

# Sportszülők

Utánpótlás életkorú, csapatsportoló fiatalok szüleinek jellegzetességei a sportpszichológia szemszögéből, gyermekük életkora tükrében

Doktori értekezés

**Kovács Krisztina**

Magyar Testnevelési és Sporttudományi Egyetem

Sporttudományok Doktori Iskola



**MAGYAR TESTNEVELÉSI  
ÉS SPORTTUDOMÁNYI  
EGYETEM**

BUDAPEST

Témavezető: Fodorné Dr. Földi Rita egyetemi docens, PhD

Társ-témavezető: Dr. Géczi Gábor egyetemi tanár, PhD

Hivatalos bírálók: Dr. Fülöp Márta egyetemi tanár, DSc

Dr. Ökrös Csaba egyetemi docens, PhD

Budapest

2022

<b>1</b>	<b>BEVEZETÉS</b>	<b>7</b>
<b>1.1</b>	<b>Az utánpótlás sport hatása a gyermekek személyiségfejlődésére</b>	<b>7</b>
1.1.1	<i>Sportolás előnyei és hátrányai utánpótlás korosztályban</i>	7
1.1.2	<i>Pozitív utánpótlásfejlesztés</i>	12
<b>1.2</b>	<b>Sportolói életpálya modellek</b>	<b>14</b>
1.2.1	<i>A sportban való részvétel fejlődési modellje</i>	14
1.2.1.1	Mintavételezés	15
1.2.1.2	Specializáció	18
1.2.1.3	Befektetés	19
1.2.2	<i>A sportolói karrier holisztikus modellje</i>	19
1.2.3	<i>Hosszú távú Sportolófejlesztési Program</i>	21
1.2.4	<i>Bronfenbrenner ökológiai modellje</i>	23
<b>1.3</b>	<b>A szülő szerepe és hatása gyermeke sportéletében</b>	<b>25</b>
1.3.1	<i>A szülő sportszocializációja és részvétele gyermekük sportéletében</i>	25
1.3.1.1	A szülői bevonódás hiánya	32
1.3.1.2	Közepes szintű részvétel	32
1.3.1.3	A túlzott bevonódás	33
<b>1.4</b>	<b>Szülői feladatkör típusai</b>	<b>35</b>
1.4.1	<i>Szülő, mint az élmények biztosítója</i>	36
1.4.2	<i>A szülői támogatás típusai Côté és Hay alapján</i>	37
1.4.2.1	Érzelmi támogatás	37
1.4.2.2	Információs támogatás	37
1.4.2.3	Tárgyi támogatás	38
1.4.2.4	Társaság	38
1.4.3	<i>Szülő, mint szerepmódel</i>	38
1.4.4	<i>Szülő, mint az élmények interpretálója – érzelmek megjelenése téthelyzetben</i>	39
<b>1.5</b>	<b>Szülői nevelői attitűdök</b>	<b>44</b>
<b>1.6</b>	<b>Szülők által teremtett motivációs légkör</b>	<b>46</b>
1.6.1	<i>Szef determinációs elmélet</i>	46
1.6.2	<i>Elvárás-érték modell</i>	49
1.6.3	<i>Célorientációs elméletek</i>	51
<b>1.7</b>	<b>A szülők által átélt szubjektív élmény</b>	<b>55</b>
<b>2</b>	<b>KÉRDÉSFELTEVÉSEK ÉS HIPOTÉZIS</b>	<b>61</b>
<b>3</b>	<b>VIZSGÁLATOK</b>	<b>64</b>
<b>3.1</b>	<b>Első vizsgálat: Szülői Autonomiatámogatás Kérdőív (Hagger és mtsai, 2007) hazai adaptációja</b>	<b>64</b>
3.1.1	<i>Módszer</i>	64
3.1.1.1	Eljárás	64
3.1.1.2	Vizsgálati személyek	64
3.1.1.3	Mérőeszközök	65
3.1.1.4	Statisztikai elemzések	65
3.1.2	<i>Eredmények</i>	66
3.1.2.1	Megerősítő faktoranalízis	66
3.1.2.2	Belső konzisztencia	66

3.1.2.3	Teszt–reteszt reliabilitás	67
3.1.2.4	Érvényesség – Konvergens validitás	67
3.1.3	Következtetések	67
<b>3.2</b>	<b>Második vizsgálat - Szülői Bevonódás a Sportban Kérdőív (Lee és MacLean, 1997) hazai adaptációja</b>	<b>69</b>
3.2.1	Módszer	69
3.2.1.1	Eljárás	69
3.2.1.2	Vizsgálati személyek	69
3.2.1.3	Mérőeszközök	70
3.2.1.4	Statisztikai elemzések	71
3.2.2	Eredmények	71
3.2.2.1	Feltáró faktoranalízis	71
3.2.2.2	Belső konzisztencia vizsgálata	73
3.2.2.3	Teszt–reteszt reliabilitás	74
3.2.2.4	Érvényesség – Konvergens validitás	74
3.2.3	Következtetések	74
<b>3.3</b>	<b>Harmadik vizsgálat - Szülői Stresszorok a Sportban Skála kialakítása</b>	<b>77</b>
3.3.1	Módszer	77
3.3.1.1	Eljárás	77
3.3.1.2	Vizsgálati személyek	78
3.3.1.3	Mérőeszközök	78
3.3.1.4	Statisztikai eljárás	81
3.3.2	Eredmények	82
3.3.2.1	Feltáró faktoranalízis	82
3.3.2.2	Megerősítő faktoranalízis	84
3.3.2.3	Érvényesség – konvergens validitás	85
3.3.3	Következtetések	86
<b>3.4</b>	<b>Negyedik vizsgálat – A szülői bevonódás és a szülőkre ható stresszorok előrejelzése és összefüggései</b>	<b>89</b>
3.4.1	Módszer	90
3.4.1.1	Minta	90
3.4.1.2	Felhasznált kérdőívek	90
3.4.2	Eredmények	92
3.4.2.1	A szülő neme, az átélt stressz szintje és a bevonódás mértéke	92
3.4.2.2	A gyermek neme, a szülők által átélt stressz szintje és a bevonódás mértéke	92
3.4.2.3	A szülői sportkarrier, az átélt stressz szintje és a bevonódás mértéke	93
3.4.2.4	A gyermek sportban való részvételének fejlődési szintje és a szülők által átélt stressz, valamint a bevonódás mértéke	94
3.4.2.5	Sportsérülés és a szülők által átélt stressz szintje és a bevonódás mértéke	96
3.4.2.6	A családi állapot és a szülők által átélt stressz szintje és a bevonódás mértéke	96
3.4.2.7	Az iskolai végzettség és az átélt stressz szintje és a bevonódás mértéke	97
3.4.2.8	A gyermekek száma és a szülők által átélt stressz szintje és a bevonódás mértéke	98
3.4.3	A szülői bevonódás különböző formáinak, valamint a szülők gyermeke sportkarrierje során átélt stresszorok értékének előrejelzése	100
3.4.3.1	Bevonódás	100
3.4.3.1.1	Szülői nyomásgyakorlás	100
3.4.3.1.2	Direkt, kontrolláló viselkedés	101
3.4.3.1.3	Aktív bevonódás	101
3.4.3.1.4	Dicséret és támogatás	102
3.4.3.2	A szülők által megélt stressz	103
3.4.3.2.1	Szülői stresszorok összpontszám	103

