

4. A sikerészlelés sajátosságai

Paronai Rozália

Bevezetés

A siker fogalmát számos nézőpontból lehet megközelíteni, ezáltal a szakirodalmak ritkán definiálják egyértelműen (Carmichael, 1913; Brogden & Taylor, 1950; Tinto, 1975; Baird, 1985). Ez azért is van így, hiszen még nem született egyetértés abban, hogy mely definíciók a leghasznosabbak a hallgatói eredmények pontos megragadására (Weatherton & Schussler, 2022). Azt, hogy a sportoló miként látja magát, egyszerűen miként észleli saját sikerességét számos tényezőtől függhet. Ide említhető példaként a személyek kontroll helye (azaz, hogy az emberek az okokat külső vagy belső tényezőknek tulajdonítják-e). Kimutatták, hogy a külső kontrollhely (az okok olyan külső változóknak való tulajdonítása, amelyeket az egyén nem tud befolyásolni) magasabb pszichológiai zavarok, maladaptív gondolkodásmód és problémás viselkedési minták előfordulásával jár együtt. Ezzel szemben annak a hite, hogy az ember képes irányítani a környezetét, adaptívabb, sikeresebb és egészségesebb életmódhoz vezethet (Baiocco et al., 2009; Hofmann, 2005; Scoffier et al., 2010). Ez azért fontos, mivel az oktatási és sportkörnyezetben végzett kapcsolódó kutatások rávilágítottak a sikerrel kapcsolatos hiedelmek fontosságára (Barkoukis et al., 2014).

Duda és Nicholls (1992) kimutatták, hogy azok a diákok, akik úgy vélték, hogy az akadémiai siker a személyes erőfeszítésnek és a rendszeres tanulásnak köszönhető, jobb eredményeket értek el, mint azok, akik az akadémiai sikert külső tényezőknek tulajdonították. Hasonlóképpen, azok a sportolók, akik úgy vélik, hogy a sportsiker a személyes felelősségvállalásból és a készségek elsajátításából ered, nagyobb valószínűséggel alakítanak ki adaptívabb motivációs és viselkedési mintákat, továbbá hamarabb érik el teljesítménycéljaikat, mint azok, akik külső okoknak tulajdonítják sikerüket (Van Yperen & Duda, 1999; White et al., 2004). Az Egyesült Államokban végzett kutatások azt mutatták, hogy az iskolai sportban elért eredmények fontos hozzájárulást jelentenek a diákok önértékeléséhez és státuszukhoz az iskolai rendszerben egyaránt (Coleman, 1961; Eitzen, 1976; Thirer & Wright, 1985; idézi Duda et al., 1992).

Gáspár Mihály (2011) szerint a rendszeresen versenyző sportolók életének középpontjában a versenyzés áll, ami magasabb feszültséget és egy különösen

motiváló helyzetet teremt elő. Az ilyen típusú sportolók gyakran élvezik és újra meg újra keresik a versenyhelyzeteket. Ez azért is van így mivel a rendszeresen versenyző sportolók jobban tudják kezelni a magasabb feszültségeket, mint azok, akik inkább elkerülik a versenyhelyzeteket. Ennek alapján megállapítható, hogy a sportolók speciális motivációs jellemzőkkel rendelkeznek. Mivel a versenysportolók folyamatosan mérik saját teljesítményüket és keresik a fejlődési lehetőségeket, így ezáltal az sem meglepő, hogy intenzíven foglalkoznak önmagukkal, és küzdenek azért, hogy meghaladják a saját határaikat. Ezen túlmenően elmondható, hogy a legkiemelkedőbb sportolók nemcsak motivációs, akarati és erkölcsi jellemzőkkel, hanem kivételes szellemi képességekkel is rendelkeznek (Gáspár, 2011).

Az edzők, sportolók és sportpszichológusok arra törekszenek, hogy jobban megértsék a teljesítményromlás, a csökkent erőfeszítés és/vagy a kitartás hiányának okait és lehetséges megoldásait a sportolók körében (Duda & White, 1992). Ahhoz, hogy egy sportoló sikeres legyen, elengedhetetlen számos tényezőt figyelembe venni. Korábbi kutatások szerint a fiatal sportolók fejlődési tendenciáit, és a sporthoz kapcsolható élményeit jelentősen befolyásolják a környezeti, valamint az edző nézeteiből származó tényezők (Telegdi et al., 2024). A sporttehetség-fejlesztésből származó kutatások ma már egyöntetűen hangoztatják, hogy ahhoz, hogy a sportoló sikeres legyen és annak is élje meg magát elengedhetetlen a támogató környezet (Henriksen-Stambulova, 2023).

A sikerészlelés sajátosságai a szociodemográfiai változók mentén

A szociodemográfiai változók elemzése során a nem, a lakóhely településtípusa, a szülők iskolai végzettsége és munkaerőpiaci státusza, a családszerkezet változásai, valamint a testvérek jelenléte alapján végeztünk összehasonlításokat. Az elemzéshez Mann-Whitney és Kruskal-Wallis próbákat használtunk.

A nemek tekintetében nem áll fenn nagy eltérés a sikerészlelés szempontjából két változó szerint nézve. A feladat-orientált sikerészlelés szempontját tekintve a nők esetében egy kicsit nagyobb az elmozdulás ($M=25,89$; $SD=4,31$), mint a férfiaknál ($M=25,82$; $SD=4,22$). Ellenben az én-orientációs sikerészlelésnél a férfiaknál mutatható valamivel nagyobb elmozdulás ($M=21,28$; $SD=6,9$).

A lakóhely településtípusa szerint nem áll fenn nagy különbség a feladat-orientált sikerészlelésnél ($U=138601$; $df=1102$; $p=0,125$), mivel a nagyvárosi (fővá-

