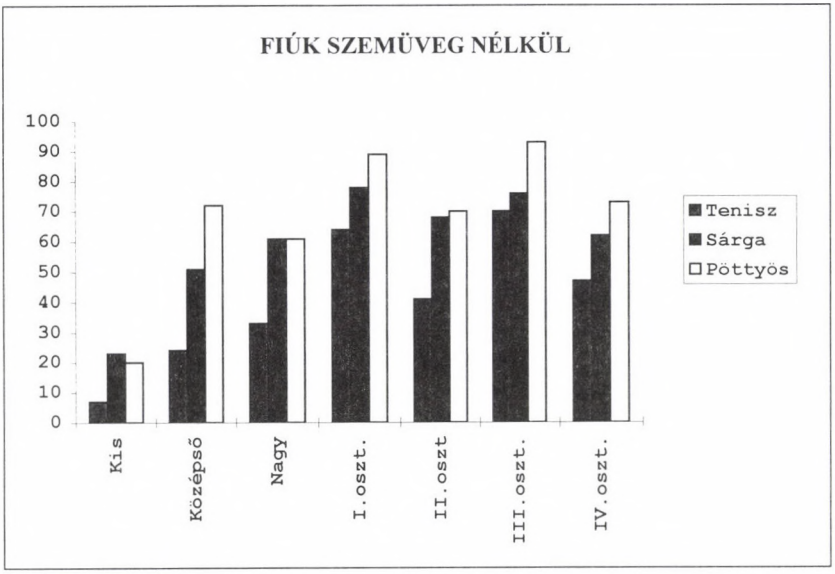
Összehasonlító jellegek	t	p < %
FSZNT - $\underline{S}$	5,952	0,1
FSZNT - $\underline{P}$	6,910	0,1
FSZNS - $\underline{P}$	2,473	5
LSZNT - $\underline{S}$	7,708	0,1
LSZNT - $\underline{P}$	5,794	0,1
LSZNS - $\underline{P}$	0,789	-
FSZÜT - $\underline{S}$	3,830	0,1
FSZÜT - $\underline{P}$	4,535	0,1
FSZÜT - $\underline{P}$	1,306	-
LSZÜT - $\underline{S}$	8,867	0,1
LSZÜT - $\underline{P}$	12,943	0,1
LSZÜS - $\underline{P}$	3,365	5
F$\underline{SZN}$T - FSZÜT	3,226	0,1
F$\underline{SZN}$S - FSZÜS	7,177	0,1
F$\underline{SZN}$P - FSZÜP	4,824	0,1
L$\underline{SZN}$T - LSZÜT	5,493	0,1
L$\underline{SZN}$S - LSZÜS	5,896	0,1
L$\underline{SZN}$P - LSZÜP	2,052	-
FSZNT - LSZNT	0,013	-
FSZNS - LSZNS	0,653	-
FSZNP - LSZNP	0,055	-
FSZÜT - LSZÜT	0,787	-
FSZÜS - FSZÜS	0,571	-
FSZÜP - FSZÜP	1,248	-

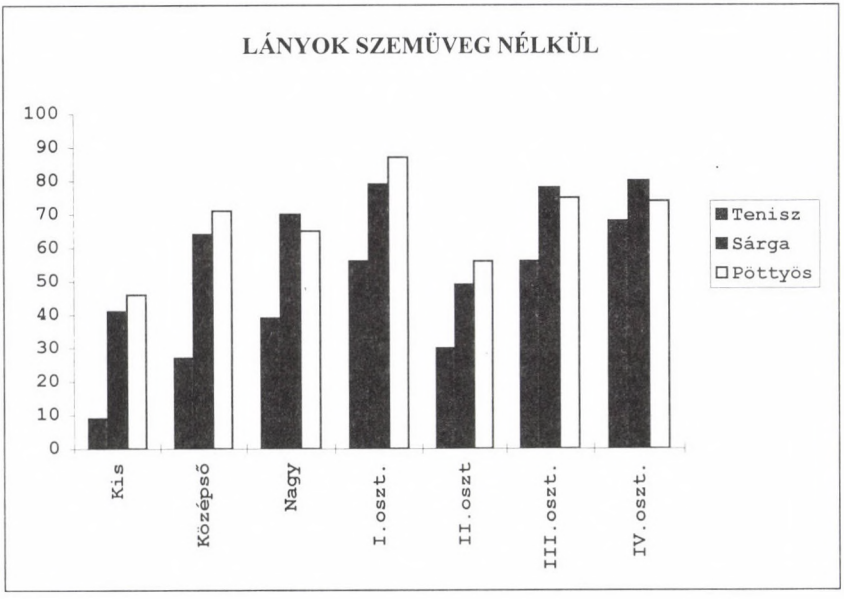
Jelölések: F = fiú, L = leány, SZN = szemüveg nélkül, SZÜ = szemüveggel, T = teniszlabda (∅6 cm), S = sárga gumilabda (∅15 cm), P = pöttyös gumilabda (∅ 20 cm), $\underline{S}$ = az adott jellegben elért érték nagyobb.
Megjegyzés: A különbség kimutatásakor aláhúzással érzékeltettük azt a változót, amelyikben a sikerszázalék magasabb.


FIÚK SZEMÜVEG NÉLKÜL
100
90
80
70
60
50
40
30
20
10
0
Kis
Középső
Nagy
I.oszt.
II.oszt
III.oszt.
IV.oszt.
Tenisz
Sárga
Pöttyös

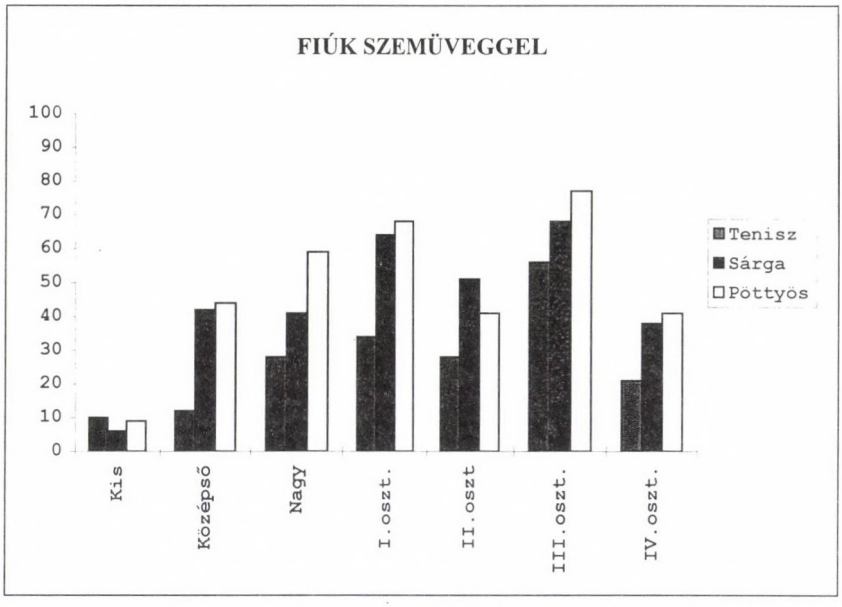

FIÚK SZEMÜVEGGEL
100
90
80
70
60
50
40
30
20
10
0
Kis
Középső
Nagy
I.oszt.
II.oszt
III.oszt.
IV.oszt.
Tenisz
Sárga
Pöttyös

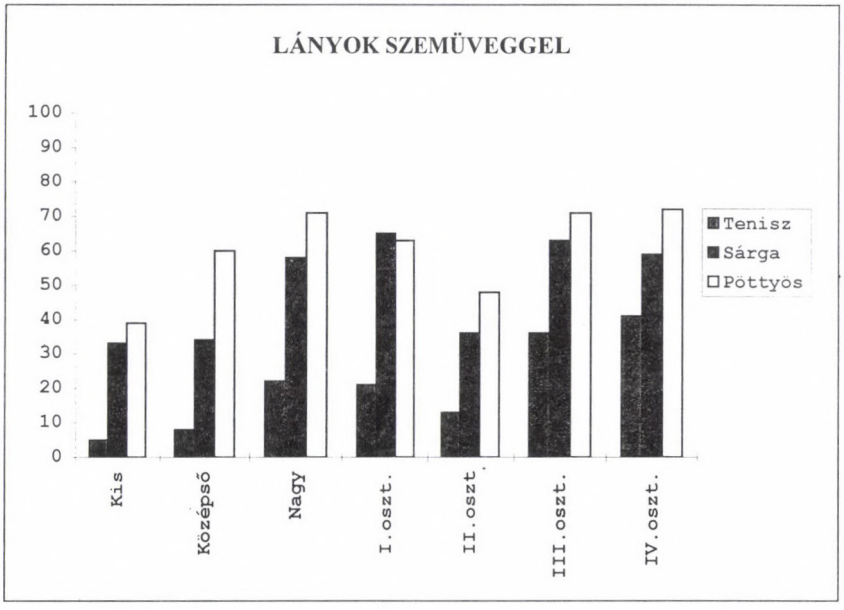
5. ábra


FIÚK SZEMÜVEG NÉLKÜL
100
90
80
70
60
50
40
30
20
10
0
Kis
Középső
Nagy
I.oszt.
II.oszt
III.oszt.
IV.oszt.
Tenisz
Sárga
Pöttyös


LÁNYOK SZEMÜVEG NÉLKÜL
100
90
80
70
60
50
40
30
20
10
0
Kis
Középső
Nagy
I.oszt.
II.oszt
III.oszt.
IV.oszt.
Tenisz
Sárga
Pöttyös

6. ábra


FIÚK SZEMÜVEGGEL
100
90
80
70
60
50
40
30
20
10
0
Kis
Középső
Nagy
I.oszt.
II.oszt
III.oszt.
IV.oszt.
Tenisz
Sárga
Pöttyös


LÁNYOK SZEMÜVEGGEL
100
90
80
70
60
50
40
30
20
10
0
Kis
Középső
Nagy
I.oszt.
II.oszt
III.oszt.
IV.oszt.
Tenisz
Sárga
Pöttyös

7. ábra

Az összevont, egyenként 30 labdafogás lehetőségéből a fiúk és lányok sikeres végrehajtásait összehasonlítva, a lányok esetében több jó megoldást találtunk ($t=2,551$; $p>5\%$). Az úgynevezett rossz megoldásokat összevetve azonban ilyen szignifikáns különbségre nem bukkantunk ($t=0,048$; $p>5\%$).

A differenciát a jó kivitelben még magyarázhatja a leányok korábbi érése, a sikertelen végrehajtásokban azonban a nemek teljesítménye nem különbözik egymástól. Ebben a „véletlen" erős szerepét gyanítjuk.

A szemüveg nélkül, majd szemüvegben mutatott jó megoldásokat tekintve, fiúk és lányok esetében is szignifikánsan magasabb sikeres előfordulást eredményez, ha a mélységlátást nem korlátozzuk.

Mindenképpen izgalmas kérdésnek tartottuk a labdafogás sikerének és a labda átmérőjének viszonyát.

A logikailag helyénvaló összehasonlítások egy- és kétmintás t-próba értékeit a 2. táblázatban közöljük.

A 4. ábra a lányok szemüveg nélkül, majd szemüvegben, a 6 cm-es teniszlabda, a 15 cm átmérőjű sárga gumilabda, valamint a 20 cm átmérőjű pöttyös gumilabda elkapásában tapasztalt sikeres megoldásokat mutatja. A fejlődés, az ábra mindkét képén láthatóan, a 2. osztályosoknál ezúttal is megtörik, s ezzel mintegy „kétfázisúvá" teszi a változást. (Ezt nem magyarázza az ekkorra már 7 m-es dobástávolság, hiszen a 3. és 4. osztályosok számára ez tovább nő 9, illetve 10 m-re.)

Mivel - az 5. ábra tanúsága szerint - a jelenség fiúknál is előfordul, nem alaptalan a szenzomotorika fejlődésében beálló változásra, pontosabban megtorpanásra gondolnunk!

A nemeken belül egyértelműen beigazolódott, hogy a sikeres labdafogások százaléka a labda átmérőjének függvényében növekszik. (Némi gond a 3. és 4. osztályos lányoknál akkor volt, amikor a 20 cm-es pöttyös labdát a 23 cm-es minikosárlabda váltotta fel. Ekkor a puhább sárga labda elkapása volt sikeresebb (6. ábra). A szemüvegben nyújtott teljesítmények esetében, valamint a fiúk egyik kísérleti elrendezésében sem tapasztaltunk ilyen megtorpanást (7. ábra).

A különböző labdatípusok használatakor a nagyobb labdaátmérő és a szemüveg nélküli végrehajtás kedvező hatását tudjuk megerősíteni a 4-10 éves korosztályt képviselő minta transzverzális felmérése esetén. Egy-egy labdatípus azonos feltételek mellett történő sikeres elfogásában viszont már nem tapasztaljuk a lányok azon egyértelmű „fölényét", amit a részfeladatok összevonása esetén megállapíthattunk.

A felmért minta létszáma a címben foglalt témakör megoldásában csupán jelzés értékű megfogalmazásokra jogosít fel bennünket. Eredményeinket magunk is így fogadjuk és továbbgondolásra is így kínáljuk!

Irodalom

1. Bálint P.: *Orvosi élettan.* 2. kötet. Medicina. Budapest. 1975. 751-787. p.
2. Biderman, J. - Ju, G.: Surface versus edge-based determinants of visual recognition. *Cognitive Psychology*, 1988. 20. 38-64.
3. Frenkenburg, W. K. - Doods, J. B.: The Denver developmental screening test. *Journal of Pediatrics*, 1967. 181- 191.

4. Haxby, J. V. - Grady, C. L. - Horwiz, B. - Ungerleider, R. E. - Mishkin, M. - Carson, R. E. - Herscovitch, P. - Schapiro, M. B. - Rapoport, S. I.: Dissociation of object and spatial visual processing pathways in human extrastriated cortex. *Neurobiologia*, 1991. 88. 1621-1625.

5. Jolesz, B.: *Foundations of Cyclopean Perception.* University of Chicago Press. Chicago. 1971.

6. Meinel, K.: *Bewegungslehre.* Volk und Wissen. Volkseigener Verlag. Berlin. 1977.

7. Mishkin, M. - Appenzeller, T.: The anatomy of memory. *Scientific American*, 1987. 256. 80-89.

8. Phan Hong Minh: *A nem teljesen rugalmas ütközések modellezése a röplabdajáték példáján.* Tanulmányok a testnevelés- és sporttudományok köréből. 1976. 43-61. p.

9. Phan Hong Minh - Rigler E. - Garamvölgyi M.: *A röplabdaérintések erőkifejtéseinek biomechanikai vizsgálata.* Elmélet a gyakorlatért. Budapest. 1977. 207- 213. p.

10. Rigler E. - Derzsy B. - Kovács K.: *A mozgáspontosság elemzése kézilabdázó fiatalok dobás-egyenletessége alapján.* Óvodások, iskolások testnevelése, sportja, életmódja. Tudományos konferencia anyaga, Eger, 1994. december 4. 71-82. p.

11. Treisman, A. - Gormican, S.: Feature analysis in early vision: Evidence from search asymmetries. *Psychological Review*, 1982. 95. 15-48.

12. Volkov, V. M. - Filin, V. P.: *Szportivnij otbor.* Fizkultura i Szport. 1983.

The role of the visual control of ball-owning at the age of 4-10 years

Endre Rigler
Associate professor
(Hungarian University of Physical Education, Department of Sport Games)

Béla Derzsy
Assistant professor
(Hungarian University of Physical Education, Gymnastic Department)

Everybody likes to play, from toddlers to adults. On one side is a very exciting question why everybody likes to play, but on the other side, we are curious about the performance. This study examines the „safety of catching a ball" at the age of 4-10, analyzing 70 girls and 70 boys. Adapting to the different ages the distance, the material, and the size of the arriving ball was different (3-10 m). Everybody had two different type catching, one time free visual and the other time one eye was covered. Only the successful catchings were counted. The study presents the results by age, sex, size of the ball and the two different visual positions.

The teaching of pommel horse exercises is based on a technically excellent double leg circle*

István Karácsony
Associate professor
(Hungarian University of Physical Education, Gymnastics Department)

Ivan Čuk
Assistant lecturer
(University of Ljubljana, Faculty of Sport)

Gymnasts need special abilities to achieve excellent results during their career on the pommel horse. We have to stress the importance of two facts. One of them is the technically profitable and aesthetically faultless double leg circle and the other is the endurance of the monotonous and often very tiring trainings. Both these secrets were owned by Hungarian representative team: Magyar, Sivadó, Borkai and Guczoghy in the 70-80s who established the school of the gymnastics with their coaches. It's result is several new elements that were born during this time and a lot of Olympic, World and European champion gold medals.

The authors follow the technical changes of the past decades – mainly the technical perfection of double leg circle – in connection with formation of training's load.

The development of elements of exercises on pommel horse was influenced by the modernization of apparatus and the adaptable and spectacular development of the gymnasts' knowledge.

The authors allow us to inspect the Hungarian gymnasts' load of training, which passed and passes for a sensation. The secret of successes: disciplined and more trainings still hasn't changed.

A good coach wants to teach his gymnast how to perform aesthetically beautiful, harmonious movements, while at the same time keeping up an economic strength exertion. A technically correct exercise that is also well set up in its contents, is very suitable for reaching excellent competitive results. The content development of the exercises is influenced by several factors:

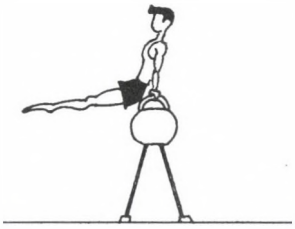
- the changing of the size, form and material of the gymnastic apparatus - in our case the pommel horse,
- the changing of the rules of competitions,
- the development of the training methods,
- the showing up of apparatus specialists.

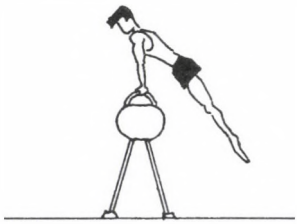
The changes in the form of the apparatus evidently resulted in the appearance of new elements. This former one has always influenced the innovative mood of the coaches

* Excerpt from the book of István Karácsony and Ivan Čuk entitled *Pommel horse exercises* (Ljubljana-Budapest, 1998.).

and competitors decisively. If we have a look at the development of the pommel horse from the turn of the century up to the 50s, it turns out that the shape and size of the apparatus did not change too much.

The cylindric long horse, the high short pommel did not allow much innovation. We can see in contemporary films that the double circles are strongly bent in front and back support and at hips, looking at them from above they have an oval trajectory.





We may say with little exaggeration that the gymnast is "holding" and not supporting with stretched arms on the pommels. The tempo of the circles is considerably slower than that of todays' double circles. Their extension is narrow, the movement of the shoulders is occasionally more characterized by the forward-backward direction than that of sidewards. At this technical execution the gymnast did the double circle out of force because he could keep up the unbroken momentum for the circle. The support on both arms simultaneously during the double circle was much longer than it is in our days. It was not accidental that the coach's instruction for the gymnast often said: "Try to get back into the double-arm position as soon as possible!" This double circle - in our eyes today - would not belong to the nice motions.

When the manufacturers of the apparatus increased the surface of the body of the horse, they shifted from a cylindric form to a flatter surface, they also decreased the height of the pommel and increased its width, the motion material of the apparatus started to develop as it never did before. No wonder that from the 70s up to our days the gymnasts have presented as many new elements as they never have before. This change made it possible to travel with double circles on all parts of the horse and in all directions. It is evident that these exercises could be executed with double circles of a different technique only. In order to make it possible for the gymnast to travel over the pommel without any limits, the body position above the pommels in different directions, had to be raised. For this, the double circles had to be accelerated, so that the gymnast's body at the hip reached the stretched technique. Motion - the earlier ponderous and exerting type - was replaced by an easy, ethereal double circle. For a support with stretched arms gymnasts needed strength-endurance in the first place. The result of this technical novelty was that the excellent gymnasts of the 70s were able to make even 150-200 double circles at a training on the pommel or on the leather, and this had been unbelievable before. A junior gymnast's training performance on the pommel horse reached the 300-400 number of elements, and if they had to do exercises then as many as 6-8 exercises were not a rarity. The duration of the exercises (35-40 sec) did not change if compared to the earlier years, but with the faster double circle the gymnasts presented a lot more elements.

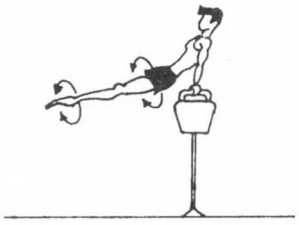
The statistical data below which was developed from the pommel horse exercises of the previous Olympics clearly show the technical development during the last one and a half decade and in parallel or preceding the improvement of special conditioning. Our examination shows the number of the double leg circles executed during a few pommel horse exercises, regardless the difficulty of them.

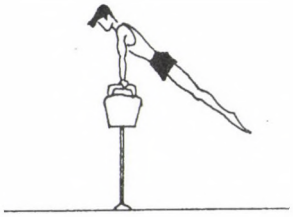
The statistics shows and compares the data of the participants of the past four Olympic Games pommel horse finalists

	Los Angeles 1984	Seoul 1988	Barcelona 1992	Atlanta 1996
The most circles	Suty FRA **23**	Tippelt GDR **27**	Pae Gil PRK **41**	Casimir FRA **43**
The least circles	Li Ning CHN **16** Conner USA **16**	Geraskov BUL **18**	Scherbo CIS **22**	Nemov RUS **25**
Average circles of the 8 gymnasts	**18,87**	**23,20**	**29,75**	**35,00**

The outstanding Hungarian gymnasts like Magyar, Sivadó, Guczoghy and Borkai, trained on this apparatus twice a day. Their series of success lasting for many years was partly due to this training load. With the exception of the scissors, these gymnasts were able to perform their exercises on the horse drawn onto the floor just as well as on the pommel horse itself.

What was the double circle technique of the 70-80s like, then? As we have already referred to it earlier, the gymnast's body at the hip - in front and back positions - was near to the stretched position. The most significant difference, in contrast with any earlier technique, was that in front support the angle of the hip was smaller than in back support.





The length of the single-arm support became longer during the double circle, while it decreased in the double-arm support (in front and back support). The time ratio here was about 1:3. The single-arm support became secure. This support ratio also made it possible to perform the elements on one pommel several times.

For the unbroken and correct tempo, in the swing-in and swing-out phases, the gymnast still bent his hip a little and in the opposite direction with that of the double circle, and thus shortening the leverage, he gained the necessary kinetic energy. The various warming-up exercises of that are consisted of the combination of elements made up of the travel, kehre and Czheckehre. Combining and varying the exercise by trainings, created a good basis for further good technical stability. The gymnasts often fixed weight-belts weighing half a kilogram, on their foot, thus increasing the centrifugal force to help them learn well directed circles.

A natural concomitant of the development is the appearance of the specialists of the apparatus. Who may become specialists on an apparatus? To simplify the answer we may say that a specialist of an apparatus is the one who is able to become champion or win a medal at the world competitions. In agreement with above said we stress the most important abilities:

- **body build-up**

short trunk, long limbs/extremities, slim figure, long fingers (secure gripping of the pommels, maintaining of balance);

- **special shoulder strength-endurance**

(support with shoulders lowered, depressed);

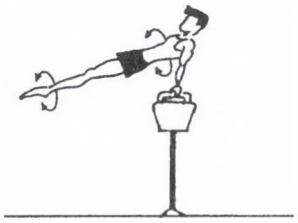
- **excellent sense of tempo and rhythm, ability to change tempo**

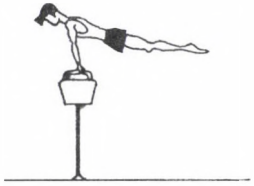
(at changing from double circles to Thomas flair, or continued with scissors, maybe at swung up or down to or from handstand, etc.).

And something else is needed: a calm and well balanced competitors skills. During the pommel horse routine - deriving from the character of the pommel horse - the gymnast often loses balance, when he moves off balance. He must not panic in such a case, being afraid of making a fault, but he has to correct calmly. With a bit of exaggeration, the gymnast should always correct himself during the whole routine, as he is very rarely able to execute a faultless, well-tempod, technically perfect routine.

We can find not only the most successful gymnasts of the world among the apparatus-sepcialists, but those, too who, although they could never stand on the victory platform, have enriched the history of this apparatus with some new elements (Sivadó, Thomas, Sohn etc.).

Then new changes occurred. The new rules have created new philosophy. This was the so called "flop" rule. The essence of it is that the values of the elements executed on one pommel can be added together with the aim of a higher final difficulty score (e.g. D, E element). So the gymnast had a chance to obtain a good starting value. To show more elements after each other, it was necessary for the gymnast to have a double circle which is more economic, have a more perfect technique and demands less energy. So the fashion of the 90s became a circle with a firmly extended hip technique during all the phases, where the body moved to the right and to the left along its longitudinal axis in a sequence, depending on the direction of the circle.





The leading of the circle changed from the wrist-arm-shoulder-hip to the wrist-arm-shoulder. In all phases of this type of circle the end point of the leg have the same length of trajectory. The most energy is required for the starting, stopping of the double circle and

the change of tempo in pommel horse routines, more than for the maintaining of the circular motion. The body "rests" during the double circles as long as the centrifugal force exerts force on it. The gymnast uses the least energy during the stretched body execution technique. The faster the gymnast execute the double circles, the higher his body is raised in all the support phases.

The previously mentioned double circle and those executed with a slight hip turn all have their advantages and disadvantages:

- **stretched body circles with firm position**

perfectly suitable for the execution of Stöcklis, travels and kehre,

- **circles executed with slight hip-flexion**

the execution of the spindle and in general the Russian wendeswing type elements is easier.

The selection of the double circle techniques is always influenced by the body built and ability-level of the children.

A kápásló-gyakorlatok oktatásának alapja a technikailag kifogástalan páros lábkörzés

Karácsony István
egyetemi docens
(Magyar Testnevelési Egyetem, Torna Tanszék)

Ivan Čuk
egyetemi adjunktus
(Ljubljanai Egyetem, Sportfakultás)

Ahhoz, hogy egy tornász pályafutása során kitűnő eredményt érjen el egy szeren, jelesül a kápáslovon, speciális adottságokra, képességekre van szüksége. Ezek közül két tényezőt kell kiemelni. Az egyik a lógyakorlatok alapjának tekinthető, technikailag gazdaságos és esztétikailag kifogástalan pároskör, míg a másik a gyakran fárasztó, monoton edzésmunkának az elviselése. Mindkét „titok" birtokosa volt a hetvenes, nyolcvanas évek magyar tornászválogatottja: Magyar, Sivadó, Borkai, Guczoghy - akik edzőikkel együtt tornaiskolát teremtettek. Ennek eredménye volt számtalan új tornaelem kitalálása és egy tucat olimpiai, világbajnoki, Európa-bajnoki aranyérem.

A szerzők végigkövetik az elmúlt néhány évtized technikai változásait - mindenekelőtt a pároskör technikai tökéletesedését - összefüggésben az edzésterhelés alakulásával. Érdekes, egyedülálló statisztikai adatot közölnek az elmúlt négy olimpia lógyakorlatairól.

