

5. A sportorientáció sajátosságai

Moravec Marianna, Kovács Karolina Eszter, Tóth Benedek Tibor

Bevezetés

A sporttevékenység iránti motiváció és orientáció nagyon népszerű terület a sportpszichológia területén. A sportban való részvétel és kitartás, az edzés és a részvétel megválasztása és intenzitása célirányos. A cél szubjektív, és a különböző célok sokféleségének hatása a motiváció folyamatában jelenik meg (Duda, 1994). A teljesítményben elért siker és kudarc nem mindig a versenyben nyert vagy veszített szerint határozható meg (Anderson, 2014). Két fő célperspektíva létezik, illetve a siker meghatározásának módja:

- Feladatbevonás vagy célorientáció: a tanulás, a fejlődés és a tevékenység által támasztott követelmények teljesítése a középpontban: „igyekszik a legjobbat nyújtani a sportolóból”, „tökéletesen teljesíteni” stb., személyes célok elérése érdekében, ahol az észlelt kompetencia önmagára utal, és a személyes fejlődés és a feladat elsajátításának szubjektív tapasztalata határozza meg a sikert).
- Ego bevonása vagy győzelem orientáció: a hangsúly a győzelmen van, a „legjobbnek lenni” és a többiekkel szembeni fölény kimutatása az elsődleges cél; az észlelt kompetencia normatívan hivatkozik, és az egyén képességeinek másokkal való összehasonlításától függ.

Számos tanulmány szerint (Senko et al., 2011) a teljesítménymagatartás fő célja a képesség bemutatása és az alacsony képességek kimutatásának elkerülése. A feladat- és az ego-célok fejlődése annak a feltörekvő képességnek a közvetlen eredménye, amely a képességet az erőfeszítéstől megkülönbözteti, mint a siker és a kudarc okozati összefüggését. A feladatcélok összefüggenek az elsajátítással, az együttműködéssel, a sportszerű magatartással, az élvezettel és azzal a meggyőződéssel, hogy az erőfeszítés sikerhez vezet a sportban (Jagacinski & Strickland, 2000; Viira & Raudsepp, 2000). Az ego-célok összefüggenek a sportszerűtlen viselkedéssel, az agresszióval és azzal a meggyőződéssel, hogy a magas képesség vezet sikerhez (Tušak et al., 2022).

Úgy tűnik, hogy a szocializáció a legerősebb meghatározó tényező a sportolók egójában és feladatvállalásában. A szülők és az edzők nagyon fontossá válnak a motivációs légkör kialakításában, ami irányítja a sportoló célper-

spektíváit (Carr & Weigand, 2002). A sportkörnyezetet az jellemzi, hogy egyre nagyobb hangsúlyt fektetnek a versenyeredményekre és a normatív képességekre, ahogy a sportoló áthalad a sportrendszeren (az utánpótlásból az élsportolóba). Az eredményorientáció a fejlődési különbségek és a helyzeti korlátok függvénye (Duda, 1994).

A részvételi motivációs megközelítés azokra az okokra összpontosít, amelyek miatt az emberek sportolnak, és miért folytatják a sportolást (Bailey et al., 2013). Különböző kutatók öt-nyolc elsődleges célt vagy ösztönzőt találtak a sportban való részvételhez. Ezek a következők: egészségügyi motívumok, teljesítmény, csapat, barátság, fitnessz, energiaszabályozás, képességfejlesztés és szórakozás. Nicholls (Nicholls & Polman, 2007) elméleti munkája azt sugallja, hogy kapcsolat van a célorientáció és a részvételi motívumok között. A diszpozíciós célperspektíva, amelyet egy sportoló egy adott helyzethez hoz, hatással lesz a sportoló motivációjára.

Bár az elérési célok elméletét és az önmeghatározási elméletet évtizedekkel ezelőtt publikálták, még mindig domináns elméletek a sportban a motiváció látens konstrukciójának tudományos magyarázatában (Melguizo-Ibáñez et al., 2023). A sport motivációjának modern integratív hierarchikus és többdimenziós modelljei erre a két alapelméletre épülnek (Castillo-Jiménez et al., 2022).

Clancy és munkatársai (Clancy et al., 2016), 1995 és 2016 között 63, a versenysport motivációjával foglalkozó tanulmány szisztematikus elemzése alapján felfedezték, hogy az önmeghatározási elmélet (SDT) és az elérési célok elmélete (AGT) vagy mindkettő integrálása jelenti a tanulmányok elméleti hátterének túlnyomó részét. Ez különösen igaz volt az önmeghatározási elméletre, amelyet az egyik tanulmányban Deci és Ryan kognitív értékelési elméletével kombináltak (hangsúllyal a társadalmi és környezeti tényezők szerepére és azok belső motivációra gyakorolt hatására) (Clancy et al., 2016).