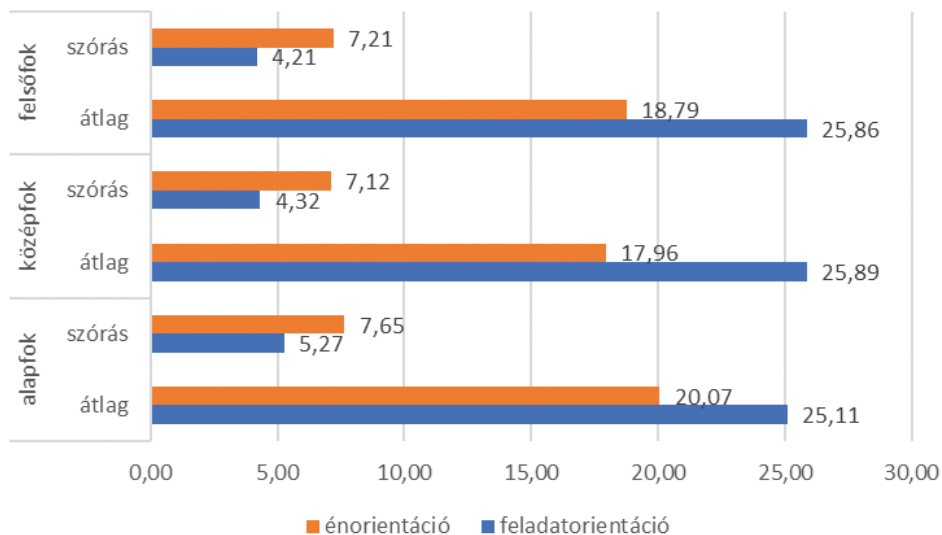
ros, megyeszékhely, nagyváros, 25,75 pont, $SD=4,24$) körülmények között élő sportolók sikerészlelése közel azonos a kisvárosi (falú, tanya, kisváros, 26 pont, $SD=4,3$) körülmények között élő fiatalok sikerészlelésének mértékével. Ugyanígy az én-orientációs sikerészlelésnél ($U=137833$; $df=1102$; $p=0,094$), ahol a nagyvárosi (főváros, megyeszékhely, nagyváros, 18,83 pont, $SD=7,29$) sportolók sikerészlelése szintén közel azonos a kisvárosban élő (falú, tanya, kisváros, 18 pont, $SD=7,08$) sportolókéval.

Az anya iskolai végzettségének tekintetében a Kruskal-Wallis próba eredményei alapján kis eltérések figyelhetők meg a feladat-orientált sikerészlelés ($\chi^2=6,474$; $df=3$; $p=0,091$), és az én-orientációs sikerészlelés ($\chi^2=26,349$; $df=3$; $p<0,001$) közötti csoportok esetében. Az is látható, hogy a feladat-orientált sikerészlelés a felsőfokú végzettséggel rendelkező anyák gyermekei körében a legmagasabb ($M=26,05$; $SD=4,102$), míg a középfokú iskolai végzettségű anyák gyermekei esetében ennél valamivel alacsonyabb eredményt kaptunk ($M=25,69$; $SD=4,46$). Ennek következtében az alacsony iskolai végzettséggel rendelkező anyák gyermekeinek körében a legalacsonyabb a feladattal összekötött sikerészlelés ($M=23,55$; $SD=5,44$). Az én-orientációs sikerészlelés esetében az alacsony iskolai végzettséggel rendelkező anyák gyermekeinél a legmagasabb ($M=19,3$; $SD=7,46$), majd a felsőfokú végzettségű anyák esetében alacsonyabb ($M=18,48$; $SD=7,31$), és a középfokú végzettségű édesanyáknál még alacsonyabb ($M=18,24$, $SD=7,01$) eredményt állapítottunk meg. A Kruskal-Wallis próba szerint van szignifikáns eltérés a változók között.

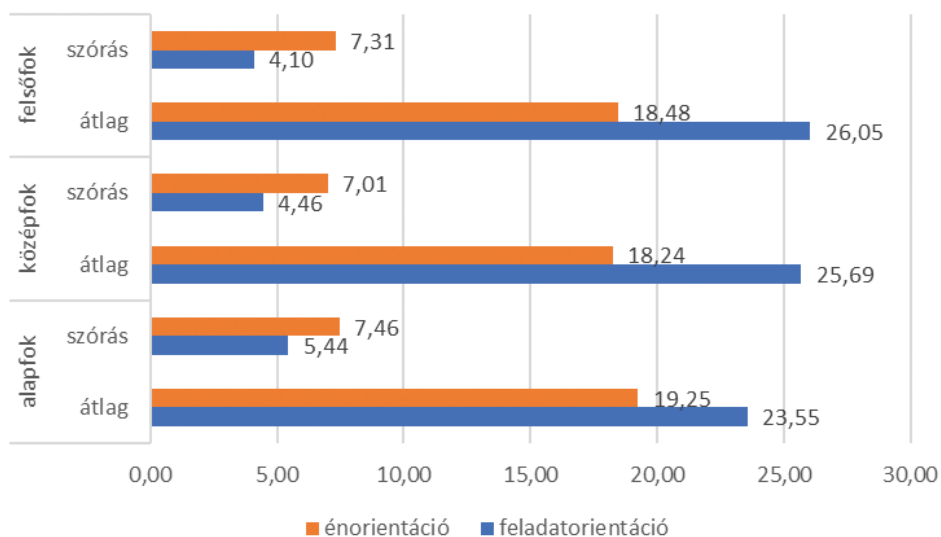
Az apa iskolai végzettségének szempontjai szerint a Kruskal-Wallis próba eredményei alapján szintén kisebb eltérések figyelhetők meg a feladat-orientált sikerészlelés ($\chi^2=1,428$; $df=3$; $p=0,699$), és az én-orientációs sikerészlelés ($\chi^2=31,074$; $df=3$; $p<0,001$) közötti csoportok esetében. Továbbá megfigyelhető, hogy a feladat-orientált sikerészlelés alsókálák esetében a középfokú végzettséggel rendelkező apák gyermekei körében tapasztalható a legmagasabb ($M=25,9$; $SD=4,31$), míg a felsőfokú iskolai végzettségű apák gyermekei esetében ugyanezen alsókálák szerint ennél valamivel alacsonyabb eredményt kaptunk ($M=25,86$; $SD=4,21$). Ennek következtében az alacsony iskolai végzettséggel rendelkező apák gyermekeinek körében a legalacsonyabb a feladattal kapcsolatos sikerészlelés ($M=25,11$; $SD=5,26$). Az ego-orientált sikerészlelés esetében az alacsony iskolai végzettséggel rendelkező apák gyermekeinek a legmagasabb ($M=20,07$; $SD=7,65$), ezt kö-

vetően a felsőfokú végzettségű apák esetében valamivel alacsonyabb ($M=18,8$; $SD=7,21$), végsősoron pedig a középfokú iskolai végzettségű apák gyermekei esetében a legalacsonyabb az ego-orientált sikerészlelés ($M=17,96$, $SD=7,12$).