A kápásló-gyakorlatok mozgásanyagának fejlődését nem csak magának a tornaszernek a korszerűsödése befolyásolta, hanem a tornászok tudásának alkalmazkodó, látványos fejlődése is.

A szerzők bepillantást adnak a magyar tornászok edzésterhelésébe, mely akkor - s mely még ma is - szakmai szenzációnak számított. A sikerek titka a mai napig nem változott, melynek lényege a fegyelmezett, az átlagosnál jóval több edzésmunka.

MŰHELY-TÁJÉKOZTATÁS

Jegyzetek a magnetizmusról

Molnár József
hallgató
(Magyar Testnevelési Egyetem,
Szakedzői Szak)

Mesmer és a nevével jelzett irányzat

Franz Anton Mesmer (1734-1815) a hipnózistörténet híres-hírhedt alakja. Eleinte teológusnak készült, később azonban meggondolta magát és orvosdoktori oklevelet szerzett a bécsi tudományegyetemen, s ezután praktizálni kezdett. Makacsul hitt animális magnetizmus néven ismertté vált, s nagy vitákat kiváltó elméletének érvényességében. Elképzelése szerint a világ harmonikusan szerveződő és funkcionáló rendszerként működik, s ebben a rendszerben az emberi szervezet is harmóniára törekszik.

Feltételezte valamilyen szubsztancia létét, mely egyetemes, s az embert az egész világgal, az égitestekkel összeköti. Közismert, hogy hasonló gondolat már az ókori görögöknél is felbukkant. Az Kr.e. 6. században fellépő püthagoreusok a világot rendezett rendszernek tekintették; véleményük szerint e rendezettség oka egyfajta kozmikus harmónia, mely attól függően változik, hogy bizonyos tényezők milyen arányban fordulnak elő. A világot ellentétpárokban létezőnek tekintették. Témánk szempontjából különösen figyelemre méltó egyik képviselőjüknek, Alkmaiónnak a felfogása, aki az egészséget az ellentétek arányharmóniájára (egyensúlyára) vezette vissza. A betegség pedig ezen ellentétek harmóniájának megbomlása, illetve arányuk felborulása következtében alakul ki. (*Völgyesi* Az orvosi hipnózis című könyvében említi, hogy jó néhány évszázaddal a görög filozófusok után Paracelsus [1493-1541] volt az, aki „világdelej-effektusok" létét feltételezte; szerinte az emberi szervezet változásai szoros összefüggésben vannak ezen effektusokkal.)

Az ókori görög filozófiában bukkanunk rá néhány olyan elgondolásra is, amelyeket a kozmosz és az ember közötti kapcsolatot feltételező nézetek szinte láthatatlan, ám mégis létező gyökerének tekinthetünk. A milétoszi Anaximenész párhuzamot von az emberi szervezet és a kozmosz között. Feltételezi, hogy az emberben a lélek a szervező, irányító, s hasonlóan az emberi szervezethez a kozmoszban is létezik egyfajta irányító, mozgató erő. Feltételezése itt kapcsolódik a püthagoreusoknak a világ rendezettségéről vallott felfogásához.

Mesmer 1766-ban írt cikkének eredeti címe: Fizikai és orvosi disszertáció a planéták befolyásáról. Disszertációjában feltételezte az árapály létét nemcsak a Földön, hanem az emberi testben is. Szerinte az két bolygó, a Nap és a Hold mozgására vezethető vissza. A Nap és a Hold mozgásának következtében kialakuló fizikai erők befolyásolják az emberi

viselkedést. Ezeket a befolyásoló hatásokat életerő-gravitációnak nevezte, s ezeket tekintette minden testi tulajdonság forrásának. Az életerő-gravitáció egyrészt befolyásolja az emberi szervezetet, másrészt előidéz egy másik hatást, melyet Mesmer univerzális gravitációnak nevezett. Az univerzális gravitációnak az emberi test és a bolygók közti harmónia kialakításában van fontos szerepe. „Az állati testnek azt a tulajdonságát, amely érzékennyé tesz az univerzális gravitációra, gravitációnak vagy életerő-magnetizmusnak neveztem el" - idézi Mesmert a hipnózis történetéről szóló tanulmányában *Gravitz* (1991).

Mesmer olyan összefüggő rendszert vázol fel, mely rendezettségében és harmóniára való törekvésében sok hasonlóságot mutat a fentebb említett görög filozófusoknak a világról vallott elképzelésével. 1779-ben publikálta híres Memoire-ját, melyben négy alapelvben összegezte a magnetizmus lényegét:

„(1) Egy finom fluidum tölti ki az univerzumot és alakít ki kapcsolatot az ember, a Föld és az égitestek között, valamint ember és ember között.

(2) A betegségek abból adódnak, hogy e fluidum egyenlőtlenül oszlik el az emberi testben; a gyógyulás akkor valósul meg, amikor az egyensúly helyreállt.

(3) Bizonyos technikák segítségével ez a fluidum elraktározható, átadható más személyeknek.

(4) Ilyen módon ≫krízis≪ idézhető elő a páciensekben, és a betegség gyógyítható" (*Gravitz*, 1991. 25. p.).

Spanos és *Chaves* (1991) - akik ugyanabban a kötetben publikálták a hipnózis történetéről szóló munkájukat, mint *Gravitz* - leírják, hogy a fluidum átrendezése a betegben úgy történik, hogy magnetikus fluidum vivődik át a teljesen egészséges egyénből (a magnetizőrből) a betegre.

Mesmer szokatlan, nem mindennapi jelenségekre figyelt fel, ezek legtöbbször saját élményein, tapasztalatain alapultak. Egy alkalommal, miközben az erdőt járta, egy balesetnek volt szemtanúja: rádőlt a fa egy favágóra, aki nyílt törést szenvedett, s lábából sugárban ömlött a vér. Mesmer segíteni akart, s azt tapasztalta, hogy a kezét a sérült sebéhez közelítve mérséklődik, kezét a sebtől távolítva pedig fokozódik a vérzés. Ezt a fajta „gyógyítást" főleg olyan emberek sajátosságának feltételezte, akik közel élnek a természethez. Szerinte az ilyen egyénekben felhalmozódik egy bizonyos anyag (magnetikus anyag vagy delej), ami hatékonyan alkalmazható jó néhány betegség tüneteinek enyhítésére, sőt megszüntetésére is. Ez a bizonyos anyag anélkül, hogy a beteg testfelszínt érintenénk, „fluidisztikusan" átjuttatható, s így a beteg szervezetében megbomlott „fluidisztikus egyensúlyi viszonyok" helyreállíthatók (*Völgyesi*, 1962). Ahogy Kölcsey megfogalmazza: „a magnetizáló bizonyos melegséggel gyenge kifolyást érez magából, s belőle erő s akarat ömlenek ki".

Mielőtt áttért a test felett mozgatott kézzel való gyógyításra, Mesmer kezdetben mágneseket alkalmazott; azt tartotta, hogy a mágnes hatására a szervezet belső kóros elváltozásai megszüntethetők. A mágneses kezelés következtében megmutatkozó fájdalmas hatások (konvulziók, görcsök) gyakran egészen ijesztőek voltak. Ha nem mágneses vasdarabbal végezték a kezelést, a hatás akkor sem változott. (Ilyen vizsgálatot *Ranschburg Pál* is végzett, s tapasztalatairól az 1900-ban megjelent Lelki gyógymódok című könyvében számolt be. „A delej az emberi szervezet életműködéseire sajátlagos hatást nem gyakorol; hatásai a képzelő tehetség hatásai" - írja.) Ma már kimondhatjuk, hogy a Mesmer által alkalmazott eljárás sokkal inkább épített a szuggesztiók befolyásoló hatására, semmint a feltételezett mágneses terek gyógyító erejére. Felmerül, hogy olyan lelki tényezők játszottak szerepet az általa kezelt páciensek sikeres gyógyításában, amelyekkel szemben Mesmer vagy teljesen vak volt, vagy megsejtette ugyan ezen folyamatoknak a gyógyításban játszott jelentős szerepét, ezt azonban nem fejtette ki bővebben.

Spanos és *Chaves* azon a véleményen van, hogy a magnetizőrök gyógyító munkájának sikerességében fontos szerepet játszottak személyiségvonásaik, az alkalmazott eljárásokba, valamint a vállalkozásuk tisztaságába vetett hitük.

Később Mesmer lemondott a mágnesek használatáról, mivel meggyőződött arról, hogy önmaga is rendelkezik a magnetizmus terápiás hatalmával; ez az, ami által a magnetizőr terápiás eszközzé válik. Mesmer minden bizonnyal megértette a magnetizőr és a páciens közti interperszonális kapcsolat jelentőségét: ezt nevezték „raport"-nak. Hangsúlyozta, hogy a terápiában döntő a raport emocionális összetevője; véleménye szerint a magnetizmus leginkább érzéseken keresztül közvetíthető (*Gravitz*, 1991).

Fény derült arra is, hogy a magnetikus raport kétirányú: a páciens irányából az orvos felé, illetve az orvos irányából a páciens felé egyaránt megnyilvánul. 1784-ben ezt a folyamatot a „magnetikus reciprocitás" fogalmával írták le. Ez az elképzelés egy évszázaddal később olyan fontos pszichoterápiai felfedezésekhez vezetett, mint az indulatáttétel és a viszont indulatáttétel. *Jones* (1983) írja le Freud életrajzában, hogy első magánbetegének villamos kezelése során Freud felfigyelt arra, hogy „ilyen esetekben az orvos nem annyira műszerekkel, mint inkább személyisége erejével gyógyít" (184. p.).

Úgy tűnik, Mesmer jól látta az orvos (magnetizőr) szuggesztív képességének fontosságát; ha valami felróható neki, az az, hogy (kezdetben) vakon hitt azon tárgyak gyógyító erejében, amelyeket magnetikus erővel rendelkezőknek tartott, később pedig a magnetizmus terápiás hatalmával rendelkező magnetizőrnek tartotta magát. Mai ismereteink szerint talán pontosabb, ha egyszerűen szuggesztív terapeutának tekintjük.

Mesmer az egyre hangosabb kritikák ellenére bécsi magánklinikáján „magnetikus kádat" alakított ki, amelybe általa megdelejezettnek tekintett anyagokat épített be. (Az ezen kádakkal - melyeket *baquet*-nek nevezett - való kezelést később Párizsban is folytatta.) „A baquet egy nagy, tölgyfából készült kád volt, amit a padlóra helyeztek, szembe a pácienssel vagy a páciensek csoportjával. A kádban iszapos „magnetizált" víz volt, üvegdarabok és vasreszelék, míg a kád oldalaiból magnetizált vasrudak lógtak ki, amelyeket a páciensek testük azon részéhez érintettek, ahol a fájdalmat érezték. A pácienseket kötelek kötötték minden másik pácienshez és a baquet-hez is, abból a célból, hogy erősebb legyen a magnetikus fluidum áramlása. A szobában megnyugtató, szelíd zene szólt; a tükrök úgy voltak megtervezve, hogy visszaverődjön róluk a magnetikus fluidum, bárhol is lenne; a vastag függönyök csak kevés fényt engedtek be, így félhomály uralkodott a szobában; a hőmérséklet, a páratartalom, a zaj, valamint a légnyomás Mesmer elméletének megfelelően volt beállítva. Mesmer maga bíborselyem ruhába öltözött, és magnetizált vaspálcával sétált egyik pácienstől a másikig, megérintette őket és élesen a szemükbe nézett" (*Gravitz*, 1991. 25. p.).

Meglehet, hogy a fent leírt módon folyó kezelések misztikus, szinte a középkort idéző légköre is hozzájárult ahhoz, hogy sokan elítélték Mesmert, felróva neki, hogy módszere pusztán jól megtervezett színjáték. Az azonban tény, hogy az itt leírt eszközök segítségével egyrészt a relaxáció alapfeltételeit teremtette meg, másrészt pedig csoportterápiát folytatott: valószínű, hogy ezek is hozzájárultak a betegek eredményes kezeléséhez. A kezelés közben néhányan görcsös rohamokat éltek át, „delejes krízisekbe" estek. Mesmer azonban a kádat körülülő betegek 60-70%-ánál tapasztalt javulást.

Mesmer egyik sikertelen esetének híre gyorsan elterjedt; rosszindulatú pletykákat híreszteltek módszereiről és fiatal női pácienseivel fenntartott állítólagos kapcsolatairól - emiatt kellett elhagynia Bécset. Párizsba költözött, ahol saját kérésére a Francia Tudományos Akadémia két alkalommal is különbizottságot hozott létre annak elbírálására, hogy van-e az általa használt módszernek tudományos megalapozottsága.

A *Bailly, Lavoisier, Franklin, Bory* nevével fémjelzett bizottság, mely jelentését 1784-ben tette közzé, megállapította, hogy a mesmeri gyógydelejezés hatékonyságának fő oka „az érintés, a képzelet és az utánzás". Azt tapasztalták, hogy a kezelés alatt kialakuló konvulzív, görcsös rohamok gyakrabban fordulnak elő a nő pácienseknél. Ennek okai, hogy a nőknek mozgékonyabb az idegrendszere, képzeletük élénkebb és könnyebben ingerelhető, fogékonyabbak az érintés hatásaira, illetve hajlamosabbak az utánzásra. A kezelés módját részletesen leírva kiemelik annak erkölcstelen voltát. A delejező eljárás ugyanis olyan szoros testi kapcsolat kialakítására nyújt lehetőséget delejező és delejezett között, ami megkérdőjelezi a módszer létjogosultságát.

A bizottság azt állította, hogy erkölcsi fenyegetés alakul ki a férfi magnetizőr részéről az erotikusan vonzó nő pácienseket illetően. *Gravitz* (1991) azonban felhívja a figyelmet arra, hogy a jelentés nem számol be arról a tényről, hogy voltak női magnetizőrök, illetve férfi páciensek is. Valószínű, hogy a bizottsági jelentés is hozzájárult ahhoz, hogy a mesmerizmust az erkölcstelenség nem bizonyított vádjával és szexuális kilengésekre való célozgatásokkal szennyezték be.

A bizottság jelentése kitér arra is, hogy a páciensek jobban érezték magukat a kezelés után; a tanulmány szerint azonban a delejezés nem alkalmas arra, hogy hosszan tartó kezelést igénylő betegségeket gyógyítson, s mivel nem több pusztán az érzelmekre ható eljárásnál, emiatt „erkölcsileg el kell ítélni". Sőt, miután az imagináció elfogadhatatlan téma volt az akkori felvilágosult tudomány számára, „a magnetizmust a legértéktelenebb magyarázatnak és a legrosszabb csalásnak tekintették, amit a sarlatánok a naiv tömegeken gyakorolnak" (*Gravitz*, 1991. 26. p.).

Freudról írott életrajzában *Jones* (1983) említést tesz arról, miért mondott le Freud a hipnózisról mint terápiás eszközről néhány évvel azután, hogy azt praxisában alkalmazni kezdte. Jones szerint ennek egyik oka az volt, hogy Freud a hipnotikus kezelés során mutatkozó javulást a beteg és az orvosa közt kialakult személyes kapcsolat függvényének tartotta, s azt tapasztalta, hogy ezen kapcsolat megszűnése után a beteg állapota ismét romlik. A francia akadémiai bizottság jelentése után egy évszázaddal Freud is rádöbbent arra, hogy a terápiás kapcsolatnak mindig burkolt vagy nyílt erotikus alapja van.

Visszatérve az akadémia által felállított bizottság véleményéhez: kevés szakmai érvet említenek, szinte kizárólag morális síkon mondanak ítéletet, s arra a következtetésre jutnak, hogy a Mesmer által alkalmazott eljárás során „nincsenek valódi gyógyítások, a kezelés unalmas és nem kifizetődő; a krízisek a látványosságot szolgálják".

Van azonban egy fontos megjegyzésük, amire nem helyeznek kellő hangsúlyt: a kezelés során létrejött változások „valójában a képzelet erejének tudhatók be". *Völgyesi* (1962. 14. p.) is megemlíti, hogy Mesmer eredményeit, a betegei között tapasztalt jó gyógyulási arányt néhányan „csupán a képzelőerőnek tulajdonították, de nem törődtek azzal, hogy a képzelőerő miként gyógyít". Tagadhatatlan, hogy.Mesmer a képzelet gyógyító erejét használta fel a betegek kezelése során. Mai szemmel visszatekintve azt mondanánk, hogy szuggesztiót alkalmazott, elősegítve ezzel a páciensek gyógyulását. A szuggesztiót olyan gondolat közlésének tekinthetjük, amely hatást vált ki a befogadó(k)ban, mégpedig önkéntelenül. S míg a képzelet a páciens sajátja, addig a szuggesztió interakciót feltételez két (vagy több) ember között, jelen esetben Mesmer és páciensei között. Ma már tudjuk, hogy akár a hetero-, akár az autoszuggesztiónak milyen fontos szerepe van a gyógyulásban. Mesmer betegeinek gyógyulásában minden bizonnyal nagy szerepe volt a szuggesztiónak, bár ezt a bizottság nem vette kellőképpen figyelembe.

Antoine-Laurent de Jussieu, a bizottság egy kevésbé ismert tagja a többséggel szemben más véleményen volt. Jussieu felhívta a figyelmet arra, hogy a mesmerizmus po-

zitív hatásai elkerülték a bizottság tagjainak a figyelmét, és kiemelte, hogy az imagináció felhasználása akár önmagában is terápiás hatású lehet. A magnetizmust a gyógyítás új formájának tekintette, amely a mentális befolyásoláson alapszik.

A Francia Tudományos Akadémia bizottsága 1785-ben elvetette a mesmerizmust. A hivatalos orvostársadalom Mesmer elleni fellépését jól jellemzi a *Meadows* (1990) által szerkesztett, A tudomány csodálatos világa című könyvben megjelent karikatúra, amelyen Benjamin Franklin magasra emeli a bizottság elutasító és Mesmer számára kedvezőtlen ítéletét, Mesmer pedig szamárként van ábrázolva, aki az égi démonokkal szövetkezett.

Kölcsey Ferenc a mesmerizmusról

Kölcsey Ferenc, a reformkor neves költője két tanulmányt is szentel a témának (az egyik 1823-ban, a másik 1828-ban született). Kölcsey is felveti a kérdést: vajon Mesmer tudományos alapokon nyugvó, hatékony gyógymódot fejlesztett-e ki, vagy pusztán egy közönséges szemfényvesztő, aki csalással káprázta tja el a hiszékenyeket? A Mesmer előtti időkből kiindulva kitér a memphisi papokra, akik a betegeket „illetés által álomba hozták", s ezáltal meggyógyították. Bár kétkedve tekint a papok gyógyításaira, nem tagadja, hogy „titokban tartott természeti erők által valóban bámulásra méltóképpen munkálkodtak". Lehetséges, írja Kölcsey, hogy már Mesmer előtt is léteztek delejezők (magnetizálók), akik a fenti módszerrel gyógyítottak. Köztudott, hogy az egyiptomiak is ismerték már a gyógyításnak ilyenfajta módjait. A rómaiak is tudták, hogy miként kell valakit „illetés által álomba meríteni"; Kínában pedig „kéznek főre tételével gyógyítottak", mely módszer Európában is használatos volt. Ezek a módszerek, kezelések azonban feledésbe merültek, s Mesmer korára maradt, hogy „a régi tudomány újonnan helyre állíttassék", és sok dolog, ami babonaszámba megy, „visszaadassék a valónak", s elnyerje méltó helyét az orvoslásban. Azt hiszem, itt tulajdonképpen arról van szó, hogy a mindennapok tapasztalatain alapuló, ám részletes elméleti háttérrel nem rendelkező, tudományos bizonyítékokkal még alá nem támasztott gyógymódok és kezelések az orvostudomány berkein belül is elfogadottakká váljanak, felhasználva és alkalmazva a „népi gyógyászat" egyszerű, ám a gyógyulást elősegítő elemeit.

Kölcsey tehát örül a tudomány felfedezéseinek, mert ez új távlatokat nyithat meg az ember előtt, de óvatosságra, s a tapasztalat fontosságát hangsúlyozva józan ítélésre int, s óv az elhamarkodott megállapításoktól.

Részletesen leírja a magnetikus állapot alatt tapasztaltakat: legtöbbször a beteg becsukja szemeit, majd pedig „eszmélet nélkül való mágnesi alvásba süllyed". Ezen alvásból az álom határán belül felébred, s bár a környezet történéseit nem észleli, mégis eszmél, lát, hall, érez, sőt e funkciók fokozottabbak, mint éber állapotban. Képes kilépni a jelenből, a „múltba, távolba és jövendőbe néz", saját és mások sorsát, gondolatait, affekcióit megérzi. Úgy érzi, mintha „kebelében valamely más, valamely ismeretlen életnek magvai indulnának virágzatba".

Mesmer egyik híres követője Puységur (1751-1825) volt, aki a saját birtokán alapított egy laboratóriumot, ahol kísérleteket végzett különféle anyagok magnetikus tulajdonságaira vonatkozóan. Egy alkalommal hasonló megfigyeléseket tett, mint amelyeket Kölcsey fogalmazott meg. Puységur megfigyelte, hogy az egyik alkalmazott sem a várt konvulziókat, sem a krízis más jelét nem mutatta. Ehelyett úgy tűnt, hogy szokatlan állapotba került, amelyben sokkal éberebb volt, mint általában. Hangosan beszélt, nagy magabiztossággal, és úgy tűnt, hogy több információval rendelkezik, mint egyébként. Egyszer, mikor megszűnt ez az indukált állapot, az alkalmazott nem emlékezett arra, mi történt. Mivel ez a viselkedés az alvajáráshoz hasonlított, Puységur elnevezte „mesterséges

szomnambulizmus"-nak, a vele való kapcsolatot pedig „intim raport"-nak. Tett egy fontos megfigyelést is, miszerint a szomnambulizmusban levők gyakran spontánul beszélnek a velük kapcsolatos dolgokról, s ezután megkönnyebbülést éreznek. Kölcsey nem tudhatta, hogy ezen elképzelés előfutára volt a katarzisnak, amit terápiás technikaként alkalmaznak majd a későbbiek során, ellenben elképzelhető, hogy a mesmerizmussal kapcsolatos észrevételeinek egy részét Puységurtól vette át. E feltevést látszik alátámasztani az is, hogy Kölcsey létezőnek tekinti a hipnotikus (magnetikus) állapotot, és - Puységurhoz hasonlóan - ennek alvásszerű jellegét hangsúlyozza, az alvást jellemző fogalmakkal írja le.

A magnetikus kezelés alatt - írja Kölcsey - „a szenvedő individuumban változások jőnek elő", pozitív (pl. elragadtatás) és negatív változások (fájdalmak, rázkódások) együttesen. A magnetikus kezelések alatt előforduló jelenségek leírása mellett Kölcsey tesz egy érdekes összehasonlítást is. Egymás mellé állítja és összeveti a magnetikus állapotban előálló konvulziókat a delphi jósok által mutatott konvulziókkal. Ő ugyanis a magnetikus állapot egyik fő jellemzőjének tekintette a magnetizáltak jövőbe látó képességét (hasonlóan a jósok tevékenységéhez). Köztudott, hogy a delphi jósda olyan helyen épült, ahol bódító gázok szálltak felfelé a völgyből, s emiatt „a jövendölő bomlott hajakkal dühösködött, szájából tajtékot bocsátván zengé az Illésnek szavait". Kölcsey elképzelhetőnek tartja, hogy Delphiben a gázok is valóságos magnetikus állapotba hozták a jövendölőt, s a „bomló hajakkal való dühösködés" nem más, mint azon negatív tünetek, amelyek a magnetikus kezelés során minden individuumnál előfordulhatnak. Lehetséges, hogy a delphi jósok jóslás közbeni állapota a magnetizmus előzményének, gyökerének tekinthető? Kölcsey gyanakvással és kétkedéssel folytatja gondolatmenetét: a jövendölések Delphiben nem voltak mindig olyan bizonyosak, mint ahogy azt a „magnetizáló urak" a saját betegeiknél tapasztalták; a jósda sok esetben kétértelmű orákulumot adott.

A kérdés az: mi bizonyítja, hogy a gőz hasonlatos a mesmeri álmot hozó eszközökhöz. Ez pusztán a mindkét állapotban (jósló-, illetve magnetizált állapot) kiváltható konvulziókkal nem magyarázható. Az egyetlen járható bizonyítási út az - így Kölcsey -, ha igazolni tudjuk, hogy a gőz által kiváltott állapotban tett jövendölések éppoly csalhatatlan orákulumok, mint azok, amelyeket a magnetizálás hatására adnak a kezelt személyek. Szerinte „a görög nép mesmeri tudománya ezen a ponton szenvedett hajótörést", hiszen köztudott, hogy a delphi jóslattevők sokszor adtak kétértelmű, többféleképpen is magyarázható jóslatot, kivédve ezzel egy esetleges kudarc lehetőségét. Az ő orákulumaik tehát gyakorta kifundált, megtévesztő jövendölések voltak. A jóslás Delphiben tudomány és mesterség volt, s nem a magnetizmushoz hasonló állapot.

Érdekes az a párhuzam, amelyet *Spanos* és *Chaves* (1991) tesz az ördögűzők és a magnetizőrök között. A démonok által megszállt emberek viselkedésében voltak olyan területek, amelyek később a magnetizőrök kezelése alatt álló pácienseknél is megjelentek. Ilyenek voltak például a konvulziók, szenzoros és motoros deficitek, spontán amnézia arra az időszakra, amikor az ördög (démon) kontrollálta a testet, valamint az önkéntelenül megjelenő szerepviselkedés élménye. A magnetizőrök gyakran számoltak be arról, hogy pácienseik az ördögűzők által kezelt emberek megnyilvánulásaihoz hasonló viselkedést mutatnak. További hasonlóság, hogy mind az ördögűzés, mind pedig a magnetizálás alatt a szimptómák gyakran súlyosbodtak a kezelés előrehaladtával, s csak később mérséklődtek.

A magnetizálók többségére jellemző volt, hogy a magnetizálást nem pusztán gyógyító tevékenységnek tekintették, hanem annál sokkal többnek: morális megtisztulásnak. A betegséget a morális rosszal, az egészséget pedig morális jóval azonosították. Így a magnetizőrök nemcsak a betegség gyógyításával foglalkoztak, hanem a tisztességes és példás magatartás kialakítására is ígéretet tettek. Mivel a magnetizálók és az ördögűzők tevé-

kenységében meghatározó szerepet játszott a jó és a rossz elkülönítése, ezért mindkettőtől elvárták, hogy erkölcsösen éljenek, és erős hittel rendelkezzenek munkájuk sikerét illetően. Az ördögűző, illetve a magnetizőr személyére vonatkozó ezen követelmények hiánya megakadályozhatta tevékenységük sikerét.

