

Különböző életkorú élvonalbeli birkózók észlelt motivációs környezetének és külső-belső motivációs tényezőinek összehasonlító vizsgálata

Comparative study of the perceived motivational climate and intrinsic-extrinsic motivational factors at different agegroups of elite wrestlers

Szemes Ágnes¹, Vig Péter², Géczi Gábor³, Patócs Ákos⁴, Sipos Kornél¹, Tóth László¹

¹Testnevelési Egyetem Pszichológia és Sportpszichológia Tanszék, Budapest

²Budapesti Honvéd Sportegyesület, Budapest

³Testnevelési Egyetem Sportmenedzser Tanszék, Budapest

⁴Testnevelési Egyetem Küzdősportok Tanszék, Budapest

E-mail: agiszemes@gmail.com, vigpetya@citromail.hu, gabor@tf.hu, patocs@tf.hu, sipos@tf.hu, ltoth@tf.hu

Összefoglaló

A sportpszichológiai kutatások között a sportolók motivációjának és észlelt motivációs környezetének vizsgálata egyre népszerűbb. Jelen kutatásnak az a célja, hogy megvizsgálja a korosztályos válogatott birkózók körében ezt a két jelenséget, és az összefüggések alátámasztásán túl fényt derítsen az aktuális edző-sportoló kapcsolatra és a motivációs állapotra egyaránt. A mintát 59 válogatott férfi versenyző alkotta ($M = 19,4 \pm 5,6$ év), akik az SMS (Sport Motivációs Skála) és a PMCSQ-2 (Észlelt Motivációs Környezet Kérdőív a Sportban-2) kérdőívek magyar nyelvű változatát töltötték ki. Az eredmények szerint a két skálában szignifikáns kapcsolatot mutatható ki az egoinvolváló motivációs klíma és a külső motiváció ($r = 0,285$; $p = 0,029$), valamint a feladatorientált motivációs klíma és a belső motiváció ($r = 0,264$; $p = 0,043$) között. Az életkori csoportok között szignifikáns eltérés az extrinéz motiváció/külső szabályozás tekintetében volt megfigyelhető ($F(3,49) = 3,903$; $p = 0,014$). Magas a belső motiváció és a feladatorientáció mértéke is a vizsgált mintában, bár szignifikáns eredményt nem lehetett kimutatni. Ezek az eredmények alátámasztják azokat a korábbi tapasztalatokat, melyek a hosszú távú jó teljesítmény kritériumaként jelölik meg a feladatorientált motivációs környezetet és az intrinéz motivációt. A sportpszichológiai diagnosztikában és tervezésben releváns tényezők vizsgálata az eredmények gyakorlatban való alkalmazását segíti elő, így további vizsgálatokat igényelnek.

Kulcsszavak: sportmotiváció, észlelt motivációs környezet, birkózás

Abstract

Examination the athletes' motivation and perceived motivational climate is becoming more and more popular in sport psychology research. Our study aimed the examination the relationship of

these two phenomena among age-group selected national team member wrestlers, and reveals the correlation and shed light on the current coach-athlete relationship and motivational status too. The sample made by 59 selected male competitors ($M = 19,4 \pm 5,6$ years), answered the SMS (Sport Motivation Scale) and PMCSQ-2 (Perceived Motivational Climate in Sport Questionnaire-2) in Hungarian. According to the results the two scales detected significant associations between ego-oriented motivational climate and extrinsic motivation ($r = 0,285$; $p = 0,029$) and between task-oriented motivational climate and intrinsic motivation ($r = 0,264$; $p = 0,043$). Significant difference between age groups in the extrinsic motivation / external regulation was observed ($F(3,49) = 3,903$; $p = 0,014$). High degree of intrinsic motivation and task orientation were in the sample without significant correlation. Our results support previous findings, which indicate long-term good performance criterion the task oriented motivational climate and intrinsic motivation. In the sport psychological assessment and planning the relevant factors analysis facilitate the use of the results in practice, so further investigations are required.

Keywords: sportmotivation, perceived motivational climate, wrestling

Bevezetés

A birkózás az ókori olimpiai játékok óta közkeletelt sportág, mely a küzdősportok csoportjába tartozik. Egy kör alakú küzdőtéren két versenyző küzd meg egymással, ahol az ellenfél földhöz szorításával vagy különböző fogások végrehajtásával lehet győzni. A küzdő szinte teljes egészében csak önmagára számíthat, célorientációja pedig a relatív teljesítményen alapszik. A magyar birkózás eddig soha nem látott fejlődésen ment keresztül, hiszen nemzetközi porondon is sikeres versenyzőket delegálhatott a szövetség. De mint minden sportágban, itt is komoly problémákat szül az utánpótlás beszűkülése (Nagykaldi, 2002). Ennek egyik ellenpólusa lehet, ha az iskolai testnevelésben nagyobb szerepet kap a küzdősportok alapjainak tanítása. A küzdőjátékok és a birkózás alapjainak megismertetése a tanulókkal, segíti a sportági kötődés kialakítását (Trzaskoma-Bicsérdy és mtsai, 2006). Jelen vizsgálat célja, hogy feltárja azokat a motivációs tényezőket, melyek pillanatnyilag dominálnak az élvonalbeli birkózóknál,

hogy az eredmények segítséget adhassanak a még nagyobb sikerek eléréséhez és az utánpótlás nevelés kiépítéséhez.