5. ábra. A sikerészlelés alakulása az anya iskolai végzettsége mentén (pont)



6. ábra. A sikerészlelés alakulása az apa iskolai végzettsége mentén (pont)



A szülők munkaerőpiaci státusza szerint is átnézésre kerültek a sikerészlelés mintázatai. Azon sportolók körében, akiknek édesanyja/nevelőanyja dolgozik, a feladat-orientált sikerészlelés átlaga 25,9 pont ($SD=4,28$), és az én-orientációs sikerészlelés átlaga pedig 18,63 pont ($SD=7,21$), miközben azon sportolók körében, akiknek édesanyja/nevelőanyja nem dolgozik, a két alskála szerinti sikerészlelés-átlaga 25,6 pont ($SD=4,2$) és 17,53 pont ($SD=7,18$). A Mann-Whitney próba eredményei alapján nem található szignifikáns különbség sem a feladattal összekötött sikerészlelés ($U=45132$; $df=1102$; $p=0,213$), sem az én-orientációs sikerészlelés tekintetében ($U=44609$; $df=1102$; $p=0,158$). Az apa munkaerőpiaci státusza tekintetében is azt lehet megfigyelni, hogy a foglalkoztatott édesapák/nevelőapák gyermekeinek körében magasabb a sikerészlelés mértéke a feladattal járó sikerészlelés ($M=25,89$, $SD=4,2$) és az én-orientációs sikerészlelés tekintetében ($M=18,72$; $SD=7,14$), mint a nem dolgozó édesapák/nevelőapák gyermekeinek feladattal járó sikerészlelése ($M=25,5$; $SD=5,07$) és én-orientált sikerészlelése ($M=16,04$, $SD=7,75$). A különbség ebben az esetben az ego-orientációs alskála szerint szignifikáns ($U=31377$; $df=1102$; $p=0,002$).

A családszerkezeti változás tekintetében is megfigyeltük a sikerészleléssel kapcsolatos értékek alakulását. Ez esetben az volt tapasztalható, hogy a feladattal kapcsolatos sikerészlelés értékei azoknak a körében magasabbak, ahol nem történt változás a családszerkezetben (történt változás: $M=25,73$, $SD=4,55$; nem történt változás: $M=25,92$, $SD=4,14$). Az ego-orientált sikerészlelés esetében is ugyanez látható, azaz, hogy az értékek ott magasabbak, ahol változás nem történt (történt változás: $M=18,14$, $SD=7,5$; nem történt változás: $M=18,706$, $SD=7,08$). A Mann-Whitney próba eredményei azonban nem mutatnak szignifikáns különbséget (PSQ: én-orientáció, $U=123955$; $df=1102$; $p=0,278$) (PSQ: feladat-orientáció, $U=129208$; $df=1102$; $p=0,995$).

A testvér jelenléte a sikerészlelés szempontjai szerint is elemzésre került. Az eredmények alapján a testvérral rendelkező sportolók sikerészlelésének értéke mutatkozott szignifikánsan nagyobbak mind a feladat-orientált sikerészlelés (van testvér: $M=50,2$, $SD=11,5$; nincs testvér: $M=46,7$, $SD=13,6$; $U=68108$; $df=1101$; $p=0,972$), mind az én-orientált sikerészlelés tekintetében (van testvér: $M=18,53$, $SD=7,23$; nincs testvér: $M=18,51$, $SD=7,14$; $U=65717$; $df=1101$; $p=0,475$).

Ezt követően megnéztük az objektív anyagi helyzet mentén kimutatható eltéréseket is. Az eredmények alapján a feladattal összeköthető sikerészlelés átlag alatti objektív anyagi helyzettel rendelkező sportolókra szignifikánsan magasabb sikerészlelés jellemző ($M=25,84$; $SD=4,23$) az átlag feletti objektív anyagi helyzettel jellemezhető sportolókkal összevetve ($M=25,76$; $SD=4,51$). Az ego-orientált sikerészlelés esetében az átlag feletti objektív anyagi helyzettel rendelkező sportolókra volt igaz a szignifikánsabb magasabb sikerészlelés ($M=18,92$; $SD=6,886$), így ebben az esetben alacsonyabb volt a sikerészlelés az átlag alatti objektív anyagi helyzettel rendelkező sportolóknál ($M=17,11$; $SD=7,1$). A Mann-Whitney próba az ego orientációs sikerészlelésnél szignifikáns eredményt mutat ($U=114312$; $df=1036$; $p<0,001$).

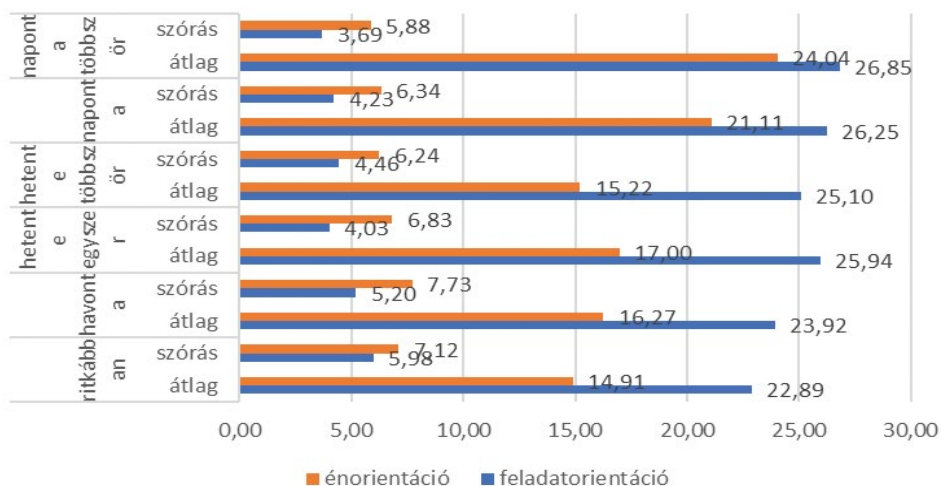
Végezetül pedig a tanulmányi szint mentén kimutatható különbségek feltárását összegeztük. Az eredmények alapján a középiskolás sportolók magasabb sikerészlelést mutattak mind a feladattal járó sikerészlelés ($M=26,07$; $SD=4,18$), mind az én-orientált sikerészlelés tekintetében ($M=21,044$; $SD=6,8$), mint a felsőoktatásban tanuló sportolók, mivel a feladattal járó sikerészlelés ($M=25,7$; $SD=4,33$) és az én orientációs sikerészlelés ($M=16,62$; $SD=6,9$) az ő esetükben alacsonyabb volt. A tanulmányi szint ismételtén az ego orientációs sikerészlelésnél mutatott szignifikanciát ($U=96598$; $df=1102$; $p<0,001$).

A sikerészlelés sajátosságai a sportspecifikus változók mentén

A sportágspecifikus változókat szem előtt tartva a sportolási gyakoriság, a sporttípus, a sportolási szint, az egyesületnél folytatott sporttevékenység, a sportágváltás, a heti egyesületi és egyéni edzés, valamint az egészségi és edzettségi állapot alapján fennálló eltéréseket vizsgáltuk meg.

Először a sportolási gyakoriság mentén fennálló eltéréseket néztük meg. A Kruskal-Wallis próba eredményei szerint jelentős különbségek állnak fenn a csoportok között mind a feladattal kapcsolatos sikerészlelés ($\chi^2=32,793$; $df=5$; $p<0,001$), mind az ego-orientált sikerészlelés ($\chi^2=184,1$; $df=5$; $p<0,001$) eredményei szerint is. Megállapítható, hogy azoknál a sportolóknál a legmagasabb a sikerészlelés, akik naponta többször, vagy naponta folytatnak sporttevékenységet, miközben a havonta, valamint a ritkábban sportoló személyek körében jóval alacsonyabb sikerészlelési szint volt kimutatható mind a két alskála szerint.

