

# Segítség vagy stigma? A sportpszichológushoz fordulás előzmény faktorainak bemutatása magyarországi kontextusban

Harsányi Szabolcs Gergő<sup>1</sup>, Gurka Éva<sup>2</sup>, Cziráky Fanni<sup>3</sup>, Dajka Csenge<sup>4</sup>, Szemes Ágnes<sup>5</sup>

<sup>1</sup>Egyetemi adjunktus, KRE-BTK, Pszichológiai Intézet

<sup>2</sup>Doktorandusz, ELTE-PPK

<sup>3</sup>Doktorandusz, BCE

<sup>4</sup>Hallgató, KRE-BTK, Pszichológiai Intézet

<sup>5</sup>Egyetemi tanársegéd, TE

## Absztrakt

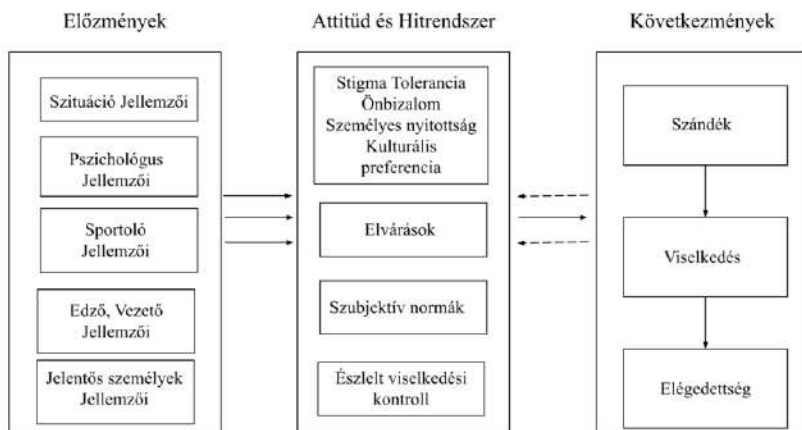
A sportpszichológushoz fordulás tekinthető teljesítmény fokozására irányuló eszköznek, segítségkérésnek vagy akár stigmának a sportoló életében attól függően, hogy mi az ő személyes és a társadalom beállítódása a sportpszichológushoz fordulással kapcsolatban. Jelen tanulmányunkban azokra az előzetes meghatározó faktorokra koncentrálunk, amelyek szerepet játszanak az egyén döntésében, hogy igénybe vesznek-e sportpszichológiai segítséget. Ezen túl, mivel ez hazánkban egy keveset kutatott terület, kulturális kontextusba is kívánjuk ezt helyezni. A vizsgálat során az általunk gyűjtött teljes minta 2234 fő, akikből 979 főt soroltunk Budavári (2007) féle sportági felosztás alapján a sportoló kategóriába (NB2 vagy annál magasabb szinten sportoló). Az adatokat leíró statisztikák segítségével elemeztük. Eredményeink szerint a sportolók közel 30%-a jár(t) sportpszichológushoz, kicsit kevesebb, mint 10%-uk volt elégedetlen, és ugyancsak körülbelül tizedük fordulna személyes kérdésekkel (is) hozzájuk.

## 1. Bevezetés

Jelen tanulmány, előadáskivonat régi dilemmánkkal foglalkozik, jelesül, hogy kik és miért járnak sportpszichológushoz. Természetesen teljes képet nem kaphatunk a kérdésről, ez mind megvalósítás, mind módszertani szempontból túl nagy feladat lenne. Helyette néhány elméletet mutatunk be, majd kitérünk saját, ezzel kapcsolatos kutatásunk néhány eredményére. Mivel Magyarországon ilyen vizsgálat még nem történt, kulturális szempontból is megkíséreljük a kérdést vizsgálni.