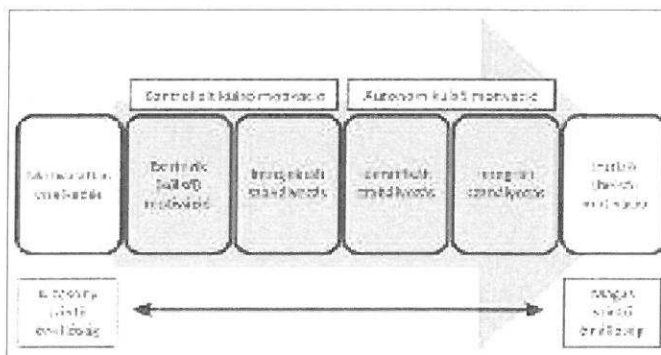
A motiváció kifejezés a latin „movere” igéből származik, mely jelentése mozgatni, indítani. A cselekvés mozgatórugóinak gyűjtőfogalmául szolgál. A motiváció felelős a viselkedés beindításáért, irányításáért és fenntartásáért, míg a fellépő hiányállapot kielégülése be nem következik, illetve meghatározza a viselkedés szervezethez, hatékonyságát, valamint a szervezet aktivitásának mértékét is. A folyamat végén megjelenő érzelmek, pl. az öröm vagy éppen a közöny pedig megerősítik vagy kioltják az adott cselekvés mozgatóit (Szabó, 2004). A motiváció az edzői-oktatói munka lényegi és nélkülözhetetlen eleme. A motiválás megfelelő eszközeivel vonzóvá tehető az adott tevékenység, de ehhez ismerni kell a motiváció jelenségét, működési mechanizmusát (Kurimay és mtsai, 2012).

A fizikai aktivitással kapcsolatos motivációk egy lehetséges elméleti megközelítését Biddle és munkatársai (2007) egy többdimenziós modellben foglalták össze. A hiedelem-attitűd elméletek, mint a tervezett viselkedés elmélet elsősorban a szándék szerepét emelik ki. A szándék a viselkedéses attitűd, a szubjektív normák és az észlelt kontroll hatására alakul ki, és általa előrevetíthetővé válik a cselekvés (Ajzen, 1985). A kompetencia alapú elméletek, mint az énhatékonyság elmélet szerint az egyén képes lesz az adott feladat eredményes teljesítésére, ha tisztában van a saját képességeivel, ezáltal motiválttá válik a végrehajtásában is (Bandura, 1986). A kontroll alapú elméletek a cselekvés felett érzett irányításra helyezik a hangsúlyt, az öndetermináció elmélet el is különíti a kontrollált és az autonóm szándékot egymástól (Deci és Ryan, 1985). A fejlődési szakasz alapú elméletek, mint a transzteoretikus modell alapja a folyamatos változás, és azt feltételezi, hogy a különböző szakaszokba más-más tényezők befolyásolják az átmenetet (Prochaska és DiClemente, 1984). Végül a hibrid modellek, melyek közé sorolható a HAPA (Health Action Process Approach) modell is, többféle tényező együttes jelenlétét hangsúlyozzák (Schwarzer, 1992; áttekinti Biddle és mtsai, 2007).

Napjainkban a motivációelméletek két fő pszichológiai modell köré csoportosulnak. Az egyik a pozitív pszichológia, a másik pedig a szelfdetermináció, azaz önmeghatározás elmélet. Mindkettő az emberi lehetőségek kibontakozásának, az emberi potenciál kiteljesítésének segítésére törekszik (Csíkszentmihályi és Seligman, 2000). A szelfdeterminációs elmélet az önmegvalósítás és az autonómia iránti vágy motivációs erejét hangsúlyozza. A cselekvés okainak észlelt helye alapján hat különböző motivációs szintet lehet meghatározni, melynek mérésére a Sport Motivation Scale (Pelletier és mtsai, 1995) szolgál. A motiválatlan viselkedés, azaz amotiváció minőségileg eltér a külső és belső okokkal magyarázott motivált viselkedéstől. Ilyenkor úgy érzik az emberek, hogy nem értenek az adott cselekvéshez és nincs kontrolljuk a mozgás felett, nincs kapcsolat a tettük és az eredményeik között (Vallerand, 1997). Amikor a cselekvést valamilyen külső ok indítja be, extrinzik mo-

tivációról beszélhetünk. A külső motiváció széles viselkedési formákra vonatkozik, melyek eszközként vesznek részt egy cél elérésében, de nem az egyén saját érdekében. A kutatók eredetileg úgy vélték, hogy csak külső hatás irányíthatja, mint pl. jutalmak, viszont később már úgy gondolták, hogy lehetséges több szintje is a külső motivációnak, mégpedig az alacsonyabb és magasabb szintű önrendelkezés kontinuumán mentén (Deci és Ryan, 1991). Az extrinzik szabályozók szintjén a legalacsonyabb az önállóság mértéke, a viselkedést a különböző típusú megerősítésektől teszi függővé az egyén. Az introjektált szabályozók szintjén az egyén elkezd befelé vetíteni a viselkedésének okait, így azok konkrét jelenlétére már nincs szükség, a személyiségen belül határozzák meg a viselkedést. Az azonosulás/identifikáció szintjén a viselkedés okait és azok értékelését az egyén a sajátjaként éli meg. Ilyenkor a belső törekvések és a külső elvárások közötti konfliktus minimalizálódik, így a viselkedés már szelfdeterminált cselekvésnek tekinthető (Ryan és Deci, 2002).