A sportorientáció sajátosságai a szociodemográfiai változók mentén

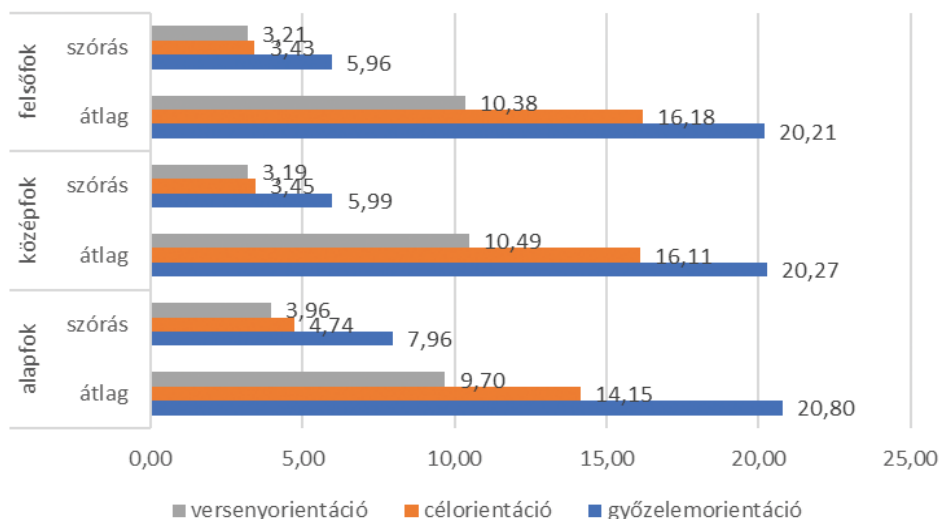
A sportorientáció tekintetében mindhárom skálán szignifikáns értékeket kaptunk. Győzelemorientáció a férfiak körében szignifikánsan magasabb ($p < 0,001$; $df = 1102$; $U = 113741$), mivel a nők esetében tapasztalható átlag-

pontszám 19 (SD=6), míg a férfiak körében 21,5pont (SD=5,6). A célorientáció skálán ($p<0,001$; $df=1102$; $U=124083$) a különbség kisebb, mint az előző skálán, ám az érték ismét magasabb a férfiak ($M=16,5$; $SD=3,5$) körében, mint a nőknél ($M=15,8$; $SD=3,3$). A versengés skálán ($p<0,001$; $df=1102$; $U=105294$) hasonlóan szignifikáns értékeket mértünk. A férfiak ($M=11,1$; $SD=2,9$) nagyobb versenyzési hajlandósággal rendelkeznek, mint a nők ($M=9,8$; $SD=3,3$).

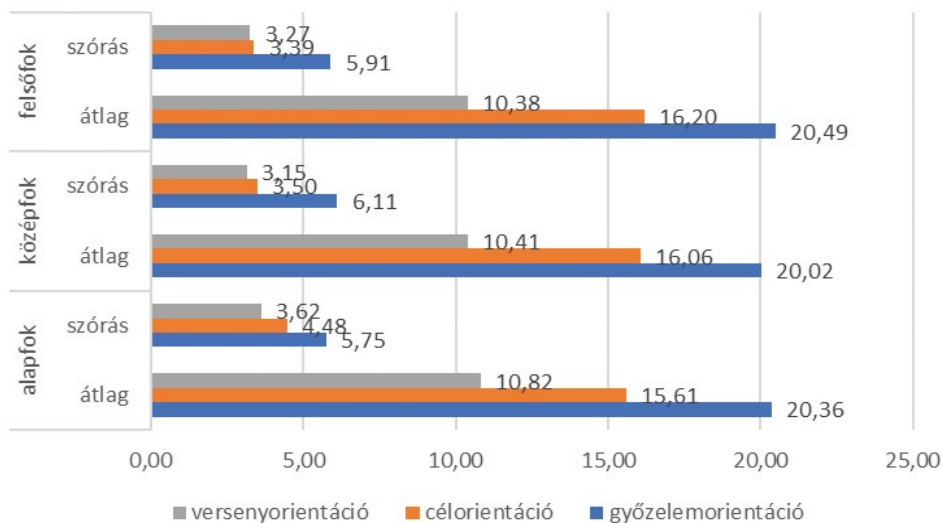
A lakóhely településtípusa alapján egyik skálán sem mértünk szignifikáns eredményeket [győzelemorientáció ($p=0,197$; $df=1102$; $U=139826$), célorientáció ($p=0,211$; $df=1102$; $U=140071$), versenyzési hajlandóság ($p=0,434$; $df=1102$; $U=142478$)].

A szülők iskolai végzettségének tekintetében a Kruskal-Wallis próba eredményei alapján egyik skálán sem áll fenn szignifikáns eltérés a két csoport. [győzelemorientáció ($\chi^2=5,168$; $df=3$; $p=0,160$), célorientáció ($\chi^2=2,971$; $df=3$; $p=0,396$), versenyzési hajlandóság ($\chi^2=0,981$; $df=3$; $p=0,806$)].

8. ábra. A sportorientáció alakulása az anya iskolai végzettsége mentén (pont)



9. ábra. A sportorientáció alakulása az apa iskolai végzettsége mentén (pont)



A szülők munkaerőpiaci státusza tekintetében is áttekintésre kerültek a sportorientáció mintázatai. Azoknál a sportolóknál ahol az édesanya dolgozik, ott kizárólag a célorientáció skálán ($p=0,034$; $df=1102$; $U=42532$) mértünk szignifikáns eredményeket. Célorientáltabbak azok a sportolók, akiknél az édesanya dolgozik ($M=16,2$; $SD=3,4$) azoknál a társaiknál, akiknél nem dolgozik ($M=15,4$; $SD=3,7$). A többi skálán nem mértünk szignifikáns eltérést [győzelemorientáció ($p=0,154$; $t=1102$; $U=44572$); versenyzési hajlandóság ($p=0,116$; $df=1102$; $U=44154$)]. Az édesapa tekintetében minden skálán szignifikáns eredményeket tapasztaltunk. Győzelemorientáció ($p=0,004$; $df=1102$; $U=31818$) tekintetében szintén magasabb értéket mértünk azoknál a sportolóknál, akiknek az édesapjuk dolgozik ($M=20,4$; $SD=5,9$) azoknál, akiknek nem ($M=18,1$; $SD=6,5$). Célorientáltabbak ($p=0,008$; $df=1102$; $U=32487$) azok a sportolók, akiknek dolgozik az édesapjuk ($M=16,2$; $SD=3,4$), valamint nagyobb versenyzési hajlandósággal ($p<0,001$; $df=1102$; $U=28477$) is rendelkezik az előbb említett csoport ($M=10,5$; $SD=3,1$). Azoknál a sportolóknál, akiknél nem dolgozik az édesapjuk, ott a célorientáltság skálán 14,8-as átlagpontszámot ($SD=4,2$), a versenyzési hajlandóság skálán pedig 9-es átlagpontszámot ($SD=3,3$).