3.4.3.2.2	Deszelekció-----	104
3.4.3.2.3	Egyesülethez kapcsolódó stresszorok-----	104
3.4.3.2.4	Visszajelzés -----	105
3.4.3.2.5	Iskolához kapcsolódó stresszorok -----	105
3.4.4	<i>Kapcsolat a pszichológiai változók között</i> -----	106
<b>4</b>	<b>KÖVETKEZTETÉSEK -----</b>	<b>108</b>
4.1	A szülői részvétel sajátosságai -----	108
4.1.1	<i>Vizsgálat limitációi</i> -----	113
4.1.2	<i>Gyakorlati vonatkozások</i> -----	114
4.2	A szülők által megélt stressz-----	114
4.2.1	<i>A kutatás korlátai, kitekintés</i> -----	119
<b>5</b>	<b>ÖSSZEGZÉS-----</b>	<b>121</b>
5.1	Summary-----	122
<b>6</b>	<b>IRODALOMJEGYZÉK-----</b>	<b>123</b>
<b>7</b>	<b>SAJÁT PUBLIKÁCIÓK JEGYZÉKE -----</b>	<b>143</b>
<b>8</b>	<b>KÖSZÖNETNYILVÁNÍTÁS -----</b>	<b>145</b>
<b>9</b>	<b>MELLÉKLETEK-----</b>	<b>146</b>
9.1	Demográfiai és sportra vonatkozó kérdések -----	146
9.2	Észlelt szülői autonómiatámogatás kérdőív -----	147
9.3	Szülői Bevonódás a Sportba – szülőknek szóló kérdőív-----	148
9.4	Szülői Stresszorok a Sportban Skála -----	149
9.5	Sportverseny Pillanatnyi Szorongás Skála -----	150
9.6	Frost-féle Multidimenziós Perfekcionizmus Skála -----	151

## Ábrajegyzék

<b>1. ábra:</b> Az utánpótlássport lehetséges előnyei és hátrányai .....	10
<b>2. ábra:</b> A sportban megélt öröm kiváltó tényezői és hatása.....	11
<b>3. ábra:</b> A sportban való részvétel fejlődési modellje (Developmental Model of Sport Participation) .....	15
<b>4. ábra:</b> A sportban való részvétel szakaszainak kapcsolata a tudatos játék és a tudatos gyakorlás mennyiségével .....	17
<b>5. ábra:</b> Sportolói karrier holisztikus modellje.....	21
<b>6. ábra:</b> Hosszútávú Sportolófejlesztési Program modellje .....	22
<b>7. ábra:</b> PPCT konceptuális modellje.....	25
<b>8. ábra:</b> A szülői bevonódás értelmezése Holt és munkatársai alapján.....	40
<b>9. ábra:</b> A szülői részvétel hatása gyermekük motivációjára és teljesítményére Fredericks és Eccles alapján.....	50
<b>10. ábra:</b> A sportban való szülői bevonódás modellje Teques és munkatársai alapján.....	51
<b>11. ábra:</b> A Szülői Stresszorok a Sportban Skála megerősítő faktorelemzéssel kapott eredménye .....	85

## Táblázatok jegyzéke

<b>1. táblázat:</b> Specializációs időszakra vonatkozó szülői stresszorok, Harwood, Drew és Knight alapján .....	57
<b>2. táblázat:</b> A PASSES-H pszichometriai jellemzői .....	66
<b>3. táblázat:</b> A Szülői Bevonódás a Sportban Kérdőív végső feltáró faktorelemzésének eredményei .....	73
<b>4. táblázat:</b> A PISQ-H kérdőív pszichometriai jellemzői.....	74
<b>5. táblázat:</b> A harminc ítemes Szülői Stresszorok a Sportban Skála.....	81
<b>6. táblázat:</b> Szülői Stresszorok a Sportban Skála végső feltáró faktoranalízisének eredményei	83
<b>7. táblázat:</b> Szülői Stresszorok a Sportban Skála inter-item korrelációs mátrixa .....	84
<b>8. táblázat:</b> Korreláció a Szülői Stresszorok a Sportban Skála és a CSAI-2 és PISQ alskálái között.....	86
<b>9. táblázat:</b> A szülő átélt stressz szintje és a bevonódás mértékének nemek szerinti összehasonlítása .....	92
<b>10. táblázat:</b> A szülők által átélt stressz szintje és a bevonódás mértékének összehasonlítása a gyermekük neme szerint.....	93
<b>11. táblázat:</b> A szülők által átélt stressz szintje és a bevonódás mértékének összehasonlítása a szülő sportmúltja szerint.....	94
<b>12. táblázat:</b> A szülők által átélt stressz szintje és a bevonódás mértékének összehasonlítása a gyermek életkori kategóriája szerint .....	95
<b>13. táblázat:</b> A szülők által átélt stressz szintje és a bevonódás mértékének összehasonlítása a gyermek esetleges sportsérülése szerint .....	96
<b>14. táblázat:</b> A szülők által átélt stressz szintje és a bevonódás mértékének összehasonlítása a családi állapot szerint .....	97
<b>15. táblázat:</b> A szülők által átélt stressz szintje és a bevonódás mértékének összehasonlítása az iskolai végzettség szerint.....	98
<b>16. táblázat:</b> A szülők által átélt stressz szintje és a bevonódás mértékének összehasonlítása a gyermekek száma szerint .....	99
<b>17. táblázat:</b> A Szülői nyomásgyakorlás hierarchikus lineáris regresszió modelljei .....	100
<b>18. táblázat:</b> A Direkt, kontrolláló szülői viselkedés hierarchikus lineáris regresszió modelljei .....	101
<b>19. táblázat:</b> Az Aktív bevonódás hierarchikus lineáris regresszió modelljei .....	102
<b>20. táblázat:</b> A Támogató szülői részvétel hierarchikus lineáris regresszió modelljei .....	103
<b>21. táblázat:</b> A Szülői stresszorok skála hierarchikus lineáris regresszió modellje .....	104
<b>22. táblázat:</b> A Deszelekciónak kapcsolatos félelmek hierarchikus lineáris regresszió modellje .....	104
<b>23. táblázat:</b> Az Egyesülethez kapcsolódó stresszorok hierarchikus lineáris regresszió modellje .....	104
<b>24. táblázat:</b> A Visszajelzés hierarchikus lineáris regresszió modellje.....	105
<b>25. táblázat:</b> Az Iskolához kapcsolódó stresszorok hierarchikus lineáris regresszió modellje	105
<b>26. táblázat:</b> Korrelációs vizsgálatok a mért pszichológiai konstrukciók között.....	106

# 1 Bevezetés

Az utánpótlássport egyik fontos kérdése az, hogy hogyan tartható meg a fiatal hosszú távon a sportágában, mivel kerülhető el a korai lemorzsolódása. Mindez összefüggésbe hozható a gyermek környezetének működésével, amelynek központi szereplője maga a szülő. A sportszülő – olyan felnőtt, akinek a gyermeke sportol – kifejezés megszületése 1994-re datálható. Ebben az évben adta ki az American Sport Education Program a *SportParent* című kiadványát (Hanlon, 1994), felismerve azt az igényt, hogy a versenysportot űző gyerekek szülei megfelelő információkra, mélyebb ismeretekre vágnak gyermekük sportszocializációjával kapcsolatban.