Jellemző, hogy a magnetizőrök is ismerték az ördögűzésről szóló leírásokat, s gyakran maguk is lejegyezték az ezek és saját eljárásuk közötti hasonlóságokat. Maga Mesmer egy alkalommal szemtanúja volt egy ilyenfajta, tömeges szertartásnak, és arra a következtetésre jutott, hogy az ördögűzés eredményei az ördögűző által nem szándékosan alkalmazott magnetizmusnak köszönhetők. Az ördög általi megszállást sok más magnetizőr (és később a hipnotizőrök is) magnetikus jelenségként írták le. Elterjedt az a nézet is, mely szerint a magnetizmus a jövendölés egyik formája. A 19. század elején Justin Kerner német orvos kialakította a démonikus-magnetikus vonzalom fogalmát. Hitt abban, hogy az emberek a démonok által megszállottá válhatnak, ám sikeresen kezelhetők az ördögűzés és a magnetikus kezelés kombinációjával.

Kölcsey felveti, hogy amennyiben a papok ismerték is a magnetizmust, azt nem annyira gyógyításra, mint inkább a jövendőlátás eszközeként használták. Még ha Kölcsey nem is mondja ki nyíltan, Mesmer érdeme kétségtelenül az, hogy a magnetizmust betegek kezelésére, gyógyítására használta. Eredményeinek jelentőségét nem kisebbíti, hogy a betegek gyógyulását - saját álláspontját makacsul védve - mágneses fluidum hatására létrejött változásoknak gondolta, s csak részben vett tudomást a szuggesztió és egyéb pszichés hatások szerepéről.

Hol a helye a magnetizmusnak?

A Mesmer által alkalmazott magnetizmus megítélése kortól és szerzőtől függően változott az elmúlt két évszázadban. Mesmert a korabeli tudományos élet képviselői szemfényvesztőnek tartották, néhány szakmai, ám annál több morális érvet fogalmazva meg a mesmeri gyógydelejezés ellen. Tanait a korabeli hivatalos orvoslás elutasította. Ma már, két évszázad távlatából másként tekintünk munkásságára. Kétségtelen, hogy az általa alkalmazott gyógyító eljárás hatékonynak bizonyult, ő azonban ezt másképp magyarázta, mint ahogy azt ma tesszük. Kulcsfigurája lett a hipnózistörténetnek, még akkor is, ha a vele kapcsolatos történetek sokszor anekdotikusak. Tulajdonképpen igaz az, amit a Londoni Orvosi Királyi Kollégiumnak 1802-ben írt levelében megfogalmazott: „...az új kezelési mód nem vak empirizmus és nem különös titok".

Kölcsey létezőnek tekinti a mesmerizmust, tényként ír a magnetikus kezelés hatékonyságáról. A magnetikus állapotot alvásszerű állapotnak tekinti, hasonlóan azokhoz, akik a hipnózist az alvással rokonítják (pl. Puységur, Braid, Pavlov). Emellett azt feltételezi, hogy a magnetizált személy amnéziás a magnetikus állapotban történetekre. A magnetizáltak jövendölési képességét, valamint ezen jövendölések bizonyosságát hangsúlyozza, talán kicsit el is túlozva ezek szerepét. Érdekes és izgalmas az a párhuzam, amit a jövendölők és a magnetizált személyek viselkedése között von.

Mind a korabeli, mind pedig a későbbi leírások és tanulmányok arról tanúskodnak, hogy a Mesmer által alkalmazott eljárás sikeres volt, függetlenül attól, hogy a módszert hogyan nevezték, s a hatékonyságát minek tulajdonították. Ahogy *Orne*, a jelenkori hipnózisirodalom fenegyereke írja egy 1977-ben megjelent tanulmányában: „Valahányszor egy új elv bukkan fel, amely a hipnózist magyarázza, megfigyelhető egy olyan tendencia, amely azt igyekszik bizonyítani, hogy a hipnózis nem valóságos, ha a kísérleti munkákkal nem sikerül alátámasztani a felvetett mechanizmusokat..."

Irodalom

Bailly - Franklin - Bory - Lavoisier - Majalut - Allin - d'Arcet - Guillotin - Le Roy (1784): *Titkos jelentés a mesmerizmusról, avagy az állati delejességről.* Párizs. 1784. augusztus 11. Részletesen idézi A. Binet - C. Féré: Animal magnetism c. könyvében. Francia eredeti 1887-ben. Angol fordítás, N.Y.: D. Appleton and Co. 1888. 18-25. p. Magyarul: Hipno-Info (1992) XI. sz. 118-121. p. Fordította: Gősiné Greguss Anna.

Gravitz, M. A. (1991): *Early theories of hypnosis: a clinical perspective.* In: Lynn, S. J. - Rhue, J. W. (1991): Theories of hypnosis. Current models and perspectives. 22-28. p.

Jones, E. (1983): *Sigmund Freud élete és munkássága.* Európa Könyvkiadó. Budapest. 184., 212. p.

Kölcsey F. (1828): *Az állati magnetizmus nyomairól a régiségben.* In: Kölcsey F. összes művei Szépirodalmi Könyvkiadó. Budapest. 1960. 1082-1096. p.

Meadows, J. (szerk.) (1990): *A tudomány csodálatos világa.* Helikon. Budapest. 214-215. p.

Mesmer, F. A. *Levél Franz Anton Mesmertől a londoni Orvosi Királyi Kollégiumnak abból az alkalomból, hogy felfedezéseiről írt „Mémoire"-jának egy példányát a Kollégiumnak bemutatja.* Reprodukálva: John Elliotson: The Harveian Oration, 1846. Angol változat. London: H. Bailliére, 1846. 68-70. p. Magyarul: Hipno-Info (1992) XI. sz. 122-123. p. Fordította: Gősiné Greguss Anna.

Orne, M. T.(1977): *The construct of hypnosis: implications of the definition for research and practice.* In: Conceptual and investigative approaches to hypnosis and hypnotic phenomena (ed. Edmonston, W. E.) Volume 296. 21. p.

Spanos, N. P. - Chaves, J. F. (1991): *History and historiography of hypnosis.* In: Lynn, S. J. - Rhue, J. W.: Theories of hypnosis. Current models and perspectives. 53-59. p.

Völgyesi F. (1962): *Az orvosi hipnózis.* Medicina. Budapest. 7-22. p.

A belső-ázsiai nomádok tradicionális versenyjátékai

Mizerák Katalin
egyetemi tanársegéd
(Magyar Testnevelési Egyetem,
Társadalomtudományi Tanszék)

Előszó

Az Ázsia és Európa hatalmas területeire kiterjedő mongol birodalom az évszázadok folyamán meghatározó kulturális, civilizációs központtá vált. Ez a látszólag összefüggő egység - amely térben és időben változó határokkal és népességgel bírt - legnagyobb kiterjedését a Dzsingiszidák korában, az Aranyhorda tündöklésének idején érte el (Kr. u. 13. sz.).

A birodalom tekintélyt parancsoló mérete az évszázadok folyamán erősen beszűkült. A hajdanán Kelet-Európáig húzódó államalakulat örököse, Mongólia évszázadokon keresztül próbált fegyveresen is érvényt szerezni nomád ősei jogainak. Miután a szomszédos nagyhatalmak „levágták szárnyait", bár lehajtott fejjel, mégis hűséges csatlósként lépkedett a kínai és a mandzsu császár, máskor pedig az orosz cár zsoldosai sorában. Az 1990-es évek elejéig „baráti egyetértésben, vörösben mahdzsongozott" kelet két óriás birodalmával, Kínával és a Szovjetunióval. Egészen addig a pillanatig, ameddig északi szomszédja részeire nem hullott szét. Mongólia akkor úgy érezte, végre revansot vehet a múltért.

A jövő viszont még ma is kifürkészhetetlen a számára. A múlt túlságosan önállótlanná tette az egykor legyőzhetetlen, harcos népet. Megtépázott tollainak szépségét nem nyerheti vissza egyik percről a másikra. Legmerészebb álma mégis az, hogy hatalmas erejű „Garuda madárként"* ismét szárnyait próbálgathassa magasan a fellegekben. Mindezek ismeretében érthető, hogy a küzdőszellem, a harci kedv, az állandó bizonyítani akarás jelenleg is szerves részét képezi a főleg nomád állattartásból élő mongol nép hétköznapjainak. A mozgáskultúra kialakulásában meghatározó szerepet játszott a nomád állattartó életmód mellett a sámánizmus és az északi buddhizmus szinkretizmusának hatása is.

* Garuda a buddhista mitológiában isteni hatalommal bíró madárkirály.

A tradicionális mongol versenysportok kivétel nélkül mind a test és a szellem harmonikus egységéről tesznek tanúbizonyságot. Bátran állítható, hogy valamennyi sportágban a test csak a szellemnek alárendelt eszköz a „férfias küzdelmekben".

A továbbiakban két nagyobb részre osztva tárgyaljuk a belső-ázsiai mongolok által ma is gyakorolt tradicionális sportjátékokat:

I. Ünnepi versenyjátékok*

Az ünnepi versenyjátékokon belül három versenyszám létezik:
- Birkózás, vagyis „egymás fogása" (*böh barilda*).
- Lovasversenyek (*morini uraldan*).
- Az íjászok versenye (*szur havrah*).

II. Hagyományos népi játékok és sportok

A teljesség igénye nélkül csak a legismertebbeket, legnépszerűbbeket említve:
- Nemeznyújtás (*eszgij szungah*).
- Futás (*javgan güjh*).
- Lócsúsztatás (*adu surgulah*).
- Teveverseny (*teménij uraldan*).
- Síelés vagy „hótalpazás" (*cana*).
- Szellemi és ügyességi sportok: sakk (*satar*), csontjátékok (*astragalos*).

I. Ünnepi versenyjátékok

A „férfiak hármas játéka", a *nádom* népszerű katonai ünnepként terjedt el a mongolok őseinek körében. Az egyes versenyszámok során a férfiaknak lehetőségük nyílt bebizonyítani fáradhatatlan harci kedvüket, gyorsaságukat és nem utolsósorban rendíthetetlen bátorságukat.

A 17. századtól a mandzsuk uralma alatt a *nádom* eseményeit rendszeresen összekötötték a vallási ünnepek ceremóniáival. Az 1922-es esztendőben rendezték meg a mongol „népi hatalom" első *nádomát*. A versenyjátékok időpontját is megváltoztatták, amire több száz év leforgása alatt még soha nem volt példa. „Téli középső hó, újhold kilencedike" helyett a továbbiakban „nyárutó havának újhold hatodikán"** tartották az országos megmérettetéseket. A „férfiak versenyén" egyéb reformokat is bevezettek. A tradicionális versenyszámokhoz újak társultak, amelyeket a nyugati világban már hosszú ideje megkedveltek. A hatalmas közönséget vonzó játékok külsőségei ekkoriban nyerték el végleges formájukat. 1922-től rendszeresen az állam politikai vezetője nyitotta meg a népszerű sporteseményt. Mögötte felsorakoztak az ország legismertebb képviselői. Mongólia himnuszának felcsendülése után, kibontott zászlókkal bevonultak a legkiválóbb lovasok és elfoglalták a kijelölt rajthelyeket. A hagyományos viseletbe öltözött birkózók után, a menetet végül az íjászok tarka forgataga zárta. Soraikban számtalan gyönyörű leányzó is lépdelt. Az érvényesülés esélye ebben a sportágban volt a legnagyobb a mongol nők számára.

* Eredeti nevén a férfiak hármas játéka (erin gurvan nadam).

** A buddhista időszámítás az újhold ünnepétől (az európai időszámítás szerint február közepétől) számítja az új évet.

Napjainkban a *nádom* a legfontosabb nemzeti ünnep a Mongol Köztársaságban. Az országos *nádom* játékai általában július 11-én kezdődnek a fővárosban, Ulánbátorban. A legnagyobb figyelem továbbra is a tradicionális sportokat: a birkózást, az íjászatot és a lovasversenyek eseményeit kíséri. A fővárosi versenyeken már csak a köztársaság legkiválóbb bajnokai mérkőzhetnek meg egymással, ugyanis ez a legfontosabb sportrendezvény Mongóliában. A nézőközönség és a résztvevők emelkedett hangulatban várakoznak az ünnepi játékok megnyitására. A versenyzők már virradat előtt ünnepi *dél*-t* öltenek. A birkózók szertartásosan felkapcsolják magukra speciális ujjatlan mellényüket és gazdagon díszített, saját népcsoportjukra jellemző nemezcsizmájukat. Átszellemült arccal, ugyanakkor végtelen tisztelettel tekintenek ellenfeleikre. Személyükben testvéreiket tisztelik, akikkel rövidesen összemérhetik erejüket a küzdőtéren. Valamenynyi helyi bajnok számára „szentírást" jelent a Mongolok titkos történetének az a 14. századból származó pár sora, amelyben többek között a mongol nép ősanyjának, Alan-koának állítanak emléket:

„Belgünütejt, Bügünütejt, Buku-katagit, Buku-szaldzsit és a buta Bodoncsárt, mind az öt fiát leültette egymás után. Valamennyinek a markába egy-egy nyílvesszőt adott. Ezután pedig így szólt: Törjétek el! Azok megerőltetés nélkül szétroppantották a vesszőket. Majd Alan-koa csomóba fogta a másik öt vesszőt, amit ismét a markukba szorítottak, de már együttes erővel. Így sem sikerült azonban eltörni azokat. Ezután megszólította öt fiát Alan-koa: Fiaim, ti öten egyazon anya méhéből születtetek, de ha a széthúzás eluralkodik felettetek, akkor az egyes nyílvesszőkhöz hasonlóan bárki könnyedén megsemmisít benneteket. Az egy csomóba kötött vesszők mintájára viszont ti is egy akaratot képviselhettek. Ki győzhetne akkor le benneteket..."[1]

Birkózás

A birkózás a mongolok nemzeti sportja. Népszerűségét tekintve első helyen áll a „férfiak hármas versenyének" sorában. A történészek véleménye szerint a mongol típusú birkózás alapjait körülbelül hétezer évvel ezelőtt rakták le.

Az iráni mongolok egyik leghitelesebb történetírója, Rasidu-d Dín feljegyzett egy híressé vált esetet a 13. századból Dzsingisz kán fiáról, Ögödejről, aki őszinte híve volt a birkózásnak. Egy alkalommal hatalmas vagyonnal és egy holdarcú mongol szépséggel ajándékozott meg egy perzsa versenyzőt, a Hamadán bajnokát. Az idegen ifjú férfias, kemény küzdelemben kényszerítette térdre a mongolok addig verhetetlen bajnokát.

A birkózók technikája és a sportág „szertartása" a mongol népességen belül még népcsoportonként is mutathat bizonyos eltérő jellegzetességeket.

A mongol birkózók viseletének meghatározó részét tradicionális ruhadarabok képezik. A díszesen hímzett, alkalmanként értékes gyöngyökkel ékesített, felfelé kunkorodó orrú nemezcsizma szárát gondosan még át is kötözik a sérülések megelőzésére. A szárából elővillanhat a bambusznádból vagy keményfából készült dupla borítás, amely szintén a versenyző biztonságát szolgálja. A kettős borítás megakadályozza a csizmafej természetes elcsúszását.

A birkózó mezéhez tartozik egy rendkívül kicsi, testhez simuló ágyékkötő *(súdag)*, valamint egy sajátságos formájú birkózómellény *(dzodog)*. A mellény szigorú előírásoknak megfelelően készült. Hosszú ujjrésszel varrták, de szabadon kellett hagynia a mell egész területét, és végül a hasi részen kellett összecsomózni. A hagyomány szerint azért volt erre szükség, mert hajda-

* A *dél* a tradicionális mongol népviselet alapja. Kaftánhoz hasonló köpeny, amely társadalmi, illetve vagyoni helyzettől függően gyapjúszövetből vagy selyemből készül.

nában egy hatalmas erejű mongol asszony férkőzött a gyanútlan legények közé, és puszta kézzel leterítette még a legvitézebbnek hitt bajnokokat is. A férfiemberek - tartva a megszégyenüléstől - elhatározták, hogy a továbbiakban kizárólag fedetlen mellkassal állnak ki egymás ellen. Így akadályozhatják meg azt, hogy a furfangos asszonyok újabb foltot ejtsenek a férfinép becsületén. A mellény és a nadrág színe és díszítése népcsoportonként változik. A bajanhongoriaknál zöld, a Góbi-sivatag nomádjainál fehér. Az ország más tájairól érkező versenyzők egyszerűbb kék vagy piros mezben állnak ki egymás ellen. A birkózók valamennyien bársonyból készült csúcsos süveget viselnek, amelyet a küzdelem megkezdésekor át kell nyújtaniuk a bíróknak.

A mongol birkózásban a mérkőzésnek nincs előre meghatározott időtartama. A sportág versenybírái csak az indokolatlanul hosszú küzdelmeknek szabnak határt. A birkózószőnyeget a nomád mongolok még hírből sem ismerik, a puszta földön mérik össze felkészültségüket a különböző járások és megyék helyi bajnokai. A versenyek legfőbb sajátossága, hogy nem különböztetnek meg súlycsoportokat sem. A korosztályonkénti elkülönítések szintén ismeretlen és értelmetlen kategóriát jelentenek a számukra.

A mongol birkózás megőrizte az egykori fegyveres mulatságok ünnepélyes hangulatát. Az európai szem számára a *nádom* ma is titokzatos fegyveres parádénak tűnik. A hajdani káni jurtapalota mintájára, a vendégek és a nézők tiszteleti helye egy nyitott halha sátor északi részében található. A versenyzők felkészítőinek, edzőinek *(dzászul)*, a partjelzőknek *(hájavcs)*, valamint a bíróknak hosszúkás alakú sátorban, a nyugati és keleti oldalon jelölték ki a helyét. Az edzők feladata viszont nem ér véget a küzdelem előtt, a versenyző bemutatásával. Az egész mér-



1. kép
Az edzők szeme mindent lát
(*Mongolszkaja Narodnaja Reszpublika.* Ulanbator. 1981. 176. p.)

kőzés alatt megállás nélkül bíztatják, de az sem ritka, hogy nyilvánosan becsmérlik tanítványaikat a küzdőtér mellől. A nézőközönség tiszteleti helyével szemben, déli irányban állítják fel a birkózóversenyek bíróinak *(hölijn dzájszán)* sátrát. A *nádomot* megelőző területi elődöntők során a már elismert tizenhat bírót tizenhat alacsonyabb rangú bíróval sorsolják párba.A hagyományoknak megfelelően az 1024 területi versenyzőből csak a legjobb 512 birkózó vehet részt az országos megmérettetésen. Napjainkban a köztársasági *nádomon* kilenc körben ütköznek meg a területi bajnokok. Egy menet elveszítése automatikusan azt jelenti, hogy a vesztest már kiselejtezték a további küzdelmekből.

A verseny a területi birkózóbajnokok bevonulásával kezdődik. Az ország különböző tartományaiból érkezett edzők szebbnél-szebb dicshimnuszokat zengenek a saját versenyzőjük érdemeiről. Verses formában kántálják nevét, a vidéki elődöntők során elért teljesítményeit, legyőzhetetlen, csodálatra méltó erejét. Felsorolják az összes testi-lelki erényét.

A versenyző az úgynevezett várakozósátorból lép a küzdőtérre. A sorsolás útján szembekerült ellenfelek előredőlve követik egymás szárnycsapásokra emlékeztető mozdulatait. Egyazon időben két-három pár is küzdhet egymással. Néhány versenyző a mérkőzés elején fülsiketítő kiáltással irányítja magára a közönség figyelmét. Az összecsapás során valamennyi helyi bajnokot csak egyetlen cél vezérli: minél előbb úgy földhöz kell teremtenie az ellenfelét, hogy annak feje, térde vagy könyöke láthatóan megérintse a talajt.

A versenyszám még humánusabbnak is nevezhető, mint a sportág nyugaton gyakorolt típusa, mert semmi szükség arra, hogy az amúgy is megalázott ellenfelet két vállra is fektessék. A legyőzött versenyző, az úgynevezett „bukott" *(unaszan),* ekkor megoldja a hasán összecsomózott mellényének zsinórját. Az ellenfele iránti tiszteletét viszont nemcsak egy szokványos kézfogással mutatja ki. A győztes jobb karja alatt átbújva megkerüli, majd tenyerével megérinti annak könyökét. A vesztes tiszteletadása meghódolást *(tahimögöh)* jelent a mérkőzés nyertese előtt. Az örömtől megittasodott győztes felveheti végre bársonyból készült, gombos végű süvegét. Sikerének igazi megkoronázása azonban csak ekkor kezdődik. A küzdőtér közepén kitűzött zászlót jobbról megkerülve belekezdhet végre fergeteges, győzelmi sastáncába. Mozgásával imitálni kezdi az isteni eredetű madárkirály, a Garuda mozgását és fenséges szárnycsapásait.

Az a birkózó, aki a megyei *(ajmag),* illetve a területi *(szumun)* bajnokságokon az ötödik vagy hatodik menetből is győztesként kerül ki, a „köztársaság sólyma" címet viselheti. A hetedik forduló sikeres birkózójának az „elefánt" megtisztelő rang adható. A kilencedik menetben szerzett győzelem az „oroszlán" megnevezéssel jár együtt. Az elérhető legmagasabb rang az „ország óriása" (*avarga*), amelyet két esztendőn keresztül viselhet Mongólia legsikeresebb bajnoka. A huszonnégy hónap elteltével ismét tanúságot kell tennie arról, hogy hatalmas erejét továbbra sem veszítette el. A több éve verhetetlen *avargák* érdemelhetik csak ki a legnemesebb fokozatot, a „legyőzhetetlen óriás" *(dajan avarga)* nevet.

A lelkes nézősereg együttérzéséről és szimpátiájáról lelkesítő dalok árulkodnak. Bíztatásképpen az edzőkkel együtt teli torokból kántálják a versenyzők nevét és érdemeit, az eddig megszerzett címeik alapján:

„A boldogság sólyma előrelépett.
Nemes ereje fokozatosan növekszik.
Fürge, igyekvő, gyors.
Mérete gyarapodik.

Az elefánt birkózó tudása mesteri.
Rendkívüli egyéniség.
Igazán erős.
Megtörhetetlen akaratú.

Az ifjú oroszlán már a sas köpönyegét viseli.
Erős hittel és hatalmas lelkesedéssel küzd
Mozgása fürge.
Rendkívüli ereje pedig sohasem hagyja el.

Az óriás-bajnok nem más,
mint a kán jobbkeze.
Védelmező ereje megóv minden bajtól.
A legkiválóbb valamennyi birkózó közül.
Az összes versenyben győztes.
A legmagasabb címek csak őt illetik.
Ereje csodálatos.
Tízezrek büszkesége.
Tengernyi nép bámulattal tekint rá.
Mindenütt büszkén emlegetik nevét...“[2]

A mérkőzés győztesei a tiszteletbeli címek mellett különféle ajándékokat kapnak. A legértékesebb számukra azonban az, hogy távoli népek körében is elismerést szerezhettek maguknak.

Lovasversenyek

A lovasversenyek a *nádom* egyik leglátványosabb eseményét jelentik a hazai és a külföldi látogatók számára egyaránt. A sportág több ezer éves hagyományokra tekinthet vissza. Egyes történészek egészen a bronzkortól datálják a kialakulását.

Az országos *nádom* előtt Mongólia legkiválóbb lovasai összesereglenek és letáboroznak az Ulánbátor közelében lévő steppén. A fővárosi versenyek pontos helyszíne az ulánbátori repülőtér és a környező határtalannak látszó pusztaság közötti útszakasz.

A lovakat már hónapokkal a központi ünnepségek előtt gondosan kiválogatják. Az európai szem számára azonban a versenyre érkező lovacskák egyáltalán nem tűnnek csodaparipáknak. A látszat azonban csal. A Kr.u. első évszázadból származó kínai sziklareliefeken már kétféle lóábrázolással is találkozunk. A kínai harcosok kecses lovaival szemben feltűnőek a hunok nagy fejű, erős testalkatú hátasai. Ez az ábrázolás is arról tanúskodik, hogy Belső-Ázsia jelentős területén elterjedt egy új lófajta, amely magában hordozta ősei igencsak eltérő tulajdonságait: „Az eredetileg a Kárpátoktól a Tiensan-hegységig elterjedt gracilisabb, kisebb fejű, karcsúbb lábú vadlófajtából, a tarpánból (Equus caballus Gmelini) domesztikált házi ló a belső-ázsiai steppéken gyakran kereszteződött az ott honos másik, vaskosabb lábú, nagyobb fejű, durvább alkatú vadlófajtával, a tagival (Equus caballus Pallas vagy Przevalski, mai mongol nevén *tah*). Ez a keresztezés hátrányosan befolyásolta ugyan az állatok küllemét, de fokozta szívósságukat, igénytelenségüket.“[3]

A lovakat külső tulajdonságaik szerint válogatják ki a versenyre. Fejük alakja, lábuk hosszúsága alapján eltérő edzéstípussal *(szojh)* készítik fel őket a nagy versengésre. Több hónapon át folyik a lovak felkészítése, ami a ló és a lovas számára egyaránt rendkívül megterhelő folyamat. Gyakoriak az éjjeli edzések. Állandóan alkalmazni kell egy speciális hideg-meleg vizes bedörzsölést. Az edzésterv részét képezi a lovak teherbíró képességének vizsgálata. Ennek során előfordul, hogy nappal és éjszaka is hosszú órákon keresztül, megállás nélkül vágtáznia kell a lovaknak. Felváltva izzasztják, hűtik, fogyasztják az állatokat. A versenyt megelőző pár hétben azon-

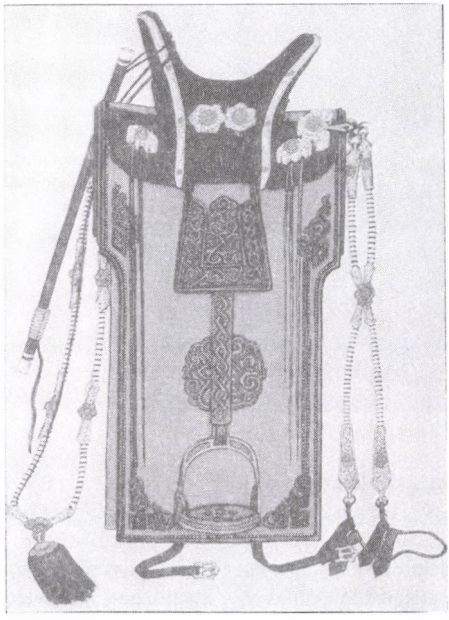
ban megkezdődik a lovak kikötésének, kímélésének időszaka, amikor csupán normális, hétköznapi ütemet diktálnak a szigorú edzők.

A lóversenyeken különböző kategóriákba sorolják be a lovakat. A 2-4 éves, az 5 éves és az ennél idősebb csődörök csoportjába. A lovak színük szerint kapják a nevüket. Az előző versenyeken már dicsőséget szerzett paripák nevéhez az ősök szokásaihoz híven még egy-egy tiszteleti kifejezést is csatolnak. Néhány lónév a XIII. századból és a jelenleg is használatosak közül: Rendes Szürke *(Dzsaszutu Boro)*, Kemény Fekete *(Hatang Hara)*, Szélsebes Vörösbarna *(Szálhin Dzérd)*, Madársebes Szürke *(Suvún Szárál)*, Szürke Porfelhő *(Boro Togorun)*, Közös Fakója *(Njgmijn Hongor)*.