### 1.1. A sportpszichológiai szolgáltatásnyújtás többdimenziós modelljének előzmény faktorai

Martin, Kellmann, Lavalée és Page (2002) kidolgoztak egy mérőeszközt, ami a sportpszichológussal kapcsolatos attitűd mérésére vállalkozik, eredeti nevén a Sport Psychology Attitudes - Revised Form-ot (SPA-R). A kérdőív négy faktor segítségével vizsgálja a sportoló attitűdjét melyek a következők: stigma tolerancia, a sportpszichológusba vetett bizalom, kulturális preferencia és a sportpszichológushoz való fordulás normája (Szemes és mtsai, 2022). Zakrajsek és Martin (2011) 2002-es munkájuknak a továbbfejlesztéseként megalkották a sportpszichológiai szolgáltatásnyújtás többdimenziós modelljét, amelyben összefoglalják a sportpszichológushoz járás előzményeit, a sportolói attitűdöt és hitrendszert, valamint a sportpszichológushoz fordulás következményeit. A sportpszichológus felkeresésének célja általában a teljesítményfokozás (Smohai, 2022), azonban jelen tanulmányban az előzményekre koncentrálunk (lásd 1. ábra).



1. ábra: Zakrajsek és Martin (2011) sportpszichológiai szolgáltatásnyújtás többdimenziós modellje

Elsőként a szituatív jellemzőket azonosították, ilyenek a sportoló és a pszichológus etnikuma, a sport típusa vagy a sportoló neme. Az egyéni vagy csapatsportolás jelentős hatással bír a sportoló sportpszichológussal kapcsolatos attitűdjére és a segítségnyújtás fókuszára. Például a csapatsportot és azon belül is kontaktsportot űzők inkább stigmatizálónak érzik a sportpszichológiai segítségkérést, mint az egyé-

ni és nem kontakt sportot űzők (Martin és mtsai, 2012). Rooney, Jackson és Heron (2021) csapat és egyéni sportot űző nőket és férfiakat hasonlított össze ebben a témában. Az egyéni és csapatsporttal kapcsolatos teljes mintás elemzések során arra a következtetésre jutottak, hogy az egyéni sportolók inkább fordulnak sportpszichológushoz, mint a csapatsportoló társaik, mivel a SPA-R mindhárom alskálájában nagyobb átlagokat értek el az egyéni sportolók a csapatsportolókkal szemben. Pankár, Smohai és Pulai-Kottlár (2022) tanulmányában a magyar sportolók legjellemzőbb sportpszichológusi felkérései és a hozzájuk kapcsolódó legjellemzőbb munkafolyamatok olvashatók.

Egy további szociálpszichológiai aspektusra hívja fel a figyelmet Wilson és munkatársai (2009) kutatása, melyben azt találták, hogy azok az egyetemek, akik tudják, hogy a versenytársaik (más egyetemek) alkalmaznak sportpszichológust inkább döntenek úgy, hogy ők is alkalmaznak, sok esetben az egyetemvezetés a sportpszichológiai felkészítést az edző feladatai közé sorolta (idézi Martin és mtsai, 2012). Mindez személyes (empirikusan nem tesztelt) sportpszichológusi tapasztalataink szerint hazánkban hasonlóan működik klubszinten.

## **1.2. Kulturális szempontok - különböző nemzetek sportpszichológushoz fordulási attitűdje**

Mivel hazánkban ilyen vizsgálat még nem született, ki szeretnénk emelni más kultúrákban végzett kutatásokat, melyeket összehasonlíthatunk saját eredményeinkkel. Ezen kulturális szempontból érdekes Ong és Harwood (2016) vizsgálata, melyben azt találták, hogy a nyugati (fehér, brit nemzetiségű sportolók képezték a minta nagy részét) sportolók kevésbé tartották stigmatizálónak a sportpszichológushoz fordulást, mint a keleti sportolók (szingapúri, kínai nemzetiségű sportolók). Ide kapcsolódik az az új-zélandi profi sportolókkal végzett vizsgálat (Anderson, Hodge, Lavallee és Martin, 2004), melyben a SPA-R segítségével azt találták, hogy a sportolók megbíznak a sportpszichológusokban és a kultúrájuk alapvetően nyitott a professzionális segítség igénybevételére. Nem jellemző rájuk, hogy stigmatizálónak éreznék a sportpszichológushoz fordulást. Az előző eredményekkel egyhangúan ők is azt találták, hogy a női sportolók nyitottabbak voltak a segítségkérésre. Esetükben az életkor és a sport szint kapcsán nem jelent meg szignifikáns különbség a sportpszichológussal kapcsolatos attitűd tekintetében. Továbbá azok, akik előzetes tapasztalattal rendelkeztek már sportpszichológusokkal kapcsolatban, azok nyitottabbak voltak a későbbi munkára és kevésbé érezték stigmatizálónak a segítségkérést.