Újabban a motivációkutatók elkülönítene egy negyedik fajta külső motivációtípust is. Az integrált szabályozás során a korábbi késztetések még inkább összhangba kerülnek a jövőbeli igényekkel. Az identifikált szabályozás alatt álló viselkedésben az akarat megnyilvánulásának van kiemelt jelentősége, míg az integrált szabályozással magyarázott viselkedésben a flow érzését lehet kiemelni és ezáltal egyben össze is függ a belső motivációval (Pelletier és mtsai, 2013). Az intrinzik motiváció célja maga az öröm és az elégedettség miatt végzett cselekvés, amit nem jutalom vagy külső kényszer hajt. A legtöbb kutató szerint az intrinzik motiváció egy globális konstrukció, egyesek viszont úgy vélik, hogy a belső motivációban további motívumokat lehet elkülöníteni: intrinzik tökéletesítésre törekvés, elsajátítás és tapasztalatkeresés (Pelletier és mtsai, 1995). A külső és introjektált viselkedés kontrollált, míg az identifikált, az integrált és intrinzik viselkedés önmeghatározott (Járai, 2006; 1. ábra). Poulsen és munkatársai (2006) rakéta modellje az önmeghatározás elmélet, a hierarchikus motivációs szintek és a flow állapot kombinációjából épül fel. Lényege, hogy végighaladva az amotivációtól a külső motiváción át a belső motivációs szintig, elérhetővé válik a flow állapot az egyén számára.



1. ábra. A motiváció folyamatmodellje (Tóth, 2015; 114.)

Figure 1. The motivation process model (Tóth, 2015; 114.)

Leginkább a célok határozzák meg, miért vesz részt az ember egy adott cselekvésben és mit szeretne általa elérni. Ames és Atcher (1988) elkülönítette egymástól a tevékenység végrehajtásának hátterében meghúzódó célok alapján a feladatközpontúságot és az énközpontúságot. A feladatvezérelt célok esetében a képességek fejlesztésén van a hangsúly, mely pozitív eredményeket produkál a teljesítmény szempontjából. Az egyén motivációja a feladat végrehajtására irányul, és akkor érzi magát sikeresnek, ha megvalósítja a kitűzött célt (Biddle és mtsai, 1999). Az énévezérelt cél az észlelt képességektől függően vetít előre válaszokat, mely így lehet pozitív eredmény vagy negatív következmény is. Az egyénnek gondot okoz, ha másokkal összehasonlítják, emiatt szorongani kezd. Akkor érez sikert, ha kevés erőfeszítéssel is eléri társai teljesítményét vagy ha túlszárnyalja azokat (Spray és Wang, 2001). Az előzetes tapasztalatok, teljesítménnyel kapcsolatos gondolatok befolyással vannak a környezet ingereire adott válaszokra. A motivációs környezet kétféle lehet attól függően, hogy az egyén feladat vagy énévezérelt célokkal rendelkezik. A következetesen magas feladatvezérelt és alacsony énévezérelt motivációs környezet csökkenti a teljesítménykerülő célok megjelenését és növeli a magas szintű elsajátítási célok kialakulását. Ellenben az alacsony feladatvezérelt és magas énévezérelt környezet a teljesítménykerülő célok gyakoriságát emeli, az elsajátítási célok alacsony szintjével párhuzamosan (áttekinti Tóth, 2015). Goudas (1998) eredményei alapján a sportolók motiváltabbak feladatvezérelt környezetben, magas teljesítményt nyújtanak, kevésbé szoronganak és jobb az edzővel való kapcsolatuk is. Az olyan alapvető szükségletek kielégítése, mint a kompetencia, az autonómia és a kapcsolatok szintén hozzájárulnak a belső motiváció erősítéséhez (Mageau és Vallerand, 2003).

Seifriz és munkatársai (1992) dolgozták ki az észlelt motivációs környezet vizsgálatára alkalmas (PMCSQ) kérdőív első változatát, amellyel mérhető a sportolók motivációs beállítódása, irányultsága. Az észlelt motivációs környezet esetében két terület vizsgálata valósul meg. A Task-(Feladat) és az Ego-(Én) orientáció eltérő célokat jelent a sporttevékenységgel kapcsolatban. A Task-orientációjú sportoló motivációja a feladat végrehajtására irányul, elsősorban belső motivációs késztetésből kiindulva, törekedve a maximális teljesítmény elérésére. Az Ego-orientált személyek gyakran rugalmatlanok, hiszen az ilyen beállítottságú sportolónak problémát okoz, ha képességeit máséval hasonlítják össze. Aggodalommal tölti el, ha bizonyítania kell, főleg, ha annak komoly tétje is van. Emellett akkor érznek sikert, ha kevesebb erőbefektetéssel érik el, vagy szárnyalják túl társaik teljesítményét (Révész, 2008). Amorose és Horn (2000) kutatásukban kimutatták, hogy azokat a sportolókat, akiknek az edzője és szülei inkább támogató és kevésbé kontrolláló stílust alkalmaztak, magas belső motiváció jellemezte, és mindez hozzájárult a sportágban maradásukhoz, kitartásukhoz is. Hiszen a sportolók motivációjára, ha nem is kizárólagosan, de mindenképpen nagy befolyással bírnak az edzők, a sporttársak és a háttérben tevékenykedő szakemberek is, akik hozzásegíthetik

a sportolót a tehetsége kibontakoztatásához és eredményességéhez (Cote, 2002; Révész, 2005).