Egy régi, mongol nyelvű kéziratban szakszerű véleményt kapunk arról, hogyan is kell festenie egy „gyorslábú drágakőnek":

„Külső jellegzetességeit tekintve elengedhetetlen a következő tizenhárom testrész tökéletessége: az állé, a homloké, a szemöldöké, a csontozaté, a gerincé, a hasé, az úgynevezett „kék húsé" vagyis a szőrtelen testtájaké, az izomé, a szegyé, valamint a négy patáé. Legalább ennyire fontos tényező a kilenc testrész hosszúsága is. Ezek közé sorolható a négy lábszár, a gerinc íve, az orr vonala, az áll alatti szíj, a nyelv és a fül mérete. Vékony és nemes vonalú legyen a nyak, az orrhegy és a fülhegy. Egészséges vastagságú legyen a két fültő, a fej és a lábszárak töve.

Gyorsaságának fokozására széles paták, tág orrlyukak, mély fülgödrök, széles szegy és ágyék szükségesek. Ugyanakkor arányosan rövid legyen a négy boka, a nyak és a farok."

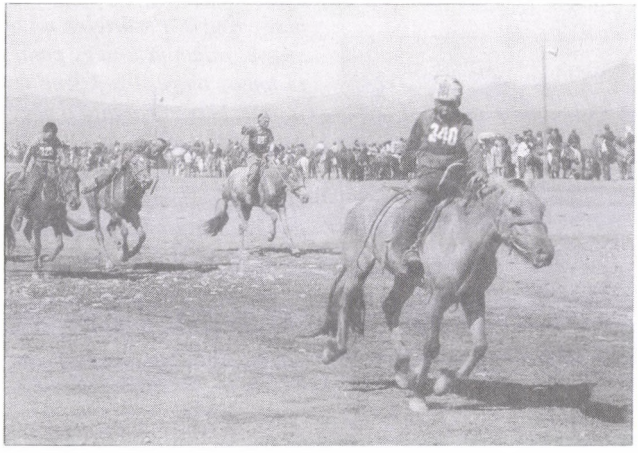


2. kép
Ezüst berakásos nyereg
(*Művészet*, 1987. január)

A versenyek bátor résztvevői általában 6-12 éves fiúk és kislányok, akik már apró gyermekkoruktól biztosan ülik meg a lovat. A népnyelv erről szerényen csak ennyit jegyez meg: „A nomád nyeregbe született." A lovakat is korán, 2 évesen nyereg alá kényszerítik. A lovak iránti szeretetről árulkodik az a tény, hogy a jószágok betörését általában 6-10 éves korú fiúgyermekekre bízzák a pusztán. A nomád gyermekek lóra szoktatása jóval előbb megkezdődik, 3-4 évesen már természetesnek mondható. A többnyire hosszú ideig szoptatott mongol gyermekekre igaz is a mondás: „Tegnap még szopott, holnap már lovagol". Léteznek azonban bizonyos fokozatok. Először a birka hátára ültetik fel, hogy azon gyakoroljon. Ha már elegendő tapasztalatot, biztonságot szerzett magának a kisebb jószágok hátán, akkor merik szülei maguk elé beültetni a nyeregbe.

Egészen addig a pillanatig élvezheti a családtagok biztonságos kezének szorítását, amíg nincs bátorsága egyedül belekapaszkodni egy hátas sörényébe A gyermekeknek speciális méretű nyergeket készítenek. Gyakran előfordul, hogy nincs is szükségük rá, mert a bátor kis lovasok szívesebben ülik meg szőrén lovaikat.

A merész fiúcskák és leánykák nemcsak kitűnően lovagolnak, de életkorukat meghazudtoló tapasztalattal, képzettséggel és nem utolsósorban kiváló taktikai érzékkel rendelkeznek. Nagyszerűen felismerik, mekkora erővel kell tartaniuk a gyeplőt ahhoz, hogy a kitűzött távolságot hibátlanul és időre teljesíteni tudják. A kis lovasnak és hátasának összehangolt munkája jelentősen függ a versenyző súlyától is. Az állatok átlagos sebessége 12-16 m/mp. A csődöröké általában egy kicsit nagyobb. Az edzés (*szojh, ujalga dzasza*) minősége: az izzasztás, a fogyasztás csak az érem egyik oldala. Hajdanában a versenyeken indított gyerekeket köleskúrára fogták, hogy kicsiny testük még könnyebb legyen. A lószerszámok és a nyergek közül is a legkisebb súlyút választották ki számukra.



3. kép
Szélsebes vágtában a cél felé
(*Mongolszkaja Narodnaja Reszpublika.* Ulanbator. 1981. 176. p.)

A nemes versengés nem egy speciálisan kialakított versenypályán folyik. (Kivételt képeznek az öttusa keretében megtartott lóversenyek.) A steppén kijelölnek egy útszakaszt, amit valamennyi indulónak teljesíteni kell. A sivatagi autóversenyzéshez hasonlóan, a lovasoknak itt is szembe kell nézniük néhány veszélyes csapdával, amelyet a természet állított a számukra. Meredek hegyoldalakkal, emelkedőkkel, helyenként vízmosásokkal is meg kell küzdeniük. A kijelölt távolság a ló életkorától függően 15-35 km között lehet. A poroszkák *(dzsorók)* úthossza korkülönbség nélkül 15 km.

A versenyzők színes ruhákat öltenek magukra. Hátukon szimbolikus mintákat, díszeket viselnek. Feltűnő a színek szimbolikájának egyedi összeválogatása is a többnyire házilag elkészített ruhadarabokon. A lovas mezének legfőbb jellemzője mégis az, hogy szabad mozgást kell

engednie a lovas számára. A verseny ünnepélyességét emeli, hogy a lovak felszerelését is gazdájukhoz hasonlóan felékesítik.

A fővárosi *nádom*ra Dzunmód megyeszékhely területén gyülekeznek. A start és a befejezés egyaránt izgalmas és érdekes pillanatokat tartogat a nézők számára. A verseny kezdetén a lovasok körbelovagolnak a starthelyek körül. Az ünnepélyes felvonulás közben sipító, vékony gyermekhangjukon folyamatosan bíztatják lovukat a versenyre. Az éles hangú kántálás az úgynevezett *gijngóloh* a verseny időtartama alatt egyre fokozottabb tempóra ösztökéli majd a lovakat. Végül valamennyi lovasnak fel kell állnia a rajtvonalhoz, és várakoznia kell addig, amíg ki nem adják a bírák a parancsot a vágtára. Ez nagyon lényeges pillanat, ugyanis csak akkor hangzik el a rajtra való felszólítás, ha valamennyi résztvevő tökéletesen összpontosít a versenyre.

A győztes paripa a „Tízezer versenyló homloka" címet kapja. Azokat a lovakat pedig, amelyek az első öt között érkeznek a célba, a „Kumiszos öt" (*ajragijn tav*) címmel és számos ajándékkal tisztelik meg. Érdekes elnevezésüket azért kapták, mert beérkezvén a célba, a lelkes szurkolók kumisszal* hintik meg a győztes paripák fejét és combját. Az elsőként befutó hátasról gyönyörű verses dicséretet szavalnak. Egy ló gazdája számára egész élete során ez a legnagyszerűbb dolog, olyan dicsőség, amelyet utódai talán még több generáción át emlegetni fognak.

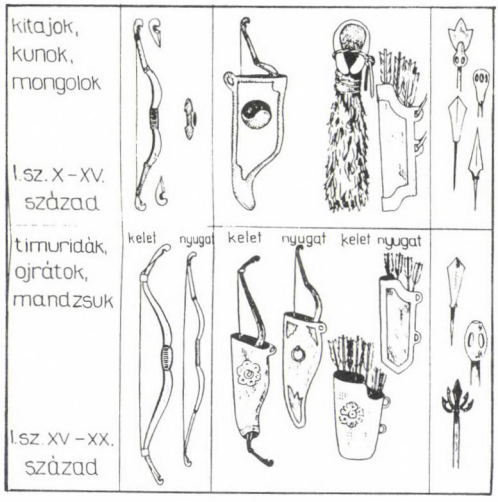
A győztesek megjutalmazásának ceremóniája után az utolsóként célba ért versenyző vígasztalása következik. Úgy is mondhatnánk, ez a vesztes „presztízs-show"-ja . Itt nem a megszégyenülés és bosszankodás a lényeges momentum. Fontos megjegyezni azt is, hogy a nézők ezt a szertartást nem a tréfa kedvéért igénylik a verseny után. Egyszerűen bátorítani akarják a vesztest. Megkísérelnek bizalmat, erőt plántálni az elkeseredett versenyzőbe. A mongol népi elbeszélők számtalan lírai hangvételű ódában emlékeznek meg a lóversenyek veszteseiről. Bátorítják az elkeseredett lovast, és hitet adnak neki a jövőbeli boldogulásához.

Az íjászok versenye

Szép számú dokumentum maradt ránk, amely arról tanúskodik, hogy a versenyíjászat már a mongol világbirodalom virágkora előtt is létezett. A Kr. e. 6. századból származó úgynevezett klazomenai koporsó domborművén egy szkíta, begörbülő végű íjtípussal találkozunk. Már ezen felfedezhető a szkíta íj erős vonalú, kettős elhajlása a fogó mindkét oldalán. Az íj karjai visszahajlanak és csigás görbületben végződnek. A Dzsingiszidák uralkodásáig a steppék nomádjai harci eszközként számos íjtípust kipróbáltak. A legismertebbek közülük a csontos íj, a tömörcsontvéges íj.

Az Aranyhorda dicsőséges uralkodása előtt, a 10-11. századból származó leletek tanúskodnak arról, hogy a hódító dzsürcsik, majd az őket követő kitajok ismertették meg harci versenyjátékaikat a mongolokkal. Az ügyességi harcijátékok során a lovas íjászatra a negyedik hónap ötödik napján kerülhetett sor a kitajoknál. Az égnek bemutatott áldozati ceremónia után kezdődhetett csak az igazi versenyjáték. Fűzfavesszőket szúrtak le a földbe a versenypályán. Valamennyi fadarabot fel kellett ékesíteni ezután a versenyzők társadalmi rangját jelképező szövetfoszlánnyal. Pár hüvelyknyire a földtől lehántották a fűzfavesszők kérgét. A részt vevő lovasoknak vágtában kellett elhaladniuk a vesszők előtt. Kitűnő szemre és rendkívüli ügyességre volt szükségük ahhoz, hogy vágtázás közben a tollatlan, vágóélű nyilakkal el tudják találni a fűzfa-

* A kumisz erjesztett kancatej. Az ősszel fejt kumisz alkoholtartalma a gyenge sörével ér fel. Különleges jellegzetessége, hogy minőségének érdekében bőrtömlőkben tárolják.



4. kép
Íjtípusok a szkíták korától a kitajok koráig
(U. Kőhalmi K.: *A steppék nomádja lóháton, fegyverben.* Akadémiai Kiadó. Budapest. 1972. Melléklet.)



5. kép
Lovas íjász legjellemzőbb mozdulata
(*Between East and West*... Promptus. Budapest. 1996. 67. p.)

vesszők hántolatlan végét. A kiváló lövés azonban még nem volt elég a végső győzelemhez. Ha a találatról megbizonyosodtak - vagyis eltörték a vesszőt - lelassították a ló vágtáját, majd ördögi ügyességgel próbálták meg felkapni a talajról az eltört fadarabot.

A szentpétervári Ermitázsban őrzik azt a gránitlapot, amely a hirhirai mongol palotarom feltárásának köszönhetően maradt meg az utókornak. Az úgynevezett Dzsingisz köve a legrégebbi középmongol felirat, amely az 1225-ös káni íjászverseny győztese előtt tiszteleg:

„Midőn Dzsingisz kán a szárt népet leigázta, tábort ütött, és az egész mongol birodalom nemesei Buka Szocsigajban egybegyűltek.

Jiszünge a messze nyilazáskor háromszázharmincöt öl messzire nyilazott."

Az Aranyhorda utódai az egyre tökéletesebbé váló nyíl- és íjtípusokkal, mint például az ujjpeckes íj, sem tudták megvédeni egykori óriás birodalmuk határait. Semmiféle harcászati reform nem volt elég hatékony ahhoz, hogy őseik hadi sikereit megismételhessék.

A 17-től a 20. század elejéig tartó mandzsu uralom sem kedvezett a hadijátékok felelevenítésének. A mandzsu elnyomás utolsó évtizedeiben már rendeleti úton szabályozták a több száz éves hagyományokra visszatekintő, közkedvelt mongol íjászversenyek idejét és lebonyolításának menetét. A teokratikus mongol állam feje, a bogdogegen* ismét rendezte az íjászversenyek kérdését a mongol törvénykönyvben:

* A bogdo-gegen a teokratikus mongol állam és a mongóliai buddhista egyház feje volt.

„Évente nyáridőn az országos íjászversenyre a hadügyminisztérium a halhák* lakta négy megyéből 300 életerős férfit, nemest és közrendűt jelölve, a megye és a zászlóföld költségén küldjön a Kolostorfővárosba. Íjászversenyre való felkészülésük ideje egy hó."[4] A bogdo-gegen által meghirdetett íjászversenyt még a híres dzsürcsi és kitaj ősök hagyományainak szellemében tartották meg. A versenyzőknek vágtázás közben kellett megcéloznia egy nyíllövésnyi távolságban elhelyezett gömböt.

Napjainkban a lovas íjászat már nem része a *nádom*nak. A versenyzők gyalogosan, álló helyzetből céloznak a szőrből csavart kötélre kifeszített bőrdarabokra. A kötelek mellett figyelő bírók „Lőjetek célba!" (*onogtun*) felszólítására kezdődik a verseny.

II. Hagyományos népi játékok és sportok

Nemeznyújtás

A mongolok jelentős hányada még napjainkban is szívesebben választja lakóhelyéül az úgynevezett kereksátrat *(jurta)*. A sátrat cölöpökre borított nemezdarabokkal fedik, amelyek tartósan ellenállnak a Mongóliában mindennapos esőknek, viharoknak. Kitűnően viselik a szélsőséges időjárás hol fagyos, hol erős napsütéssel teli időszakait. A nemez gyapjúból készült anyag, amelyet összeványolnak, sőt alkalmanként meg is festenek.

A nemeznyújtás versenyében többnyire két résztvevő méri össze erejét. Két végénél fogva felemelik a nemezt. Ezután a lehető legnagyobb erővel igyekeznek elhúzni egymást a gyapjúdarab segítségével. A verseny annál sikeresebb mindkét versenyző számára, minél jobban megnyúlik a nemez.

Futás

Egyáltalán nem lehetetlen, hogy a tibeti „ámokfutók" (egyes varázslók és szerzetesek kitartó gyakorlás után juthattak e csodálatos képesség birtokába) mintájára váltak közkedveltté a mongol fejedelmek udvarában a „gyalogos futárok" *(güjcs)*. Élelem, folyadék nélkül, transzállapotban hatalmas távolságokat tudtak megtenni. Milarepa, a Kr.u. 1024-ben született buddhista szerzetes életrajzában olvashatunk erről a nem mindennapi adottságról: „...maga a varázslómester futott így étlen-szomjan, napok alatt többhavi járóföldet hagyva maga után..." Az ámokfutók ugráló mozgása összefügg a nehézségi erő legyőzésével. Az úgynevezett *lungompák* látszólag inkább repültek, nem pedig a földön futottak. Visszatérve a mongolokhoz, a futás nem tartozott a népszerű sportágak közé. Kialakulása szükségszerű volt a Magyarország területének tizenhatszorosát kitevő országban, amelynek jelentős részét sivatag borítja. A nagy távolságok leküzdése áthidalhatatlan problémának látszott. Ennek az egyszerű ténynek köszönhetően voltak, akik hamar felismerték, hogy izmos lábukkal könnyen érvényesülhetnek.

Az utolsó bogdo-gegen gyalogos futáráról, a „Fölség poroszkájáról" *(Bogdin dzsoró)* még ma is megemlékeznek a népdalokban. Az uralkodó futára ugyanis még hetvenéves korában is vállalta, hogy versenyt fusson egy farkassal egy bárányért. Természetesen megnyerte a fogadást. Hétköznapi munkája viszont ennél sokkal unalmasabb volt. „Általában a mai rendőrmotorosok tisztét látta el, akik egy-egy külföldi politikus érkezésekor annak kocsija előtt száguldanak."[5]

* A mongol népesség legmeghatározóbb nemzetsége, az ő nyelvükből alakult ki a mai mongol irodalmi nyelv.

Előfordul, hogy a gyors lábú futárok utódai ismét összemérik képességeiket. A helyi versenyek azonban nem nagyon haladják meg az amatőr színvonalat. (Kivételt képeznek a nyugati típusú futóversenyek, amelyek egyre népszerűbbek a sportszerető fiatal mongolok körében.)

Lócsúsztatás

Az évszakokhoz alkalmazkodva szívesen játsszák a rekkenő sivatagi hőségben és a csikorgó hidegben egyaránt, mert a legkedveltebb népi játékok körébe tartozik egész Mongóliában. Többnyire a tehetséges csikósok vállalkoznak a lócsúsztató versenyre.

A ménes összeterelése után egy szilaj, még betöretlen lovat messziről a többi állat irányába kezdenek hajtani. „Abban a pillanatban, amikor a tüzes paripa a leggyorsabb sebességgel vágtat a már megszelídített ménes felé, megpróbálják botospányvával* megállítani. Nem ritka, hogy az ember és a ló nemes küzdelme során 8-9 botospányvát is elragad a paripa, amíg be tudják fogni.

Teveverseny

A Góbi sivatagban a legnépszerűbb népi játéknak tartják. Lebonyolítása a lóversenyek izgalmát idézi. Rendszerint 15 km-t 40-50 perc alatt tesz meg egy felkészített jószág. Percenként 3-400 m-t is „vágtázhat". A legkedvezőbb életkor a tevék szempontjából a versenyzés számára a 3-14 év.

Síelés vagy „hótalpazás"

Az Okladnyikov orosz régész által a neolitikum korából feltárt szibériai sziklarajzok már arra engednek következtetni, hogy a térségben, legalábbis az észak-mongol területeken biztosan gyakorolták az úgynevezett sítalpazást és hótalpazást.

A sportág technikája az évszázadok során nem sokat változott. Még a 20. század elején is lóbőr bevonatú fadarabokból készítették el a lécek többségét, ami szőrmentén siklott, ellenében pedig fékezett. Az urjanhaj vadászok még ma is ezekhez hasonló sítalpakon közelítik meg a kiszemelt rénszarvascsordákat. Az Altaj hegységben a török nyelvű tuvák nem lóbőrből, hanem a jóval finomabb rénszarvasbőrből készítették el sítalpaikat.



6. kép
Hótalpon, dobbal a kezében ábrázolt neolitikumi ősünk
(Okladnyikov: *Szibériai sziklarajzok.* Corvina. Budapest. 1983.)

Nyugati típusú síversenyeket, kijelölt pályán csupán a század harmadik évtizedétől rendeztek, de nem gyakran.

* A botospányva 4-5 m hosszúságú farúd, amelynek a végén egy kötélhurkot helyeznek el a lovak befogására.

Szellemi és ügyességi sportok: sakk, csontjátékok

Belső-Ázsiában a török-perzsa hagyományokra visszatekintő sakk szintén közkedvelt játéknak számít. Főleg a hosszú, téli estéken, amikor farkasordító hideg uralkodik a tájon, a férfiak szívesen játszanak egy-egy pohár kumisz vagy Dzsingisz-vodka társaságában sakkot vagy csontjátékokat.

A sakk szabályai Mongóliában sem különböznek az Európában ismert szabályoktól. Érdekes azonban, hogy a figurák gyakran veszik fel a buddhista mitológia világából jól ismert személyek karakterét.

A csontjátékok (*astragalos*)* ügyességi, főleg kapójátékok lehettek. A csontjátékok közül Mongóliában, Kazahsztánban és az anatóliai törökség körében az úgynevezett bikázás, bittykőzés, csűdözés és a pittykézés a legnépszerűbb. A belső-ázsiai játékkultúrából már a honfoglaló elődeink magukkal hozták a csontjátékok szeretetét. A 13. században a jász és a kun népesség ismét felelevenítette a magyarok körében a hajdanán már megkedvelt ügyességi játékokat.

A bikázás és a bittykövezés (bittykőzés) szabályai megtévesztően hasonlóak. Nézzük elsőként a csigacsont markolására, illetve a csigacsont dobálására épülő ügyességfejlesztő típust. A játékot egyenlő mennyiségű csontdarabbal többen is játszhatják. A csigacsontokat a tenyérből feldobva a kézfejre vetik. Amelyik játékosnak több marad a kézfején, az nyithatja a játékot. A nyitójátékos az összes résztvevőtől megegyező számú csontdarabot gyűjt össze a saját tenyerébe. Ezután a lehető legnagyobb ügyességgel megpróbálja a csontocskákat feldobni és úgy elkapni, hogy minél több a kézfején maradjon. Ha ügyetlensége miatt üres marad a kézfeje, akkor ellenfele kihasználhatja a pillanatot arra, hogy rácsapjon a társa kezére. „A kézháton maradt csontokat ismét marokba kapja, majd az elfogott *sagai*-ok** számával megegyező mennyiséget kell a földön szétterült csontocskák közül egyszerre fölkapni úgy, hogy egy kiválasztott lövedéket magasba lök, s míg ez a levegőben van, a többit a földről marokba szedi, s a földobottat elkapja."[6] Ha a csontocskák rendkívül messze kerültek egymástól a földön, a játék szabályai lehetővé teszik az úgynevezett csalogatást: „...a lövedék levegőbe hajításakor a távolra került csontot *közelebb juttatja*, vagy többet messziről *összesöpör*, s közben a feldobottat elkapja. Három kísérletet tehet".[7] Abban az esetben, ha be tudta gyűjteni valamennyi csontot hiba nélkül, akkor kivehet magának egyet a játékban lévő csontdarabok közül. Ha bárki leejt egy darabot vagy hibázik, akkor saját csontocskáit át kell engednie ellenfelének, aki tovább folytathatja a játékot, amíg a csontok teljesen el nem fogynak. A nyertes a legtöbb csigacsontot összegyűjtő játékos, aki így újabbnál-újabb csontdarabokkal növelheti csigacsontkészletét.

A bikalövés úgynevezett kétemberes játék. A résztvevők 4-4 csontdarabbal dobnak egyszerre. Amelyik játékosnak több bikája, vagyis több csigacsontja fordul a lapos vagy a homorú részével fölfelé, az lesz a kezdőjátékos. (A csontok előbb említett pozíciója a teve, illetve a ló elnevezést kapta.) „Az ellenfelek azonos mennyiségű, mondjuk 5-5 lőszerrel és 3-3 bikával felszerelve kb. 6-10 lépésnyire leülnek egymással szemben a földre (a távolság kor és gyakorlottság függvénye), majd a bikákat, azaz a három-három célpontot felállítják úgy, hogy ezek egyenlő

* Az astragalos a hátsó lábak bokaízületének elnevezése. A magyar népnyelvben csigacsont, esetleg csűd elnevezés szerepel. Az astragalos már előfordult Homérosz Iliászában, mint a korabeli görög ifjúság legkedveltebb játéka. Nagy valószínűséggel az astragalos az interetnikus kulturális kapcsolatoknak köszönhetően került át az ókori Hellászba a Kelet országaiból.

** A mongolok az állatok, többnyire a kecskék és a bikák csigacsontját nevezik *sagainak*, a kazakok pedig *saqainak* a lovak bokacsontját.

távolságra legyenek mindkettőjüktől. A csigacsontok ló vagy teveállásban, sorban egymás mögé illesztve, a pályára merőlegesen - a játékos saját térfeléhez közelebb - helyezkednek el. A kezdeményező kinyújtott karral a tenyérről megcélozva egymás után ellövi - ujjával elfricskázza - a nyilakat úgy, hogy az lehetőleg az ellenfél bikáit felborítsa."[8]



7. kép
Az astragalos csontocskák, mint ügyességi játékok eszközei (Bartha I. : *Keleti tanulmányok*. Barbaricum Könyvműhely. Karcag. 1998. 79. p.)

A játék lényege az, hogy az ellenfél csontdarabjait kimozdítsák helyzetükből, és minél ügyesebben és gyorsabban a domború vagy a homorú oldalukra billentsék. Pontos találat esetében, ha a bika állva marad, vagy esetleg újból visszaáll eredeti pozíciójába, a találat elvész. Ha egyértelműen sikerül kimozdítani eredeti állapotából, az ellenfél már igényt tarthat rá. A nyilak kilövését követően az ellenfél próbálkozik, s így váltják egymást, míg egyiküknek minden bikája elvész.

Utószó

A lovas nomád mongolok teljesítményei az újkori olimpiákon rendkívül szerények. Kizárólag a tradicionális küzdő- és erősportok, a birkózás, a judo, a súlyemelés területén sikerült felküzdeniük magukat a dobogóra. Az ország demokratizálódása és felzárkózása a „kis tigrisekhez" talán esélyt adhat a mongol sportélet fellendüléséhez. Ehhez azonban náluk is szükséges a helyi sportlétesítmények felújítása, a Mongol Köztársaság egykori egyesületeinek felélesztése, a sportszervezetek anyagi megerősítése. Óriási a veszélye annak, hogy a kiábrándult mongol sportolók tömegével hagyják el szülőföldjüket. Japánban például új személyazonossággal a tehetséges mongol birkózókból gyakran válik a felkelő nap országának fényes karriert befutó, világhírnevet szerző szumóbajnoka.

Jegyzetek

1. Ligeti L. : *Monumenta Linguae Mongolicae Collecta I.* Akadémiai Kiadó. Budapest. 1973. 27.p. (M. K. fordítása.)
2. *Mongol joc zanslin baga tajlbar tol.* Szülenhü, Huhdijn Hevlelijn Gazar. Ulanbatar. 1991. 40-41. p. (M. K. fordítása.)
3. U. Köhalmi K.: *A steppék nomádja lóháton, fegyverben.* Akadémiai Kiadó. Budapest.1972. 24. p.
4. Kara Gy.: *Mongólia.* Panoráma. Budapest.1979. 136. p.
5. Uo.137. p.
6. Bartha J.: *Keleti tanulmányok.* Barbaricum Könyvműhely. Karcag. 1998. 80. p.
7. Uo.81. p.
8. Uo.

A mentálhigiéné és az interdiszciplináris mentálhigiénés képzés

Tomcsányi Teodóra
egyetemi docens
(Magyar Testnevelési Egyetem,
Mentálhigiéné Tanszék)

1. Bevezetés

A mentálhigiéné - a társadalmi léptékű lelki egészségvédelem - fogalma ugyan évtizedek óta ismert Magyarországon, de igazán csak akkor vált jelentős tényezővé, mikor a mentálhigiéné ügye a rendszerváltás idején a mozgalommá válás szakaszába lépett, újrafogalmazta céljait, keresve és átgondolva gyökereit, előzményeit.