Lavallee, Jennings, Anderson és Martin (2005) ír profi sportolók sportpszichológussal kapcsolatos attitűdjét vizsgálták. Az új-zélandiakhoz hasonlóan az íreknek is

alapvetően pozitív volt az attitűdjük a sportpszichológusokkal kapcsolatban. Nyitottak voltak rá, hogy sportpszichológusi segítséget vegyenek igénybe. Míg az amerikaiak egy előzetes kutatásban a stigma tolerancia szinten alacsony eredményt értek el, ami valószínűleg az elsődleges oka annak, hogy nem kérnek segítséget, addig az írek magas stigma toleranciával rendelkeznek. A személyes nyitottság skálán viszont alacsony szintet értek el, ami köszönhető az előzetes tapasztalat hiányának is. A kulturális preferencia skálán szintén alacsony értéket értek el, tehát számukra nem fontos, hogy azonos kultúrából érkező személy legyen a sportpszichológus, akivel dolgoznak.

Angol sportolókon végzett vizsgálatban (Martin, Lavalley, Kellman és Page, 2004) bizonyították, hogy az előzetes sportpszichológussal való találkozás pozitívabb attitűddel járt együtt. A férfiak stigmatizálóbbnak érezték a segítségkérést, míg a női sportolók elfogadóbbak voltak az etnikai háttérrel, kultúra és nemzetbeli különbségekkel szemben is, valamint nagyobb hajlandóságot mutattak a sportpszichológiai segítség igénybevételére.

### **1.3. Egyéb tényezők**

A sportpszichológus jellemzőivel kapcsolatban a sportolók fontosnak tartották, hogy a pszichológus kellemes megjelenésű legyen, értse a közeget, ne legyen tola-kodó, a sportolók számára könnyen megközelíthető, megbízható, empatikus, professzionálisan képzett legyen, jól működjön együtt a csapattal, rugalmas, magabiztosságot sugalló, a sportolók erősségeire koncentráló, ellenálló (stressznek és nehézségeknek)/reziliens, hasznosítható sportpszichológiai tudással rendelkezzen, illetve sportspecifikus tudása is legyen (Robinson és Mahoney, 2004; Gentner és mtsai, 2004; Gould és mtsai, 1991; Lubker és mtsai, 2008; Martin és mtsai, 2001; Orlick és Partington, 1987; Steinfeld és mtsai, 2011, idézi Martin és mtsai, 2012).

A későbbi sportpszichológussal való munkát nagyban befolyásolja a sportpszichológusnak való kitettség, amennyiben a sportolónak volt szerencséje már valamilyen formában sportpszichológussal találkozni, úgy a későbbiek során nagyobb eséllyel fordul maga is sportpszichológushoz (Anderson, Hodge, Lavalley és Martin, 2004; Lubker, Watson, Visek és Geer, 2005). A tanácsadás minősége is meghatározza a későbbi közös munkára való hajlandóságot. A múltbeli pozitív élmény támogató faktorként jelent meg a későbbi sportpszichológussal való munka során (Wrisberg, Loberg, Withycombe és Reed, 2009).