Bár a sport közege korán felismerte a szülők jelentőségét és felelősségét, a korai években elsősorban kontrollálni igyekezett a szerepüket. Gyakorló sportpszichológusként a munkám részéhez tartozik, hogy ne csak a sportolókkal, hanem a szüleikkel is tartsam a kapcsolatot. A velük való közös munka ráébresztett arra, hogy ahogy a gyermekeiket, úgy őket is érinti a sportból eredő hatások, legyenek azok számukra pozitívak vagy károsak, és rámutattak a sportszülői lét és szerepkör összetettségére. Egyben megfogalmazódott bennem a hiány egyrészt a sportszülőség jellegzetességeit bemutató háttértudásra, másrészt az ezen a tudáson alapuló (sport)szülői edukációs programokra vonatkozóan. Bár voltak itthoni kezdeményezések, amelyekkel a szülőket igyekeztek segíteni, ezek többsége a versenyek alatti viselkedésre vonatkozott, de nem, vagy csak ritkán tértek ki a teljes szülői szerepkörre. Mindezek motiváltak arra, hogy a sportszülőket válasszam doktori kutatásom témájának, hogy ezáltal rálássak az őket érő hatásokra, és hatékonyabb segítséget tudjak nyújtani a sportoló fiatalok és családjaik számára.

A következő oldalakon tematikusan mutatom be a gondolkodásmódomat nagymértékben formáló szakirodalmat, és ezzel összefüggésben a kutatásomat is.

## 1.1 Az utánpótlás sport hatása a gyermekek személyiségfejlődésére

### 1.1.1 Sportolás előnyei és hátrányai utánpótlás korosztályban

A fiatal versenyzők szempontjából a sportolás számos pozitív hatással járhat (1. ábra). Elsajátítják a hatékony célállítást és kommunikációt, képessé válnak a problémák megoldására, a konfliktusok és az érzelmek kezelésére (Gyömbér és Kovács, 2012). Jótékony hatással bírhat az önértékelésükre, megtanulják a stressz és időbeosztás

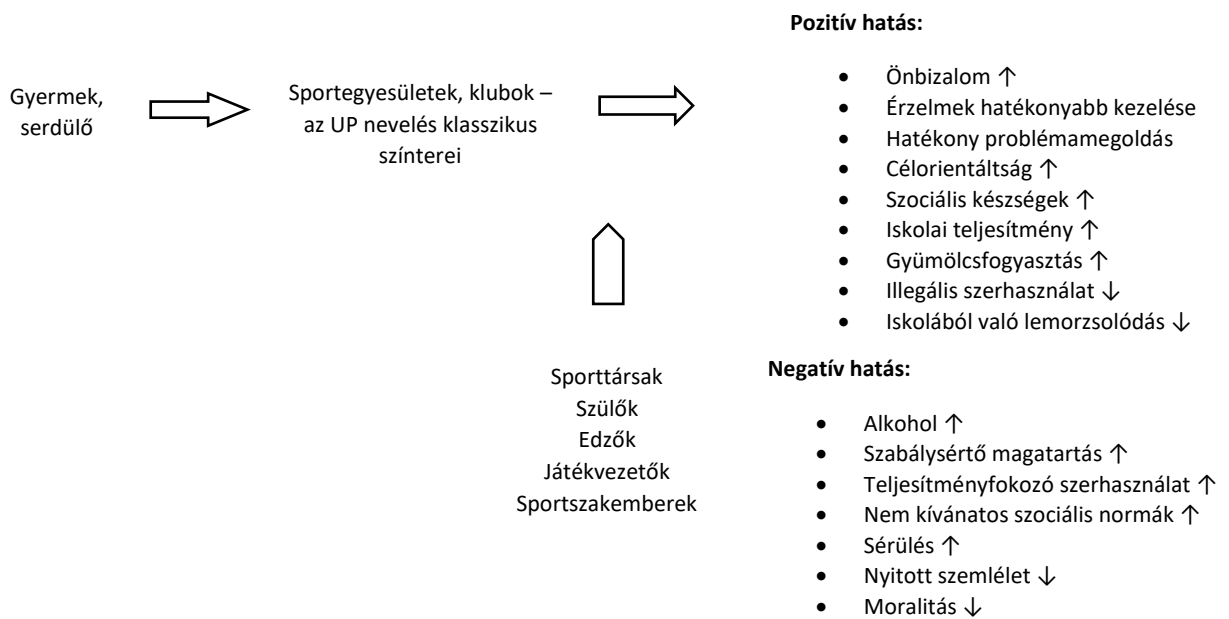
hatékony kezelését (Holt és Knight, 2014), és a szubjektív jóllétre is pozitív hatással bír (Kovács és Perényi, 2014). Amerikai középiskolások mintájában a kutatók azt találták, hogy a rendszeres testedzés a fiatalok vezetői készségeinek kialakításában és fejlesztésében is segített, megfelelő edzői példamutatás mellett (Gould és Carson, 2010). Ream és Rumberger (2008) longitudinális vizsgálatában négy éven keresztül követték 16.000 amerikai fiatal szokásait, a nyolcadik osztálytól a gimnáziumi évek végéig. Eredményeik rámutattak arra, hogy az összes iskolán kívüli tevékenység közül a sport segíti elő a leghatékonyabban a baráti kapcsolatok kialakulását és az iskolából való lemorzsolódás csökkenését. Nemcsak a baráti kapcsolatokat erősítheti a rendszeres sportolás. Több, mint 1300 litván serdülő fiatal vizsgálata során kimutatták, hogy azok, akik rendszeresen sportolnak, szorosabb kapcsolatot alakítottak ki a szüleikkel, mint azok, akik nem sportoltak rendszeresen (Sukys, Lisinskiene és Tilindiene, 2015).

Görög középiskolások mintájában negatív kapcsolatot találtak a rendszeres testmozgás és a tévézés mennyisége között (Malkogeorgos és mtsai, 2010), ahogy egy magyar vizsgálat is negatív összefüggést mutatott ki a heti testmozgás és a képernyőhasználat mennyisége között (Kun és mtsai, 2019). Amerikai tizedikes és tizenkettedikes diákok longitudinális vizsgálatában a csapatsportokban való részvétel előrejelezte az eredményesebb (közép)iskolai tanulmányokat és a jövőbeli elhelyezkedésüket egy számukra megfelelő munkahelyen (Eccles és mtsai, 2003). Hasonló eredményeket hozott egy hazai felmérés is, mely szerint a lányok matematikai kompetenciája, valamint a fiúk matematika és szövegértés teljesítménye jobbnak mutatkozik azoknál, akik rendszeresen sportolnak, szemben a nem sportoló társaikkal (Smohai és mtsai, 2019). Eccles és munkatársai (2003) vizsgálatuk a sport lehetséges árnyoldalára is rámutattak a szerzők, a csapatsportolók alkoholfogyasztási valószínűsége az átlagtól magasabbnak bizonyult (Eccles és mtsai, 2003). Az előző vizsgálat eredményeinek ellentmond Fredricks és Eccles felmérése (2010), amelyben tizenegyedikes amerikai diákok között az iskolai kereteken kívüli sporttevékenység alacsonyabb mértékű alkohol-, és marihuána fogyasztással járt együtt. Hasonló eredményekre jutottak a hazai felmérések is, ahol kiemelik a testedzés protektív hatását a káros szenvedélyek kialakulásával szemben (Mikulán, Keresztes és Pikó, 2010, Pikó és Keresztes, 2007).