Birkózók motivációjának és észlelt motivációs környezetének együttes vizsgálatával egyelőre kevesen foglalkoztak. Domushieva-Rogleva (2015) 54 bolgár válogatott birkózó motivációját vizsgálta meg, eredményei alapján pedig elmondható, hogy szignifikánsan magasabb belső motiváltsággal rendelkeznek, mint külsővel, illetve az önuralom szintje nagyban befolyásolhatja mindezt. Barbas és munkatársai (2016) 213 nemzetközi birkózó edzőről készítettek felmérést egy verseny során, a tanítványaik észlelt motivációs környezetét alapján. Az elit mezőnyben végzett birkózók szignifikánsan magasabb feladatorientált edzői környezetről számoltak be, mint a többiek. A kutatók úgy vélik, ez azért lehetséges, mert a nyertes országokban (pl. USA, Törökország) nagyobb hangsúlyt fektetnek az edzők a professzionális sportolásra, mint a játékos élményszerzésre. Hasonló eredményre jutottak Kristiansen és munkatársai (2008) is, akik 82 elit birkózó észlelt motivációs környezetét és megküzdési stratégiáit vizsgálták. Jelen kutatás célja, hogy az említett vizsgálatokhoz hasonlóan megvizsgálja a magyar válogatott birkózók motivációját és észlelt motivációs környezetét is egyben, feltárva ezzel a jelenlegi helyzetet e sportág területén. Továbbá célja, hogy megerősítse a kettő közötti kapcsolatot és az eltérő életkori csoportok között különbséget bizonyítson be. Ugyanis a motiváció eltérő az egyes életkori szakaszokban Murcia és munkatársai (2007) szerint.

Hipotéziseink a következők

1. Kimutatható kapcsolat a belső motiváció és a feladatorientált klíma, valamint a külső motiváció és az énorientált klíma egyes alskálái között (Kipp és Amorose, 2009).
2. A sportmotivációra vonatkozóan azt feltételezzük, hogy a vizsgált birkózók magas belső motivációval rendelkeznek (Domushieva-Rogleva, 2015), mely az életkor előrehaladtával egyre nő (Murcia és mtsai, 2007).
3. Az észlelt motivációs környezet szempontjából azt várjuk, hogy élvonalbeli helyezéseikhez leginkább feladatorientált klíma segítette őket, életkortól függetlenül (Kristiansen és mtsai, 2008; Barbas és mtsai, 2016).

Anyag és módszerek

Vizsgálatunkban összesen 59 (serdülőkorú, ifjú-sági és felnőtt) válogatott birkózó vett részt, akik 10 és 28 év közöttiek voltak (életkor = $19,4 \pm 5,6$ év). Mindannyian fiúk/férfiak, 3 budapesti és 20 vidéki sportegyesület leigazolt versenyzői, akik saját korosztályukban országos versenyen dobogós helyezésekkel büszkélkedhetnek. A vizsgálatához az angol nyelvű Sport Motivation Scale (Pelletier és mtsai, 1995) egyik magyarra fordított változatát (Tsang és mtsai, 2005) és a Perceived Motivation Climate in Sport Questionnaire-2 (Newton és mtsai, 2000) magyar adaptációját (Révész és mtsai, 2014) használtuk. A Sportmotivációs Skála 28 tételből áll, melyek egyszerre mérik a három külső és a három belső motivációtípust, valamint az amotivációt is. Az Ész-

lelt Motivációs Környezet Kérdőív 33 tételből áll, melyek az én- és a feladatorientációt, azokon belül pedig 3-3 alskálát vizsgálnak.

A vizsgálatot papír alapú kérdőív kitöltésével végtük fel 2015 júliusában, egy válogatott edzőtábor egyik edzése után, kutatói felügyelet mellett. A vizsgálati személyeknek az volt a feladatuk, hogy a sportmotiváció esetén hétfokú Likert-skála segítségével jelöljék meg, hogy mennyire érzik igaznak önmagukra vonatkozóan az adott állításokat. Az 1 az „Egyáltalán nem igaz rám”, míg a 7 a „Teljesen igaz rám” állítást jelentette. Az észlelt motivációs környezet esetén egy ötfokú Likert-skálán kellett megjelölni, hogy melyik érték fejezi ki leginkább azt a környezetet, melyben edzenek. Az 1 az „Egyáltalán nem értek egyet” míg az 5 a „Teljesen egyet értek” állításnak felelt meg.