7. ábra. A sikerészlelés alakulása a sportolási gyakoriság függvényében (pont)



A sporttípust is megvizsgáltuk és az eredményekből szignifikáns különbség volt kimutatható mind a feladattal összefüggő ($U=137360$; $df=1102$; $p<0,026$), mind az ego-orientált sikerészlelés terén ($U=100550$; $df=1102$; $p<0,001$). Továbbá az is kimutatható, hogy a csapatsportolókra jellemző feladattal járó sikerészlelés ($M=26,36$; $SD=3,7$) és az ego-orientált sikerészlelés ($M=20,9$; $SD=6,5$) magasabb az egyéni sportolókkal összevetve ($M=25,5$; $SD=4,6$) ($M=16,8$; $7,21$).

A sportolási szint vizsgálata során azt az eredményt kaptuk, hogy a versenysportoló fiatalokra magasabb sikerészlelés jellemző, egyúttal ez azt is jelenti, hogy a feladattal összefüggő sikerészlelés ($M=26,29$; $SD=3,89$) mértéke a versenysportoló fiataloknál szignifikánsan magasabb a szabadidősportoló fiatalokkal összevetve ($M=25,5$; $SD=4,6$; $U=138422$; $df=1102$; $p<0,009$). Ugyanígy az én-orientált sikerészlelés terén is, ahol szintén szignifikánsan magasabb eredményt kaptunk a versenysportoló fiatalok esetében ($M=21,7$; $SD=6,2$; $U=79224$; $SD=1102$; $p<0,001$).

Az egyesületnél sportoló fiatalokra jellemző, hogy a feladattal kapcsolatos sikerészlelés szignifikánsan magasabb ($M=26,46$; $SD=3,8$) a nem egyesületnél sportoló fiatalokkal összevetve ($M=25,3$; $SD=4,61$). A megvizsgált különbség egyben a Mann-Whitney U próba szerint szignifikáns ($U=130247$; $df=1102$; $p<0,001$). Ezt az eredményt kaptuk az ego-orientált sikerészlelésnél is, ami

szintén az egyesületnél sportoló fiataloknál mutatott szignifikánsan magasabb eredményeket ($M=21,18$; $SD=6,4$) a nem egyesületnél sportoló fiatalokkal összevetve ($M=15,93$; $SD=7,02$; $U=88716$; $SD=1102$; $p<0,001$).

A sportágváltás tekintetében a feladattal járó sikerészlelés ($U=131612$; $df=1102$; $p<0,001$), és az én-orientált sikerészlelés szempontjából ($U=143980$; $df=1102$; $p=0,323$) az állapítható meg, hogy a sportágváltó fiatalokra jellemző sikerészlelés mind a két alskála szerint ($M=26,38$; $SD=3,88$; $M=18,8$; $SD=7,006$) valamivel magasabb eredményeket mutat, a sportágot nem váltó fiatalok eredményeihez képest ($M=25,47$; $SD=4,5$; $M=18,3$; $SD=7,36$).

A sikerészlelés alakulásában az egyesületnél és az egyénileg folytatott edzés mennyiségét is megvizsgáltuk. Az egyesületi sporttevékenység esetén az átlag feletti óraszámú egyesületi keretek közötti sportot folytató személyek sikerészlelés-értéke szignifikánsan magasabbnak bizonyult mind a feladattal összekötött sikerészlelés ($M=26,35$; $SD=3,82$) és az én-orientált sikerészlelés szempontjából ($M=21,96$; $SD=6,308$). Ellenben azoknál a sportolóknál, akik átlag alatti óraszámú egyesületi keretek közötti edzést folytattak, némileg alacsonyabb feladattal járó sikerészlelés ($M=25,51$; $SD=4,5$), és én-orientációs sikerészlelés ($M=16,3$; $SD=6,9$) mutatkozott. A Mann-Whitney U próba alapján mind a két alskála szignifikáns különbséget mutat, tehát a feladat-orientált sikerészlelés ($U=127926$; $df=1087$; $p=0,008$) és az én-orientált sikerészlelés ($U=76829$; $df=1087$; $p<0,001$) is.

Ugyanezt figyeltük meg az egyéni edzés mennyiségének szempontjából is: azok a személyek jellemezhetőek magasabb sikerészleléssel, akik az átlagosnál nagyobb mértékben folytatnak egyéni edzést ($M=26,05$; $SD=4,3$; $M=19,05$; $SD=7,3$), s tőlük az átlagosnál kevesebb egyéni edzést folytató sportolók sikerészlelése némiképp elmarad ($M=25,73$; $SD=4,3$; $M=18,2$; $SD=7,2$).

Végezetül a szubjektív egészségi és edzettségi állapot mentén kimutatható különbségeket vizsgáltuk meg. Az edzettségi állapot tekintetében látható, hogy az átlag feletti szubjektív egészségi állapottal jellemezhető sportolóknál szignifikánsan magasabb feladattal összefüggő sikerészlelés ($M=26,26$; $SD=4,2$) és én-orientált sikerészlelés ($M=19,6$; $SD=7,4$) jellemző az átlag alatti egészségi állapottal jellemezhető sportolókkal összevetve ($M=25,6$; $SD=4,3$; $M=17,8$; $SD=7,03$). Az én-orientált sikerészlelés ($U=124684$; $p<0,001$) valamint a feladattal járó sikerészlelés ($U=129750$; $p=0,003$) esetében is szignifikáns ered-

ményt kaptunk. A szubjektív edzettségi állapot vonatkozásában is ugyanez állapítható meg, ugyanis az átlag feletti szubjektív edzettségi állapottal jellemezhető sportolók szignifikánsan nagyobb sikerérzélesi-szinttel jellemezhetőek a feladattal járó sikerérzézés ($M=26,4$; $SD=4,41$) és az én orientációs sikerérzézés ($M=21,73$; $SD=6,99$) terén is, az átlag alatti edzettségi állapottal jellemezhető sportolókkal összevetve, ahol a feladattal járó sikerérzézés ($M=25,67$; $SD=4,2$) és az én orientációs sikerérzézés ($M=17,32$; $SD=6,91$) is alacsonyabb volt. Mind a két alskála szignifikanciát mutatott ($U=104563$; $p<0,001$) ($U=78276$; $p<0,001$).

Megbeszélés

Mindent összevetve elmondható, hogy a sikerérzézés mértékét számos tényező befolyásolhatja, köztük ide említhető a nem, tanulmányi szint, valamint a szülők iskolai végzettsége is. Az is megfigyelhető, hogy a feladat-orientált sikerérzézés alskála, valamint az ego orientációs alskála között számos eltérés is megmutatkozott.