A sportolás előnyei mellett szót kell ejteni a versengés (informális, társas összehasonlításon alapul) és versenyzés (strukturált összehasonlításon alapuló teljesítményhelyzetek) adta előnyökről is (Fülöp, Berkics és Pinczés-Pressing, 2015). A versengés maga egy többdimenziós konstruktumnak tekinthető komplex jelenség, melyben meghatározó lehet többek között a versengés intenzitása, moralitását értékelési kritériumrendszere irányultsága (önmagára vagy az ellenfelére) és a versengő felek közötti kapcsolata (baráti, ellenséges, instrumentális) (Fülöp, 2008). Egy magyar vizsgálat során azt találták, hogy a versengés hatására a résztvevők önismerete, időgazdálkodása, a stresszkezelési módszerei, valamint a győzelem és a vereség érzelmeinek kezelése is hatékonyabbá vált (Fülöp, Berkics és Pinczés-Pressing, 2015). Fülöp (2013) három megküzdési mintázatot különít el aszerint, hogyan reagál az egyén győzelem és a vesztes élményéhez: a *kiegyensúlyozott-megküzdő* (adaptív, győzelemre örömmel és aktívációval, vereségre szomorúsággal reagálnak), a *narcisztikus-domináns-agresszív* (győzelemre énfelnagyítással, vereségre önmaguk leértékelésével és haraggal reagálnak) és *elkerülő-feladó versengő* (győzelemre zavarral és óvatossággal, vereségre önleértékeléssel és feladással reagálnak) mintázatokat. Orosz és munkatársai (2018) négy versengéshez kapcsolódó attitűdöt azonosított, a hiperversengőt, az önfejlesztőt, szorongásvezérelt és a versengés iránt közömbös kategóriát.

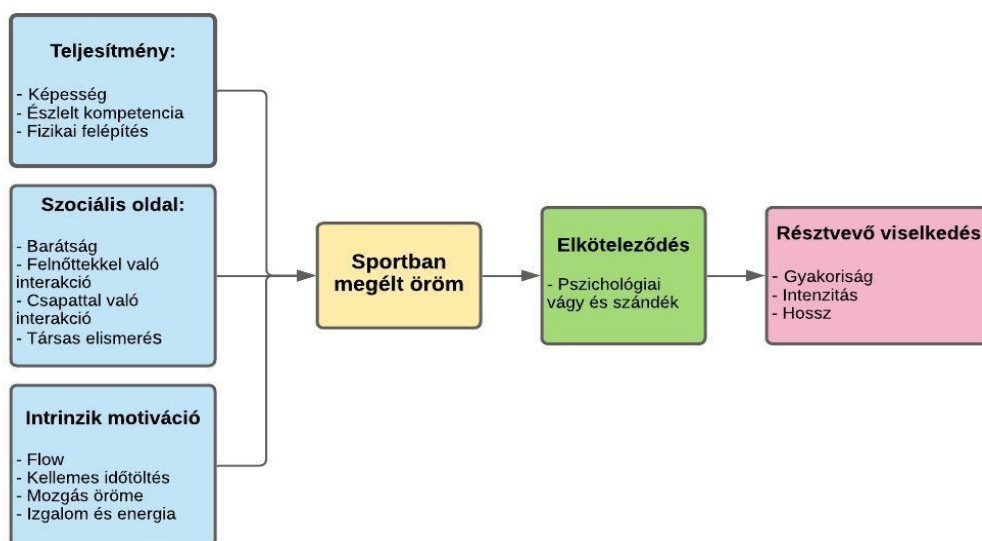
Lee és munkatársai (2008) három csoportra osztották a sport által megszerezhető értékeket: *moralitás* (engedelmesség), *kompetencia* (teljesítmény és képességek fejlődése) és *státusz* (irányítani és győzni). A szerzők vizsgálatuk során kapcsolatot találtak a morális oldal és a proszociális értékek között, valamint a státusz és kompetencia oldal és az elsajátítási és a viszonyítási irányultságok között.



**1. ábra:** Az utánpótlássport lehetséges előnyei és hátrányai

(In Holt, N. L., & Knight, C. J. (2015). *Parenting in youth sport: from research to practice*. London: Routledge, Taylor & Francis Group. p.31.)

A kutatások a fiatalkori sport elsődleges céljaként a sportban megélt öröm szintjét emelik ki (Cope, Bailey, és Pearce, 2013; Weiss és Amorose, 2008). Ez a pozitív élmény több forrásból is táplálkozhat (2. ábra). Ahogy a fiatal észleli önmagán a fejlődést, hogy egyre ügyesebbé és képzetesebbé válik, úgy nő annak az esélye, hogy elköteleződése is erősödjön a sportága iránt. Fontos tényező továbbá a társas környezet minősége, az, hogy milyen kapcsolatot alakít ki csapattársaival és edzőivel, valamint a mozgás öröme, az edzések változatossága is erősíti annak a valószínűségét, hogy a sport sokáig jelen lesz a fiatal életében.



**2. ábra:** A sportban megélt öröm kiváltó tényezői és hatása

(Weiss, M. R., & Amorose, A. J. (2008). Motivational orientations and sport behaviour. In Horn, T. S. (szerk.), *Advances in Sport Psychology* (115–155). Champaign, IL: Human Kinetics. p.151.)

A korai versenyeztetés miatt azonban számos nehézséggel találkozhat a gyermek, ami általában a túlzott mértékű állapotszorongásra vezethető vissza (Weinberg és Gould, 2019). A nagyfokú szorongás hátterében legtöbbször a túlzott elvárások, a hibáktól, valamint a szülői értékeléstől való félelem áll, és mindezek kapcsolatba hozhatók az alacsony önértékeléssel és a negatív (*maladaptív*) perfekcionizmussal (Eklund és Gould, 2007). A végeredményre irányuló túlzott figyelem könnyen vezethet a fiatalnál kiégéshez (*burnout*), ahogy a hosszú, monoton módon ismétlődő edzések, az ellentmondó edzői utasítások, az intenzív szülői bevonódás és az általuk támasztott elvárások is. Az utánpótlás-korosztály egyik legnagyobb problémája a serdülőkori lemorzsolódás veszélye (Crane és Temple, 2014; De Knop, Engström és Skirstad, 1996), ugyanakkor számos más, a fiatalok számára problémát okozó akadály is felmerülhet a sportban való részvétel során (Wiese-Bjornstal, LaVoi és Omli, 2009):

- szociokulturális akadályok akkor léphetnek fel, ha az adott közösség számára nem fontos a sportban való részvétel, vagy nem támogatja azt. Ilyen lehet például a női küzdősportoló helyzete egy olyan családban, ahol a tradicionális női szerepeket támogatják;
- az elérhetőségek és lehetőségek akadályai a nem elérhető távolságban levő sportágakat fedi le, vagy ha a sportoló számára nincs biztosítva az anyagi háttér, vagy a megfelelő sporteszköz;

- interperszonális akadályok közé sorolhatjuk a nem megfelelő a gondozói támogatást, vagy amikor a szülői hiedelmek arról szólnak, hogy a sport kevésbé fontos és értékes más, iskolán kívüli elfoglaltságokkal szemben;
- pszichológiai akadályok is felmerülhetnek, mint például a nem megfelelő önbizalomszint vagy a stresszkezelés nem megfelelő, ugyanakkor idő alapú akadályok is megjelenhetnek, amikor például nem összeegyeztethető az iskolai elvárás az edzésekkel, valamint más feladatokkal is szembesül a fiatal (házimunka, testvér felügyelete...).