A felvett adatokat SPSS 21.0 program segítségével elemeztük. Végeztünk a skálákön belső konzisztencia mérést, faktoranalízist, korrelációanalízist, a személyek válaszainak homogenitása alapján pedig varianciaanalízist és kétmintás *t*-próbát is az eredmények feltárásához. A szignifikanciaszint $p < 0,05$ volt.

Eredmények

A skálák belső konzisztencia mérésének eredménye alapján az egy faktorba tartozó itemek összefüggnek egymással ($0,9 < \alpha < 0,6$). Csupán az észlelt

motivációs környezet két alskálája, a csapaton belüli rivalizálás és a csapaton belüli szerep esetén volt alacsonyabb a korreláció a tételek között ($0,6 < \alpha < 0,4$), de ettől függetlenül úgy véltük, még alkalmasnak bizonyulnak a további elemzéshez. A skálákön faktoranalízist is végeztünk, melynek eredményei alapján elmondható, hogy a változók illeszkedése megfelelő ($KMO = 0,502$, $BTS < 0,001$; $KMO = 0,722$, $BTS < 0,001$), viszont az egyes alfaktorok kevésbé különülnek el egymástól, nem válnak ki a főskálákból, mint az eredeti faktorstruktúrában. Az észlelt motivációs környezet skála kapcsán a feladat- és az énorientáció, míg a sportmotiváció skála esetében a belső, a 3-féle külső és az amotiváció különálló faktorokat alkot. A Shapiro-Wilk teszt alapján többnyire homogének a személyek válaszai ($p < 0,05$), tehát követik a normál eloszlást, így a későbbi mérésekhez használhattunk paraméteres próbákat.

A skálák közti kapcsolatot korrelációelemzéssel vizsgáltuk. Szignifikáns eredmény a kooperatív tanulás és az intrinzik elsajátítási motiváció ($r = 0,264$; $p = 0,043$), valamint a csapaton belüli rivalizálás és az extrinzik külső szabályozás általi motiváció ($r = 0,273$; $p = 0,036$) és az énorientáció és az extrinzik külső szabályozás általi motiváció ($r = 0,285$; $p = 0,029$) között jelent meg (1. táblázat). A skálákön belül egyébként pozitívan korrelálnak azok az alfaktorok, melyek egy főfaktorba tartoznak, az amotiváció pedig negatív kapcsolatban áll a belső motivációval.

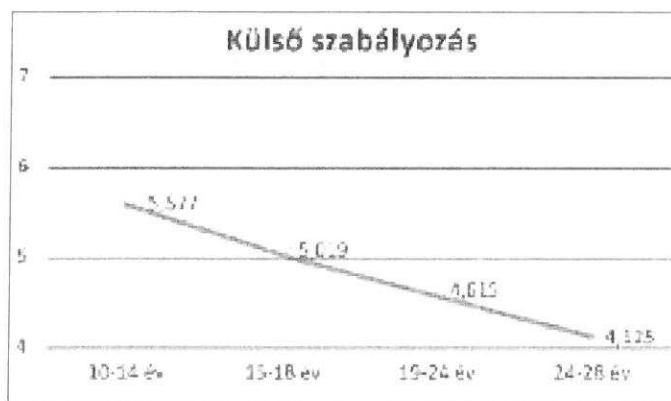
1. táblázat. A sportmotiváció és az észlelt motivációs környezet egyes fő- és alskáláinak korrelációs együtthatói (*r*) és szignifikancia értékei (*p*)

Table 1. Correlation (*r*) and significant level (*p*) for the main and subscales of sport motivation and perceived motivational climate

		Amotiváció	Elsajátítás	Tökéletességre törekvés	Tapasztalatkeresés	Külső szabályozás	Introjekció	Identifikáció	Belső motiváció	Külső motiváció
Kooperatív tanulás	<i>r</i>	-,186	,264(*)	,094	,016	,085	,179	-,103	,163	,074
	<i>p</i>	,159	,043	,478	,905	,523	,174	,439	,216	,579
Csapaton belüli szerep	<i>r</i>	-,231	,165	,232	,254	,177	,177	,215	,241	,243
	<i>p</i>	,078	,213	,077	,052	,181	,181	,102	,066	,064
Fejlődésre való törekvés	<i>r</i>	-,116	-,030	-,116	,079	-,062	,003	-,134	-,037	-,081
	<i>p</i>	,383	,821	,380	,553	,643	,985	,311	,780	,541
Hibázástól való félelem	<i>r</i>	-,030	-,089	,088	,225	,173	,117	,120	,058	,178
	<i>p</i>	,820	,500	,507	,087	,190	,376	,364	,661	,178
Egyenlőtlen elismerés	<i>r</i>	-,008	-,086	-,059	,057	,249	-,082	,104	-,046	,121
	<i>p</i>	,952	,520	,656	,667	,057	,536	,435	,727	,361
Csapaton belüli rivalizálás	<i>r</i>	-,038	,082	,103	-,004	,273(*)	-,037	,128	,078	,161
	<i>p</i>	,773	,536	,436	,976	,036	,781	,335	,559	,223
Feladatorientáció	<i>r</i>	-,245	,151	,077	,179	,079	,148	-,006	,151	,097
	<i>p</i>	,062	,255	,561	,176	,551	,263	,963	,252	,466
Énorientáció	<i>r</i>	-,027	-,064	,031	,125	,285(*)	-,007	,142	,019	,185
	<i>p</i>	,837	,633	,815	,347	,029	,958	,282	,887	,160(*)