Szociodemográfiai változók szerint némi eltérések mutatkoztak a nemek tekintetében. A férfiaknál az ego orientációs sikerérzézés szignifikánsan magasabb volt, mint a nők esetében. Ugyanakkor az is megállapítható, hogy a feladat-központúsikerézés közel megegyező volt mind a két nemnél. Önmagában az, hogy a sportokat férfiasnak vagy nőiesnek találják, pontatlan sztereotípiákat alkot, amik általában a nőket a gyengébb félként ruházzák fel (Hardin & Greer, 2009; Riemer & Visio, 2003). A sportkörnyezet ezeket a sztereotípiákat még inkább tovább erősíti, kiváltképp a sport szervezet világa, ahol a nőket kisebb valószínűséggel tekintik vezetői vagy menedzsment pozíciókra alkalmasnak. Ez azért van így, mivel ezeket a szerepeket sztereotípiásan férfi tulajdonságokhoz kötik, és úgy gondolják, hogy a siker elérése érdekében ezek a tulajdonságok a mérvadóbbak (Burton, 2015). Hasonló arányú nő és férfi számol be arról, hogy az, ahogyan vélekednek a sikerről számos tekintetben korlátozó hatással bír karrierjük előremenetelében (Dyke & Murphy, 2006).

A tanulmányi szint vizsgálatunk szerint befolyásoló erővel bír a sikerérzézés szempontjából. A feladat-orientált sikerézés a középfokú tanulmányi szinttel rendelkező sportolók körében magasabbnak bizonyult, mint a felsőfokú tanulmányi szinttel rendelkező sportolóknál. Ugyanígy még magasabb

eltérést vizsgáltunk meg az ego-orientációs sikerészlelésnél, ahol szintén a középfokú tanulmányi szintű tanulóknál állapítottunk meg nagyobb sikerészlelést. A sportolók számára komoly kihívást jelent a tanulás és a sport összehangolása, mivel a sporttevékenységek idő- és energiaigénye gyakran megnehezíti, hogy elegendő időt és mentális erőforrást szenteljenek a tanulásnak is (Corrado et al., 2012). A sportkarrier és a sportolói, illetve sportági különbségek figyelembevételével az egyik legkritikusabb időszak az, amikor a sportoló eléri a tökéletesítés szakaszát – amely jellemzően pályafutásának csúcspontját jelenti –, miközben belép a fiatal felnőttkorba, és ideális esetben megkezdheti felsőfokú tanulmányait is (Wylleman et al., 2004; Stéber, 2012). Ez az életszakasz fordulópont a sportolók számára, mivel a kiemelkedő eredmények eléréséhez intenzív edzésekre van szükség, amelyek összeegyeztetése a tanulmányokkal komoly kihívást jelenthet (EU Commission, 2013). Ehhez elengedhetetlen a magas szintű motiváció, elkötelezettség, rugalmasság és felelősségvállalás, valamint olyan speciális megállapodások, amelyek lehetővé teszik, hogy a sportolók ne kényszerüljenek választani a sport és a tanulás között (EU Commission, 2013; Lupo et al., 2015).

A szülők iskolai végzettségét megvizsgálva a feladattal kapcsolatos sikerészlelés esetében a felsőfokú végzettséggel rendelkező anyák gyermekei körében volt kimutatható a legmagasabb sikerészlelés. Ellenben az én-orientált sikerészlelés esetében az alacsony végzettséggel rendelkező anyák gyermekeinél volt nagyobb a sikerészlelés, továbbá ez a különbség szignifikanciát mutatott. A sportolók tanulmányi teljesítményét és továbbtanulási szándékait jelentős mértékben meghatározza a szülők iskolai végzettsége (Egressy, 2004; Karácsony, 1987). Halász és Lannert (2000) rámutat, hogy a családi háttér – különösen a szülők iskolai végzettsége és az általuk közvetített kulturális értékek – alapvető hatással van a gyermekek jövőjére, beleértve sikerességüket és sportbeli eredményességüket is.

A szülők munkaerőpiaci státusza szintén hatással lehet a sikerészlelésre, mivel eredményeink azt mutatták, hogy a magasabb sikerészlelés azoknál a fiataloknál volt megfigyelhető, akiknek szülei dolgoztak. Szignifikáns különbséget vizsgáltunk meg az én-orientált sikerészlelés és az apa munkaerőpiaci státusza között. A társadalmi státusz jelentős hatással van a testedzéshez kapcsolódó motivációkra és szabályozásra: a magasabb státuszú szülők gyermekei könnyebben felismerik a testmozgás fontosságát, amely gyakran belső meggyőződéssé

alakul. Ezzel szemben az alacsonyabb társadalmi státuszhoz kapcsolódó anyagi nehézségek hozzájárulhatnak ahhoz, hogy egy hallgató elveszítse érdeklődését a sport iránt, vagy megfelelési kényszerből végezze azt. A testedzéshez kapcsolódó szociális elismerés megszerzése vagy a belső feszültség enyhítése jellemzőbb a középosztálybeli hallgatók körében (Kovács-Nagy, 2020).

A család szerkezete és a testvérek jelenléte szintén jelentőséggel bír a sikerészlelés szempontjából. A stabil, intakt családszerkezet, valamint a testvér jelenléte esetén némileg magasabb sikerészlelést tapasztaltunk mind a két alskála szerint. Csíkszentmihályi, Rathunde és Whalen (2010) úgy vélték, hogy a fiatal tehetségek számára egy olyan szülői környezet lenne megfelelő, ami integrált és differenciált módon határozható meg. Az integritás azért szükséges, mert ez tárja fel, hogy a családtagok mekkora mértékben kötődnek, továbbá az integritás nyújtja a biztonságot és az állandó kiegyensúlyozottságot. A differenciálódás a családtagok azon motivációját jelenti, ami az új feladatok felfedezésére és az új fejlődési utak megteremtésére irányul. Csíkszentmihályi, Rathunde és Whalen (2010) szerint a fiatal tehetségek kibontakozását többek között a jelentős mértékű támogatás és a nagy kihívások együttes jelenléte segíti elő. Ha a szülő megfelelően képes támogatni gyermekét, annak olyan előnyös kimenetelei lehetnek, amik ahhoz vezetnek, hogy a gyermek a sportban örömet leljen, önállóan törekedjen, hosszabb távon elkötelezедjen és hatékonyan észlelje magát (Danioni et al., 2017; Torregrosa et al., 2007). Számos példa van rá, hogy ha a testvér maga is sportol, az sokszor pozitív irányba befolyásolhatja a serdülők motivációját a sportban. Ugyanakkor a testvérek gyengébb hatással bírnak a motivációra, mint a közeli barátok (Pikó & Keresztes, 2007). Mindenesetre tény, hogy a testvérekkel való közös sportolással töltött időtöltés növelheti az élményt és az elköteleződést a sport iránt (Kovács & Szakál, 2024; Taylor et al., 2021)