A fiatalok lemorzsolódásának hátterében több tényező is állhat. Ezt a problémakört megközelíthetjük egyrészt az elköteleződés szempontjából (Lindner és mtsai, 1991), van, aki nem tud elköteleződni egy sportág mellett sem (*sampler dropout*); más már évekre elköteleződött egy vagy több sportág mellett (*participant dropout*), illetve van, aki más szinten (amatőr, hobbi) folytatja tovább a sportágát (*transfer dropout*). Egy másik besorolás (Klint és Weiss, 1986) szerint megkülönböztethetünk önkéntes (amikor a sportoló szabad akaratából vált), rezisztens (amikor a sportágat szereti, de ahhoz negatív élmények is kapcsolódnak) és vonakodó (amikor bizonyos helyzet miatt, például sérülés vagy költözés nem tudja folytatni) lemorzsolódást. A lemorzsolódáshoz a legtöbb esetben olyan negatív jellemzők társulnak a résztvevők (edzők, szülők és sportolók) számára, mint az elköteleződés hiánya, a kiaknázatlan lehetőségek/képességek és a kudarc érzete (Battaglia és Kerr, 2020).

### 1.1.2 Pozitív utánpótlásfejlesztés

Az utánpótlássport fontos kérdése, hogy hogyan tartható meg a fiatal hosszú távon a sportágában, mivel kerülhető el a korai lemorzsolódás, amely összefüggésbe hozható a szülőkkel és az edzővel kialakított kapcsolat (Fraser-Thomas, Côté és Deakin, 2005), valamint a környezet által teremtett motivációs klíma minőségével is (Sarrazin és mtsai, 2002). A sportpszichológiai támogatás egyik legfőbb célja tehát a sportolók megtartása a versenysportban, ezáltal pedig a mentális fejlesztésük lehetőségeinek a megteremtése. A pozitív utánpótlásfejlesztés (*Positive Youth Development, PYD*) szemléletmódja „a gyermek- és serdülőkori képességek és erősségek változását vizsgálja, valamint azt, hogy milyen feltételek szükségesek a sikeres fejlődéshez, a kibontakozáshoz vagy növekedéshez” (Körössy, 2016 p. 9.).

A sport által a fiatalok számos életkészsége fejlődhet, ezáltal az utánpótlás-nevelés nemcsak a sportághoz szükséges készségeket tanítja meg, hanem a személyiségükre és személyiségfejlődésükre is hatással lehet (Holt és Knight, 2014, Gyömbér, Lénárt és Kovács, 2013, Gyömbér, Kovács és Lénárt, 2016). A sportszervezetek egyik felelőssége, hogy ne csak kiváló sportolót faragjanak a játékosaikból, hanem vegyék figyelembe a játékos személyiségfejlődésének szakaszait, a mentális fejlődését és ezáltal egy kiváló embert neveljenek, aki magas szintű versenyző is egyben. A relatív plaszticitás elmélete alapján (Lerner és Castellino, 2002), ha megfelelő környezetet teremtünk a sportoló számára, akkor ő képes megfelelő módon fejlődni és kialakítani a versenysportoláshoz szükséges szemléletmódot. A PYD-hoz kapcsolódó irodalmak tartalomelemzése során (Holt és mtsai, 2016) azt találták, hogy ez a szemléletmód három nagyobb területet érint: 1) a PYD környezet (társak, edzők és szülők hatása), 2) az életkészségek (*life skills*) fejlesztésén alapuló programok kialakítása, 3) a PYD szemléletmód kimenetele. A metaanalízis alapján a szülők szerepe és részvétele elengedhetetlen a programok hatékony lebonyolításában, illetve gyermekük sportéletében.

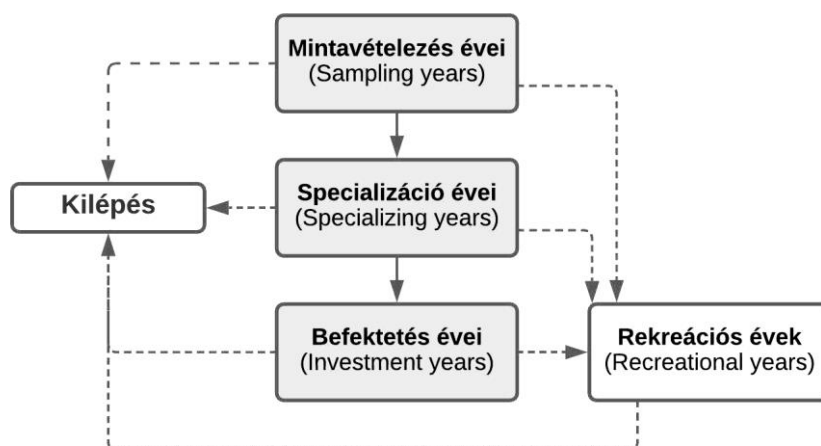
A PYD az összes olyan készség, kompetencia és tapasztalat megszerzésére utal, amelyek elengedhetetlen feltételei a sikeres átmenetnek az utánpótlás korosztályból a felnőtt korosztályba (Schulman és Davies, 2007). Ehhez szükséges, hogy a környezet (edzők, szülők, társak és sportszakemberek) megfelelő módon támogassa a sportoló pszichológiai, emocionális és szociális fejlődését is (Holt és mtsai, 2016). Egy ausztrál vizsgálat során azt találták, hogy a szülők szerint a sport támogató közege nemcsak a készségfejlesztést célozza, hanem ideális terep a mentális egészség megteremtésére is (Hurley, Swann, Allen és Vella, 2020). Ennek jegyében az utánpótlásnevelés során az alábbi pszichés készségek fejlesztését helyezi középpontba Côté és Gilbert 4C modellje (2009): hatékonyságérzet (*Competence*), magabiztosság (*Confidence*), kapcsolódás (*Connection*) és karakter (*Character*). A hatékonyságérzet a sportolók készség- és képességfejlődését helyezi a középpontba (illetve a fejlődés tudatosulását, így a környezet visszajelzéseink szerepét), a magabiztosság a fiatalok kockázatvállalásáról és az erőfeszítésük elismeréséről szól, a kapcsolódás a pozitív társas légkör megteremtésének fontosságát emeli ki, míg a karakter a sportemberré nevelés etikai elveinek – központi fogalmai a proszociális viselkedés és a fair play szellemisége – szintjét mutatja be. A szemléletmód központi eleme, hogy nemcsak a sport, hanem az élet többi területén is

megjelenik a fejlesztő hatása (Papacharisis és mtsai, 2005), illetve ezek a pozitív változások hosszútávú állapotváltozást okoznak az egyén sportban való részvételében (*participation*), teljesítményében (*performance*) és személyes fejlődésében (*personal development*) (3P – Côté, Turnnidge és Evans, 2014).