A családszerkezeti változás tekintetében is megnéztük a sportorientáció értékek alakulását. Ebben a tekintetben szintén csak a versenyzési hajlandóság

($p=0,023$; $df=1102$; $U=118218$) skálán mértünk szignifikáns értékeket. Azok a sportolók, akiknél nem volt családszerkezeti változás ($M=10,6$; $SD=3,1$) nagyobb értékeket mutatnak, mint azok, akiknél volt ($M=10,1$; $SD=3,3$), ám az eltérés minimális. A többi skálán nem mérhető szignifikáns eltérés [győzelemorientáció ($p=0,119$; $df=1102$; $U=121638$); célorientáció ($p=0,289$; $df=1102$; $U=124100$)].

A testvér jelenlétének a sportorientáció alakulásában megvalósuló szerepe is elemzésre került, azonban a statisztikai elemzést követően megállapítható, hogy nincs szignifikáns összefüggés a skálák között [győzelemorientáció ($p=0,581$; $df=1101$; $U=66280$); célorientáció ($p=0,465$; $df=1101$; $U=65662$); versenyzési hajlandóság ($p=0,446$; $df=1101$; $U=65548$)].

Megvizsgáltuk az objektív anyagi helyzet mentén kimutatható különbségeket is. Azoknál a sportolóknál, akik átlag feletti objektív anyagi helyzetben értékelik magukat, azoknál mind a győzelemorientáció ($p<0,001$; $df=1036$; $U=109921$; $M=21,4$; $SD=5,9$), mind a célorientáció ($p<0,001$; $df=1036$; $U=116646$; $M=16,5$; $SD=3,5$), mind a versenyzési hajlandóság ($p<0,001$; $df=1036$; $U=110229$; $M=10,9$; $SD=3,2$) skálán tendencia szinten magasabb értékeket mértünk, mint az átlag alatti anyagi helyzetben lévő sportolóknál [győzelemorientáció ($M=19,4$; $SD=6,2$); célorientáció ($M=15,8$; $SD=3,5$); versenyzési hajlandóság ($M=9,9$; $SD=3,3$)].

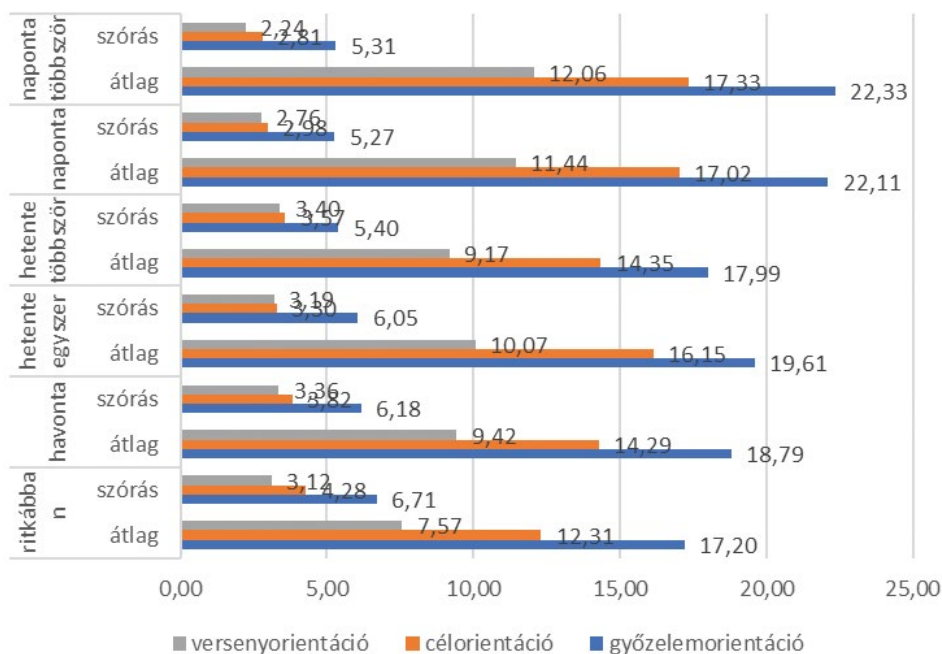
Végül a tanulmányi szint mentén kimutatható különbségek feltárására került sor. Azok a sportolók, akik középfokú tanulmányokkal rendelkeznek, győzelemorientáltabbak ($p<0,001$; $df=1102$; $U=113741$; $M=21,7$; $SD=5,6$), célorientáltabbak ($p<0,001$; $df=1102$; $U=124083$; $M=16,7$; $SD=3,1$) és nagyobb versenyzési hajlandósággal ($p<0,001$; $df=1102$; $U=105294$; $M=11,4$; $SD=2,8$) rendelkeznek, mint felsőfokú tanulmányokat folytató társaik [győzelemorientáció ($M=19,1$; $SD=6$); célorientáció ($M=15,6$; $SD=3,6$); versenyzési hajlandóság ($M=9,7$; $SD=3,3$)].