Minden maradandó mozgalom mögött van egy - a társadalom számára - fontos gondolat, eszme is, amely tömegeket mozgósítani képes. Feltehető a kérdés, hogy milyen igényt elégít ki a mentálhigiéné ma Magyarországon, mi élteti a gombamód elszaporodó mentálhigiénés képzéseket és rendezvényeket, mi ösztönöz számtalan egészségügyi és szociális intézményt, hogy a mentálhigiénét belefoglalja nevébe és programjába? Mivel magyarázható, hogy ma már a mozgalomban megjelentek a strukturálódás jelei is?

2. A magyar társadalom (átmeneti?) válsághelyzetének sok évtizedes előzményei

A magyar társadalom a nyolcvanas években folytatott vizsgálatokból riadtan tájékozódott arról, hogy addig agyonhallgatott testi és lelki problémák egész tömege teszi a lakosságot beteggé. A korábban csak a kórházi ágykihasználás szintjén megjelenő adatok elemzése is azt mutatta, hogy a betegségek mintegy harmada lelki eredetű.

A statisztikai adatok napjainkban is nagy problémára engednek következtetni. A lakosság életmódja az utóbbi években is egészséget veszélyeztető jellegű. Erre utal, hogy az átlagos életkor nemhogy nőne, hanem 1970 óta csökken, és a magyar férfiak születéskor várható élettartama már tíz évvel alacsonyabb, mint a gazdaságilag fejlettebb országok lakóié.[1] A halmozott nehézségeket jelzik a mentális betegségek népbetegséggé válásának nemzetközi összehasonlításban még mindig kiemelkedően magas adatai (ezen belül is az önpusztító életmódé). A nagy társadalmi feszültséget jelzi a bűncselekmények számának gyors növekedése, amely a rendszerváltás óta eltelt években több mint duplájára emelkedett,[2] és ezen belül is a vagyon elleni bűncselekmények száma nőtt látványosan.[3]

Az öngyilkosságok terén Magyarország mutatói kiemelkedően rosszak voltak. Évtizedeken keresztül a tízmilliós országban mintegy 35 ezer öngyilkossági kísérlettel lehetett szá-

molni, amelyből csaknem ötezer halálos kimenetelű volt. A rendszerváltás óta eltelt időben ez a szám jelentősen, háromezerötszáz alá csökkent.[4]

Rendkívüli módon emelkedik azonban a szenvedélybetegek száma. 1980 óta több mint négyszeresére nőtt az alkoholisták száma, és ezzel az alkoholizmus népbetegséggé vált.[5]

Mindezeket a problémákat a közép-kelet-európai társadalmaknak, közöttük a magyar társadalomnak is rosszabbodó gazdasági feltételek között és csökkenő lakosságszám mellett kell megoldania.[6]

A közép-kelet-európai állapotok legfőbb jellegzetessége a korábbi periódusban az erőszakos elsietettség volt. A gyors irányított áttérések az individuumot mobilitásra, ingázásra, továbbtanulásra, azaz nagy fizikai vagy szellemi teljesítmények elérésére kényszerítették, miközben megfosztották őt természetes emberi és eszmei támogató rendszerétől.[7] Ezzel egyidejűleg - mivel a kollektivizmus gátlóinak tekintették - „adminisztratív eszközökkel" meggyorsították a kisközösségek felbomlását, elvéve az egyéntől egyik legfőbb támaszát.

A természetes csoportok megszűntével a családokra túlságosan nagy terhek hárultak. A válások száma a rendszerváltásig folyamatosan nőtt (1987-ben az összes házasságok 35%-a - Budapesten még nagyobb része - a megkötésüktől számított 30 éven belül felbomlott), de ez a tendencia a rendszerváltás ideje óta csökken.[8]

Egyetlen generáció - ahogy azt a tranzitológiai irodalom regisztrálja - a harmincas évektől kezdődően 8-9 évenként élt át egy-egy olyan tranzitot, amely „átmenet a konzervatív nacionalizmusból a fasizálódó világba, átmenet a sztálinizmusból a szocializmusba, átmenet a posztkommunista társadalomból a polgári társadalomba".[9]

Sok jel mutat arra, hogy a mentálhigiéné kulcsfontosságot kaphat abban, hogy a kedvezőtlen makroszociális jelenségek ne konvertálódjanak patológiás magatartásmódokká.

3. A mentálhigiéné fogalmának értelmezése

A mentálhigiéné kifejezés *W. Swetster*től származik (1843), aki a fogalmat az elmebetegek intézeti és törvényes jogait védő tevékenység kapcsán alkotta meg, azonban ez a fogalom az amerikai *Clifford W. Beers* „sajátélményű" tapasztalatai, rendkívüli energiája, szervezőkészsége és elkötelezettsége nyomán kelt életre, teremtett mozgalmat. Tevékenysége - lényegét tekintve - az elmebetegek kezelésének humanizálására irányult. Az a mód azonban, ahogyan ez megvalósult, és ahogyan bevonódott a munkába a kórház, az iskola és az egyház,[10] már nem nevezhető kizárólag pszichiátriai tárgykörűnek. Ez már szélesebb területet ölelt fel, mert noha a munka az elmebetegekkel való foglalkozásra irányult, ez azonban olyan, tágabb perspektívába helyeződött, amely éppen a mentálhigiéné egyik ismérve.

Az *Encyclopedia Britannica* értelmezése szerint: „A mentálhigiéné a lelki egészség megőrzésének, valamint annak tudománya, hogyan lehet megakadályozni a pszichózis és egyéb lelki betegségek kifejlődését."[11] A bécsi *Ernst Federn* a *Heinrich Meng* által használt „pszichohigiéné" fogalomban üdvözli ennek a szemléletnek a kiterjesztését, azt állítva: „der Ausdruck seelische Hygiene (Mental Hygiene) in den Vereinigten Staaten nur im Zusammenhang mit der Psychiatrie gebrauch wird".[12]

Az európai szakmai nyelvben inkább elterjedt a pszichohigiéné fogalom,[13] ennek értelmezése és magának a fogalomnak a fejlődése is eltér a „mentálhigiéné" által kifejezett tartalomtól. *Heinrich Meng* nyomán[14] mi úgy látjuk ugyanis, hogy a pszichohigiéné legfőbb célja a nevelési hibák okozta lelki fejlődési rendellenességek megelőzése, azaz ez a fogalomkör „ist ein Teilgebiet der angewandten Psychologie und Psychiatrie". Ezzel szemben - vagy helyesebben ezt kiegészítve - a szerző értelmezésében a mentálhigiénés cél annyiban tágabb, hogy helyet kap benne az egész embernek és környezetének testi-lelki jóléte is, azaz célja: *„a humanisztikus egész emberkép restrikciója, helyreállítása elméletben és gyakorlatban, társa-*

dalmi méretekben, minden humán diszciplina együttműködésével."[15] A mentálhigiéné mindazon folyamatok és tevékenységek összessége, amelyek az emberi személyiséget és a közösségi kapcsolatokat érettebbé, magasabb szervezettségűvé teszik.

Maga a mentálhigiéné nem olyan esetkezelés, amely az egyedi munka sokasága által válik tömegméretűvé, hanem fordítva: a tömegméretekre irányuló céljai és működésmódja ellenére törődik a humánum egyediségével.

A szerző értelmezésében a lelki egészség nemcsak állapot, hanem (inkább) törekvés, viselkedés (is), amely állandó egyensúlykereséssel biztosítja a szüntelen változás közepette a stabilitást. Ez a stabilitás nem a teljes jóérzés elképzelt ideálja, hanem olyan életérzés, amely nehézségek, zavarok, terhelések, sőt olykor betegségek közepette is eleven egészségérzést jelent, amelyben a fenyegetettség nem lép át egy bizonyos - az egyén tűrőképességétől is függő - értéket.

Ahány fajta eszmeirányzat, szemléletmód létezik, amelynek mondanivalója van a lelki egészséggel összefüggésben álló lelki jelenségekkel kapcsolatban, annyiféle hangsúllyal közelíthető meg a mentálhigiéné elmélete és valósulhat meg gyakorlata. Az így értelmezett lelki egészség megőrzésének folyamata messze meghaladja a pszichológia és a pszichiátria illetékességi körét. Mint a lelki egészségvédelmet szolgáló, dinamikusan fejlődő, de még kialakulóban lévő új tudományág, a legkülönbözőbb humán szaktudományos ismereteket integrálja. A napi gyakorlat és a tudományközi együttműködés hatására formálódik, bővül, differenciálódik, újraértékelődik.

A *„mentálhigiénés többlettudás"* a szakterületekhez oly módon adódik hozzá, hogy merít mindazokból az ismeretekből, amelyeket más tudományágak a lelki egészségre vonatkozóan összegyűjtöttek, és ezekkel olyan új ötvözetet képez, amely tulajdonságaiban nemesebb az eredetinél. Nem körülhatárolt, elkülönített részterület, amelyet egy specialista ellát, hanem olyan szövetet alkot, amelynek szálai erősítik a humán tevékenység anyagát, mint az üvegszál a poliésztert. Így tartást, erősítő támaszt ad az alapanyagnak anélkül, hogy annak jellegét megváltoztatná.

4. A mentálhigiénés képzés

A magyar mentálhigiénés helyzet drámai voltát felismerve, beavatkozási lehetőségként a humán foglalkozású szakemberek[16] továbbképzését választottuk, amely a primer prevenció kitüntetetten hatékony formája.

Magyarországon az első konceptualizált, posztgraduális mentálhigiénés képzést a szerző irányításával fejlesztették ki és valósították meg 1987-től.

A programot az illetékes szakmai kollégium, továbbá a Szakképzési Bizottság 1990-ben elfogadta, a befogadó és diplomát kibocsátó intézmény kezdettől a Magyar Testnevelési Egyetem volt.[17]

A képzési program koncepciójára vonatkozóan eredményesség-vizsgálat is készült.[18]

A programunkra irányuló kutatások eredményei, valamint a fölgyülemlett tapasztalatok alapján továbbfejlesztett mentálhigiénés szakalapítási és szakindítási koncepciót a rendszerváltás után alakult Országos Akkreditációs Bizottság 1996-ban fogadta el.

A művelődési és közoktatási miniszter vonatkozó rendelete[19] a mentálhigiénés szakosító képzés képesítési követelményeiről a Magyar Testnevelési Egyetem által benyújtott szakalapítási irányelveknek megfelelően született meg.

A mentálhigiénés szakirányú továbbképzésben részesült szakemberek szakmai érdekvédelme, illetve hatékonyabb továbbképzése érdekében, végzett hallgatóink megalakították az Antropos Mentálhigiénés Egyesületet.

Képzésünk szakmai segédanyagaként 1989 óta mentálhigiénés kiadványsorozatot jelentetünk meg, amelynek keretében eddig 16 kötet látott napvilágot.

1987-től 1997-ig három ciklusban összesen 364 humán foglalkozású szakember végezte el programunkat.[20]

Curriculumunk alapján valósult meg az ez irányú képzés több egyetemen és főiskolán.

4.1 A képzés célkitűzése[21]

Alapcélkitűzés, hogy a képzés által létrehozott változás iránya a társadalom és benne az egyén demokratikusabb elvek szerinti működésmódja felé mutasson, a lelki egészség védelmén és növelésén keresztül.

A célkitűzések elérésének módjai

A mentálhigiénés szakirányú továbbképzés a célját nem specializáció útján kívánja elérni, hanem a tudás kiterjesztésével a képzésben részt vevők saját tudományterületével érintkező, illetve annak határait átfedő diszciplínákra, azzal a törekvéssel is, hogy ez a nyitás - saját szakterületükön is - az érintkezésekből adódó új felismerésekhez vezessen.

a) Többszempontú tartalmi megközelítés

A képzés nem az egyes témakörökre vonatkozó összes ismeret megtanítására törekszik, hanem egy modellként kiválasztott és kezelt témán keresztül újfajta gondolkodási folyamat elindítására. A többszempontúság megjelenési formái:

- Interdiszciplináris elméleti tananyag: témacsoportok és témakörök több tudományterület oldaláról történő, és az egyes diszciplínákon belül is többféle irányzat szerinti megközelítése.
- Egymástól eltérő nézeteket is valló előadók.
- A valóság többféle módon történő kategorizálása, többek között a rendszerek növekedésének, fejlődésének szem előtt tartásával.
- A képzés során a hallgatók az embertudományok (Wissenschaften von Menschen, life sciences) olyan gondolataival ismerkednek meg, amelyek elmélyítik bennük annak megértését, hogy fontos életélmények (például betegség, a munkanélküliség, vagy a politikai változás) hogyan hatnak az emberre. Ezeknek az életélményeknek a tanulmányozása a hallgatók szakmai tevékenységével összefüggésbe állítva történik.

b) Holisztikus/ökológiai megközelítés

- A képzés tartalmának egyik központi gondolata az egyéni és a társadalmi változás egymásra hatásának tudatosítása, összehangolása és kezelése.
- A képzés rendező elve a jelenségeknek kontextusukban való vizsgálata, az egész ember képének szem előtt tartása.
- A képzés egy átgondolt, összehangolt rendszer igényével törekszik a képzési folyamat során a cél, a tartalom és a módszerek illesztésére, ezek kölcsönös kapcsolatának összhangjára.
- A képzés szerves részét képező önismereti folyamat a saját kognitív és affektív folyamataikat szakmai kontextusba helyezve kívánja megérttetni a csoporttagokkal, ezért a professzionális, hivatásszerű kapcsolatokból indul ki.

c) Felnőttképzési módszerek

A képzés a felnőtt hallgató felelősségére épít, aki részt vesz a képzési tartalmak kiválasztásában és a feldolgozás módjának kialakításában.

4.2 A képzési program három pillére

„Saját élmény" stúdiumcsoport (összesen 190 óra)

Programjai heterogén kiscsoportokban folynak. Céljuk: a hallgatók hivatás-személyiségének mélyebb megismerése, illetve továbbfejlesztése a személyes és szakmai kompetencia integrációján, az élményjellegű megértésen és a folyamatos önreflexión, valamint a személyiség kognitív, affektív és szociális dimenziójának együttes fejlesztésén keresztül.

„Elméleti ismeretek" stúdiumcsoport (összesen 148 óra)

Interdiszciplináris megközelítésű előadásokat, továbbá tematikus kerekasztal-beszélgetéseket foglal magában. A képzés témacsoportjai állandóak és a fontos életeseményeket követik, de a megközelítés és a konkrétan tárgyalt témakörök a kor kihívásai, az előadók és hallgatók felkészültsége és igénye szerint változtathatók.

E stúdiumok a szociológia, a pszichológia, a pszichiátria, a szociális munka, a pedagógia, a gyógypedagógia, a jog, a filozófia, a teológia stb. nézőpontjaiból - de nem szaktárgyi csoportosításban, hanem a mentálhigiénés szemléletnek megfelelően, témacsoportok köré rendezve - individuális, mikro- és makrotársadalmi szinten világítják meg az életeseményeket.

„Készségfejlesztés" stúdiumcsoport (összesen 135 óra)

Programja többnyire kis csoportokban valósul meg, ahol a hallgatók visszajelzéseket kapnak hivatásuk, illetve napi munkájuk mentálhigiénés vonatkozásairól, „terepen" elvégzett feladataikról, továbbá elsajátítják és begyakorolják a mentálhigiénés szemléletű szakmai megoldási mintákat. (Csoportok: segítő kapcsolat, szintetizáló szeminárium, felelős projekt-építés az elméleti alapelvek gyakorlati megvalósításának megtapasztalására, tutorális kísérés.)

4.3 A képzés újszerűsége

- Nem specializációra irányul, hanem az alapszakterület gazdagítására a határterületi együttműködés új ismeretanyagával és szemléletével.
- A lelki egészséggel való foglalkozás - pszichológia, pszichiátria, pszichoterápia részéről történő - privilegizáltságának megszüntetése.
- A képzés struktúrájának alkalmassága a kor és az új kihívások változásainak, valamint a hallgatói és oktatói reflexiók beépítésére. Mivel a témacsoportok ugyan állandóak, de a konkrétan tárgyalt témakörök a kor kihívásai, az előadók és hallgatók felkészültsége és igénye szerint változtathatók.
- Az integráció sokszintű megvalósulása (elmélet-gyakorlat, a személyiség affektív-kognitív és szociális dimenziója, szakmai és személyes kompetencia, tartalmi és módszertani törekvések, mikro-, mezo- és makroszintű látásmód, témacentrikus megközelítés).
- Nyitottságot (változni tudást és motiváltságot) felmérő egyéni és csoportinterjú felvételi kritériumként, a képzés befejezése után pedig behatárolt ideig igény szerint praxiskísérés a tanulás folytatására.
- A segítő foglalkozásúak (helfende Berufe) pszichohigiénéjének megőrzése és kiégési szindrómájuk megelőzése.
- A humán segítő szféra eddig gazdátlan területén az alaptevékenység (pedagógia, lelkigondozás, szociális munka stb.) gyakorlásával szorosan összefüggő mentálhigiénés segítő kapcsolatra készít fel, amely nem pszichoterápia, nem tanácsadás, nem konzultáció és nem is szupervízió; ezektől célkitűzésében, hatásmechanizmusában, célpopulációjában és keretfeltételeiben is különbözik.

- Gondoskodás az utódnevelésről („Generativität" /*Erikson*, 1973/) a különböző szakterületű, mentálhigiénés végzettségű hallgatóknak a képzés stábjába való bevonásán keresztül is.
- Szervezetfejlesztő és hálózatépítő hatás: a különböző foglalkozású és világnézetű hallgatók egy csoportban való képzése egymás gondolkodásmódjának és munkamódjának megismerését, személyes és szakmai közös nyelv kialakulását, a különbözőségekkel való bánni tudást, az egymást értékelő és elfogadó együttműködést és a reflexív szakemberré válást segíti elő.
- A nagy társadalmi igényt kielégítő mentálhigiénés képzés, amely hosszú távon akár a legszélesebb rétegeket érintheti (a középfokú végzettséggel rendelkező fodrászt, eladót, taxisofőrt, családanyát, ápolónőt stb.), és hozzájárulhat ahhoz, hogy a szemlélet elterjedése a társadalomban mélyen gyökerező demokratikus beállítódás (demokratische Einstellung) kialakulásának az irányában hasson. Ez a történés visszahathat a családok, iskolák, községek, együttműködő csoportok önmegélésére és ellene hathat az előítéletesség, individualizálódás és csupán a materiális értékek felé törekvő magatartás közösségellenes folyamatának.

5. Zárszó

A magyar társadalom mentálhigiénés diagnózisa még nem született meg, és az sem eldönthető, hogy a megfigyelt jelenségek milyen irányú fejlődést prognosztizálnak. Az út a kisebb ellenállás irányába halad-e, vagy egy egészséges önsegítő, öngyógyító, „empowerment"-en alapuló tendenciát követ, amely magasabb közösségi célokat tűz ki, és amelynek mozgatóját *Bernhard Häring* kifejezésével „Ganzheitshunger"-nek lehet nevezni. Ehhez az útkereséshez adhat segítséget a mentálhigiéné szemlélete, amely nem vágja keresztül a régi kötelékeket és az önazonosság ismertetőjegyeit.[22]

Jegyzetek

1. *Magyar Statisztikai Zsebkönyv '96.* Budapest. 1997. 34. p.
2. Az összes bűncselekmények száma 1989-ben 225 ezer volt, 1995-ben 502 ezer. *Magyarország 1995.* KSH. Budapest. 1996. 33. p.
3. A vagyon elleni bűncselekmények száma egy év alatt 36%-kal, ezen belül a súlyos eseteké 58%-kal nőtt. *Magyarország 1995.* KSH. Budapest. 1996. 35. p.
4. *Magyar Statisztikai Évkönyv 1995.* KSH. Budapest. 1996. 163. p.
5. Az alkoholisták száma (részben a májzsugorodásban meghaltak 1500-as számának 7304-re emelkedéséből becsülve) az 1980-as 224 ezer főről 1995-re 1 052 000 főre nőtt.
6. A születési szám 1980 óta nem éri el a halálozási számot, ezért a lakosság kb. 5%-kal csökkent. *Magyar statisztikai zsebkönyv'96.* Budapest. 1997. 34. p.
7. Erős F.: *Válság és pszichológia.* 126-129. p.
8. 1992-ben a 30 éven belül felbomlott házasságok aránya 28% volt. Csernák J.: Házasság és válás Magyarországon, 1870-1994. *Demográfia,* 1996. 2-3.127.
9. Losonczi Á.: Polgárosodás - fogalom és valósága. *Replika,* 1993. 11-12. 105.
10. *Psychologie des 20. Jahrhundert.*
11. *Enc. Brit. Micropedia 8.* 21-22. p.
12. Federn, E.: *Prinzipien der Seelischen Hygiene und ihre Anwendung auf die Sozialarbeit mit Jugendlichen.* In: Biermann, G. (Hrsg): Jahrbuch der Psychohygiene. I. Bd. Ernst Reinhard Vlg. München. 1973. 165. p.
13. Sommer, 1901.

14. Bettschart, W. – Meng, H. – Stern, E.: *Seelische Gesundheit, Erhaltung, Erziehung, Verantwortung, Arbeiten aus dem Aufgabenkreis der Psychohygiene.* Hans Huber. Bern. 1959.
15. Tomcsányi T.: *Mentálhigiéné és pasztorálpszichológia. Határterületek elmélete és gyakorlata magyar, német és holland tapasztalatok alapján.* Kandidátusi értekezés. 1994. 31. p.
16. Orvosok, lelkészek, szociális munkások, tanárok, pszichológusok, jogászok stb.
17. A Magyar Testnevelési Egyetem - szemben más felsőoktatási intézményekkel - nem érezte ideológiailag veszélyesnek a rendszerváltás előtt sem a képzés azon tudatos törekvését, hogy különböző világnézetű hallgatókat (köztük lelkészeket is) együtt oktassanak.
18. Tomcsányi T. i.m.
19. A művelődési és közoktatási miniszter 9/1997. (II. 18.) számú rendelete.
20. A túljelentkezés indulás óta két-háromszoros.
21. Tomcsányi T. - N. Tóth Zs.: Humán segítő foglalkozásúak posztgraduális mentálhygiénés képzése. *Magyar Felsőoktatás,* 1995. 7.
22. Murray Cudily, J.: *The Ordeal of Civility: Freud, Marx, Lévi-Strauss and the Jewish Struggle with Modernity.* NY. 1974. Idézi Häring, B.: Vom Glauben der gesund macht. Herder. Freiburg. 1984. 19-20. p.

Egy (valószínűleg) alkotmányellenes sportnorma anatómiája

Kolláth György
c. egyetemi docens
(Magyar Testnevelési Egyetem,
Társadalomtudományi Tanszék)

Bevezetés

Ritkán fordul elő, hogy egy tudományos folyóirat vagy a szaksajtó egy az egyben közzétesz egy beadványt. A beadvány ugyanis arra szolgál, hogy annak készítője egy általa megkeresett közhatósággal kommunikáljon. Ez az esetek legnagyobb részében személyes ügy, azaz nem tartozik másokra. A magyar közjogban azonban számos olyan kezdeményezési lehetőség van, amely a szó legteljesebb értelmében közérdekű. Ilyennek számít a sporttörvény 1998. évi módosítása is, amely sporthasonlattal élve kettős hibának számít. Rossz volt eleve az 1996. évi sporttörvény, és annak fogyatékosságait az 1998. évi módosítás nem orvosolta, hanem megtetézte.

Hiba persze sokféle lehet, esetünkben például közgazdasági, (sport)politikai, szakmai és jogi is. Ez a mostani összeállítás kizárólag a jogi hibákra összpontosít, azok korrekcióját kezdeményezi. Mindez kétségkívül közügy, hiszen alapvető érdeke a sportnak, hogy abban alkotmányszerű közállapotok, jogi viszonyok uralkodjanak. A szerző indítványa ezt célozza, közelebbről pedig a sport értékeit, érdekeit és méltóságát tiszteletben tartó rendezést sürget. Ehhez az első lépcső a hibás részek lefaragása, melyre a magyar jogban - alkotmányellenes szabályozás esetében - az Alkotmánybíróságnak (is) van jogköre. Mindez indokolja a szokatlan választást: ez egyszer érdemes lehet közreadni, hogy mi az ami alapvetően hibás a jelenlegi sporttörvénykezésben, ez a hiba miből ered és hova vezetne, és milyen jogelvek mentén indokolt a felülvizsgálatot elindítani.

Az indítványtól a taláros testület döntéséig olykor hónapok, máskor évek telnek el. Senki nem szavatolhatja, hogy az indítvány egészében elnyeri az alkotmányőrök egyetértését. A jelen közlés azonban szakmai eszmecserét is kezdeményezhet, s így gazdagíthatja pro és kontra azokat az érveket, amelyek a felelős döntéshez kellenek.

Minderre tekintettel a következőkben szó szerint ismertetjük az Alkotmánybírósághoz intézett indítványt, továbbá a könnyebb megértés érdekében függelékben közreadjuk az inkriminált rendelkezések kivonatát.

Magyar Köztársaság
Alkotmánybíróságának
Budapest
Donáti u. 35-45.
1535

Tisztelt Alkotmánybíróság!

Dr. Kolláth György, a Magyar Testnevelési Egyetem „alkotmányjog, sportjog" c. tantárgyának tanára, budapesti (1122 Budapest, Városmajor u. 43.) lakos

i n d í t v á n y t

nyújtok be a T. Alkotmánybíróságnak **egyes törvényi rendelkezések alkotmányellenességének utólagos megállapítására, továbbá azok megsemmisítésére.**

Kezdeményezem, hogy a T. Alkotmánybíróság hozzon megsemmisítő határozatot az 1998. évi XXXI. törvénnyel (is) módosított, a sportról szóló 1996. évi LXIV. törvény (a továbbiakban: Stv.)

- 1. §. 4. és 5. pontjaiban;
- 16. §. (1) bekezdésének c) pontjában;
- a 16. §. (3) bekezdésében;
- 28/A. §-ának egészében foglalt, valamint

magának az 1998. évi XXXI. törvénynek a 7. §. (2) és (3) bekezdéseiben foglalt rendelkezésekről.

Indítványom elfogadása esetében az Országgyűlésnek jogalkotási kötelezettsége keletkeznék az Stv. 1. §. 4. és 5. pontjaiban foglalt, továbbá az Stv. 16. §. (1) bekezdésének c) pontjában jelölt rendelkezések alkotmányos újraszabályozása tekintetében. Ennek reális teljesítési határideje a **döntéstől számított egy év lehet**. A jelen indítványban megtámadott egyéb törvényi rendelkezések megsemmisítése nem idézne elő joghiányos állapotot, mivel a szükséges normatív rendezést a sportági szakszövetség, illetőleg a sportszövetség jellegéből fakadóan jogosult és képes megállapítani.