## **1.2 Sportolói életpálya modellek**

### *1.2.1 A sportban való részvétel fejlődési modellje*

Egy eredményes utánpótláskorú sportoló kineveléséhez elengedhetetlen a szülői környezet és háttér megismerése is, mert mindezek hatással lehetnek a sportoló értékrendjére és viselkedésére (Kurimay, Kurimay és Kurimay, 2012, Gyömbér, Kovács és Ruzits, 2016). A környezet befolyásán túl az életkori sajátosságok is meghatározhatják a szülők és a fiatal sportolók felé irányuló elvárásokat, emiatt fontos a fejlődés eltérő szakaszainak a figyelembevétele a sportolóvá válás útján is. Côté és Hay (2002a) egy háromlépcsős fejlődési modellt (3. ábra) mutatnak be. A modell figyelembe veszi a sportoló fiatalok igényeit és fejlettségét, valamint az edzőkre és a szülőkre vonatkozó kritériumokat is. Központi eleme a sportban megélhető öröm fenntartása, ami a játékról és az edzések játékosságáról az idő előrehaladtával a képesség és az észlelt kompetencia fejlesztésére helyezi a hangsúlyt. A modell kiemeli, hogy a fiatalok bármelyik korosztályban választhatják a rekreációs sportolás formáját, de az edzés onnantól fogva minőségében és céljaiban eltér a versenyzővé válás útjától. Raimundi és munkatársai (2016) rámutattak, hogy a családok eltérhetnek a működés módjukban aszerint, hogy gyermekük rekreációs vagy elit szinten gyakorolja a sportágát, de a pozitív családi működésmód összefüggést mutatott a serdülő sportolók karakterének erősségével, függetlenül attól, hogy a sportot milyen szinten gyakorolta.



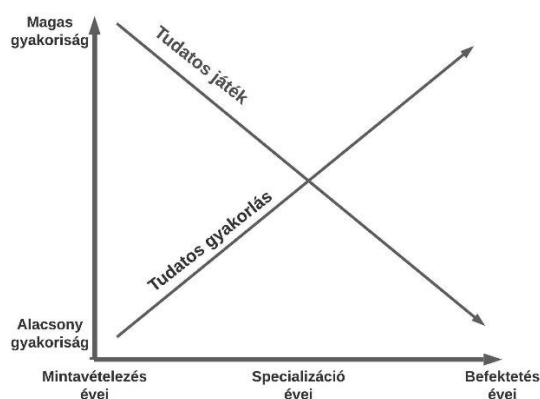
**3. ábra:** *A sportban való részvétel fejlődési modellje (Developmental Model of Sport Participation)* (Côté, J., Hay, J. (2002a). Children's involvement in sport: A developmental perspective. In J. M. Silva and D. E. Stevens (szerk.), *Psychological Foundations of Sport*, Boston, MA: Allyn & Bacon. p.488.)

#### 1.2.1.1 Mintavételezés

Az első, a „**Mintavételezés évei**” (*Sampling years*) szakaszban a szórakozás és az új tudás adta izgalom a meghatározó, ez biztosítja a fiatal sportoló motivációs bázisának az alapját. Legtöbbször a korai lemorzsolódás éppen a sport adta élvezet és öröm elmaradására vezethető vissza: nem tapasztalja önmagán a fejlődés jeleit, esetleg nem kötődik a csapattársaihoz, edzőihez. Ebben az időszakban érdemes számos mozgásformát kipróbálnia a fiatalnak egyetlen sportág melletti elköteleződés nélkül. A korszak edzésformája a tudatos játék (*deliberate play*, Ericsson, Krampe és Tesch-Römer, 1993), egy olyan szervezett aktivitás, amely aktív mozgással és szórakoztató részvétellel jár együtt – a gyermek számára azonnali kielégüléssel jár és a belső motiváció megerősítését célozza (4. ábra). A sportághoz kötődő szabályok az adott életkor fejlettségi szintjén kerülnek kialakításra, annak érdekében, hogy mindenkinek biztosítsák a fejlődés adta sikerélményt. Ebben a periódusban a szülő felé irányuló elvárások a következők: a) biztosítsa a megfelelő játékos aktivitásokat a gyermek számára; b) tegye lehetővé, hogy különböző sportágakat kipróbálhasson; c) adjon pozitív és bátorító visszajelzéseket, kerülje a technikai instrukciók megfogalmazását (Côté, Turnnidge, és Evans, 2014). Már a kezdeti sportévek során szülők sporthoz és a teljesítményhez való hozzáállása meghatározó lehet. Azt, ahogy egy helyzetet a szülő értelmez, segítheti a gyermeküket abban, hogy ők is hasonló módon fel tudják dolgozni az őket érő eseményeket (Kremer-Sadlik és Kim, 2007). A szülők az adott korszakban a sporttól elvárják (Neely és Holt,

2014), hogy gyermekük olyan személyes előnnyel gyarapodjon, amellyel képessé válik önmagát pozitívan észlelni, megérti a személyes felelősségvállalás fontosságát és elsajátítja a fair play szellemiségét. Megszerezhető fizikai előnyként megnevezik a sportos életmód kialakulását és a fizikális képességek fejlődését, míg a szociális előnyök a barátságok kialakulásában, a csapatmunkában és a tekintélytisztelet megjelenésében nyilvánulhatnak meg. Az adott életszakaszban a szülői támogatásnak különösen erős a hatása – szoros kapcsolatot mutattak ki a szülői támogatás mértéke, az iskolán kívüli programok mennyisége, a gyerekek a sportban megélt örömszintje és szorongásmentessége között (Anderson és mtsai, 2003). Egy úszók között történt felmérés eredményei alapján gyermekkorban az édesanya, míg a serdülőkorban a társak hatása a legjelentősebb (Chan, Lonsdale és Fung, 2011). Már a korai évekre is jellemző, hogy a szülők egyfajta nyomást, elvárásrendszert éreznek magukon, amikor gyermekük sportéletéről van szó. Watchman és Spencer-Cavaliere (2017) kutatásában a vizsgálatban résztvevő szülők arról számolnak be, hogy a szabad játék eltűnőben van – egyrészt időhöz kötött minden sporthoz kapcsolódó tevékenység (önmagától ritkán szerveződik), komoly logisztikát kívánva meg tőlük; másrészt a sporttól nemcsak az adott fizikai készség fejlődését várják el, hanem egyéb, más területekre vonatkozó nyereségeket is kívánnak, mint a szociális készségek és kommunikáció fejlődése. További problémaként említik, hogy a sportban való részvétel egyre inkább privilegizálttá válik, vagyis hamar el kell köteleződniük egy sportág mellett, valamint gyermeküknek teljesítenie kell egy bizonyos szintet ahhoz, hogy megfeleljen egy adott szervezet kritériumainak – azaz már a korai évekre is jellemző a teljesítménykényszer. Dunn és Tamminen (2021) kutatásában azt találta, hogy a szülőket aggodalommal tölti el, ha a gyermekük túl korán válik a versenysport részévé, mert ezzel az előtt köteleződik el egy sportág mellett, mielőtt kialakulhatnának a versenyzéssel járó stressz hatékonyan kezeléséhez szükséges pszichoszociális készségei.