A sportorientáció sajátosságai a sportspecifikus változók mentén

A sportágspecifikus változókat tekintve 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 különbségeket térképeztük fel. A Kruskal-Wallis próba eredményei alapján szignifikáns eredményeket mér-tünk mindegyik skálán. A győzelemorientáció ($p<0,001$; $df=3$; $\chi^2=0,06437$) tekintetében a legmagasabb értéket a naponta többször sportolók között mér-tük ($M=22,3$; $SD=5,3$), legalacsonyabbat pedig a ritkábban sportolók között ($M=17,2$; $SD=6,7$). Leginkább célorientáltak ($p<0,001$; $df=5$; $\chi^2=0,09624$) szintén a naponta többször sportolók ($M=17,3$; $SD=2,8$), a legkevésbe pedig – az előzőekhez hasonlóan – a ritkábban sportolók ($M=12,3$; $SD=4,2$) bizonyul-tak. Ez a tendencia megfigyelhető a versenyzési hajlandóság ($p<0,001$; $df=3$; $\chi^2=0,10661$) vizsgálata következtében is [naponta többször sportolók ($M=12,1$; $SD=2,2$); ritkábban sportolók ($M=7,6$; $SD=2,2$)].

10. ábra. A sportorientáció alakulása a sportolási gyakoriság függvényében (pont)



A sporttípus mentén is szignifikáns különbség volt kimutatható mindhárom alskálán. A győzelemorientáció skálán ($p<0,001$; $df=1102$; $U=12368$) ma-gasabb értékeket mértünk azoknál a sportolóknál, akik csapatsportot űznek ($M=21,8$; $SD=5,2$) mint azoknál a társaiknál, akik egyéni sportot ($M=19,1$; $SD=6,2$). A célorientált skálán ($p<0,001$; $df=1102$; $U=112234$) szintén ma-

gasabb az érték csapatsportolók ($M=17,1$; $SD=2,7$) körében, mint az egyéni sportolókéban ($M=15,4$; $SD=3,8$). Végül, de nem utolsó sorban versenyzési hajlandóság tekintetében ($p<0,001$; $df=1102$; $U=100049$) szintén a csapatsportolóknál mértünk magasabb értéket ($M=11,5$; $SD=2,4$).

A sportolási szintet tekintve a győzelemorientáció ($p<0,001$; $df=1102$; $U=97116$) hangsúlyosabban jelenik meg a versenysportoló ($M=22,2$; $SD=5,1$) fiataloknál, mint a szabadidősportolóknál ($M=18,3$; $SD=6,1$). Célorientáció ($p<0,001$; $df=1102$; $U=101612$) tekintetében is hasonló a helyzet, a versenysportolók ($M=17,2$; $SD=2,7$) célorientáltabbak szabadidősportoló ($M=15,2$; $SD=3,7$) társaiknál. Végül de nem utolsó sorban hasonló tendencia figyelhető meg a versenyzési hajlandóság ($p<0,001$; $df=1102$; $U=77244$) tekintetében, itt is magasabb pontszámot értek el a versenysportolók ($M=11,9$; $SD=2,3$), mint a rekreációs céllal sportolók ($M=9,1$; $SD=3,3$).

A győzelemorientáció ($p<0,001$; $df=1102$; $U=89125$) erőteljesebb jelenik meg azoknál a sportolóknál, akik egyesületi keretek ($M=21,9$; $SD=5,4$) között sportolnak, mint azoknál, akik saját maguk önállóan ($M=18,6$; $SD=6$). Hasonlóan alakultak az értékek a célorientáció ($p<0,001$; $df=1102$; $U=106139$), ahol az egyesületben sportolók átlaga $17,1$ ($SD=2,8$), a „nem egyesületben sportolók” átlaga pedig $15,1$ ($SD=3,8$). Versenyzési hajlandóság ($p<0,001$; $df=1102$; $U=89125$) tekintetében is az egyesületi színekben sportolók ($M=11,6$; $SD=2,6$) magasabb értékeket produkáltak, mint azok, akik nem egyesületben sportoltak ($p<0,001$; $SD=2,5$).

A sportágváltás tekintetében győzelemorientáltabbak ($p=0,04$; $df=1102$; $U=138418$) azok a sportolók, akik már váltottak sportágat ($M=20,6$; $SD=5,9$), emellett szintén ebbe a csoportba tartozó sportolók ($M=16,5$; $SD=3,2$) azok, akik célorientáltabbak ($p=0,005$; $df=1102$; $U=134446$) azoknál a társaiknál, akik nem váltottak sportágat ($M=15,8$; $SD=3,6$), azonban itt is kisebb eltérés mérhető. Versenyzési hajlandóság ($p=0,031$; $df=1102$; $U=137916$) tekintetében minimális a különbség a két csoport között, de szintén a sportágváltók körében ($M=10,7$; $SD=3,1$) mértünk magasabb értéket. Azok átlagértéke, akik nem váltottak sportágat, $10,2$ ($SD=3,2$).