Megítélésem szerint a kifogásolt rendelkezések alkotmányellenesek, mert alapjogokat sértenek; ellentétesek a jogállamiságot kifejező jogbiztonság követelményeivel; kellő alkotmányos ok nélküli, szükségtelen és aránytalan beavatkozást eredményeznének autonóm szervezetek (egyesületek, szövetségek, köztestületek) jogilag garantált önkormányzatába, önigazgatásába, sajátos életviszonyaiba és működési rendjébe; bizonyos részben ellentétesek a hátrányos megkülönböztetést tiltó alaptörvényi rendelkezéssel; végül olyan körben, mértékben és módon avatkoznak be civiljogi (szerződéses) kapcsolatokba, amely sérti a vállalkozás jogát és a gazdasági verseny szabadságát s az alkotmányos tulajdonvédelem követelményeit is. Mindez összhatásában megbonthatná, illetve sérthetné egyfelől a törvényhez kötött közhatalomgyakorlás, másfelől a demokratikus, szabad civil társadalom kapcsolatát, illetőleg az utóbbi önszervező, önszabályozó jogának és érdekeinek az érvényesülését.

Ez az indítvány a következő **általános és részletes érvekre épül**:

I. Általános alkotmányossági megállapítások

a) Ritkán kerül az Alkotmánybíróság elé sporttárgyú indítvány. (Főként az Stv-nek a sportági szakszövetséget köztestületté minősítése tárgyában kerültek a T. Alkotmánybíróság elé indítványok, de határozat még nem született.) Talán nem érdektelen először dióhéjban vázolni azokat a sport-közállapotokat, amelyeken az opponált szabályozás alapul, illetve változtatni kíván. A rendszerváltozás óta ugyanis a magyar sport az elhúzódó átalakulás, illetőleg - számos elemében - egy manifesztálódott válság állapotában van. Széttöredezett, leépült a korábbi ún. szocialista sportpiramis, de nem épült ki és főleg nem szilárdult meg a decentralizált, demokratikus viszonyoknak, a piacgazdaságnak, a jogállamiságnak, s egyfajta sportpluralizmusnak megfelelő új szisztéma. Kiüresedett, tartalmában, módszereiben, anyagi feltételeiben stb. egyaránt változásra kényszerül(t) a sportfőhatósági bürokratikus koordináció, ám a sportfőhatóság máig sem tudta jól kezelni korábbi hegemóniájának elvesztését. Ebből pedig az alkotmányos autonómiák, jogok korlátozásának nosztalgikus törekvése, illetve trendje következik, olvasható ki. A sportmozgalom is karakteresen megváltozott. Egyfelől a sportegyesületek száma a korábbinak a töredékére zsugorodott, sőt azok belső sportszakmai szervei, majd ezek anyagi alapjai, működési forrásai is gyökeresen módosultak és eközben jelentős részben el is vesztek. Másfelől átstrukturálódás megy végbe a különböző sportformák, sportszervezetek, sportágak, nonprofit és haszonelvű megoldások terén is. A jelen indítvány által érintett legfőbb sportmetszetekben az a döntő változás, hogy a korábbi, zömmel bázisszervi és egycsatornás sportfinanszírozás a legtöbb helyen megszűnt, sőt újfajta (vegyes jellegű) pénzügyi kapcsolatok, s ennek révén is nagyrészt az államtól független tulajdonformák képződnek a sportban. Így a sportszervezetek nagy részének magának kell gondoskodni sportolóiról (ide értve az élsport, továbbá az utánpótlás és a szabadidős sport részbeni vagy teljes működtetését, a sportban megjelenő látványelemek, reklámlehetőségek kisebb-nagyobb hasznosítását, s a sport foglalkoztatottjainak szerződéses kapcsolatait stb.). Rendkívüli differenciálódás ment és megy végbe a sportszervezetek között, mégpedig nemcsak az anyagi erő függvényében, hanem új sportágak és sportformák megjelenése folytán is. Mára közel száz sportág honos Magyarországon és ezek fenntartása, működtetése a legváltozatosabb strukturális megoldásokat hozza. (Része ugyan a sportnak, de önmagában is súlyos, komplex probléma a „paralimpia" résztvevőinek testkultúrája; a hátrányos helyzetű, illetve a fogyatékos személyek versenyszerű testedzése.) Tisztán egyesületi forma mindebben éppúgy jelen van, mint lesz nemsokára az ún. közhasznú (nonprofit) formáció, sőt erősödik az igény a sportvállalkozások, gazdasági társaságok elterjesztésére is. Addig, amíg mindezt a sport szerves, illetve sajátos fejlődése és természetes differenciálódása adja, nincs ebben (alap)jogi probléma. Nemzetközileg is számtalan szervezeti, működési megoldás érvényesül mindezek tekintetében. Európa-szerte természetes az, hogy a sport egyesületi keretek között (is) működik, az egyesületnek pedig - jóllehet az karakteresen nonprofit forma - lehetnek és vannak is szerződéses munkatársai: a könyvelőtől a pályakarbantartón át a sportmunkatársakig. Az opponált törvényi megoldások ez utóbbi lehetőséget törlik el, mivel eszményük szerint hivatásos sportolót csak olyan (sport)szervezet foglalkoztasson, amelyik jogi személyiségű gazdasági társaság. Az az elvi döntés ad - az előkészítők szerint - ehhez alátámasztást, hogy hivatásos sportolóval jogviszonyban álló (sport)szervezet esetében mindkét oldalon vélelmezni kell az üzleti tevékenységet. Esetünkben ez a „vélelem" ugyanakkor megdönthetetlen lenne!

Más aktuális - ám alkotmányossági érvek alapján szintúgy elfogadhatatlan - indokok is olvashatók a hivatásos sport és a GT formáció kényszerű összekapcsolásáról. A magyar sportban ugyanis több milliárd forintos köztartozás halmozódott fel, s ezen kívül gyakran hallani lehet a sportegyesületen belüli nagy összegű tartozások rendezetlenségéről is. A következetes bírói gyakorlat szerint az egyesület nem gazdálkodó szervezet, ezért csőd-, illetve felszámolási eljárás ellene nem folytatható. Az egyesület törvényességi felügyeletét az ügyészség látja el, ezért a hitelezők vagy az ügyészségtől, vagy az egyesület legfelsőbb szervétől kérhetik a szükséges intézkedések megtételét. Ebből az következik, hogy bár kétségtelenül egyszerűbb, „áramvonalasabb" a jogszerű teljesítést egy GT-vel szemben érvényesíteni, mint egyesületnél, ám az utóbbi sem kizárt. Amennyiben hatékony, felelős és időbeni jogalkalmazás érvényesül, akkor van törvényes lehetőség az egyesületi (köz)tartozások rendezésére is. A jogalkalmazó közigazgatás kényelme ekként nyomatékos tényezője volt az opponált törvénymódosításnak, mivel a sportszervezetekre telepített kényszerű jogi normák nem teljesülése esetében a versenyrendszeren kívül találná magát a mulasztó. Ilyen saját(os), kőkemény magatartási, tartalmi és eljárási szabályokat egy-egy adott sportágban annak szakszövetsége legitim módon megállapíthat. Hiszen ez esetben voltaképpen azok közös, felelős, egységes önkormányzati döntéséről van szó, akik a sportágat a nemzetközi standardoknak megfelelően működtetik, illetve irányítják. Ezzel a „sajátjogú" szakszövetségi normativitással azonban nem adekvát egy kívülről jött, életszerűtlen, differenciálatlan, önkényes törvényi rendezés.

Nem lehet eltekinteni annak jelzésétől, elemzésétől sem, ami a támadott törvényi szabályozás közvetlen kiváltó előzménye: ez tudniillik a magyar labdarúgó válogatott adott kudarca. Ennek annyiban van jelentősége, hogy felerősödött az a szurkolói, sportvezetői elégedetlenség, amely „büntető" karakterű rendezést kívánt. Az elv a tiszta viszonyok megteremtése volt ugyan, azonban ezt korrekt, hozzáértő jogalkalmazással sokkal jobban lehetett volna elérni és szolgálni, mint „drákói törvénykezéssel". Az ilyen sajátos helyzetekben mindig együtt fontos két kérdés: mi a szisztéma hibája, s mi az azt működtetők fogyatékossága. Alacsony a hazai labdarúgás színvonala, ehhez képest túl sok pénzt keresnek az (egyes) játékosok, sok a felhalmozott köztartozás és a belső egyesületi adósság, továbbá éles konfliktus feszül a hivatalos sportpolitika és az azt megvalósító közigazgatás, valamint egy adott időszak labdarúgásának csúcsvezetősége között. E gondok zöme azonban nyilvánvalóan elsődlegesen belső, sportérdekű megoldásokkal, továbbá tisztességes, hozzáértő, a jogegyenlőség szellemében fogant jogalkalmazással és korrekt együttműködéssel, megállapodásokkal kezelhető. Ehelyett törvényt alkotni részben felesleges, részben igazságtalan, részben túlreagáló pótcselekvés. Némiképpen más miliőben, de ez a hiba mutatkozott meg már 1996-ban is, amikor is Stv. címén nem a sport értékeinek, érdekeinek, alkotmányos illeszkedéseinek, közjogi és civiljogi rendeznivalóinak törvénye készült el, hanem egy „dirigista" sporttörvény, melynek homlokterében az OTSH és az általa visszaszerezni próbált közjogi eszköztár állt. Sajnálatosan így a törvényalkotás a sportban immár másodszor nem a valóságos rendeltetésével összeegyeztethető céllal történt.

b) Megítélésem szerint demokratikus jogállami, alkotmányos elveket is sért a tervezet. Ennek itt két okból van jelentősége. Egyrészt azért, mert az Alkotmány maga is értékek foglalata, melyeknek a különböző „szakmai" törvényekre jelentős befolyása van (kell hogy legyen). Másrészt, mert a sport jogi ügyeiben rendkívül kevés az alapelvi súlyú szabály, szűkszavú az Alkotmány is, s alig vannak e tárgykörre vonatkozó alkotmánybírósági döntések. Része ugyanakkor a sport meghatározó vonulata annak a civil társadalomnak, amelyet főként az egyén és az általa hitelesített közösségek jelentenek. Jelen indítvány

alapján a várható alkotmánybírósági döntésnek így két következménye lehet: egyfelől az, hogy távlatosan irányt mutat a sport jogi „szakítószilárdságát" illetően, másrészt mindezt a civil társadalomra is kiható érvénnyel teszi. Plurális demokráciában szinte axióma az, hogy az egyénnek és az általa hiteles közösségnek minden szabad, ami nem tilos; viszont a közhatalomnak csak az szabad, amire felhatalmazása szól. A súlypont az egyénen, az adófizető és választópolgáron van, nem pedig a közhatóságokon. Elsősorban az utóbbiakat kell korlátozni a szabad polgár és szervezetei érdekében, nem pedig fordítva. A társadalom, mint gazda - egységei révén is - tartja rajta szemét és kezét a közjogi hatalomgyakorláson, aminek a visszájára fordítása elvi hiba. A hatalommegosztás is megköveteli a kompetenciák szigorú tiszteletben tartását. Így és ezért is kizárt, hogy a Kormány vagy a parlament kénye-kedve szerint szabályozzon egyéni és közösségi jogokat és autonómiákat; avagy alárendeltként kezeljen, megrendszabályozzon független társadalmi mozgásformákat. Jogállamban egyébként sem akármire, s nem akármilyen módon és mélységben hozható törvény. Bizonyos értékek - főként az alkotmányos alapjogok - felette állnak még a törvénynek is. A magyar Alkotmány 8. §-a szerint alapjog csak törvényben szabályozható, ám alapjog lényeges tartalmát törvény sem korlátozhatja. A modern sokfunkciós államberendezkedések persze úgy működnek jól, hogy bár nem abszolutizálják az alapjogokat, ámde azok reális kiteljesítését segítik elő és szolgálják. A magyar Alkotmány szerint is ez az állam elsőrendű kötelessége. Ez a szemléletmód a Stv-ből és annak módosításából hiányzik. Alapos okkal, szükséges módon és arányos mértékben, megfelelő garanciák mellett ugyan alapjogok is szabályozhatók. Sőt e jogok sem egyformák és nem is egytípusúan érvényesíthetők. Elemi követelmény viszont annak bizonyítása, hogy hol, hogyan, miért és milyen mélységben elengedhetetlen „hozzányúlni" az alapjogokhoz; mi igazolja, hogy tényleg nincs más választás. Ennek pedig nincsen nyoma. A sporttörvény módosítása kapcsán legalább három alapjog kerül a fókuszba. Ezek: az egyesülési szabadság (Alk. 63. §.); a munka és a foglalkozás szabad megválasztásához (Alk. 70/B. §.); továbbá a rendszeres testedzés biztosításához (Alk. 70/D. §.) fűződő emberi jog. Nézetem szerint a törvénymódosítás ezeket sérti, amikor elvi igényként rögzíti: hivatásos sportolót foglalkoztató sportszervezet (amennyiben sporttevékenységet folytat), ezt csakis jogi személyiségű gazdasági társaság keretében végezheti. Márpedig - térbeli és időbeli korlátozástól függetlenül - akár egy(szeri) sporttevékenységre vonatkozó megbízási szerződés is ezentúl hivatásos sportolóvá „avathat" valakit. Ez a fajta jogi rendezés kettős kötést ad: megköti ugyanis a „foglalkoztató", s egyben nagyrészt a „foglalkoztatott" jogi lehetőségeit, helyzetét.

Példán szemléltetve:

- ha egy licensszel rendelkező hivatásos sportoló sportolni akar, „foglalkoztatója" nem lehet egyesület, alapítvány, sportszövetség, sportági szakszövetség, fegyveres erő, rendvédelmi szervezet, oktatási, egészségügyi intézmény, más költségvetési szerv, magánmunkáltató vagy helyi, illetve társadalombiztosítási önkormányzat - és így tovább, hanem csakis sport Kft. és sport Rt.
- egy sportegyesületnek - mint sportszervezetnek - lehet ugyan foglalkoztatottja a választott tisztségviselő, vagy kinevezett alkalmazottként a főtitkár, a könyvelő, a szerelőmunkás, a szertáros, az edző, az intéző, a pályagondnok, az orvos, a szakági vezető - és így tovább -, csak éppen a profi sportoló nem (méghozzá egyetlenegy sem), sőt kizárt a másutt bevált félprofi státusú szerződtetett alkalmazása is.

Történik mindez annak jegyében, hogy az Stv. „hermetikusan" szétválassza a profi és az amatőr sportot. Ehelyütt az érvek csak az alapjogok sérelme szempontjából sorakoznak. Így:

ba) úgynevezett első generációs szabadságjog az egyesülési szabadság, melynek lényege, hogy törvény által nem tiltott célra mindenkinek joga van szervezeteket létrehozni és azokhoz csatlakozni. Ilyen alapjog esetén az állam, a közhatalom helyes magatartása a tolerancia, a be nem avatkozás. Tény, hogy törvény kizárhat egyes célokat az egyesülés jogából. Ilyen például az Alkotmányban a paramilitáris szervek létesítésének tilalma, továbbá a polgári jogban a vállalkozások és a nonprofit társadalmi szervezetek megkülönböztetése. Egyesület elsődlegesen gazdasági tevékenység folytatására nem alapítható, s ez sportegyesületre nézve is jogszerű korlát. Valószínűleg a labdarúgás és más tömegszórakoztató látványsportágak esetében az eredményes gazdasági tevékenység adekvát vállalkozási szervezeti-működési formát is előnyössé tesz (mint pl. a cirkuszművészetben). A labdarúgásban és általában a sportban azonban csak a jéghegy csúcsa a profi sport, melynek jó működ(tet)ése rendszerint stabil alapépítményt is feltételez. Utóbbiak pedig: a félprofi, illetve az amatőr formák, az utánpótlás-képzési, nevelési formációk, sőt az egyesülethez kötődő olyan társadalmi mozzanatok is, mint például a szervezett szurkolók, a klubtagok és testületek, más járulékos formák, a hagyományra épülő kötődések, mint nem haszonelvű megoldások. Szemléltetően: amatőr cirkusz valószínűleg nincs; a profi sport viszont jól, helyesen, természetesen élhet szimbiózisban a teljes sportvertikum 70-90%-át kitevő nonprofit infrastruktúrával. Ezt erőszakolt módon törvényen kívül helyezni szükségtelen, értelmetlen és jogszerűtlen. Az egyesülési jog is alapjog, melyre alkotmányos védelem vonatkozik; tudniillik alapjog lényeges tartalmát törvény sem korlátozhatja. Nincsen olyan alkotmányos kollízió vagy más ilyen súlyú követelmény, amely megalapozna, indokolna ilyenfajta állami beavatkozást. (Az előterjesztői vélelem a kétoldalú „elüzletiesedésről" még a labdarúgásban sem abszolút tényező, de például a fogyatékosok sportjában egyenesen képtelenség. Ráadásul itt nem vélelemről van szó, hanem kategorikus, kizáró szabályozásról.) Az egyesülési jog természetével, alkotmányos szabályozásával tehát az Stv. módosítása nem fér össze. Párszáz (sport)egyesület halmozott fel köztartozást, míg számtalan egyesület korrektül teljesíti ebbéli kötelezettségeit is. Voltaképpen elég volna egyetlenegy jogszerűen működő - profi sportolót (is) foglalkoztató - sportegyesületet példaként felhozni arra, hogy a megszorítás szükségtelen, aránytalan, alkotmányos ok nélküli, azaz elkerülhető lett volna. Valójában a sportegyesületek többsége rendesen részt vesz a „közteherviselésben". Egyébként pedig a nem sportbeli egyesületeknél - melyek ugyanabból az alapjogból származnak - ez nem is kérdés. A súlyosan felelős közigazgatás is okozója a sportköztartozásoknak. Utóbbi feltétlen megelőzéséhez az alkotmányos alapjog ilyen korlátozása hibás eszköz, alkotmányellenes lépés, egyben súlyos fenyegetés a civil társadalom egyéb körei számára is.

bb) sajátos alkotmányos kategória, humanitárius alapjog a munka és a foglalkozás szabad megválasztásához fűződő norma. Az ilyen második generációs jog esetében az állam aktív szervező, szolgáltató, intézményfenntartó, szükségletkielégítő stb. pozitív lépése kell a megvalósuláshoz, az alkotmányszerű közállapotokhoz. Esetünkben azonban nem hogy ez történnék, hanem éppen ennek az ellenkezője: egy átfogó megszorítás, kizárás, robusztus tiltás lép be. A profi sportoló ugyanis a jövőben eleve el lenne tiltva olyan sportbeli foglalkoztatástól, amit számára nem sport Kft. vagy sport Rt. nyújt. Sokszor a profi sport az élsport csúcsa. Annak, aki olimpiai vagy világbajnok akar lenni, a legmagasabb szintet kell már itthon is megcéloznia, s az adott esetben csak a hivatásos bajnokságban érhető el. Elvileg ugyan nem kizárt, hogy amatőr sportoló részt vegyen a profi bajnokságban; legfeljebb nagyon korlátozott javadalmazást kaphat. Valójában azonban a profi és az amatőr sportoló közötti határvonal nincsen korrektül meghúzva (erre a részletes érvek blokkjában visszatérek); a pénz nagy úr és ösztönző; szabott kvóta (egyelőre) nincsen a profi és az

amatőr játékosok arányára, így egészséges oda-vissza mozgás nem lehetséges, és a közbülső forma - a félprofi státusz - sem elismert. Így a profik munkáltatójának kétalanyú lehetősége súlyos korlátozás, egyben hátrányos megkülönböztetés. Kérdéses továbbá, hogy sorállományú vagy hivatásos katona, a szolgálati viszonyban lévő rendőr, határőr, tűzoltó stb. részére, vagy egy egyetemista, egy főiskolás számára adott lesz-e így a legmagasabb szintű és elismertségű sport lehetősége, s a vele együtt járó profi státusz joga vagy marad csupán az amatőr státusz (és megbélyegzés). Az 1998. április 1-jéig hatályos sporttörvény a profi státuszra még csak hivatásszerű, szerződéses jogviszonyú sporttevékenységet írt elő jogi feltételként, aminek a fent jelzett személyi kör döntő része megfelelt. Következésképpen e körben sincs szükséges, arányos, elkerülhetetlen és alkotmányos súlyú tényezőre épülő oka az alapjog megszorító korlátozásának. Ráadásul semmiféle pozitív lépés, kedvezmény nem kompenzálná az állami (jogi) beavatkozást. Alkotmányellenes tehát a foglalkoztatóra és a foglalkoztatottra ilyen kényszerű, korlátozó megoldást erőltetni, s ezáltal az ő közös, egyező akaratukat figyelmen kívül hagyni. E rendelkezés egy munkavállalói kört majdhogynem „röghöz kötne", azaz kiszolgáltatná a szűk és bizonytalan - még ki sem alakult - sportpiac vállalkozásainak. Tudván, hogy az induló vállalkozások döntő része az első években nem is szokott nyereséges lenni. Humanitárius alapjoggal szemben - más foglalkozásokkal egybevetve még diszkriminatív módon is - alkotmányellenes tehát a szóban forgó korlátozás. (Annak szemléltetése, hogy micsoda képtelenség az új szabályozás, következzék egy szellemi gyakorlat. Képzeljük el ugyanezt az elvi alapú /!?/ merev törvényi szétválasztást a profi és az amatőr kategóriára bontva pl. a szakács, a kertész, a zenész, a halász, az író avagy a politikus tekintetében. Hozzászámítva ehhez a foglalkoztató alanyi megkötését, sérelem éri a vállalkozás szabadságát és az alkotmányos tulajdonvédelem szempontjait is, hiszen ez majdnem a „cipőt a cipőboltból" logika megfelelője volna.)

bc) Tény, hogy egyfajta politikai, jogi, szakma(köz)i kompromisszum eredménye az, hogy az Alkotmány alkalmazott válfajaként rögzíti a rendszeres testedzés biztosításához fűződő jogot. Minderről ma még keveset tudunk, alkotmányos értelme(zése) hiányzik. E jog leginkább az - alapjait jelentő - egészséghez való joggal rokon, s így a humanitárius, a gazdasági-szociális jogok csoportjába sorolható. A bb) pontban e jogokról írtak ezért nagyrészt ide is vonatkoztathatók, azzal a kiegészítéssel, hogy a rendszeres testedzés biztosításának jogánál markánsabb az állami kötelezettség, illetve az államcél jelleg, s nincs alanyi jogi meghatározottság. E jog teljesülése tehát erősen függ a gazdasági lehetőségektől, sőt a pillanatnyi sportpolitikától is (pl. hol a hangsúly: az olimpiai sportágak élversenyzőin vagy milliók mindennapos testedzésén). Talán annyira mégsem súlytalan ez a jog, hogy vele szemben bármiféle törvényi korlátozás alkotmányszerű lehetne. Az alapjogi jelleg itt is gátja a (meggondolatlan) korlátozásnak: a sportoló egyén (profi vagy amatőr - itt egyre megy) kiszolgáltatásának a sportbürokrácia számára. Elvi kérdés ennek kapcsán az, hogy ha az Alkotmány megjelenít egy alapjogot, akkor azt valóra váltani, kiteljesíteni, érvényesülésében előmozdítani kell a törvényhozásnak, nem pedig visszanyesegetni, csorbítani, önkényesen behatárolni. Az Stv. és módosítása közel van ahhoz a szélső helyzethez, amelyben „megálljt" kell mondani, mivel nem a sportoló egyén van az államért, hanem fordítva.

A következő részletes érvek sorában igyekszem bemutatni, hogy az egyes kifogásolt rendelkezések hol, mennyiben és miért ellentétesek alkotmányos alapelvi szabályokkal, illetve a jogbiztonság, a diszkrimináció-mentesség rendelkezéseivel és a szervezetek törvényben meghatározott, védett autonómiájával.

II. Részletes alkotmányossági megállapítások

1. Véleményem szerint az Stv. 1. §. 4. és 5. pontjaiban foglalt rendelkezés az alapjogi sérelmen túl azért is alkotmányellenes, mivel sérti a jogbiztonság követelményeit. Az új szabályozás egyetlen célja az volt, hogy mindenáron, abszolút érvénnyel szétválassza a profi és az amatőr sportolók kategóriáját. Az életben helyesen - és világszerte - nem csak ez a két végletes forma létezik, hanem úgynevezett félprofi státusz is; például azoknak, akik még nem vagy már nem tudnak (teljes státuszú) hivatásos sportolók lenni. Nincsen elegendő, alkotmányos súlyú ok a köztes forma száműzésére, s általa a szerves átmenet kiiktatására. A közhatalom ellenőrzésének megkönnyítése ugyanis nem lehet elfogadható indok erre. A közel 100 sportágban szinte mindenféle reális élethelyzet elképzelhető. Sok sportoló munkanélküli is van, akik közül bárkit profivá „avathatna" már az egyetlen alkalomra szóló, sporttárgyú megbízási szerződés is, ha - új feltételként - licensze van. Nincsen rögzítve, hogy mettől meddig profi sportoló valaki, sőt az sem, hogy miként alakul ez a hazai, illetve a külföldi személyek, szervezetek, rendezvények tekintetében. Pedig a következmények súlyosak lehetnek: volt példa nemrég arra, hogy világbajnoki aranyérmet vettek vissza sportolótól azért, mert korábban egyszer részt vett profi versenyen. A 4. pont átveszi az eredeti Stv. „sporttevékenység" fogalmát, abban viszont a szabadidősport is benne van, sőt e fogalom tartalmazza „testedzés" címén talán még az edző közreműködését is. Kérdéses, hogy az új rendelkezések szerint a gyakori játékos-edző hová tartoznék? Az új rendelkezések szerint például kizárt lenne, hogy egy sportklub - vagy egy párt - egy majális rendezvényére előtornász aerobic sportolót szerződtessen fél napra, ha ő licenszes profi, mivel társadalmi szervezet nem lehet foglalkoztató, csak Kft. vagy Rt. Abszurd helyzet ez, melyet e pont hibás rendelkezése is okoz. Mindezek tisztázatlansága, illetve életszerűtlensége ellentétes a jogbiztonság követelményeivel. Az életszerűtlen, erőszakolt jogi fogalomalkotás hibája úgy lenne orvosolható, ha a 4. pontból elhagynák a „sportszervezettel létesített munkaviszony vagy munkavégzésre irányuló egyéb jogviszony, továbbá egyéni vállalkozás (a továbbiakban együtt: szerződéses viszony) keretében jövedelemszerzési céllal sporttevékenységet folytat és" szövegrészt. Így egészen a szövetség szabályozó jogkörére volna bízva - differenciáltan - a profi státusz feltételeinek megállapítása (ami nyilvánvalóan nem szó szerint ugyanaz a labdarúgásnál, az ülőröplabdánál vagy a golfnál). Elvileg persze elképzelhető kellően tartalmas, rugalmas, differenciált törvényi rendezés is, kombinálva szövetségi normativitással. Ne teremtsen hibásan kész helyzetet a szövetség számára sem a törvény, sem a sportfőhatóság; ez elvi minimumkövetelmény itt. Mivel hibás az 1. §. 4. pontjának tartalma, így a maradékelv szerint megfogalmazott 5. ponté sem helytálló.