$p < 0,05$

A második és a harmadik hipotézis teszteléséhez különböző életkori csoportokat hoztunk létre (10-14 évesek, $n=15$ fő; 15-18 évesek, $n=15$ fő; 19-24 évesek, $n=15$ fő; 25-28 évesek, $n=14$ fő), melyeket egy- szempontos varianciaanalízissel vizsgáltunk tovább mindkét skálával kapcsolatban. A sportmotivációra vonatkozóan egyedül az extrinzik külső szabályozásnál jelent meg szignifikáns eredmény ($F(3)=3,903$; $p=0,014$). A Post hoc teszt alapján látszik, hogy a legidősebb és a legfiatalabb korcsoport között nagy a különbség, az életkor előrehaladtával folyamatosan csökken a külső szabályozás általi motiváltság, mely eleinte jelentős szerepet tölt be a sportolók életében (2. ábra).



2. ábra. Életkori csoportok közötti különbség külső szabályozás általi motiváltságban, a résztvevők válaszainak átlaga alapján

Figure 2. The different between age groups for external motivation, based on the average of the responses of the participants

Az észlelt motivációs környezet szempontjából nem kaptunk szignifikáns különbséget az egyes életkori csoportok között. Mindkét skálán végeztünk kétmintás t -próbát is, hogy megállapíthassuk melyik fő-, azon belül alskálán elért átlagpontszám magasabb a versenyzőknél, ezáltal milyen motivációs környezet illetve motivációs típus jellemzőbb náluk. Szignifikáns eredményt egyik skálával kapcsolatban sem kaptunk, viszont összehasonlítva az egyes értékeket, a belső motiváció és a feladatorientált környezet mutatkozik jellemzőbbnek (2. táblázat).

Megbeszélés és következtetések

A vizsgálat során sikerült több hipotézist is alátámasztani, mivel több szignifikáns eredmény született. Fontos megemlíteni, hogy óvatosan lehet meszszenenő következtetéseket levonni a kapott eredményekből, mivel csupán a vizsgált mintára érvényesek.

Elsőként azt feltételeztük, hogy a sportmotiváció és az észlelt motivációs környezet egyes alszállái között kapcsolat mutatható ki, a belső motiváció és a feladatorientált klíma, valamint a külső motiváció és az énorientált klíma kapcsán. Bár a korrelációk nem túl erősek, mégis jelentősnek bizonyulnak. A hipotézis tehát beigazolódott, hiszen a külső motiváció egyik típusa, a külső szabályozás általi motiváltság pozitív kapcsolatban áll az énorientáció főskálával és annak egyik alszállájával is, a csapaton belüli rivalizálással, míg a belső motiváció egy fajtája, az elsajá-

2. táblázat. A sportmotiváció és az észlelt motivációs környezet faktorainak átlagpontszámai

Table 2. The sportmotivation and perceived motivational climate factors average

Skálák	Főfaktorok	Alfaktorok	Átlagok
PMCSQ-2	TASK		4,39
		Kooperatív tanulás	4,65
		Csapaton belüli szerep	4,02
		Fejlődésre való törekvés	4,50
	EGO		2,62
		Hibázástól való félelem	2,27
		Egyenlőtlen elismerés	2,68
		Csapaton belüli rivalizálás	3,19
SMS	AMOTIVÁCIÓ		2,20
	BELSŐ		5,73
		Elsajátítás	5,50
		Tökéletességre törekvés	5,62
		Tapasztalatkeresés	6,05
	KÜLSŐ		5,08
		Külső szabályozás	4,73
		Introjekció	5,55
		Identifikáció	4,94

títási motiváció pedig pozitívan korrelál a feladatorientált motivációs környezet egyik alszállájával, a kooperatív tanulással. Utalunk arra, hogy Benczenleitner és munkatársai (2013) kutatásukban szintén azt találták, hogy elit kalapácsvetőknél a külső motiváció kapcsolatba hozható az énorientáció csapaton belüli rivalizálás alszállájával. Kipp és Amorose (2009) pedig közvetlen kapcsolatot mutatott ki a feladatorientált motivációs klíma és az önmeghatározási motiváció, azaz a belső motiváció között.

Második hipotézisünk arra vonatkozott, hogy a vizsgált sportolók magas belső motivációval rendelkeznek, melynek értéke az életkor növekedésével tovább erősödik. Szignifikánsan nem különülnek el a belső motiváció tételeire adott válaszok értékei a külső motivációétól, mégis magasak. Az életkor előrehaladtával azonban nem mutatható ki növekedés belső motiváció tekintetében, viszont csökkenés figyelhető meg külső motivációban, külső szabályozás alfaktor esetében. A hipotézist tehát részben sikerült igazolni. Korábbi kutatásainkban is hasonló eredményre jutottunk, társastáncosoknál és különböző sportágat űző élsportolóknál sem különül el szignifikánsan a külső és a belső motiváció egymástól, valamint nincs számottevő életkori különbség sem (Szemes és Harsányi, 2015; Szemes és mtsai, 2016).