A sportágspecifikus változók vizsgálatakor az eredményekből azt a következtetést vonhattuk le, hogy azoknál a sportolóknál, akik naponta, vagy naponta többször folytattak valamilyen sporttevékenységet volt a legmagasabb a sikerészlelés mértéke. Továbbá a havonta, vagy a ritkábban sportoló személyekre volt leginkább jellemzőbb az alacsonyabb sikerészlelés. A versenysport legfőbb különbsége a játéktól abban rejlik, hogy szigorúbb szabályrendszer és formalizáltabb előírások szabályozzák, amelyekhez szigorúbb szankciók társulnak (Loy,

1974). Az előírások nemcsak a sportág játékszabályait foglalják magukban, hanem például az edzések rendszerességére és minőségére vonatkozó követelményeket is: milyen gyakran kell részt venni, milyen felszereléssel, illetve hogyan kell az önkontrollt, a fegyelmet és a kitartást gyakorolni az edzések során. Ezek a tényezők hozzájárulnak a sportolók lelki, mentális és személyiségfejlődéséhez. A versenysport tanítja a határok felismerését, valamint a szabályos eszközök alkalmazását a versenyek során, amely nemcsak az egyéni teljesítményt, hanem a csapatszellemet is erősíti (Fényes & Szabó, 2014, Kovács, 2018).

Vizsgálatunk során az is kiderült, hogy a versenysportolókra szignifikánsan nagyobb sikerészlelés figyelhető meg, mint a szabadidősportolókra a feladat- és én-orientált sikerészlelés szempontjából is. A versenysportolók esetében mindkét nem számára kiemelt jelentőséggel bír a győzelem és a lehető legjobb teljesítmény elérése a mérkőzéseken. Ezzel szemben a szabadidősportolók körében nincs különbség a nemek között abban, hogy az edzést és a testmozgást elsősorban kikapcsolódásként értékelik (Fényes & Szabó, 2014).

Az egyesületnél sportoló fiatalok magasabb sikerészlelést mutattak mind a két alskála tekintetében, mint azok a sportolók, akik nem sportoltak egyesületnél. A sportegyesületek, szakosztályok, sportklubok és alapítványok egy általuk meghatározott megközelítés szerint választják ki az edzőket, biztosítják a sportfelszereléseket és a létesítményeket, valamint a teljesítmény és az eredmények függvényében különféle előnyöket kínálhatnak sportolóik számára. Tevékenységi körükbe tartozik a sportmenedzsment, az edzések, mérkőzések és sportesemények lebonyolítása, továbbá a sportstratégia kidolgozása. Az egyesületek célkitűzése, hogy az általuk felkészített sportolók a lehető legkiválóbb eredményt ériék el (Ács, 2015; Pusztai et al., 2017).

Az edzésmennyiség– mind egyesületi, mind egyéni szinten – kiemelten fontos szereppel bír a feladat-központú sikerészlelés és az én-orientált sikerészlelés terén is. Az egyesületi sporttevékenységet tekintve bebizonyosodik, hogy az átlagon felüli mennyiségben egyesületi edzést folytató egyének szignifikánsan magasabb szintű sikerészlelést mutatnak. Ugyanez a minta követhető nyomon az egyéni edzés mennyiségében is. Az átlag feletti edzést végző egyénekre magasabb sikerészlelés jellemző. Bandura (1994) énhatékonyság-elmélete szerint az emberek akkor érzik magukat sikeresnek, ha saját képességeikben bíznak. Az edzés során a teljesítmény folyamatos javulása növeli ezt a hitet, ami fokozza a sikerélményt.

Emellett egy sportegyesület tagjaként az egyén több visszacsatolást kap edzőktől és csapattársaktól, ami megerősíti teljesítményét és erősíti a sikerérzést. A csoporthoz való tartozás is növeli a motivációt és az önértékelést (Moravec et al., 2025; Kovács, 2025a, 2025b; Moravec, 2022; Otte et al., 2020).

Végezetül megvizsgáltuk a szubjektív egészségi és edzettségi állapotot is a sportolók körében, aminek tekintetében az látható, hogy azoknál a sportolóknál figyelhető meg magasabb sikerészlelés, akik az átlagtól jobb edzettségi és egészségi állapottal jellemezhetők. A jó edzettségi állapot növeli a fizikai teljesítményt, amely közvetlenül hozzájárul a sportbeli sikerélményekhez. Emellett a rendszeres sportolás növeli az endorfinok szintjét, csökkenti a stresszt és javítja a mentális egészséget, így a mentálisan és fizikailag kiegyensúlyozott sportolók hajlamosabbak sikerebbnek érezni magukat (Zhang et al., 2024; Malm, 2019).

Összegzés

A tanulmány a sikerészlelés sajátosságait, jellemzőit igyekszik feltárni, annak szociodemográfiai és sportspecifikus változóival együtt. A szociodemográfiai változókat figyelembe véve megállapítható, hogy a nemek tekintetében a férfiak magasabb én orientációs sikerészlelést, a nők pedig magasabb feladattal járó sikerészlelést mutattak. A sportolók tanulmányi szintje szintén befolyásolta a sikerészlelést: a középfokú tanulmányi szinttel rendelkező sportolóknak nagyobb a sikerészlelésük. Az is kimutatható, hogy a stabil családi szerkezet és a testvéri jelenlét pozitív hatást gyakorol a sikerészlelésre. A szülők munkaerőpiaci státusza és anyagi helyzete befolyásolta az eredmények kimenetelét: a dolgozó szülők gyermekei a sportolásban nagyobb kitartást mutattak.

A sportspecifikus változók közül jelentős különbséget mutatott a sportolási gyakoriság, sporttípus, és a sportolási szint is. Azok, akik naponta sportolnak, csapat-sportokban vesznek részt, vagy versenyszerűen sportolnak, nagyobb sikerészleléssel rendelkeznek, mint az egyéni sportolók vagy a szabadidős tevékenységeket végzők. Az edzéseket egyesületben végzők, illetve az átlagnál intenzívebb edzőmunkát folytatók szintén nagyobb sikerészlelést tanúsítanak. Emellett a sportolók által megélt jó egészségi állapot és edzettségi szint erősen összefügg a sporttevékenységgel kapcsolatos sikerészleléssel.

Mindent összevetve elmondható, hogy a sikerészlelést összességében számos tényező befolyásolhatja, éppen ezért fontos a sportoló kellő támogatása egyéni, és egyéni szinten egyaránt, valamint a jó családi, támogató légkör, ahol a sportoló eredményesnek élheti meg magát. Az egyéni változókon túl, bár jelen tanulmány nem tért ki a mezo-, exo- és makrorendszer szintű változókra, az olyan kontextuális tényezők, mint a sportinfrastruktúra, a sportlétesítmények tervezése, illetve azok térbeli integrációja is meghatározó lehet a sportolói elköteleződésben, kitartásban és jóllétben egyaránt (Lovra & Sarihan, 2024). A sportolók sikerészlelési mintázatainak megértése segíthet a célzott támogatásban, fejlesztésben és szükség esetén a rehabilitációban (Neamah et al., 2018; Neamah & Husi, 2021).