2. Véleményem szerint azért alkotmányellenes az Stv. 16. §. (1) bekezdés c. pontja, mert a „hivatásos **és** amatőr sportversenyek" kitétele révén - a jogértelmezés általánosan elfogadott rendje szerint - kizárna egy gyakori, fontos, nemzetközileg favorizált versenyformát, az úgynevezett OPEN (nyílt) bajnokság lehetőségét. Azt, amelyen bárki indulhat, s ahol rendszerint pénzdíj is van. Ez a jogbiztonság, a vállalkozás szabadságának s az alkotmányos tulajdonvédelemnek is a sérelmére vezet, hiszen senki nem rendezhetne profik és amatőrök együttes részvételével nyílt versenyt. E rendelkezésből esetleg az is következhetnék, hogy egy hazai nyílt versenyen elindulhatna ugyan egy külföldi profi vagy amatőr sportoló (bár az Stv. hatálya e tekintetben nincs is megfogalmazva!). Ugyanakkor levezethető, hogy ilyen vegyes forma vagy nem is keletkezhetnék vagy pedig pénzdíjas Open-versenyen itthon hazai amatőr nem indulhatna (lásd 28/A. §. (2) bekezdés). Sportszervezet - versenykiíró, szervező és rendező - lehet vállalkozás is, következésképpen annak alkot-

mányos jogát, a tulajdonával való szabad rendelkezést is sértené az igazságtalan, merev kettéválasztás a profi és amatőr verseny tekintetében. A köztes (Open) forma több sportágból - például tenisz, asztalitenisz, sakk, atlétika, golf stb. - racionálisan nem száműzhető, mivel annak alkotmányos oka, szükséges, arányos mértéke és módja nincsen.

3. Álláspontom szerint az Stv. 16. §. (3) bekezdése azért alkotmányellenes, mert súlyosan sérti a sportági szakszövetség autonómiáját, önkormányzati elven alapuló működését. Önálló alkotmánybírósági indítvány kifogásolja, hogy az Stv. 14. §. (1) bek. szerint az országos sportági szakszövetség miért köztestület. A jelen indítvány ezt a (hibás) premisszát tényként fogadja el, egyben szembesíti a köztestületek Ptk-beli (65. §.) szabályozásával. A Ptk. 65. §-a rögzíti az önkormányzati státuszt, továbbá azt, hogy a köztestület közfeladatot lát el, törvény pedig kötelezően ellátandó közfeladatot is a köztestületre telepíthet, amelyet az önigazgatása útján érvényesít. Csakhogy az Stv. (új) 16. §. (3) bekezdésében foglalt rendelkezés (a versenyszabályzat kötelező tartalmáról) nem közfeladat, hanem durva beavatkozás a szakszövetség normatív jogkörébe. Olyan kényszerű tartalmi és módszerbeli előírás, amely ellentétes az önkormányzatisággal és a feladatellátás önigazgatás útján való érvényesülésével. Az Alkotmánybíróság már határozatában kimondta, hogy egy konkrét közfeladatot előíró törvényi rendelkezés sem vonhatja kétségbe vagy teheti üressé, formálissá az önkormányzatot és annak önigazgató működését. Nem szabhatja meg tehát az Stv. sem azt, ami a szakszövetség lényegének, jellegének sportspecifikus normativitása, mert ez közvetve súlyos hatásköri sérelem, hatáskörelvonás lenne. Ráadásul ehelyütt is nemcsak szükségtelen, de aránytalan is a beavatkozás, mivel a sportszervezetek többségénél nincsen lejárt köztartozás, így felesleges a versenyrendszerben való indulást eleve kizáró fenyegetettség. Ráadásul a (3) bekezdésben a „részvétel" folyamatos tevékenységre utal; tehát lejárt köztartozás a bajnokság során - akár objektív okból is, például egy többmilliós kihatású tűzeset folytán - bekövetkezhet. Ha pedig ennek következménye a „diszkvalifikáció", akkor ez a többieket is sújtja, sőt az egész bajnokság komolyságát teheti tönkre. Az anyagi, az erkölcsi és más veszteség pedig még közvetve sem érhetné a vétleneket; ráadásul az sem szükségszerű, hogy hibáztatható, aki ideig-óráig adós marad. Következésképpen - a szakszövetségi önkormányzat és önigazgatás szükségtelen sérelmén túl - a versenyrendszer résztvevői is megsínylenék az életszerűtlen megszorítást. Ez pedig a jogbiztonság követelményeinek a súlyos sérelmét is okozná. Ehelyett rá kell bízni a szakszövetségekre, hogy milyen biztosítékokat építenek be versenyrendszerük kiírásába és annak érvényesítésébe. Az állami közhatalom az adófizetők pénzének eddiginél egyértelműbb, hatékonyabb behajtásán őrködjön, de ne gyámkodjon - és főleg erőszakkal ne! - a szakszövetség felett.

4. Megítélésem szerint egészében véve alkotmányellenes az Stv. (új) 28/A. §-a. Ez az a normaköteg ugyanis, amelyik önkényesen összeköti a hivatásos sportolót a jogi személyiségű gazdasági társasággal. Állami, s részben jogi eszközökkel ezt szorgalmazni, azaz ajánlani, ösztönözni, támogatni, illetve ennek az ellenkezőjét diszpreferálni lehet, sőt valószínűleg érdemes is. (Alap)jogi szempontból azonban óriási különbség van a javasolt és ösztönzött, illetve a kötelezően formalizált „választás" között. A köztartozás megelőzése és a közhatalmi kontroll megkönnyítése nem alkotmányos súlyú ok minderre. Tekintve, hogy az általános blokkban kifejtettem a kifogásolt rendelkezés alapjogi, jogbiztonsági problémáit, ehelyütt már csak az egyes bekezdésekhez tartozó különös észrevételek és érvek kapnak helyet.

a) Sérti a jogbiztonságot s a jogegyenlőség követelményét az, ha - akár csak egyetlenegy profi sportoló esetében is - kizárólag Kft. és Rt. lehet a foglalkoztató. Egyébiránt az Stv. 1. §. (4) bekezdésével egybevetve az is jogbizonytalansághoz vezet, hogy nincsen kor-

rekt definíció a foglalkoztatásra nézve. A 28/A. §. (1) bekezdése ekként - személynek és szervezetnek egyaránt - a jogi lehetőségek indokolatlan behatárolása, korlátozása. (Próbaképpen érdemes lenne a „sportoló" kifejezés helyébe más szakmák képviselőit behelyettesíteni; ez ugyanis képtelen jogi megoldást mutatna.) E §. (2) bekezdése tovább keményíti az (1) bekezdés „üzenetét", amikor strukturális oldalról is „zárja" a profiszabályt. Nem várható el valóságos, korrekt érdekeltség és felelősség a sport szervezetei részéről a teljesítményt, az eredményt illetően, ha önkényes módon megszabják részükre a tevékenység kötelező kereteit, feltételeit, módját, sőt részben annak tartalmát is. Ha egyedi, hibás közhatalmi aktus okozna kárt, veszteséget, azzal szemben volna lehetőség igényérvényesítésre polgári jogi úton. Nem szabad(na) visszaélni azzal, hogy hibás törvényi rendelkezéssel szemben ez idő szerint nincsen mód civiljogi igényérvényesítésre.

b) A 28/A. §. (3) bekezdésének ugyanaz az alkotmányossági fogyatékossága, mint amit a szakszövetségi önkormányzat és önigazgatás sérelméről a 3. pontban (az Stv. 16. §. (3) bekezdésében foglaltakról) leírtam.

c) A 28/A. §. (4) és (5) bekezdései megítélésem szerint feleslegesen, önkényesen polgári jogi alapintézményeket, s ott a feleknek adott jogi lehetőségeket vonnak kétségbe. Tekintve, hogy e körben nem diszpozitív szabályok keletkeztek, hanem kógens és jogelvonó megoldások, legalábbis egzakt bizonyítása kellett volna annak, hogy mi indokolja az állami beavatkozást, s a felek esetlegesen más megegyezésének abszolút kizárását. Más ok és érv ezek kapcsán nem hangzott el, mint a tiszta viszonyok eufémizmusa. Tiszta viszonyokat teremteni és fenntartani azonban a civiljog több évszázados fogalmi és megoldási rendszerén belül is lehetett volna. Globálisan a magyar sport nem szorul rá arra, hogy törvény kényszermegoldása szabja meg a jogutódlást, illetve hogy a sportoló szerződése eleve kizárja, semmissé tegye az ő érdekeit (is) védő menedzser, tanácsadó, ügyvéd masszív bevonását. Egyszer végre gátat kell vetni a sportadminisztráció kényelmét szolgáló közjogi beavatkozásnak a piaci, civiljogi kapcsolatokban. Ez ugyanis az alkotmányosan elismert piacgazdaság (illetőleg a sok tekintetben kialakulatlan: gazdasági alkotmányosság) követelményeiből is következnék. Éppen ebből vezethető le a 28/A. §. (6) bekezdésének kritikája is. Korrekt törvényben ugyanis nem azt kellene megtiltani, hogy sportösztöndíjas egyáltalán profi sportszerződést kössön (mondjuk az ösztöndíj összegének három- vagy húszszorosáért), hanem azt kellett volna rögzíteni, hogy a sportösztöndíj folyósítása megszűnik, netán felmondásának van helye, ha egy kedvezőbb profi szerződés jönne létre. A kettő egyszerre nem mehet, ez jó, világos elv; de a törvényi megoldás itt nem rendezni és szolgálni, hanem ab ovo kizárni és „büntetni" akar.

d) Megmosolyogni valóan naiv szabály, igazi lex imperfecta a 28/A. §. (7) bekezdésében adott norma. Szép az, hogy a profi sportolónak jár a díjazás, de mi szavatolja, hogy jut is. Sok helyen nagyobb gond a belső adósság, mint a külső köztartozás, miközben jogi elv, hogy a létfenntartó havi fizetés megelőz(het)i még a közterheket is. Abszurd, illetve életszerűtlen ugyanakkor az amatőr sportolót illető javadalmazási szabály, mert a törvény szerint ő ezentúl nem kaphatna (még egyesületi tagként sem?) segélyt, tanulmányaihoz, családja eltartásához pénzbeli támogatást a klubjától (bárki mástól persze igen). Sőt őt a sportegyesülete -mondjuk egy olimpiai vagy világbajnoki éremért- pénzzel járó elismerésben sem részesíthetné. A rendszerváltozás előtti sportszisztéma finanszírozási rendszere sem volt képes eleget tenni ilyenfajta naiv illúzióknak. A jelenlegi helyzetben pedig a régi elvek reinkarnálása esélytelen, értelmetlen és kivitelezhetetlen, sőt éppen a korrekt, tiszta viszonyok ellen hat. (Olimpiai vagy világbajnokok szerződéses, illetve pénzügyi helyzetén lehetne - illetlenül - szemléltetni a szabályozás következetlenségeit és tarthatatlanságát.)

5. Amennyiben az Stv. fent jelölt szabályai valóban alkotmányellenesnek minősülnek, úgy részben osztozik ezek jogi sorsában, részben pedig talajtalanná, feleslegessé válik az 1998. évi XXXI. törvény 7. §. (2) és (3) bekezdéseiben foglalt rendelkezés. Ugyanis a sportegyesületeknek az Stv. 28/A. §-a szerinti **kényszerű** átalakulása GT-vé alkotmányosan nem védhető. Ezért e felesleges előírás remélt megsemmisítése kihat a sportágak szerinti differenciált határidőkre is. Itt kell megjegyezni: a támadott rendezés kifejezetten a labdarúgásra volt kihegyezve, a többi sportág és sportforma csak elvi kényszerűségből jött itt elő. Végiggondolt alapja eleve nem volt az átalakítási kényszer általános kimondásának. Ezt mutatja, hogy a „futballon túli területek" átrendezésére előbb a labdajáték, majd a csapatsportág kritériuma lett volna a választóvonal, ám ezeket a parlamenti vita eltörölte. Maradt csupán az időbeni megkülönböztetés a futball és az „egyebek" között. A két és fél év haladék azonban nem orvosolja az egyéb sportágak sérelmét a bizonytalan, költséges és értelmetlen struktúraváltásra nézve. Sőt fennáll a veszély, hogy sportolóik egy részét el is veszítik, mert aki nem férne be a szűk profi bajnokságba, az esetleg nem lesz amatőr, hanem felhagy a versenyszerű testedzéssel. Mindez túl nagy ár az erőszakos törvénykezéssel szemben. A parlamenti vita azt is feltárta, hogy az átalakítási kényszer végrehajtása fennálló sportszerződéseket sérthet, azaz a szerzett jogok sérelmét eredményezheti. Ennek orvoslására született a 7. §. (3) bekezdésében foglalt rendelkezés (moratórium a szerződéses viszonyt tekintve). Miután azonban nem csak az idő, de a szerződés tartalma is okozhat joghátrányt és vagyoni sérelmet, ez az áthidaló megoldás nem kielégítő. Ha pedig az alapnorma alkotmányellenes, akkor az arra épülő járulékos szabály sem maradhat érintetlen.

Tisztelettel várom az Alkotmánybíróság döntését.

Budapest, 1998. április 1. Dr. Kolláth György

Függelék

Kivonat a sportról szóló 1996. évi LXIV. törvény módosításáról szóló 1998. évi XXXI. törvény alkotmányellenesnek ítélt rendelkezéseiből

1. 1. §. Az Stv. 1. §-ának 4. és 5. pontjai helyébe a következő rendelkezés lép:
(E törvény alkalmazásában)
„4. hivatásos sportoló: az a természetes személy, aki sportszervezettel létesített munkaviszony vagy munkavégzésre irányuló egyéb jogviszony, továbbá egyéni vállalkozás (a továbbiakban együtt: szerződéses viszony) keretében jövedelemszerzési céllal sporttevékenységet folytat és rendelkezik a sportági szakszövetség, illetőleg a sportszövetség feltételei szerint megszerzett hivatásos sportolói engedéllyel;
5. amatőr sportoló: az a természetes személy, aki sporttevékenységet nem hivatásos sportolóként végez;"

2. 2. §. (1) Az Stv. 16. §-a (1) bekezdésének c) és g) pontja helyébe a következő rendelkezés lép:
(A szakszövetség a sportágában kizárólagosan jogosult)
„c) a nemzetközi sportszövetség alapszabályával összhangban kialakítani a versenyrendszert, és annak alapján szervezni a hivatásos és amatőr sportversenyeket, a Nemzeti

(Hivatásos, Professzionális) Liga Bajnokságot, a Nemzeti (Magyar, Országos) Bajnokságot és a Magyar (Köztársasági) Kupa versenysorozatot;"

3. (2) Az Stv. 16. §-a a következő (3) és (4) bekezdéssel egészül ki:
„(3) A versenyszabályzat (versenykiírás) tartalmazza, hogy a soron következő bajnoki (verseny) évben a hivatásos vagy az amatőr versenyrendszer két legmagasabb osztályában csak az a sportszervezet vehet részt, amelynek nincs hat hónapot meghaladó lejárt köztartozása, továbbá - ha gazdasági társaság - nem áll felszámolás alatt. Az indulási jogosultságot az érintett sportszervezet másra nem ruházhatja át."

4. 3. §. Az Stv. a 28. §-t követően a következő címmel, valamint 28/A. §-sal egészül ki:
„A hivatásos sporttevékenységet folytató sportszervezetre és sportolóra vonatkozó szabályok
28/A.§. (1) Hivatásos sportolót foglalkoztató sportszervezet sporttevékenységet csak jogi személyiségű gazdasági társaság keretében végezhet.
(2) Hivatásos versenyrendszerben csak az (1) bekezdés szerint működő sportszervezet vehet részt.
(3) A hivatásos bajnokságban részt vevő sportszervezet számára a bajnokságba (versenyre) történő nevezés feltétele a szakszövetség, illetőleg a sportszövetség által meghatározott pénzügyi kötelezettségek teljesítése vagy erre biztosíték nyújtása.
(4) Ha az (1) - (3) bekezdés hatálya alá nem tartozó sportszervezet sporttevékenységét, hivatásos sporttevékenységet folytató sportszervezetként kívánja folytatni, és e célból az (1) bekezdés szerinti szervezetet hoz létre, a (2) - (3) bekezdésben meghatározott és a szerződéses viszonnyal kapcsolatos jogok és kötelezettségek a gazdasági társaságra szállnak át.
(5) A hivatásos sportoló szerződésében ki kell zárni azt, hogy a szerződéses viszony fennállása alatt - a sportszervezet, szakszövetség és a sportszövetség kivételével - a versenyzési (játék) jogosultság gyakorlásáról más rendelkezhessen.
(6) A sportszervezet hivatásos sportolói szerződéses viszonyt nem létesíthet az e törvény alapján sportösztöndíjban részesülő sportolójával az ösztöndíj folyósításának tartama alatt.
(7) A hivatásos sportolót a sportszervezet keretében végzett sporttevékenységéért díjazás illeti meg. A sportszervezet amatőr sportolójának a felkészüléssel és a versenyeztetéssel összefüggő indokolt költségeit megtérítheti, részére a jogszabályban meghatározott természetbeni juttatást adhat."

5. 7. §. (1) E törvény 1998. április 1. napján lép hatályba.
(2) Az e törvény 3. §-ával megállapított Stv. 28/A. §-ában foglaltakat a labdarúgás sportágban 1998. június 30. napjáig, a többi sportágban a szakszövetség, illetőleg a sportszövetség döntése szerint, de legkésőbb 2001. december 31. napjáig kell végrehajtani.
(3) A nem hivatásos sporttevékenységet folytató sportszervezetekkel az 1. §. 4. pontjában meghatározott szerződéses viszonyban lévő sportoló e jogviszonya alapján labdarúgás sportágban 1999. június 30. napjáig, a többi sportágban a 28/A. §-ban foglaltaknak a (2) bekezdés szerinti végrehajtását követő 1 évig, de legkésőbb 2001. december 31. napjáig foglalkoztatható.

Développement du sens tactique chez les sabreurs français de 1982 à 1993

László Szepesi
(Professeur adjoint à la Chaire des Sports de combat de l'Université de l'Education Physique de Hongrie)

De 1982 á 1984, la formation tactique des sabreurs a été entièrement subordonnée au développement du niveau technique. Cette période a été consacrée à l'acquisition des bases techniques et plus précisément à l'apprentissage des divers éléments techniques à rythmes variés. C'est seulement aprés leur obtention que nous avons abordé les taches de reconnaissance des situations tactiques.

L'acquisition de la motricité technique de l'escrime est difficile, c'est le résultat d'un long processus d'apprentissage. Les assauts se déroulent sous la contrainte de régles spécifiques complexes qui exigent une coordination motrice spécifique.

Les diverses formes pédagogiques sont les suivantes :

- travail en groupe
- la leçon individuelle
- le travail á deux
- les assauts méthodiques
- les assauts libres
- la compétition

Toutes ces méthodes pédagogiques sont importantes et se complètent. Cependant, la leçon individuelle est d'une importance primordiale, car c'est ce procédé qui permet de préparer l'escrimeur le plus vite et le mieux à l'assaut, aussi bien du point de vue technique que tactique.

SITUATION TACTIQUE DE BASE EN LEÇON INDIVIDUELLE

Ce qui précède ne signifie pas que les sabreurs n'ont pas rencontré de taches tactiques pendant la premiére période de deux ans. Aprés avoir acquis deux ou trois éléments techniques relativement stables, ils étaient systématiquement "essayés" en situation vivante d'assauts.

A) La leçon individuelle

C'est la démarche pédagogique fondamentale aussi bien pour l'escrimeur débutant que pour l'escrimeur formé. Au cours de la leçon individuelle, il faut tenir compte du niveau de formation de l'escrimeur, de son âge et il est nécessaire de définir l'objectif de la leçon en fonction du calendrier des compétitions.

La leçon de début de saison de l'éléve confirmé comme du débutant est composée d'exercices techniques simples. La tache principale de la leçon est la correction des fautes. Cette forme pédagogique permet de vérifier le plus facilement le niveau technique et la mise au point des éléments tactiques.

B) Les aspects psychologiques de la leçon individuelle

Les recherches de ZEIGARNIK ont montré que l'homme était avant tout intéressé par les problémes non encore résolus. Il avait posé des táches insolubles à un groupe de sujets et des táches solubles de méme niveau à un groupe de contrôle. Quelque temps plus tard, le groupe de contrôle s'était beaucoup moins bien souvenu des problèmes solubles que l'autre groupe des problèmes insolubles. Cette expérience rejoint parfaitement la situation psychique de la leçon individuelle. Au cours de la répétition des exercices il arrive, et ce malgré de nombreuses et répétitives corrections, que les 2 élèves soient parfois incapables de réaliser la coordination précise de tel ou tel élément technique. De la mẹme manière, une táche tactique peut échouer malgré de nombreux efforts soutenus. Dans ce cas, il vaut mieux mettre momentanément de côté l'action en question et continuer la leçon avec des exercices totalement différents. Peu de temps après (quelquefois 1 à 2 jours), le fameux exercice réussit sans la moindre préparation, comme allant de soi. Ceci est du à l'influence psychique du probléme non encore résolu qui provoque une mémorisation plus soutenue.

L'expérience de ZEIGARNIK a mis en valeur un second aspect : il a mis en évidence le fait que si l'éducateur manifeste un comportement agressif avec des critiques vexantes, la mémorisation positive de la tache non encore résolue ne se produit pas (elle s'éteint), puisqu'elle est accompagnée d'un souvenir pénible. Il est par conséquent important d'avoir á l'esprit que cette démarche trés intéressante de la correction des fautes techniques et tactiques ne réussit que dans une ambiance positive et de confiance du travail en commun !

C) Les divers types de leçon individuelle.

Nous pouvons distinguer

- la leçon à l'entraînement
- la leçon en compétition

Cette dernière est généralement de courte durée. Destinée essentiellement à l'échaufement ou visant un aspect tactique, elle peut servir parfois la préparation d'un objectif tactique spécifique.

La leçon à l'entraînement dépend des circonstances, du calendrier des compétitions, ainsi que du niveau et de la personnalité de l'élève.

On peut donc parler de leçon "mécanique", visant essentiellement les problèmes techniques.

La leçon "d'assauts" est tactique, sollicitante, et au-delà des éléments techniques, se destine à aider le tireur à résoudre des taches tactiques situationnelles.

Dans le cadre de la leçon tactique, il faut définir au moins deux taches alternables.

D) La situation psychologique de la leçon tactique

La leçon tactique d'assauts doit proposer à l'escrimeur deux ou plusieurs taches à résoudre de maniére adaptée. Il est intéressant de noter que les tireurs débutants (jeunes) résolvent relativement plus facilement les problémes alternés par rapport à leurs camarades plus avancés (plus âgés) qui n'ont eu auparavant qu'une formation technique. C'est pour cette raison que pendant la période 1982 à 1984, nous avons particuliérement insisté chez les sabreurs à l'exécution à différents rythmes des éléments techniques fondamentaux. En effet, le changement de rythme est l'une des clefs de la réussite des taches tactiques. Les débutants, jeunes, sont relativement plus lents que les tireurs déjá formés, mais en revanche, leurs capacités de compréhension et de perception sont déjà bien développées. Ils peuvent modifier plus facilement leurs gestes relativement plus lents en fonction de la tache à réaliser. Il n'est par conséquent pas très efficace de retarder la formation tactique dans l'intéret de favoriser une meilleure réalisation technique, comme le pensent certains pédagogues, puisque l'automatisation de leur exécution juste, rapide et académique gène souvent la modification des enchaînements gestuels.

La première exigence de la leçon tactique est que l'escrimeur doit connaître les divers éléments techniques. Les divers exercices et taches à résoudre doivent ętre le plus différents possible. L'expérience de PAVLOV avec les chiens a montré, en ce qui concerne les relations du cercle et de l'ovale, qu'au delá d'un certain seuil ou la différenciation perd de sa précision, l'animal produit des symptômes névrotiques. Plus les deux taches diffèrent, plus une réponse adaptée est facile.

E) Une situation tactique de base.

E - a) - Le Maître marche	L'élève rompt puis attaque à la tęte par marche et fente
E - b) - Le Maître marche *Pendant l'attaque de l'élève, le Maître monte en quinte*	L'élève rompt et débute une attaque par marche et fente *Alors l'élève termine son attaque au flanc*
E- c) - le Maître marche *Pendant la marche de l'élève, le maître porte un coup à la tęte ou bien au flanc par flèche.*	L'élève attaque á partir d'une retraite par marche et fente *Après la marche, l'élève exécute une parade-riposte*
E - d) - Le Maître marche, et donne la ligne pendant l'attaque de l'éléve	Celui-ci l'écarte par une attaque au fer et termine son attaque.

Dans ces deux derniers cas, et selon le niveau et l'expérience de l'élève, le maître effectue son action pendant la marche, ou bien juste avant la fente.

E - e) - Le Maître avance, puis débute immédiatement une attaque par une passe avant. *Le premier pas du maître ressemble dans tous les cas à celui des exercices précédents. On ne doit pas, en effet, signaler les changements de rythme et d'action à l'élève.*	L'élève rompt et effectue une parade avec un pas de plus en arrière, puis riposte. *A la place de la parade, l'élève peut également réaliser une contre-attaque inattendue à la tęte. Mais c'est déjá une question de style, de niveau de préparation et de reconnaissance de la situation.*

Cette situation tactique de base peut ętre réalisée avec succès par un élève moyen "normal" après quelques semaines de travail. Au début, bien entendu, nous ne ferons

travailler que deux variantes. Plus tard, on doit lier les nouveaux exercices à ceux qui sont techniquement déjà bien acquis. C'est seulement après cette progression qu'on abordera la résolution alternative de trois exercices.

F) Avantages et inconvénients de la leçon tactique.

Le travail à plus de deux alternatives est éprouvant physiquement et mentalement. Il convient par conséquent de définir les caractéristiques du travail : nombre de répétitions, nombre limite de fautes admissible.

Au cours des années de notre expérience, le rapport de deux fautes sur dix (10/2 ou 5/1) s'est révélé trés satisfaisant (pendant les périodes de préparation terminale des J.O. ou des CM, ce rapport de réussite d'exercices était souvent de 3/0 et 5/0).

Il est judicieux de répéter le plus souvent la situation de base "E - a" et de varier de temps à autre à partir de celle-ci.

Il est psychologiquement très important de définir le nombre de répétitions et les limites du taux des fautes pour pousser l'élève à une meilleure motivation (on est ainsi plus proche des conditions des assauts et de la compétition). Autrement, la répétition en grand nombre engendre la monotonie et une exécution "économique" du point de vue de l'investissement physique et attentionnel, avec comme conséquence la baisse de la valeur du travail d'entraînement. Il est judicieux de respecter des temps de repos entre les exercices pour maintenir le niveau de concentration. Cependant, le droit de récupération doit ętre obtenu à la lutte par l'élève. Pour cela, le Maître ne doit arréter l'exercice qu'à l'obtention d'un score donné, que l'élève réussit à atteindre par la qualité de son attitude.