Az edzésszám tekintetében is végeztünk számításokat, megvizsgáltuk a sportorientáció alakulását az átlag alatti, illetve átlag feletti edzésszámot végző sportolóknál mind egyesületi, mind egyéni keretek között. Egyesületben

sportolók körében minden skálán szignifikáns eredményeket mértünk. Győzelemorientáció egyesületi ($p<0,001$; $df=1087$; $U=93764$), kereteinek tekintetében magasabb értéket mértünk az átlag feletti edzést végző sportolók között ($M=22,3$; $SD=5,2$). Az egyesületben, átlag alatti edzést végző sportolók átlaga 18,8 ($SD=6$). Egyéni keretek között edző sportolók skáláján nem mértünk szignifikáns különbséget ($p=0,203$; $df=1088$; $U=131781$). A célorientáció ($p<0,001$; $df=1087$; $U=101780$) skáláján is az átlag feletti edzést végző sportolók ($M=17,1$; $SD=2,9$) produkáltak magasabb értéket az átlag alatt edző sportolóknál ($M=15,4$; $SD=3,6$). Egyéni szinten ($p=0,005$; $df=1088$; $U=124247$) is magasabb értékeket mértünk az átlag feletti sportolóknál ($M=16,4$; $SD=3,5$), átlag alatti társaikhoz képest ($M=15,9$; $SD=3,5$). Egyesületben sportolók ($p<0,001$; $df=1087$; $U=84785$) között nagyobb versenyzési hajlandóságot mértünk az átlag feletti ($M=11,8$; $SD=2,4$) sportolóknál. Az átlag alatti sportolók értéke 9,5 ($SD=3,3$). Egyéni szinten ($p=0,004$; $df=1088$; $U=123783$) az átlag feletti sportolók ($M=10,7$; $SD=3,2$) mutatnak nagyobb versenyzési hajlandóságot átlag alatti társaiknál ($M=10,2$; $SD=3,1$).

Végül a szubjektív egészségi és edzettségi állapot mentén kimutatható különbségek feltárására került sor. Egészségi állapot tekintetében győzelemorientáltabbak ($p=0,003$; $df=1102$; $U=130011$) az átlag feletti szubjektív egészségi állapotot megjelölő ($M=20,9$; $SD=5,9$) sportolók, mivel az átlag alattiak értéke 19,7 ($SD=6$). Célorientáció skálán ($p<0,001$; $df=1102$; $U=117243$) is szignifikáns eredményeket mértünk, itt is az átlag feletti ($M=16,7$; $SD=3,3$) sportolók bizonyultak célorientáltabbnak. Versenyzési hajlandóság ($p<0,001$; $df=1102$; $U=114982$) tekintetében is magasabb az értéke az átlag feletti egészségállapotba lévő sportolóknak. Az átlag alattiak értéke 10 ($SD=3,1$). Edzettségi állapotot tekintve mind a győzelemorientáció ($p<0,001$; $df=1102$; $U=82626$), mind a célorientáció ($p<0,001$; $df=1102$; $U=82150$), mind a versenyzési hajlandóság skálán ($p<0,001$; $df=1102$; $U=71821$) szignifikáns eredményeket mértünk. Győzelemorientáltabbak az átlag feletti edzettségi állapottal jellemezhető sportolók ($M=22,5$; $SD=5,7$), mint az átlag alattiak ($M=19,3$; $SD=5,8$). Célorientáció tekintetében is magasabb értékeket produkáltak az átlag feletti sportolók ($M=17,3$; $SD=3,1$), az átlag alattiak értéke 15,6 ($SD=3,4$). Végül, de nem utolsónként szintén az átlag feletti sportolók ($M=11,9$; $SD=2,7$) mutatnak nagyobb versenyzési hajlandóságot átlag alatti társaikkal szemben ($M=9,8$; $SD=3,2$).

Megbeszélés

A férfiakra magasabb sportorientáció jellemző mind a verseny, mind a cél- és győzelemorientáció tekintetében. A férfiak sportolói körében a versengés gyakran hangsúlyosabb, ami hozzájárulhat a magasabb sportorientációhoz (Frick & Moser, 2021). A hagyományos nemi szerepek miatt a férfiak esetében erősebb az agresszívabb, versengőbb attitűd kialakulása (Malonda-Vidal et al., 2021). A társadalmi szocializáció szerepe is jelentős lehet, mivel a férfiakat gyakran olyan környezetbe helyezik és/vagy úgy nevelik és szocializálják, hogy a versengés, a célorientáltság és a győzelmi elvárások jelentősebbek (Grossbard et al., 2007).

A szülők munkaerőpiaci státuszát tekintve az apa foglalkoztatottsága releváns, mivel mind a cél-, mind a győzelem- és versenyorientáció tekintetében jelentős különbség volt kimutatható a sportolók között, amely alapján azoknak a fiataloknál kikristályosodottabb a sportorientáció, akiknek édesapja/nevelőapja dolgozik. Az anya munkaerőpiaci státusza kevésbé volt dominánsan jelen, ugyanakkor a győzelemorientáció tekintetében jelentősnek bizonyult, hiszen a dolgozó anyák gyermekeire magasabb győzelemorientáció volt jellemző. Ennek hátterében állhatnak a munkavállalással együttjáró anyagi biztonsághoz kapcsolódó szempontok, például gyermekek számára így könnyebben elérhetővé válnak a sportolás feltételei (edzés, versenyek, felszerelés, stb.), ami elősegíti a sportorientált gondolkodás kialakulását (Noshin & Loghmani, 2013). Ugyanakkor a munkavállalással kapcsolatos értékek is megjelenhetnek a magasabb sportorientáció mögött (Yaffe et al., 2021).