Irodalomjegyzék

- Ács, P. (2015). Sport és gazdaság. In T. Laczkó & E. Rétsági (Szerk.), *A sport társadalmi aspektusai* (pp. xx-xx). Pécsi Tudományegyetem.
- Baiocco, R., Laghi, F., & D'Alessio, M. (2009). Decision-making style among adolescents: Relationship with sensation seeking and locus of control. *Journal of Adolescence*, 32(4), 963–976. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2008.08.003>
- Baird, L. L. (1985). Do grades and tests predict adult accomplishment? *Research in Higher Education*, 23(1), 3–85. <https://doi.org/10.1007/BF00974070>
- Bandura, A. (1994). Self-efficacy. In V. S. Ramachaudran (Ed.), *Encyclopedia of human behavior* (Vol. 4, pp. 71-81). Academic Press.
- Barkoukis, V., Lazuras, L., & Tsorbatzoudis, H. (2014). Beliefs about the causes of success in sports and susceptibility for doping use in adolescent athletes. *Journal of Sports Sciences*, 32(3), 212–219. <https://doi.org/10.1080/02640414.2013.819521>
- Brogden, H. E., & Taylor, E. K. (1950). The Theory and Classification of Criterion Bias. *Educational and Psychological Measurement*, 10(2), 159–183. <https://doi.org/10.1177/001316445001000201>
- Burton, L. J. (2015a). Underrepresentation of women in sport leadership: A review of research. *Sport Management Review*, 18(2), 155–165. <https://doi.org/10.1016/j.smr.2014.02.004>
- Burton, L. J. (2015b). Underrepresentation of women in sport leadership: A review of research. *Sport Management Review*, 18(2), 155–165. <https://doi.org/10.1016/j.smr.2014.02.004>

- Carmichael, R. D. (1913). The Meaning of Graduate Study. *Science*, 37(959), 738–743. <https://doi.org/10.1126/science.37.959.738>
- Coleman, J. S. (1961). *The adolescent society*. Free Press of Glencoe.
- Coleman, J. S., Johnstone, J. W. C., & Jonassohn, K. (1971). *The adolescent society: The social life of the teenager and its impact on education*. Free Press Collier-Macmillan.
- Corrado, L., Tessitore, A., Capranica, L., Rauter, S., & Doupona, M. (2012). Motivation for a dual-career: Italian and Slovenian student-athletes. *Kinesiology Slovenica*, 18(3), 47–56.
- Csikszentmihályi, M., Rathunde, K., & Whalen, S. (2010). *Tehetséges gyerekek: Flow az iskolában* (pp. 211–241). Nyitott Könyvműhely.
- Danioni, F., Barni, D., & Rosnati, R. (2017). Transmitting sport values: The importance of parental involvement in children's sport activity. *Europe's Journal of Psychology*, 13(1), 75–92. <https://doi.org/10.5964/ejop.v13i1.1265>
- Duda, J. L., Fox, K. R., Biddle, S. J. H., & Armstrong, N. (1992). CHILDREN'S ACHIEVEMENT GOALS AND BELIEFS ABOUT SUCCESS IN SPORT. *British Journal of Educational Psychology*, 62(3), 313–323. <https://doi.org/10.1111/j.2044-8279.1992.tb01025.x>
- Duda, J. L., & Nicholls, J. G. (1992). Dimensions of achievement motivation in schoolwork and sport. *Journal of Educational Psychology*, 84(3), 290–299. <https://doi.org/10.1037/0022-0663.84.3.290>
- Duda, J. L., & White, S. A. (1992). Goal Orientations and Beliefs about the Causes of Sport Success among Elite Skiers. *The Sport Psychologist*, 6(4), 334–343. <https://doi.org/10.1123/tsp.6.4.334>
- Dyke, L. S., & Murphy, S. A. (2006). How We Define Success: A Qualitative Study of What Matters Most to Women and Men. *Sex Roles*, 55(5–6), 357–371. <https://doi.org/10.1007/s11199-006-9091-2>
- Egressy, J. (2004). Élsport vagy továbbtanulás? *Magyar Sporttudományi Szemle*, 5(2–3), xx–xx.
- European Commission. (2013). *EU guidelines on dual careers of athletes are presented to the EU Council*. Retrieved from http://ec.europa.eu/sport/news/20130123-eu-guidelines-dualcareers_en.htm
- Fényes, H., & Szabó, I. (Szerk.). (2014). *Campus-lét a Debreceni Egyetemen: Ifjúság-szociológiai tanulmányok*. Dupress.

- Gáspár, M. (2011). Sport és pszichológia, test és lélek. In E. Rétsági, J. H. Ekler, L. Nádori, P. Wolth, M. Gáspár, G. Gáldi, & H. Szegterné Dancs (Eds.), *Sportelméleti ismeretek* (pp. 128–177). Dialóg Campus Kiadó.
- Halász, G., & Lannert, J. (Eds.) (2000). *Jelentés a magyar közoktatásról 2000*. Országos Közoktatási Intézet.
- Hardin, M., & Greer, J. D. (2009). The influence of gender-role socialization, media use, and sports participation on perceptions of gender-appropriate sports. *Journal of Sport Behavior*, 32(2), 207–226.
- Henriksen, K., & Stambulova, N. (2023). The social environment of talent development in youth sport. *Frontiers in Sports and Active Living*, 5, 1127151. <https://doi.org/10.3389/fspor.2023.1127151>
- Hofmann, S. G. (2005). Perception of control over anxiety mediates the relation between catastrophic thinking and social anxiety in social phobia. *Behaviour Research and Therapy*, 43(7), 885–895. <https://doi.org/10.1016/j.brat.2004.07.002>
- Karácsony, I. (1987). A tanulás és a sporttevékenység kapcsolata a férfi tornászok sportpályafutásában. *A Testnevelési Főiskola Közleményei*, 1987(2), xx–xx. Budapest.
- Kovács, K. E. (2018). The relationship between health-awareness and academic achievement on a national representative sample. *Hungarian Educational Research Journal*, 8(4), 108–111.
- Kovács, K. E. (2025a). Athlete profiles along grit, sport orientation and sport persistence based on a quantitative research on Hungarian athletes. *Frontiers in Sports and Active Living*, 7, 1594365. <https://doi.org/10.3389/fspor.2025.1594365>
- Kovács, K. E. (2025b). Factors influencing sport persistence along the socio-ecological model—A presentation of sport persistence models based on the findings of a representative hungarian sample. *Sports*, 13(4), 97. <https://doi.org/10.3390/sports13040097>
- Kovács, K., Kovács, K. E., & Nagy, B. E. (2016). Intézményi hatások a hallgatók egészségtudatos magatartásában. In. G. Pusztai (Eds.), *A felsőoktatás (hozzáadott) értéke: Közelítések az intézményi hozzájárulás empirikus megragadásához* (pp 174–190). Kiadó, Új Mandátum Könyvkiadó.
- Kovács, K. E., & Szakál, Z. (2024). Factors influencing sport persistence still represent a knowledge gap – the experience of a systematic review. *BMC Psychology*, 12(1), 584. <https://doi.org/10.1186/s40359-024-02098-6>