Nous pouvons contrôler le niveau de Ia capacité de reconnaîssance des situations tactiques en insérant une "tache inattendue". Par exemple, au cours du systéme d'exercices précédemment décrit, le maître tente d'effectuer sans le signaler au préalable, une contre-attaque avec une prise de fer pendant l'attaque déclenchée par l'élève sur sa marche. Cet exercice ainsi modifié ne doit ętre ni signalé ni répété au préalable. Nous pouvons observer ainsi la réaction de l'élève de manière vivante et réaliste en quittant en quelque sorte le systéme déjá acquis d'exercices technico-tactiques. Mon expérience, basée sur de nombreuses années d'observations, montre que les élèves qui réalisent à un niveau convenable les solutions de ces situations imprévues en fin de saison, pendant la dernière phase de préparation, réussissent en général trés bien aux J.O. ou CM.

Plus nous multiplions le nombre des possibilités d'alternance, plus les gestes de l'élève seront ralentis. Il faut par conséquent les utiliser, comme cette méthode en général, de manière pertinente.

On peut également penser au fait que pendant les taches tactiques précédemment citées, c'est toujours le maître qui prend l'initiative et non l'élève. Il est dont juste que l'élève produise à un moment donné des réactions spécifiques correspondant à son rythme et style personnels. On peut l'obtenir peu à peu en favorisant ceux des exercices cités qui correspondent plus particulièrement au style de l'élève.

G) Situation tactique et nombre de touches.

Deux chercheurs hongrois ont analysé plus de 400 assauts au milieu des années 70 et ont constaté que :

- La première touche est d'une importance particulière. 80% des vainqueurs ont donné la première touche.

• La troisième touche a également une importance significative du point de vue de la victoire finale. A 2/1 ou 2/0 au score, on se trouve par conséquent dans une situation psychique particulière : Soit le tireur mené réussit à égaliser, soit il est mené 3/0 ou 3/1.

Au cours de l'observation, et c'est l'aspect le plus intéressant, on a mesuré la durée spécifique effective des actions. Il a été constaté aux scores de 2/0 et 2/ 1 que les perdants ont consacré beaucoup moins de temps à la préparation et à la réalisation des actions destinées à égaliser. La raison principale de leur échec est là. En revanche, l'analyse des assauts des champions olympiques et du monde montre que dans ces situations défavorables, ils ont consacré beaucoup de temps à l'égalisation pour gagner à la fin.

Il est donc judicieux pendant les exercices cités, qu'après les scores en question, l'élève tente de *gagner du temps* pour se préparer psychologiquement plus particulièrement pour la suite du match.

LA PRÉPARATION DES JEUX: UN ENTRAÍNEMENT TACTIQUE SPÉCIFIQUE

La durée effective de combat est de 20 à 30 secondes actuellement. (pour les matchs en 10 touches, elle ne dépassait pas non plus les 40 secondes).
Ce laps de temps très court rend particulièrement difficile l'analyse des touches, données ou reçues, le contrôle de la tactique choisie et sa modification.
A toutes ces difficultés s'ajoute la plus grande curiosité du sabre : la priorité. (Pour éviter les touches fréquentes simultanées, l'un ou l'autre des tireurs, désigné au hasard, est "puni", désavantagé lors de l'action simultanée suivante).

Nous avons vu précédemment que toutes les touches n'ont pas le même "poids", la même importance. La situation se complique encore au sabre avec l'avantage de la priorité. Il est bien entendu avantageux de gagner la priorité de l'adversaire, mais il est fondamental de ne pas perdre la sienne.

L'expérience de tous les jours en compétition montre que les tireurs reçoivent régulièrement des conseils "tactiques" de la part d'entraîneurs, amis, chefs de délégation, parents (souvent sur le mode "catastrophaliste"). La grande majorité de ces conseils dérange les tireurs, et ne peut être qu'un soutien moral. Il est en effet exclu de pouvoir donner de bons conseils tactiques utilisables, sans une connaissance approfondie de l'adversaire, de la panoplie technico-tactique momentanément disponible du tireur, et du style de l'officiel qui conduit la rencontre. On peut constater que l'immense majorité des conseils est donnée sur le mode négatif (ne fais pas de contretemps, ne donne pas de ligne, etc....) ce qui est particulièrement dangereux, puisque sous le masque et avec le brouhaha de la compétition, le début de négation des phrases est en général "avalé" et le tireur comprend le contraire du conseil (Fais un contretemps, donne la ligne, etc....).

Après les Jeux de Los Angeles, le niveau technico-tactique des sabreurs français a significativement évolué. J'ai pensé qu'il était important d'améliorer leur efficacité par l'élévation du niveau de la capacité de reconnaissance des situations tactiques. Ils n'avaient plus besoin d'un soutien de la conduite d'ensemble de la compétition, mais en revanche, il apparaissait essentiel de renforcer la capacité de gagner telle ou telle touche (par exemple en cas de priorité). Nous avons par conséquent commencé à utiliser les taches tactiques spécifiques dans le cadre des leçons individuelles. La situation "à 2 mètres" offrait pour cela une excellente occasion. (jusqu'en 1989, la grande majorité des touches se produisait sur les deux derniers mètres de la piste, puisque l'adversaire de l'attaquant, qui avait la priorité, commençait presque toujours par reculer et sortir de la piste, puis tentait de déjouer l'attaque de son adversaire en se replaçant sur la ligne des deux mètres. Les tireurs

ayant une meilleure expérience et une meilleure préparation pouvaient réaliser ceci souvent avec succès, puisque après avoir franchi la ligne de fond de la piste, ils pouvaient se re-concentrer physiquement et mentalement pour reprendre l'assaut dans de meilleures conditions.

Nos exercices tactiques avaient, à cet époque, deux objectifs.

- Exploiter la priorité avec un maximum d'efficacité
- Annuler la priorité de l'adversaire.

L'un de ces exercices, surnommé stratégiquement n° 2 ou "Boloche" était le suivant Le tireur ayant la priorité, face à son adversaire placé aux deux mètres, rompait d'abord à la place d'attaquer, puis à l'aide d'une passe-avant, démarrait avec la ligne en passant par la tierce - partait en flèche et attaquait à la tète ou bien au flanc.

C'est le fait de rompre qui était l'élément inattendu ; l'adversaire attendait une attaque et il se produisait le contraire. La réaction la plus fréquente de l'adversaire était une marche incertaine, qu'une attaque explosive pouvait exploiter de manière sure. En effet la marche était le plus fréquemment accompagnée d'une tentative d'attaque au fer, ou d'une tentative tardive de rompre. Mais puisque le tireur prioritaire attaquait avec une ligne ou bien en tierce, attaquer au fer ou tenter une parade étaient voués d'emblée á l'échec.

L'autre exercice - de défense - était le no. 4. L'adversaire prioritaire étant placé au milieu ou bien aux 2 mètres, nous engagions un geste de la tierce vers l'octave pendant le second tempo de l'attaque (prise basse, main fléchie), puis en parant en tierce, nous ripostions. Dans la grande majorité des cas, l'adversaire qui attaquait avec un élan très important tentait de toucher sur l'endroit qui esquissait le geste. C'est pour cette raison qu'à la suite de l'esquisse retardée de ce geste, la parade en tierce était souvent un succès.

Nous avons préparé pour les Jeux de Séoul 10 à15 exercices de ce type. Par manque de temps et pour une acquisition parfaite, nous les travaillions à deux en plus des leçons individuelles préparatoires et de mise en forme.

Un travail spécial en apnées au fond de la piscine avait grandement facilité l'exécution de ces exercices. Après une période d'adaptation physiologique, nous avions travaillé ces exercices spécifiques ciblés 1 á 2 fois par semaine sous l'eau. L'avantage important du travail par 3 á 4 mètres de profondeur est de grossir de manière très importante la plus petite faute technique. Toute erreur de jambes était immédiatement sanctionnée par une perte immédiate des appuis et une remontée maladroite vers la surface.

La peur de la profondeur avait également joué un rôle particulier. La maitriser correspondait en gros psychiquement, aux conditions de la compétition. C'est la peur de ne pas réussir de porter la touche importante qui correspondait psychiquement et physiquement à la peur de la profondeur.

Cette méthode avait un troisiéme avantage : au cours des leçons individuelles, il suffisait d'évoquer mentalement les "sensations de la piscine" pour provoquer ce calme serein, psychologique et physique, qui est indispensable pour le travail sous l'eau ainsi que pour résoudre les difficultés de la compétition.

Ce processus de préparation décrit dans ce qui précéde s'est révélé efficace. Après une période d'insuccès de plus d'une décennie (de 1969 á 1982, les sabreurs français n'ont pas remporté la moindre médaille) les années qui vont de 1982 á 1993 ont vu cette équipe remporter 14 médailles. 8 ont été obtenus aux J.O. ou aux CM (3 or, 1 argent, 4 bronze). JF LAMOUR a remporté le titre mondial en 1987 à Lausanne, l'équipe composée de Lamour, Guichot, Delrieu, Ducheix, Bolle a remporté la Coupe d'Europe des Clubs Champions, Lamour et Daurelle ont remporté les Jeux Méditerranéens.

Chacun des six sabreurs suivants : Lamour, Guichot, Delrieu, Ducheix, Daurelle, Granger-Veyron, ont été soit médaillés, soit finalistes aux J.O. ou aux CM.

Bibliographie

1. Barkóczy I. – Putnoky J.: *Tanulás és motiváció.* Tankönyvkiadó. Budapest. 1967.
2. Szentgyörgyi Z.: A versenyzés néhány tényezőjének elemzése és értékelése élvonalbeli kardvívóknál két világverseny alapján. *A Testnevelési Főiskola tudományos közleményei,* 1973. 1. (különszám) 281-303.
3. Gerevich A. – Szepesi L.: *Korszerű kardvívás.* Sport. Budapest. 1979.

Szenior úszás

Csaba László
egyetemi adjunktus
(Magyar Testnevelési Egyetem,
Úszás és Vízi sportok Tanszék)

1988 tavaszán megalakult a Budapesti Szenior Úszó Klub, s ez új lendületet adott a hazai szenior „úszóéletnek". Dr. Csikány József elnök, versenyző, szervező stb. irányításával, no meg jelentős szponzori támogatással már a megalakulás évében részt vett a klub az Ausztráliában második alkalommal megrendezett szenior úszó-világbajnokságon. Az elmúlt közel tíz év alatt számos világversenyen (vb, Eb, Csendes-óceáni Játékok stb.) bizonyították „korosabb" úszóink, hogy a szenior úszósportban is a világ legjobbjai közé tartozunk.

A „masters swimming" (szenior úszás) a sok hasonlóság mellett, igen sokban különbözik a „hagyományos" úszástól. Ez az eltérés többek között a szabályokban, az úszásnemek technikájában, a felkészülés módszereiben is megfigyelhető. Cikkünkben a leglényegesebb különbségekre hívjuk fel a figyelmet.

A korosztályos és a szenior úszóversenyzés szabályainak eltérései

A Nemzetközi Úszó Szövetség (FINA) és a Nemzetközi Szenior Szövetség (MSI) közösen szerkesztette meg a szenior úszóversenyek szabályait (FINA/MSI rules). A világversenyeken (vb, Eb stb.) csak országuk úszószövetségének benevezésével indulhatnak (tehát magyar úszó csak a MUSZ hozzájárulásával állhat rajthoz ilyen versenyeken).

A nemzetközi versenyeket többnyire 25 méteres és 50 méteres uszodában rendezik, és ennek megfelelően a csúcsokat is kétféleképpen jegyzik.

Gyorsúszásban 50, 100, 200, 400, 800 és 1500 méteren, hát-, mell- és pillangóúszásban 50, 100 és 200 méteren, vegyes úszásban 100 méteren (rövidpályán), 200 és 400 méteren rendeznek egyéni versenyszámokat.

Gyorsváltóban 200 (4x50), 400 (4x100) és 800 (4x200) méteren indulhatnak külön a nők és külön a férfiak, illetve „vegyesen" (2 nő, 2 férfi), vegyes váltóban (pillangó, hát, mell, gyors) pedig 200 (4x50) és 400 (4x100) méteren, szintén külön a nők és külön a férfiak, illetve „vegyesen".

Az alsó korhatár a betöltött 25 év (világversenyekre a fénymásolt klubtagsági mellett az útlevél másolatát is el kell küldeni, s ez alapján - a verseny megkezdésének időpontját alapul véve - sorolják be az úszókat), majd 5 éves „ugrások" következnek: 25-29, 30-34, 35-39, 40-44, 45-49, 50-54, 55-59, 60-64, 65-69, 70-74, 75-79, 80-84, 85-89 és 90 év felett (az 1995-ben Montrealban megrendezett világbajnokságon az 50 és 100 méteres férfi hátúszásban egy 100 éves férfi is indult, Tom Lane az USA-ból). Váltószámokban a

részt vevő úszók betöltött összéletkora alapján, 120+, 160+, 200+, 240+, és 280 év fölötti csapatok között rendezik meg a versenyeket.

A futamok beosztásánál a szabályok alapján minden lehetőség elfogadható, a beosztás történhet korcsoportonként vagy időeredmények alapján is. Időeredmények szerinti besorolásnál (melynél az életkor nem számít, csak az adott távban elért legjobb eredmény) a lassú futamtól a gyors futamig, illetve a gyors futamtól a lassú futamig történő besorolás is szabályos. A nevezési idők alapján, a szokásnak megfelelően, mindkét esetben a legerősebb futamba, a 4-es pályára kerül a legjobb idővel benevezett versenyző. (Egy adminisztrációs hiba következtében a Rio de Janeiróban megrendezett vb-n a 200 méteres vegyesúszásban elért időeredményemet 2.40 helyett 2.04-re írták át, így 45 évesen a legerősebb futam 4-es pályájára kerülve kellett felvennem a versenyt a 30 év alatti, 2.05-2.08 időt úszó indulókkal...)

A nemzetközi szabályok - a verseny gyors lebonyolítása érdekében - nem tiltják azt sem, hogy nők és férfiak egy futamban induljanak, illetve hogy egy pályán két versenyző is ússzon. Ez utóbbit elsősorban a hosszú távú (400-800-1500 m) versenyeken alkalmazzák a rendezők. Ilyenkor kétféle módszer lehetséges. Az egyik esetben a pályánkénti két versenyző egyszerre indul, a másik esetben a versenyzők a medence két oldalára felállva „külön futamonként" indulnak. Ebben az esetben két versenybírói stáb dolgozik. A versenybíróknak mindkét esetben figyelniük kell arra, hogy a versenyzők ne hagyják el a számukra kijelölt pályaoldalt (bal vagy jobb kötél mellett). A szabály ellen vétőket diszkvalifikálni kell.

A szenior úszószabályok az úszásnemek technikai végrehajtása és a rajtok, fordulók tekintetében is igen rugalmasak. Például a pillangónál ugyanúgy megengedett a mellúszás lábtempója, mint a delfin lábtempó. A pillangó-, a mell- és a gyorsúszásnál a versenyző dönti el, hogy a rajtkőről, a medence széléről vagy a vízből indul (ez utóbbi elsősorban idősebb úszóknál fordul elő). Mindhárom indulási mód szabályos.

Nemzetközi versenyeken a bírók létszáma minimálisan a következő lehet: a versenybíróság elnöke, egy indítóbíró, két „stílusbíró", pályánként egy fordulóbíró és két időmérő (arra az esetre, ha az elektromos időmérő nem működik).

A Nemzetközi Szenior Úszó Szövetség az elektromos és a kézi időméréssel (három időmérő) elért csúcsokat hitelesíti, ha az eredményt a szabályoknak megfelelően érte el a versenyző. Külön ranglista készül a rövidpályás yardos és méteres medencében, valamint az 50 méteres medencében elért eredményekről. Minden rekordot hitelesíteni kell.

Edzésen és esetleg versenyen is alkalmazható technikai variációk

Pillangóúszás

A mellúszás lábtempója a pillangóúszás kartempójával az „idősebb" szenior úszóknál elterjedtebb. Azok, akik korábban így úsztak mellen (az ötvenes évek elején), majd később a pillangóúszás elfogadása (1953) után így pillangóztak, és erős a mellúszó-lábtempójuk, így jobb eredményt érnek el, mintha áttérnének az egyébként hatékonyabb delfinező lábtempóra. Egyes versenyzők (mivel a szabályok nem tiltják) váltakozva használják a két úszásnem lábmunkáját: például 100 méteren 50 méter delfin- és 50 méter mellúszó-lábtempó, vagy 200 méteren 100-100 méter mindkét fajtából. Edzésen sokan a mellúszó-lábtempót használják elsősorban, mivel a delfinezés fárasztóbb számukra.

Edzésen és versenyen is igen sok szenior úszó kombinálja a „pörgetett" és a „csúsztatott" pillangót. A „csúsztatott" pillangóúszás azt jelenti, hogy a kartempó után a siklási szakaszt megnyújtja az úszó (pihen a következő tempóig). Ennek a stílusnak és a

folyamatos („pörgetett") technikának több variációja van. Például 1 pörgetés, 1 csúsztatás; 2 pörgetés, 1 csúsztatás; 3 pörgetés, 1 csúsztatás; szabályos ritmus nélküli kombináció (10 méteren 1 csúsztatás). Ezt a gyakorlatot a levegővétellel is variálhatjuk, például levegővétel a pörgetés alatt és a kicsúszás alatt is, levegővétel csak az egyik alatt (duplázva), illetve levegővétel minden harmadik tempó után (triplázva).

A szenior úszók körében a túlzottan igénybe vett vállízület könnyen megsérülhet, ezért akik hajlamosak a vállsérülésre, edzéseken alkalmazzák a következő technikai gyakorlatokat:

- pillangó-lábtempó - kivárásos gyorsúszás kartempója (levegővétel mindkét oldalra, vagy minden második, illetve harmadik karra);
- pillangó-lábtempó - egykaros gyorsúszás, majd pillangó-kartempó után ellenkező oldalon ismét gyorsúszás kartempója, levegővételi variációkkal;
- pillangóúszás a karok víz alatti előrevitelével, levegővétel 1-2-3 tempó után, a „toló" fázisban.

Hátúszás

A páros karú hátúszás krallozással és mellúszó-lábtempóval is elfogadott, szabályos (természetesen jóval eredménytelenebb, mint a „folyamatos" hátúszás). Ritkán előforduló technikai variáció a „biciklizö" hátúszó-lábtempó. Ez azt jelenti, hogy a váltakozó kartempó mellé egy-egy fél mellúszó-lábtempót tesz valaki, például: jobb kar áthúzása alatt a bal láb mellúszó-tempót végez, majd ugyanez fordítva.

Néhány szenior úszó - elsősorban a hát- vagy derékfájdalmaktól félve - az indulásnál a hátra fölfelé elrugaszkodás után nem „erőlteti" a vízfelszín fölé emelkedést (homorított ívhelyzet), hanem anélkül, hogy a víz fölé, majd alá kerülne, azonnal elkezdi a folyamatos úszást.

Annak ellenére, hogy a hátúszószabályok nem írják már elő, hogy a fordulónál meg kell érinteni a falat, az úgynevezett bukóforduló elsősorban csak a fiatalabb szenioroknál figyelhető meg.

Mellúszás

Szenior úszóversenyeken a mellúszásnál fordul elő a legtöbb technikai változat. Igen sokan az úgynevezett klasszikus technikával - széles kar, széles láb; mereven, igen magasan kiemelt fej; hosszú siklás - úsznak (pl. Fábián Béla vb-, Eb-győztes közel a hatvanadik évéhez). Az 1960-as években elterjedt úgynevezett késleltetett levegővételű mellúszást és a mai kor legmodernebb technikáját, az úgynevezett hullám-, illetve guruló stílust is megfigyelhetjük. Az utóbbi technikát elsősorban a harminc év körüliek alkalmazzák.

Versenyeken megfigyelhető, hogy nem minden úszó használja ki azt a szabály adta lehetőséget, hogy egy kar- és egy lábtempó a víz alatt is tehető a rajt és a forduló után. A kevésbé edzett vagy kisebb vitálkapacitással rendelkező úszók (általában ötven év felettiek) hagyják el ezt a számukra nyilvánvalóan nagy megerőltetést jelentő, de a mellúszásban igen nagy előnynek számító technikai elemet.

Szenior korosztályban talán még óvatosabban kell alkalmazni a lábtempógyakorlatokat. Mellúszásnál a térdek igen nagy megterhelésnek vannak kitéve, ezért a „térdfájósok" a nagyobb intenzitású lábmunkagyakorlatoknál kerüljék a túlerőltetést.

Gyorsúszás

A legkevésbé kötött, illetve az edzéseken a legtöbb variációs lehetőséget nyújtó úszásnem. A pillangóúszók és a hátúszók is igen jól terhelhetők gyorsúszással, így ez az úszásnem szerepel a legtöbbet az edzéseken. A sérülések közül a vállé a leggyakoribb, amit elsősorban a túlzottan sokat alkalmazott tenyérellenállás okozhat.

Rajtok

A gyors-, a pillangó- és a mellúszásnál a szenior úszó dönti el, hogy a rajtkőről, a medence széléről vagy a vízből indul. Ez a lehetőség adott a váltóknál is, tehát a második, harmadik, negyedik úszó is indulhat például vízből.

A versenyek gyors lebonyolítása érdekében a versenybíróság egyes versenyeken - a nemzetközi szabályoktól eltérően - csak egyszeri indulást engedélyez. A hazai szenior úszók között is igen népszerű firenzei nemzetközi úszóversenyen 1997-ben már ezt az indulási szabályt alkalmazták. Az előzetes nevezésekből kiderült, hogy „kiugrások" nélkül is körülbelül 8-9 órás lesz a verseny (az 50 méteres hátúszásban 600 induló volt). A rajtjel elhangzása előtt indulókat nem hívták vissza, nem figyelmeztették, hanem automatikusan diszkvalifikálták.

Fordulók

Míg a mell- és a pillangóúszásnál a szabályok igen szigorúan kikötik a fal kétkezes érintését, addig a gyors- és a hátúszásnál nem kötelező a falat kézzel érinteni. Ennek ellenére sokan használják a hagyományos falérintéses fordulókat a jóval gyorsabb bukófordulók helyett. Ez többnyire technikai és edzettségi hiba, de sok esetben anatómiai (orr-) probléma is lehet. Azoknak az úszóknak, akik a „bukózás" közben nem tudják kifújni az orrukon a levegőt, az orrcsipesz használatát javasolják.

A szenior úszók edzése

A szenior úszók felkészülése igen nagy változatosságot mutat. Természetesen nem lehet azonos terhelést adni egy „alig szenior" - harminc év alatti - és egy „nyugdíjas szenior" - hatvan év feletti - úszónak. Az edzések minőségi és mennyiségi mutatóinál nagy szerepet játszik a polgári életben betöltött hivatás is. Az egzisztenciális problémák nagyban befolyásolják, hogy ki mennyi időt tud áldozni kedvenc hobbijának.

A fentieknek megfelelően a heti edzésszámban is sok variáció lehetséges. A minimális edzésszám három (ez alatti gyakoriságnál már nem beszélhetünk komoly felkészülésről), de - beszélgetve néhány amerikai, ausztrál, dél-afrikai versenyzővel - nem ritka a napi kétszeri edzés sem. Az edzésgyakoriság természetesen függ a felkészülés idejétől is. A hazai gyakorlat szerint az év nagy versenye előtti időszakban (verseny előtt egy-két hónappal) az edzések száma növekszik. A versenyek közeledtével azonban az edzések minősége megváltozik, a csökkentett mennyiség mellett nagyobb intenzitású edzések (gyorsítás) következnek.

Szenior úszók vízi felkészítésénél minden edzésmódszer megfigyelhető (maratoni, intervall, ismétléses, hipoxiás stb.). Szárazföldi nyújtó-lazító, illetve erősítő gyakorlatokat többnyire mindenki egyénileg, tetszés szerint csinál. Vannak, akik teljesen elhagyják, míg mások „esküsznek" a gumikötélre vagy a futásra.

Néhány példa a Budapesti Szenior Úszó Klub edzőjének - Répási Ildikónak - edzésprogramjából. Felkészülési időszakban heti 3x1 vízi edzés (hétfő-szerda-péntek és „esetlegesen" plusz egy vasárnap). Kiegészítő sportként őszi, téli, tavaszi időszakban két-

hetente 1,5-2 órás kosárlabda, illetve foci. Szervezett szárazmunka nincs. Leúszott táv heti 6-8 km.

Példák a napi úszóedzésre

a) 800 m vegyes (pillangó, hát, mell, gyors) bemelegítés, egyhosszanként ($33^1/_3$ méter) váltva;
400 m gyorsúszás;
2x200 m hátúszás 2 perces pihenővel;
4x100 m gyorsúszás 30 másodperces pihenővel;
$6x66^2/_3$ m saját úszásnemben 20 másodperces pihenővel;
$12x33^1/_3$ m gyorsúszás 10 másodperces pihenővel;
összesen 2800 méter, intenzitás - a bemelegítést kivéve - kb. 60%-os.

b) 600 m bemelegítés (tetszés szerint);
„mandula" (fokozatosan emelkedő és csökkenő széria): 3x: $33^1/_3$ m, $66^2/_3$ m, 100 m, 200 m, 100 m, $66^2/_3$ m, $33^1/_3$ m, pihenőidők 20 mp, 40 mp, 60 mp, 60 mp, 40 mp, 20 mp, intenzitás 60-70%-os a távnak megfelelően;
200 m levezetés;
összesen: 2600 méter.

c) 800 m vegyes bemelegítés;
$6x66^2/_3$ m „saját" láb;
$6x66^2/_3$ m „saját" kéz;
$6x66^2/_3$ m „saját";
közepes intenzitás, 1.30, illetve 1 percre indulva;
200 m levezetés;
összesen: 2400 méter.

Edzéstervek a versenyek előtt

a) 400 m bemelegítés;
4x ($6x66^2/_3$ m), 1., 3. „saját", 2., 4. „idegen", 20 másodperces pihenőidőkkel.
A szériák között 2 perces pihenő;
200 m levezetés;
összesen: 2200 méter.

b) 600 m bemelegítés;
4x100 m gyors „negatív" részidőkkel (fokozatosan gyorsuló intenzitással);
200 m „összekötő" (tetszés szerint lassú, mell- vagy páros karú hátúszás);
$12x33^1/_3$ „saját" 30 másodperces pihenővel, erősen (80-90%);
200 m levezetés;
összesen: 1800 méter.

c) 800 m „fordított vegyes" bemelegítés (gyors, mell, hát, pillangó sorrendben);
10x100 m „saját" úszásnemben, erősen (80-90%), „felúszással" ($33^1/_3$ m lazítás),
pihenőidő 1.30 mp;
200 m lassú mell vagy hát;
$4x33^1/_3$ m „saját", hosszú pihenőkkel (3-4 perc) teljes erőből;
200 m levezetés;
összesen: 2600 méter.

EGYETEM
15.423