A családszerkezet a versenyorientáció tekintetében bizonyult jelentősnek, azt mutatva, hogy családszerkezeti változást megélt családok gyermekeinek körében magasabb versenyorientáció van jelen. A családszerkezeti változások (például válás vagy más, a családi hierarchiát befolyásoló események) érzelmi stresszt okozhatnak, amely helyzetekben a gyermekek a sportban a versenyt és a célok elérését mint kompenzációs mechanizmust alkalmazhatják, hogy visszaszerezzék az irányítást és önértékelésüket (Anderson, 2014). Megküzdési stratégiaként alkalmazva a sportot, a versenyszellem erősödhet, mint a megbirkózás egyik formája a bizonytalan családi környezetben, segítve a személyes identitás és autonómia megteremtését (Nicholls & Polman, 2007).

Az objektív anyagi helyzet tekintetében is egyértelműen látszik, hogy az átlag feletti anyagi helyzettel jellemezhető fiatalok esetében valamennyi típusú

sportorientáció magasabb szinten van jelen. Korábbi kutatások rendre megerősítették ezt a kutatási eredményt, mely szerint a jobb anyagi helyzet több lehetőséget nyújt a sportolási infrastruktúrákhoz való hozzáférésben, mint például speciális edzők, sportklubok és versenyek, ami ösztönzi a verseny- és célorientáltságot (Fengyingna et al., 2024; Kovács K., 2022; Kovács K. E., 2018).

A tanulmányi szint vonatkozásában, vélhetően az életkori sajátosságokkal párhuzamosan, egyértelműen úgy tűnik, hogy a felsőoktatásban tanuló sportolókra alacsonyabb verseny-, győzelem- és célorientáció jellemző. Mindent összevetve tehát a magasabb tanulmányi szint alacsonyabb sportorientációs értékekkel társítható. A felsőoktatásban tanuló fiatalok általában idősebbek, és ebben az életkorban már kialakulhatnak más prioritások (például karrier, kapcsolatok), így a sporthoz fűződő verseny- és célorientáltság kevésbé lehet domináns, ami összhangban van a sportperzisztenciával kapcsolatos kutatások eredményeivel (Moravec et al., 2025; Moravec, 2022; Gut et al., 2022).

A sportolási gyakoriság alapján egyértelműen látszik a magasabb sportolási gyakoriság mellett kimutatható magasabb sportorientáció. A gyakrabban sportoló fiatalok több időt és energiát fektetnek az edzésekbe, ami erősíti a versenyszellemet és a célok elérésére való törekvést (Martín-Rodríguez et al., 2024). Emellett a rendszeres sportolás során a fiatalok folyamatos visszajelzéseket kapnak, amelyek ösztönzik a verseny- és győzelmi orientációt, tekintettel arra, hogy a sikerek és fejlődés elérése pozitív élményeket és motivációt eredményez (Kovács et al., 2022; Kovács, 2025a).

A sporttípus vonatkozásában elmondható, hogy a csapatsportolókra általánosságban véve, valamennyi vizsgált sportorientációs faktor tekintetében jelentősen magasabb értékek mutathatóak ki az egyéni sportolókkal összevetve (Mcewan & Beauchamp, 2014). A csapatsportokban a közös célok és kollektív siker érzése erősíti az egyéni versenyorientációt, mivel az egyéni teljesítmény gyakran közvetlenül hat a csapat eredményességére (Kao, 2019).

A sportolási szint tekintetében megállapítható, hogy a versenysportolókra valamennyi dimenziót tekintve jelentősen magasabb sportorientáció van jelen. Ennek háttérében az állhat, hogy a versenysportolóknak rendszeresen kell magas szinten teljesíteniük, ami természetesen erősíti a verseny-, cél- és győzelemorientációt. Az intenzív versenyszintű sportolás során a sportolók folyamatosan törekednek a fejlődésre és a jobb eredmények elérésére, így a sportorientáció

minden dimenziója magasabb szintre emelkedhet (Hanrahan & Cerin, 2009; Kovács, 2025b; Kovács et al., 2016).

A sportegyesületi tagságot vizsgálva látható, hogy az egyesületi sportolókra magasabb sportorientáció jellemző a szabadúszó sportolókkal összevetve. Az egyesületek általában strukturált, rendszeres edzésprogramot és versenylehetőségeket kínálnak, ami erősítheti a sportorientációt és növelheti az elköteleződést. Az egyesületi sportolók gyakran erős társas kapcsolatok révén motiválódnak, az elvárások és a közösségi normák pedig hozzájárulnak a versenyszellem erősödéséhez (Berki et al., 2020; Martín-Rodríguez et al., 2024; Pusztai et al., 2017).

A sportágváltás tekintetében érdekes trend volt kimutatható, mivel a sportágváltó fiatalokra magasabb sportorientáció volt kimutatható. Ennek hátterében az állhat, hogy a sportágváltás együtt járhat egyfajta megújult erőforrással és kihívásokkal, ami magasabb cél- és versenyorientációval jár, mivel új sportágban bizonyítani kell, hogy képesek a sikerre (Espedalen & Seippel, 2024).

Az átlag feletti egyéni és egyesületi edzés vonatkozásában látható, hogy az átlag feletti óraszámban folytatott sporttevékenység magasabb sportorientációs értékekkel járt együtt. Az átlag feletti edzésidő nemcsak a technikai készségek javulását eredményezi, hanem a célok, versenyszellem és a győzelmi vágy folyamatos erősödését is, mivel a sportoló idővel mélyebben azonosul a sportágával. Emellett az intenzív edzésprogramok során a sportolók tapasztalják meg a szorgalom és kitartás jutalmát, ami motiválja őket a további fejlődésre és az ambíciók kitűzésére (Zhang et al., 2024; Malm et al., 2019; Wall & Côté, 2007).