- Kovács, K. (2022). *Sportoló campus - eredményes hallgató?* CHERD.
- Loy, J. W. Jr. (1974). A sport természete: meghatározási kísérlet. In J. Schiller (Szerk.), *Sportpszichológia szöveggyűjtemény II.* (pp. 38–56). Tankönyvkiadó.
- Lovra, É., & Sarihan, E. (2024). The formation and preservation of urban heritage through urban landscape transformation: A case study of pittsburgh. *Land*, 13(11), 1816. <https://doi.org/10.3390/land13111816>
- Lupo, C., Guidotti, F., Goncalves, C. E., Moreira, L., Doupona Topic, M., Bellardini, H., Tonkonogi, M., Colin, A., & Capranica, L. (2015). Motivation towards dual career of European student-athletes. *European Journal of Sport Science*, 15(2), 151–160. <https://doi.org/10.1080/17461391.2014.940557>
- Otte, F. W., Davids, K., Millar, S. K., & Klatt, S. (2020). When and How to Provide Feedback and Instructions to Athletes?-How Sport Psychology and Pedagogy Insights Can Improve Coaching Interventions to Enhance Self-Regulation in Training. *Frontiers in psychology*, 11, 1444. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.01444>
- Malm, C., Jakobsson, J., & Isaksson, A. (2019). Physical Activity and Sports-Real Health Benefits: A Review with Insight into the Public Health of Sweden. *Sports (Basel, Switzerland)*, 7(5), 127. <https://doi.org/10.3390/sports7050127>
- Moravec, M. (2022). *Diákok sportja – hallgatók egészségtökéje?* Belvedere Meridionale.
- Moravec, M., Kovács, K. E., & Kozma, B. (2025). Socialisation scenes in the health behaviour of teacher students at different levels of teacher training. *Frontiers in Sports and Active Living*, 6, 1504214. <https://doi.org/10.3389/fspor.2024.1504214>
- Neamah, H. A., Adila, A. S., & Husi, G. (2018). Recent trends in robotic systems for upper-limb stroke recovery: A low-cost hand and wrist rehabilitation device. *2018 2nd International Symposium on Small-Scale Intelligent Manufacturing Systems (SIMS)*, 1–6. <https://ieeexplore.ieee.org/abstract/document/8355302/>
- Neamah, H. A., & Husi, G. (2021). Design and development of continuous passive motion (CPM) for fingers and wrist grounded-exoskeleton rehabilitation system. *Applied Sciences*, 11(2), 815.
- Pikó, B., & Keresztes, N. (2007). *Sport, lélek, egészség.* Akadémiai Kiadó.

- Pusztai, G., Kovács, K. E., Kovács, K., & Nagy, B. E. (2017). The effect of campus environment on students' health behaviour in four Central European countries. *Journal of Social Research and Policy*, 8(1), 125-138.
- Riemer, B. A., & Visio, M. E. (2003). Gender Typing of Sports: An Investigation of Metheny's Classification. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 74(2), 193–204. <https://doi.org/10.1080/02701367.2003.10609081>
- Scoffier, S., Paquet, Y., & d'Arripe-Longueville, F. (2010). Effect of locus of control on disordered eating in athletes: The mediational role of self-regulation of eating attitudes. *Eating Behaviors*, 11(3), 164–169. <https://doi.org/10.1016/j.eatbeh.2010.02.002>
- Sunderji, S., Murray, R. M., & Sabiston, C. M. (2024). Gender Differences in the Implicit and Explicit Perceptions of Sport. *Sex Roles*, 90(9), 1188–1199. <https://doi.org/10.1007/s11199-024-01499-6>
- Stéber, A. (2012). A felnőttkori tanulás az élsportolói (labdarúgó) életpályamodellben. *Szín*, 17(3), 42–46.
- Taylor, R. D., Collins, D., & Carson, H. J. (2021). The Role of Siblings in Talent Development: Implications for Sport Psychologists and Coaches. *Frontiers in Sports and Active Living*, 3, 626327. <https://doi.org/10.3389/fspor.2021.626327>
- Telegdi, A. L. (2024). *A gyorskorcsolya sportágak eredményessége: A hosszú távú sportoló felkészítési program, mint a fejlesztés lehetősége* [Eszterhazy Karoly Catholic University]. <https://doi.org/10.15773/EKKE.2024.011>
- Tinto, V. (1975). Dropout from Higher Education: A Theoretical Synthesis of Recent Research. *Review of Educational Research*, 45(1), 89–125. <https://doi.org/10.3102/00346543045001089>
- Torregrosa, M., Cruz, J., Sousa, C., Viladrich, C., Villamarín, F., Garcia-Mas, A., & Palou, P. (2007). La influencia de padres y madres en el compromiso deportivo de futbolistas jóvenes. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 39(2), 227–237.
- Van-Yperen, N. W., & Duda, J. L. (1999). Goal orientations, beliefs about success, and performance improvement among young elite Dutch soccer players. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, 9(6), 358–364. <https://doi.org/10.1111/j.1600-0838.1999.tb00257.x>

- Weatherston, M., & Schussler, E. E. (2022). Exploring Student Perspectives: How Graduate Students in a Life Science Department Define Success. *CBE—Life Sciences Education*, 21(2), ar34. <https://doi.org/10.1187/cbe.21-11-0319>
- White, S. A., Kavussanu, M., Tank, K. M., & Wingate, J. M. (2004). Perceived parental beliefs about the causes of success in sport: Relationship to athletes' achievement goals and personal beliefs. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, 14(1), 57–66. <https://doi.org/10.1111/j.1600-0838.2003.00314.x>
- Wylleman, P., Alfermann, D., & Lavallee, D. (2004). Career transitions in sport: European perspectives. *Psychology of Sport and Exercise*, 5(1), 7–20. [https://doi.org/10.1016/S1469-0292\(02\)00049-3](https://doi.org/10.1016/S1469-0292(02)00049-3)
- Zhang, Y., Wang, F., Szakál, Z., Bíró, Z., Kovács, M., Örsi, B., & Kovács, K. E. (2024). Why do students drop out of regular sport in late adolescent? The experience of a systematic review. *Frontiers in Public Health*, 12, 1416558. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2024.1416558>