**4. ábra:** A sportban való részvétel szakaszainak kapcsolata a tudatos játék és a tudatos gyakorlás mennyiségével

(Côté, J., Hay, J. (2002a). Children's involvement in sport: A developmental perspective. In J. M. Silva and D. E. Stevens (szerk.), *Psychological Foundations of Sport*. Boston, MA: Allyn & Bacon. p.496.)

A korai specializációjú sportágakban már a korai életkorokban is megjelenhet a magas szintű teljesítmény igénye. Noha a szülők még kevésbé vonódnak be gyermekük sportéletébe, ugyanakkor az anyagi és az érzelmi támasz mértéke nagyobb, mint azokban a sportágakban, ahol nincs szükség a korai elköteleződésre (Côté, Strachan és Fraser-Thomas, 2008). Egy vizsgálat során kimutatták (Livingston, Schmidt és Lehman, 2016), hogy azok a szülők észlelték jobban gyermekük képességeinek a javulását, ahol korábban kezdtek el az adott sportot, de ugyanők jellemezték úgy önmagukat, mint akik komoly áldozatokat hoztak mindezekért, legyen szó anyagi háttérről, lemondott családi programokról vagy iskolai teljesítményről. Minél régebb óta vett részt a gyerek a sportban, a család számára annál valószínűsíthetőbb, hogy az adott elfoglaltság kevesebb élvezettel járt. Nagyobb az esélye annak, hogy a család ég ki a sporttal kapcsolatban, szemben a gyermekkel, aki még tudja élvezni a játékot. A fiatalok szempontjából is számos veszélyt rejthet a túl korai specializáció: a teljesítménynyomás és kiegészítés lehetősége mellett megnövekedik az esélye az egydimenziós énfogalom kialakulásának (csak sportolóként definiálja önmagát, akinek az életében nincs más), valamint a társaiktól való izolációnak. A korai specializáció hiánya vagy elmaradása nem zárja ki egyértelműen az élsportolóvá válás lehetőségét (Crane és Temple, 2014), noha a legtöbb fiatal hátrányban érzi magát, ha nem köteleződött el korán a sportága mellett – az elköteleződés hosszú távon kifizetődőnek tűnik. Azok, akik számos sportágat próbáltak ki a mintavétel időszakában, általában tovább is sportolnak (Weinberg és Gould, 2019), ezzel szemben az esztétikai sportokat gyakorlók között nem találtak kapcsolatot a korai

specializáció és az extrinzik jellegű motiváció között (Downing, Redelius és Nordin-Bates, 2021). A legújabb vizsgálatok cáfolják a korai specializáció negatív következményeit: míg Larson és munkatársai (2019) az úszás sportágában nem találtak szignifikáns kapcsolatot a lemorzsolódás és a korai specializáció között, addig Downing és munkatársai (2021) alacsonyabb szintű kontrollált motivációt találtak azoknál, akik hamarabb kezdtek el specializálódni, amely kapcsolatra a szülői befolyás nem volt hatással. További vizsgálatok szükségesek ahhoz, hogy feltárjuk és megismerjük, milyen hatással jár a korai specializáció a gyermek személyiségfejlődésére és működésére.

### 1.2.1.2 Specializáció

A „**Specializáció évei**” (*Specializing years*) egy rövidebb időszakot fednek le, amely 13 éves kor körül kezdődik és legtöbbször 16 éves kor körül be is fejeződik. Ebben a szakaszban a fiatalok egy vagy két sportágra specializálódnak. A sportolás alapját még mindig az öröm adja, de egyre jelentősebb hangsúlyt kap a sportágspecifikus képességek és készségek fejlesztése is. A tudatos játék mellett fokozatosan szerephez jut a tudatos edzés (*deliberate practice*; Ericsson, Krampe és Tesch-Römer, 1993, 4. ábra). Míg a tudatos játék célja az öröm fenntartása egy azonnali visszajelzést és kielégülést biztosító, szabályozott játékhelyzet keretein belül, addig a tudatos edzés a készségfejlesztést tűzi ki célul, a maga késleltetett visszajelzésével és a feladatok ismétlődő, sokszor monoton jellegével. A tudatos edzés legfőbb motivációs bázisa a fejlődés (Côté, Turnnidge és Evans, 2014).

A modellben ismét kiemelt figyelmet kapnak a korai specializációjú sportágak. Mivel ezek a sportágak teljesítményközpontúak, a tudatos edzés túlsúlyba kerül, a tudatos játék szintje alacsony marad, mindennek következményeképpen pedig a túledzettségből fakadó sérülések esélye növekedhet és a sportban megélt öröm szintje csökkenhet – mindez növelheti a korai lemorzsolódás esélyét (Côte, Strachan és Fraser-Thomas, 2008).

A serdülőkor kezdetével a szülők felé irányuló elvárások is megváltoznak. A növekvő edzésszámmal az anyagi költségek mértéke is emelkedik, így nagyobb terheket ró a családra a sport. Vizsgálatok kiemelik, hogy ebben a szakaszban kifejezetten fontos a szülők és gyermekeik között a közös célok egyeztetése (Harwood és Knight, 2015; Knight és Holt, 2014), amely során a fiatalok ismertetik céljaikat, a szülők pedig segítik ezeket egyensúlyba hozni a lehetőségek mentén, figyelve a sport – iskola - magánélet

egyensúlyának fenntartására. A szülőnek kiemelt szerepe van abban, hogy megbeszélje gyermekével a karrierjét illető lehetőségeit, miközben engedélyezi, hogy a gyerek maga válassza meg az edzések intenzitását és gyakoriságát (Côte, 1999). A szülők érzelmi támasz funkciója jelentős, éppen ezért számos helyen kiemelik, hogy a visszajelzések ne a verseny végkimenetelére, hanem a fiatal erőfeszítésének mértékére és a hozzáállására vonatkozzanak (Côté, Turnidge és Evans, 2014).

### 1.2.1.3 Befektetés

A „**Befektetés évei**” (*Investment years*) során nemcsak a fiatalok, hanem a szüleik is elköteleződnek egy adott sportág mellett, további anyagi áldozatot, plusz időt és energiát szánva rá. Az érzelmi támogatás szerepe egyre hangsúlyosabbá válik. A szülők segítenek a gyermeküknek megküzdeni a sportolás során fellépő nehézségekkel, mint a sérülésekkel, a kimerültséggel, a fokozódó külső elvárásokkal, a hibák feldolgozásával és a motiváció hullámzásával (Côte, 1999). Ez a korszak már a magas szintű versenyek és a teljesítmény időszaka. Egy felmérés szerint az idő múlásával a szülői részvétel és közvetlen hatás mértéke egyre jobban csökken, míg a kortársak és az edzők szerepe egyre fontosabbá válik (Knight és Holt, 2012), noha egy másik vizsgálat eredményei a sikeres korosztályváltás háttérében nagyobb mértékű szülői irányító, kontrolláló viselkedést mutattak (Wuerth, Lee és Alfermann, 2004).