Az egészségi és edzettségi állapot tekintetében is hasonló eredmények voltak kimutathatóak, mivel a magukat átlag feletti egészségi és edzettségi állapottal jellemző fiatalokra magasabb sportorientáció volt jellemző. Ezek a fiatalok általában nagyobb önbizalommal rendelkeznek, és ez az önbizalom hozzájárul a magasabb cél- és győzelmi orientáció kialakulásához. Emellett az egészséges életmód és rendszeres testmozgás eredményeképpen kialakuló jó fizikai állapot elősegíti a mentális állóképességet, ami támogatja a versenyorientált, célorientált hozzáállást a sportban (Ahmed et al., 2017; Fadare et al., 2022).

Összegzés

A sportorientációt számos szocio-demográfiai és sportspecifikus tényező alakítja. A férfi sportolók általában magasabb győzelem-, célorientációval és verseny-

szellemmel rendelkeznek, amit társadalmi szocializáció és nemi szerepelvárások is befolyásolhatnak. A szülők munkaerőpiaci státusza, különösen az apáé, szintén meghatározó: a dolgozó szülők gyermekei jellemzően orientáltabbak. A család-szerkezeti változások enyhén növelhetik a versenyzési hajlandóságot, míg a jobb anyagi helyzet szinte minden mutatóban magasabb sportorientációval jár együtt.

A középfokú tanulmányokat folytató fiatalok orientáltabbak, mint felsőfokú tanulmányokat végző társaik, feltehetően életkori prioritásaik miatt. A sportolási szokások szoros összefüggést mutatnak a motivációval: a gyakrabban, egyesületben, illetve versenyszinten sportolók, valamint a csapatsportot űzők magasabb cél- és versenyorientációval bírnak. A sportágváltók körében szintén jellemzőbb a fokozott motiváció, feltehetően az új célok és kihívások hatására. Az edzésszám emelkedése – különösen szervezett keretek között – tovább erősíti az orientációs mutatókat.

Az egészségi és edzettségi állapot szintén meghatározó: akik jobb fizikai állapotban érzik magukat, azok nagyobb önbizalommal és erősebb sportmotivációval rendelkeznek. Összességében a sportorientáció alakulása összetett folyamat, amelyet egyaránt formálnak személyes, társadalmi és környezeti tényezők. A sportolók motivációs mintázatainak megértése segíthet a célzott támogatásban és fejlesztésben és szükség esetén a rehabilitációban (Neamah et al., 2018; Neamah & Husi, 2021). Az egyéni változókon túl, bár jelen tanulmány nem tért ki a mezo-, exo- és makrorendszerszintű változókra, az olyan kontextuális tényezők, mint a sportinfrastruktúra, a sportlétesítmények tervezése, illetve azok térbeli integrációja is meghatározó lehet a sportolói elköteleződésben, kitartásban és jólétben egyaránt (Lovra & Sarihan, 2024), ami további kutatások alapját képezi.

Hivatkozásjegyzék

- Ahmed, M. D., Ho, W. K. Y., Niekerk, R. L. V., Morris, T., Elayaraja, M., Lee, K.-C., & Randles, E. (2017). The self-esteem, goal orientation, and health-related physical fitness of active and inactive adolescent students. *Cogent Psychology*. <https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/23311908.2017.1331602>
- Anderson, J. (2014). The impact of family structure on the health of children: Effects of divorce. *The Linacre Quarterly*, 81(4), 378–387. <https://doi.org/10.1179/0024363914Z.00000000087>

- Bailey, R., Cope, E. J., & Pearce, G. (2013). Why do children take part in, and remain involved in sport? A literature review and discussion of implications for sports coaches. *International Journal of Coaching Science*, 7(1), 56–75.
- Berki, T., Pikó, B. F., & Page, R. M. (2020). Hungarian Adaptation of the Sport Commitment Questionnaire-2 and Test of an Expanded Model with Psychological Variables. *Physical Culture and Sport. Studies and Research*, 86(1), 15–26. <https://doi.org/10.2478/pcssr-2020-0009>
- Castillo-Jiménez, N., López-Walle, J. M., Tomás, I., Tristán, J., Duda, J. L., & Balaguer, I. (2022). Empowering and Disempowering Motivational Climates, Mediating Psychological Processes, and Future Intentions of Sport Participation. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(2), 896. <https://doi.org/10.3390/ijerph19020896>
- Clancy, R. B., Herring, M. P., MacIntyre, T. E., & Campbell, M. J. (2016). A review of competitive sport motivation research. *Psychology of Sport and Exercise*, 27, 232–242. <https://doi.org/10.1016/j.psych-sport.2016.09.003>
- Duda, J. (1994). A Goal Perspective Theory of Meaning and Motivation in Sport. In S. O. Serpa (Ed.), *International Perspectives on Sport and Exercise Psychology* (pp. 127–148). Fitness Information Technology.
- Espedalen, L. E., & Seippel, Ø. (2024). Dropout and social inequality: Young people's reasons for leaving organized sports. *Annals of Leisure Research*, 27(2), 197–214. <https://doi.org/10.1080/11745398.2022.2070512>
- Fadare, S. A., Mae, I. L., Ermalyn, L. P., Kharen, M. G., & Ken, P. L. (2022). Athletes' Health and Well-Being: A Review of Psychology's State of Mind. *American Journal of Multidisciplinary Research and Innovation*, 1(4), Article 4. <https://doi.org/10.54536/ajmri.v1i4.551>
- Fengyingna, XuTingyu, Mohammad Sajadi, S., Baghaie, Sh., & Rezaei, R. (2024). Optimizing sports development: Identifying and prioritizing key indicators for professional and competitive sports. *World Development*, 180, 106651. <https://doi.org/10.1016/j.worlddev.2024.106651>
- Frick, B., & Moser, K. (2021). Are Women Really Less Competitive Than Men? Career Duration in Nordic and Alpine Skiing. *Frontiers in Sociology*, 5, 539766. <https://doi.org/10.3389/fsoc.2020.539766>