Ezeket az eredményeket talán magyarázhatja az, hogy a sportban alapvetően a teljesítménymotiváción van a hangsúly, mely egy erőteljes külső motiváció, de a csúcsteljesítmény eléréséhez elengedhetetlenül fontos, hogy a külső feltételeknek való megfelelés mellett jelen legyen a belső motiváció is, és a kettő végig egyensúlyban maradjon. Ha ez felborul, könnyen vezet szorongáshoz, motivátlansághoz és az élsportból való kilépéshez is (Balyi és mtsai, 2013).

Harmadik feltevésünk az észlelt motivációs környezetre vonatkozott, miszerint a feladatorientált motivációs környezet a jellemző a vizsgált sportolókra, életkortól függetlenül. Itt sem különülnek el szignifikánsan a feladatorientált és az énorientált klíma tételeire adott válaszok értékei, mégis a feladatorientált klíma átlagértékei magasabbak. A hipotézist ezzel nem sikerült alátámasztani, tendencia azonban megfigyelhető a beigazolódás irányába. A hipotézis második fele viszont teljesült, mivel nem jelentkezett életkori különbség az észlelt motivációs környezet szempontjából. Ezek az eredmények összhangban állnak Révész és munkatársai (2013) úszókkal végzett kutatási eredményeivel, miszerint a korábban jellemző autokratikus edzői stílust kezdi felváltani egy demokratikusabb, partneri szerepet és egyéni odafigyelést kialakító edzői magatartás. Ezt az átmenetet az edzők és a különböző korosztálybeli sportolók is érzékelik.

Az élsportban fontos, hogy a különböző edzésmódszerek megtanítása mellett a versenyzők összetett és tudatos pedagógiai felkészítést is kapjanak (Gombocz, 2005). A magas szintű teljesítményre való felkészítés része a motivációs háttér biztosítása is, mely elsősorban az edző feladata. A sportolók motivációja jelentősen átalakult az elmúlt években, így a további vizsgálatok választ adhatnak arra a kérdésre is, hogy az életkor változása és az eltérő sikeresség milyen jól elkülöníthető, differenciálható feladatokat ró az edzőkre. Ezt pedig érdemes figyelembe venni az edzőképzésben és továbbképzésben (Révész és mtsai, 2013).

Felhasznált irodalom

Ames, C., Archer, J. (1988): Achievement goals in the classroom: Students' learning strategies and motivation. *Journal of Educational Psychology*, **80**: 260-267.

Amorose, A.J., Horn, T.S. (2000): Intrinsic Motivation: Relationships with collegiate athletes' gender, scholarship status, perceptions of their coaches' behaviour. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, **22**: 63-84.

Balyi, I., Way, R., Higgs, C. (2013): *Long term athlete development*. Human Kinetics, Champaign, IL.

Barbas, I., Bebetos, E., Christos, K., Curby, D., Mirzaei, B. (2016): Investigation of ego and task orientation among international wrestling referees. *Psychical Education of Students*, **6**: 49-54.

Berczenleitner, O., Bognár, J., Révész, L., Paksi, J., Csáki, I., Géczi, G. (2013): Motivation and motivational climate among elite hammer throwers. *Biomedical Human Kinetics*, **5**: 6-10.

Biddle, S.J.H., Hagger, M.S., Chatzisarantis, N.L.D., Lippke, S. (2007): Theoretical frameworks in exercise psychology. In: Tenenbaum, G., Eklund, R.C. (eds.): *Handbook of Sport Psychology*. John Wiley & Sons, Hoboken, NJ, 537-559.

Cote, J. (2002): Coach and peer influence on children's development through sport. In: Silva, M.J., Stevens, D. (eds.): *Psychological foundations of sport*. Allyn and Bacon, Boston, MA, 520-540.

Csikszentmihályi, M., Seligman, M.E.P. (2000): Positive Psychology: An introduction. *American Psychology*, **55**: 1. 5-14.

Deci, E.L., Ryan, R.M. (1991): A motivational approach to self: Integration in personality. In: R. Dienstbier (ed.): *Perspectives on motivation*. University of Nebraska Press, Lincoln, NE, 237-288.

Deci, E., Ryan, R. (2002): *Handbook of self-determination research*. University of Rochester Press, Rochester, NY.

Domuschieva-Rogleva, G. (2015): Determinant of sport motivation with wrestling athletes. *Research in Kinesiology*, **43**: 1. 94-98.

Goudas, M. (1998): Motivational climate and intrinsic motivation of young basketball players. *Perceptual and Motor Skills*, **86**: 1. 323-327.

Járai R. (2006): *Szelf determináció és tehetség kapcsolata fiatal sportolóknál*. Tézisgyűjtemény, Pécsi Tudományegyetem, Pécs.

Kipp, L., Amorose, A.J. (2009): Perceived motivational climate and self-determined motivation in female high school athletes. *Journal of Sport Behaviour*, **31**: 2. 108-129.

Kristiansen, E., Roberts, G.C., Abrahamsen, F.E. (2008): Achievement involvement and stress coping in elite wrestling. *Scandinavian Journal of Medicine and Science in Sports*, **18**: 4. 526-538.