Martin és munkatársai (2012) kiemelik, hogy a sportpszichológussal kötetlen formában való találkozás, ami arra irányul, hogy a felek megismerjék egymást, mint "embert", megkönnyítheti a későbbi terápiás munkát és lerombolhat néhány sportpszichológussal kapcsolatos mítoszt is egyszerre. Ide kapcsolható Lubker,

Watson, Visek és Gear (2009) vizsgálata, mely arra kereste a választ, hogy a sportpszichológus jellemzőinek mekkora fontossága van a sportolói döntés szempontjából. Eredményeik szerint a sportolók 8 faktor alapján döntenek (nem, faji hovatartozás, személyközi készségek, testfelépítés, ruházat, sportolói háttér, szakmai státusz, sporttudás). Egyetemi sportolókat megkérdezve 23%-ban a szakmai státusz számított, 14%-ban a személyközi készségek és 12%-ban a sporttudás és a kinézet.

A sportoló jellemzőivel/tulajdonságaival kapcsolatban tehát a sportpszichológushoz fordulást befolyásolja az életkor, az etnikum, a nem, a személyes érettség, az elkötelezettség és az múltbeli sportpszichológiai tapasztalat (Martin és mtsai, 2012). A nők szívesebben dolgoznak sportpszichológussal, kevésbé félnek a stigmatizálástól és jobban bíznak a közös munka hasznosságában a férfiakhoz képest (Anderson, Hodge, Lavallee és Martin, 2004; Martin és mtsai, 2012).

## 2. Célunk

Kutatásunkban klasszikus értelemben vett hipotézisek nem szerepelnek. Itt inkább egy alapkutatásról beszélhetünk, melyben jellemzően leíró statisztikák eredményeit mutatjuk be. Kutatásunk nem reprezentatív, de hiánypótló, a maga nemében egyedülálló.

Kutatási kérdéseink:

- Mennyire áll rendelkezésre sportpszichológiai szolgáltatás Magyarországon?
- Mennyire elégedettek a magyar sportolók a sportpszichológusi foglalkozásokkal?
- Milyen problémakörökkel fordulnának szívesen a sportolók sportpszichológushoz Magyarországon?

## 3. Mintánk

Az adatokat 2019 és 2022 között, kényelmi mintavétellel gyűjtöttük. Összesen 2234 fő sportolási szokásait, sportolói identitását és sportpszichológushoz járással, sportpszichológiával kapcsolatos attitűdjeit vizsgáltuk meg és elemeztük. A kérdőívek kitöltése önkéntes és anonim volt, etikai engedélyt a Károli Gáspár Református Egyetem Pszichológiai Intézetének kutatásetikai bizottsága adta. Sportolónak azokat a személyeket tekintettük vizsgálatunkban, akiknek legalább NB2-es országos versenyen elért eredménye is van már, illetve országos vagy nemzetközi szinten versenyez. Az így létrejött 979 fős sportolói mintánk közül 482 férfi és 497 nő, életkoruk átlaga 26,61 (szórás: 11,23 év).

## 4. Eredményeink

A válaszadók 37,8%-a (370 fő) ún. TAO sportágot űz. A sportágak csoportosítására többféle szempontot alkalmazhatunk, a mi választásunk Budavári (2007) felosztására esett. Eszerint taktikai sportágot 509-en, állóképességit 304-en, küzdősportot 48-an, művészt 92-en végeznek, míg 26 válaszadót nem lehetett egyértelműen besorolni. Egyéni sportágot 533-an űznek (54,4%). Világversenyen 591-en voltak (fontos hozzátenni, hogy egy korosztályos nemzetközi verseny is ide számít), míg csapat-sportolóknál 274-en NB1-es szintűek (ebbe a korosztályos első osztályúak is beletartoznak), míg 114-en másodosztályúak. Rendszeresen nemzetközi szinten 284-en, míg csak országosan 695-en.

### 4.1. Sportpszichológushoz járás és lokálisan elérhető sportpszichológus

Az adatfelvétel során arra kerestük a választ, hogy az általunk megkérdezett magyar sportolók járnak/jártak-e sportpszichológusnál a karrierjük során. 288-an (29,42%) jártak már sportpszichológusnál, míg 691-en (70,58%) nem járt még sportpszichológusnál.