- Grossbard, J. R., Cumming, S. P., Standage, M., Smith, R. E., & Smoll, F. L. (2007). Social desirability and relations between goal orientations and competitive trait anxiety in young athletes. *Psychology of Sport and Exercise*, 8(4), 491–505. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2006.07.009>
- Gut, V., Conzelmann, A., & Schmid, J. (2022). What do adolescents and young adults strive for in sport and exercise? An explorative study on goal profiles in sport and exercise. *Journal of Sports Sciences*. <https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/02640414.2021.2004703>
- Hanrahan, S. J., & Cerin, E. (2009). Gender, level of participation, and type of sport: Differences in achievement goal orientation and attributional style. *Journal of Science and Medicine in Sport*, 12(4), 508–512. <https://doi.org/10.1016/j.jsams.2008.01.005>
- Jagacinski, C. M., & Strickland, O. J. (2000). Task and ego orientation. *Learning and Individual Differences*, 12(2), 189–208. [https://doi.org/10.1016/S1041-6080\(01\)00037-1](https://doi.org/10.1016/S1041-6080(01)00037-1)
- Kao, C.-C. (2019). Development of Team Cohesion and Sustained Collaboration Skills with the Sport Education Model. *Sustainability*, 11(8), Article 8. <https://doi.org/10.3390/su11082348>
- Kovács, K. (2022). *Sportoló campus—Eredményes hallgató?* CHERD.
- 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. (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. 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. E., Kovács, K., Szabó, F., Dan, B. A., Szakál, Z., Moravecz, M., Szabó, D., Olajos, T., Csukonyi, C., Papp, D., Örsi, B., & Pusztai, G. (2022). Sport Motivation from the Perspective of Health, Institutional Embeddedness and Academic Persistence among Higher Educational Students. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(12), 7423. <https://doi.org/10.3390/ijerph19127423>
- 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>
- 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*, 7(5), 127. <https://doi.org/10.3390/sports7050127>
- Malonda-Vidal, E., Samper-García, P., Llorca-Mestre, A., Muñoz-Navarro, R., & Mestre-Escrivá, V. (2021). Traditional Masculinity and Aggression in Adolescence: Its Relationship with Emotional Processes. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(18), 9802. <https://doi.org/10.3390/ijerph18189802>
- Martín-Rodríguez, A., Gostian-Ropotin, L. A., Beltrán-Velasco, A. I., Belando-Pedreño, N., Simón, J. A., López-Mora, C., Navarro-Jiménez, E., Tornero-Aguilera, J. F., & Clemente-Suárez, V. J. (2024). Sporting Mind: The Interplay of Physical Activity and Psychological Health. *Sports*, 12(1), 37. <https://doi.org/10.3390/sports12010037>
- Mcewan, D., & Beauchamp, M. (2014). Teamwork in sport: A theoretical and integrative review. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 7, 229–250. <https://doi.org/10.1080/1750984X.2014.932423>
- Melguizo-Ibáñez, E., Zurita-Ortega, F., Ubago-Jiménez, J. L., López-Gutiérrez, C. J., & González-Valero, G. (2023). An explanatory model of the relationships between sport motivation, anxiety and physical and social self-concept in educational sciences students. *Current Psychology*, 42(18), 15237–15247. <https://doi.org/10.1007/s12144-022-02778-9>

- 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.
- Nicholls, A. R., & Polman, R. C. J. (2007). Coping in sport: A systematic review. *Journal of Sports Sciences*, 25(1), 11–31. <https://doi.org/10.1080/02640410600630654>
- Noshin, B., & Loghmani, M. (2013). *COMPARISON BETWEEN SPORT PARTICIPATION MOTIVATION AND GOAL-ORIENTATION OF YOUTH ATHLETES: THE ROLE OF PARENTS*. <https://doi.org/10.6084/m9.figshare.105478.v2>
- 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.
- Senko, C., Hulleman, C. S., & Harackiewicz, J. M. (2011). Achievement Goal Theory at the Crossroads: Old Controversies, Current Challenges, and New Directions. *Educational Psychologist*, 46(1), 26–47. <https://doi.org/10.1080/00461520.2011.538646>
- Tušák, M., Corrado, D. D., Coco, M., Tušák, M., Žilavec, I., & Masten, R. (2022). Dynamic Interactive Model of Sport Motivation. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(7), Article 7. <https://doi.org/10.3390/ijerph19074202>
- Viira, R., & Raudsepp, L. (2000). Achievement goal orientations, beliefs about sport success and sport emotions as related to moderate to vigorous physical activity of adolescents. *Psychology & Health*, 15(5), 625–633. <https://doi.org/10.1080/08870440008405475>

- Wall, M., & Côté, J. (2007). Developmental activities that lead to dropout and investment in sport. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 12(1), 77–87. <https://doi.org/10.1080/17408980601060358>
- Yaffe, Y., Levental, O., Arey, D. L., & Lev, A. (2021). Morality and Values in Sports Among Young Athletes: The Role of Sport Type and Parenting Styles – A Pilot Study. *Frontiers in Psychology*, 11, N.PAG-N.PAG.
- 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>