Kurimay T., Faludi V., Kárpáti R. (2012): *A sport pszichológiája – Fejezetek a sportlélektan és határterületeiről I.* Oriold és Társai Kft., Budapest, Magyarország.

Mageau, G.A., Vallerand, R.J. (2003): The coach-athlete relationship: A motivational model. *Journal of Sport Sciences*, **21**: 883-904.

Murcia, J.A.M., Blanco, M.L.S.R., Galindo, C.M., Villodre, N.A., Coll, D.G. (2007): Effects of the gender, the age and the practice frequency in the motivation and the enjoyment of the physical exercise. *Fitness and Performance Journal*, **6**: 3. 140-146.

Nagykaldi Cs. (2002): *Küzdősportok elmélete*. Computer Arts Kft., Budapest, Magyarország.

Newton, M., Duda, J.L., Yin, Z. (2000): Examination of the psychometric properties of the Perceived Motivational Climate in Sport Questionnaire-2 in a sample of female athletes. *Journal of Sports Sciences*, **4**: 275-290.

Pelletier, L.G., Fortier, M.S., Vallerand, R.J., Tuson, K.M., Brière, N.M., Blais, M.R. (1995): Toward a new measure of intrinsic motivation, extrinsic motivation, and amotivation in sports: The Sport Motivation Scale (SMS). *Journal of Sport & Exercise Psychology*, **17**: 35-53.

Pelletier, L.G., Rocchi, M.A., Vallerand, R.J., Deci, E.L., Ryan, R.M. (2013): Validation of the revised sport motivation scale (SMS-II). *Psychology of Sport and Exercise*, **14**: 329-341.

Poulsen, A.A., Rodger, S., Ziviani, J.M. (2006): Understanding children's motivation from a self-determination theoretical perspective: Implications for practice. *Australian Occupational Therapy Journal*, **53**: 2. 78-86.

Révész L. (2005): Howard Gardner: Többszörös intelligencia és oktatás. *Iskolai Testnevelés és Sport*, **25**: 28-29.

Révész L. (2008): A tehetséggondozás, a kiválasztás és a beválás néhány kérdésének vizsgálata az úszás sportágban. *Doktori disszertáció*. Semmelweis Egyetem, Budapest.

Révész L., Bognár L., Csáki I., Trzaskoma-Bicsérdy G. (2013): Az edző-sportoló kapcsolat vizsgálata az úszás sportágban. *Magyar Pedagógia*, **113**: 1. 53-72.

Révész, L., Biró, M., Csáki, I., Horváth, T., Patócs, Á., Kállay, É., Balázs, R., Tóth, L. (2014): The Hungarian adaptation of the Perceived Motivational Climate in Sport Questionnaire-2 (H-PMCSQ-2). *Cognition, Brain & Behaviour Interdisciplinary Journal*, **18**: 3. 175-190.

Ryan, R.M., Deci, E.L. (2002): Overview of self-determination theory: An organismic dialectical perspective. In: Deci, E.L., Ryan, R.M. (eds.): *Handbook of self-determination research*. University of Rochester Press, Rochester, NY, 3-33.

Seifriz, J.J., Duda, J.L., Chi, L. (1992): The relationship of Perceived Motivational Climate to Intrinsic Motivation and beliefs about success in basketball. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, **14**: 375-391.

Szabó M. (2004): Motiváció. In: N. Kollár K., Szabó É. (eds.): *Pszichológia pedagógusoknak*. Osiris Kiadó, Budapest, Magyarország, 169-190.

Szemes Á., Harsányi Sz.G. (2015): Sportmotiváció és flow élmény vizsgálata társastáncosok körében. *Magyar Sporttudományi Szemle*, **61**: 21-28.

Szemes Á., Harsányi Sz.G., Tóth L. (2016): Különböző sportágakban versenyző sportolók sportmotivációjának és flow élményének összehasonlító vizsgálata. *Testnevelés, Sport, Tudomány*, **1**: 80-90.

Trzaskoma-Bicsérdy G., Bognár J., Révész L. (2006): Sportágválasztás az általános iskolában. *Magyar Sporttudományi Szemle*, **25**: 21-25.

Tsang, E.C.K., Szabó, A., Soós, I., Bute, P. (2005): A study of cultural differences in motivational orientations towards sport participation of junior secondary school children in four cultures. *Journal of Physical Education and Recreation*, **1**: 44-50.

Tóth L. (2015): A motiváció, mint folyamat komplex értelmezése az iskolai testnevelés és sport műveltségterület keretében. In: Révész, L., Csányi, T. (eds.): *Tudományos alapok a testnevelés tanításához – A testnevelés és az iskolai sport neveléstudományi, pszichológiai és kommunikációs szempontú megközelítései*. Magyar Diáksport Szövetség Kiadványa, Budapest, Magyarország, 105-134.

Vallerand, R.J. (1997): Toward a hierarchical model of intrinsic and extrinsic motivation. In: Zanna, M.P. (ed.): *Advances in Experimental Social Psychology*. Academic Press, New York, NY, 271-360.



Reméljük találkozunk Pécsen
az Országos Sporttudományi Kongresszuson!