Azt is megkérdeztük, hogy van-e a környezetükben (város vagy közeli település) számukra elérhető sportpszichológus. 447 fő (45,66%) a mintából tud róla, hogy van számára a környéken elérhető sportpszichológus. Míg 69-en (7,05%) állította, hogy nincs a környékén sportpszichológus, 463-an (47,29%) pedig nem tudták, hogy van-e elérhető sportpszichológus a környékükön.

### 4.2. Sportpszichológussal kapcsolatos elégedettség

A második kutatási kérdés során arra kerestük a választ, hogy mennyire elégedettek a magyar sportolók a sportpszichológus által nyújtott szolgáltatással (sportpszichológiai foglalkozásokkal). Az adatfelvétel során útvonalakat alakítottunk ki, így ezeket a kérdéseket, csak azok a személyek választották meg, akik saját bevallásuk szerint előzetesen részt vettek sportpszichológiai foglalkozáson (n=365). A kérdést egy ötfokú Likert skála segítségével mértük, 1 - egyáltalán nem voltam elégedett, 5 - nagyon elégedett voltam, a válaszadóknak volt lehetőségük nem válaszolni a kérdésre "nem tudom/nem szeretnék válaszolni" opcióval. Az elemzések során hármas tagolást alkalmaztunk: Egyáltalán nem elégedett (egyáltalán nem voltam elégedett és kicsit elégedett voltam), Némileg elégedett (közepesen elégedett voltam) és a Nagyon elégedett (inkább elégedett voltam, nagyon elégedett voltam). A kérdések során külön megkérdeztük az egyéni és a csoportos sportpszichológiai foglalkozásokkal kapcsolatos elégedettséget is, így ez a minta mindkettőt tartalmazza.

Az általunk megkérdezett sportolók 58,9% (215 fő) nagyon elégedett volt a sportpszichológusi foglalkozással, míg 31,78% (116 fő) némileg volt elégedett és 9,31% (34 fő) egyáltalán nem volt elégedett az egyéni vagy csoportos sportpszichológiai foglalkozással, amin részt vett.

### 4.3. A sportpszichológussal megvitatható problémakörök

Ebben a szakaszban arra vonatkozó adatokat osztunk meg, hogy a sportolók mennyire szívesen fordulnának sportpszichológushoz személyes (pl. kapcsolati nehézségek) illetve a sporttal kapcsolatos (pl. koncentráció, önbizalom) gondjaikkal kapcsolatban. Itt újra a teljes sportolói mintán végeztük az elemzést (N=979). Az 1. táblázatból látszik, hogy voltak hiányzó adataink, sporttal kapcsolatos problémák esetén 24 fő, míg személyes problémák esetén 16 fő nem adott választ. Sporttal kapcsolatos problémákról 405 fő (41,37%) szívesen beszélne sportpszichológussal, 399 fő (40,76%) már kevésbé, míg 151 fő (15,42%) egyáltalán nem. Személyes problémáit 108 fő (11,03%) szívesen megosztaná egy sportpszichológussal, 473 fő (48,31%) csak bizonyos témákat, míg 382 fő (39,02%) semmit nem mesélne. Nem meglepő módon leginkább sporttal kapcsolatos problémákkal fordulnának sportpszichológushoz, de jelzésértékű, hogy bő 10%-uk személyes problémával is.

	Személyes	Némileg	Nagyon	Hiányzó
Sporttal kapcsolatos	151 15,42%	399 40,76%	405 41,37%	24 2,45
Személyes problémával	382 39,02%	473 48,31%	108 11,03%	16 1,63%

1. táblázat: Sportpszichológussal megvitatható problémakörök leíró statisztikája

## 5. Diszkusszió

Feltáró kutatásunk során három kérdésre kerestük a választ. Elsőként, hogy mennyire áll rendelkezésre sportpszichológiai szolgáltatás Magyarországon, másodsorban, hogy mennyire elégedettek a sportpszichológiai foglalkozásokkal azok a sportolók, akik már részt vettek ezeken, utolsó kutatási kérdésünkben pedig arra kerestük a választ, hogy személyes vagy csak sporttal kapcsolatos kérdésekben keresnek-e fel szívesen sportpszichológust a mintában szereplő sportolók. A 979 főn végzett elemzésünk nem reprezentatív, de mindenképpen egy megbízhatóan nagy

számnak mondható, ahhoz, hogy óvatos következtetéseket vonjunk le a magyar sportolókról és a sportpszichológiai ellátási rendszerről.

Elsőként szembetűnő, hogy az általunk megkérdezett sportolók csupán 29,42% (288 fő) járt már sportpszichológushoz, ami olyan szempontból alacsony számnak tekinthető, hogy 284-en rendszeresen nemzetközi porondon is versenyeznek, ebből következtethetünk arra, hogy Magyarországon egyelőre nem része a standard sportolói magatartásnak a sportpszichológushoz fordulás. Ezzel szemben az első kutatási kérdésünkre, hogy van-e lokálisan elérhető sportpszichológus a sportolók lakhelye környékén némi bizakodásra ad okot, hiszen ott már majdnem a minta fele 45,66% (447 fő) biztosan állítja, hogy van számára elérhető sportpszichológus a környékén. A megkérdezettek 47,29%-a (463 fő) nincs tisztában azzal, hogy van-e ellátás, ami elérhető lenne számára, ebből arra következtethetünk, hogy bennük még nem merült fel a sportpszichológushoz fordulás szükségessége sportkarrierük során. A fennmaradó 69 fő (7,05%) válasza pedig azt jelzi, hogy szükség van még a szakmában több sportpszichológusra és kisebb településeken való foglalkoztatásra is egyaránt, hogy ne ez legyen az akadály egy sportoló számára, ha segítséget szeretne kérni. Egyúttal fontos kiemelni, hogy kiváló munka végezhető online sportpszichológiai tanácsadás során, így sok esetben nem biztos, hogy a sportoló a lokálisan elérhető sportpszichológussal szeretne jelenléti formában együtt dolgozni.

A szakirodalmi összefoglaló részben már kiemeltük a tanácsadás minőségének fontosságát és annak hatását a későbbi sportpszichológussal való munka során, továbbá a tanácsadás minősége és a pozitív tapasztalat támogató faktorként jelenik meg a későbbi közös munkára való hajlandóság szempontjából (Wrisberg és mtsai, 2009). Eredményeinkből kiderül, hogy az előzetesen sportpszichológiai foglalkozáson részt vett sportolók (n=365) 58,9%-a (215 fő) nagyon elégedett volt a sportpszichológusa által nyújtott szolgáltatással, csupán 9,31% (34 fő) volt nagyon elégedetlen a tapasztalattal, így a szakirodalomra visszacsatolva azt mondhatjuk, hogy ha már sikerül a sportolót eljuttatni a sportpszichológiai foglalkozásokra, akkor a későbbiek során is nagy eséllyel folytatják a közös munkát a pszichológussal vagy sportpszichológus váltás esetén a sportpszichológushoz fordulásra való hajlandóság vélhetően kevés esetben csökken.

A harmadik egyben utolsó kutatási kérdésünkben arra voltunk kíváncsiak, hogy az általunk megkérdezett magyar sportolók mennyire szívesen fordulnának sportpszichológushoz személyes illetve sporttal kapcsolatos nehézségekkel. Mielőtt elmélyednénk a válaszok arányaiban, fontos kiemelni, hogy ez az első szakasz, ahol több kitöltő is úgy döntött, hogy nem szeretne válaszolni a kérdésekre, sport esetében 24 fő, míg a személyes esetében 16 fő, ez adódhat abból, hogy a sport (példaként koncentrációt és önbizalmat adtuk meg) esetében beismerni azt, hogy vala-



ki úgy gondolja nem szeretne segítséget kérni stigmatizálóbbrak lehet, mint az egyéni problémák esetében, amit könnyedén tekinthető magánügynek. Egyértelmű tendencia mutatkozik az eredményekből az általunk megkérdezett sportolók a sporttal kapcsolatos kérdések megvitatását lényegesen elfogadhatóbbnak tartják, mint a személyes problémákkal sportpszichológushoz fordulást, 405 fő (41,37%) szívesen fordulna sportpszichológushoz sporttal kapcsolatos kérdésben, míg ez csupán 108 fő (11,03%) a személyes kérdések esetében. Ugyanez figyelhető meg a skálák másik oldalán 382 fő (39,02%) egyáltalán nem fordulna sportpszichológushoz személyes problémákkal és 151 fő (15,42%) érzi úgy, hogy semmi szüksége sportpszichológus segítségére a sport karrierje során.

## 6. Irodalom

Anderson A.G., Hodge K.P., Lavallee D. & Martin S.B. (2004): New Zealand athletes' attitudes towards seeking sport psychology consultation. *The New Zealand Journal of Psychology*, 33(3), pp. 129-136.

Budavári Á. (2007): *Sportpszichológia*. Budapest: Medicina Kiadó.

Lavallee D., Jennings D., Anderson A.G. & Martin S.B. (2005): Irish athletes' attitudes toward seeking sport psychology consultation. *The Irish Journal of Psychology*, 26(3-4), 115–121.

Lubker J.R., Watson J.C., Visek A.J. & Geer J.R. (2005): Physical Appearance and the Perceived Effectiveness of Performance Enhancement Consultants. *The Sport Psychologist*, 19(4), 446-458.

Martin S. B., Kellmann M., Lavallee D. & Page S. J. (2002): Development and psychometric evaluation of the sport psychology attitudes—revised form: a multiple group investigation. *The Sport Psychologist*, 16(3), 272-290.

Martin, S. B., Zakrajsek, R. A., Wrisberg C.A. (2012): Attitudes toward sport psychology and seeking assistance: Key factors and a proposed model. In: *Psychology of Attitudes*. Nova Science Publishers, USA, pp. 1-32.

Ong N.C. & Harwood C. (2016): Attitudes toward sport psychology consulting in athletes: Understanding the role of culture and personality. *Sport, Exercise and Performance Psychology*, 7(1), 1-35.

Pankár T., Smohai M. & Pulai-Kottlár, G. (2022): A konzultációs folyamat lehetséges útjai. In: *Dobbantó. A Sportpszichológia Tankönyve I. Sport és Lélek - Sportpszichoterápiás Egyesület*, Budapest, pp. 326-365.

Rooney D., Jackson R. C. & Heron N. (2021): Differences in the attitudes to sport psychology consulting between individual and team sport athletes. *BMC Sports, Science, Medicine and Rehabilitation*, 13:46, 1-8.

Smohai. M. (2022): Bizonyítékokon alapuló teljesítményoptimalizálás. In: *Dobban-tó. A Sportpszichológia Tankönyve I. Sport és Lélek - Sport-pszichoterápiás Egyesület*, Budapest, pp. 307-325.

Szemes Á., Cziráky F., Gurka É., Smohai M., Gyömbér N. & Harsányi Sz.G. (2022): A sportpszichológusokkal kapcsolatos attitűdök, valamint a sportágtípus és a versenyszint közötti összefüggések vizsgálata hazai sportolói mintán. *Magyar Sporttudományi Szemle*, 23(1), 25-34.

Wrisberg C.A., Loberg L. A., Withycombe J. L. & Reed A. (2009): An Exploratory Investigation of NCAA Division-I Coaches' Support of Sport Psychology Consultants and Willingness to Seek Mental Training Services. *The Sport Psychologist*, 24, 489-503.

Zakrajsek R.A., Martin S.B. & Zizzi S. J. (2011): American High School Football Coaches' Attitudes toward Sport Psychology Consultation and Intentions to Use Sport Psychology Services. *International Journal of Sports Science & Coaching*, 6(3), 461–478.