### 1.2.2 A sportolói karrier holisztikus modellje

Számos sportolói életpályamodellel ismert. A Wylleman és Lavallee (2004) által megalkotott, sportolókat érintő változásokat bemutató fejlődési modell, A sportolói karrier holisztikus modellje (*Holistic Athletic Career Modell*, Wylleman és Lavallee, 2004; Wylleman, 2018, 5. ábra), felhívja a figyelmet arra, hogy az életkori váltások során a versenyzők fejlődési kríziseken eshetnek át, valamint bemutatja, hogy milyen területeken kell helytállnia a fiataloknak és milyen színterei lehetnek a változásoknak.

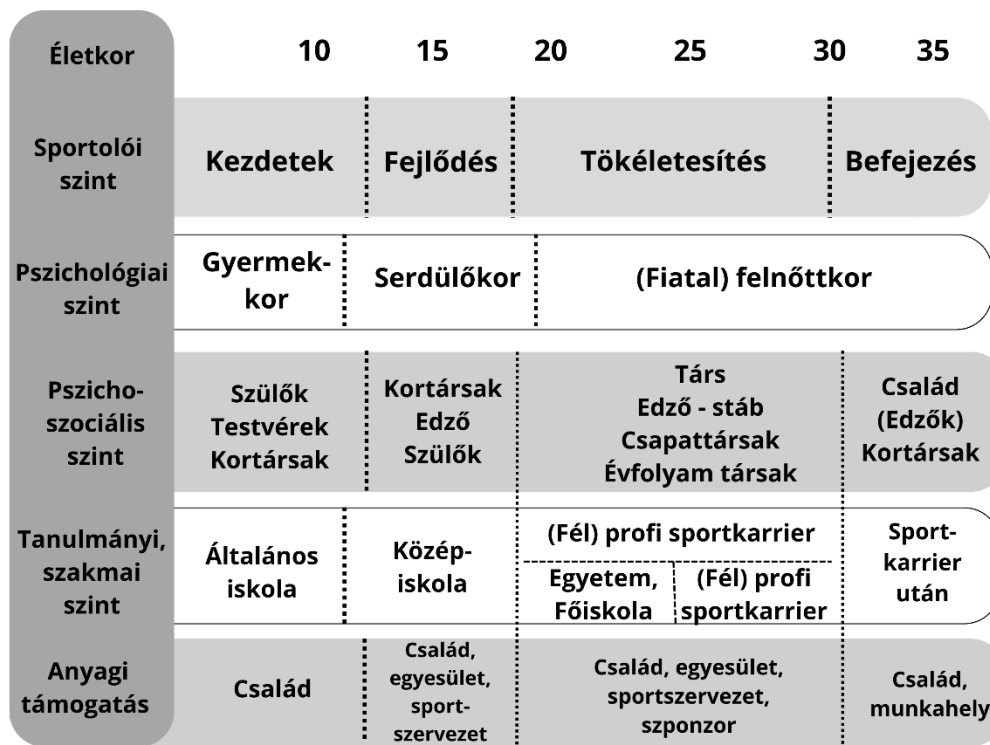
A *Kezdetek* szakaszban természetesen a szülőkre nehezednek többletfeladatok, többnyire az ő befolyásukra kezdik el a gyermekek a sportolást, így az általuk mutatott minta hatása jelentős. Szerepük nemcsak a példamutatásban merül ki, hanem abban is, hogy a motorikus képességek fejlődése érdekében megismertessék gyermekükkel az alap mozgásformákat, és biztosítsák a lehetőséget arra, hogy különböző sportágakból tudjanak

tapasztalatokat gyűjteni. A modell szerint az első váltás 13 éves kor körül történik, amikor a fiatalok egy adott sportágra specializálódnak – természetesen a gyakorlatban vannak kivételek, bizonyos sportágakban ez a specializáció már sokkal korábban megtörténik. Ilyenkor, a *Fejlődés* szakaszban, a megnövekedett edzésszám mellett az iskolai terhelés is fokozatosan emelkedik, így fontos a megfelelő időbeosztás, esetenként a magántanulói státusz megfontolása. Ettől a korszaktól kezdve, a fiatalok számára már kiemelt veszélyt jelenthet az egydimenziós sportolói identitás (Coakley, 1992), ami azt a nehézséget hordozza magában, hogy a sportoló egyedül csak a sportolói karrierben tud gondolkodni, minden más alternatívát messze elkerül vagy nem hajlandó azokkal foglalkozni. Sok esetben, különösen a kezdeti időszakokban, csak az előnyt érzékelik a magántanulói státusznak, de a serdülőkor vége felé többletszorongást is okozhat az iskola esetleges háttérbe szorulása, ami akár a versenyeken nyújtott teljesítményre is kihathat. A versenyző tisztában van azzal, ha nem tudja megoldani a téthelyzetet és a versenyekről nem hozza a kívánt eredményeket, akkor a versenyzői karrierje veszélybe kerülhet, és onnan már gyakran nincs más, a sportolást helyettesítő lehetősége, nem is lát más utat a megélhetésre. Nemcsak a versenyszorongással, hanem a sérülésekkel és a kiégéssel is összefügghet az egydimenziós sportolói identitás: nagyobb eséllyel tapasztalhatják magukon a burnout tüneteit és morzsolódhatnak le idejekorán azok, akik a sport mellett nem tanulnak tovább, nincs „B”-tervük (Kovács és mtsai, 2020a). Láthatjuk tehát, hogy a kettős karrier támogatása miért és mennyire fontos, amelyben a szülők szerepe bár kiemelkedő, mégis alul elemzett a sport világában.

A legtöbb kihívást általában a *Tökéletesítés* szakaszába történő váltás jelenti, ilyenkor, 16-17 éves kor körül jelenik meg egyre markánsabban a versenysport és az amatőr sport közötti különbség. A versenysportot választó fiataloknál a sport melletti teendők egyre inkább háttérbe szorulhatnak, így nemcsak az iskolával, hanem a családdal szemben is egyre több konfliktushelyzet alakulhat ki.

A szülők szerepköre két helyen is megjelenik a modellben, egyrészt pszichoszociális szinten, másrészt mint a támogatások egyik forrása. A szülői szerep az évek múlásával egyre inkább háttérbe szorul, míg a kortársak és az edző szerepe felerősödik és jelentősebbé válik, tehát a környezet szerepe is dinamikusan változik, ami nemcsak a fiatalnak ad feladatokat, hanem a családjának és a felkészítőinek is alkalmazkodniuk kell a megváltozott szerepkörökhöz. Ennek ellenére egy, a kettős karrierre vonatkozó

szisztematikus irodalmi áttekintés mindössze tizennégy olyan cikket talált, amely a szülőkkel is foglalkozik (Tessitore és mtsai, 2021). A sport és tanulás egyensúlyának biztosítása nemcsak kihívásokat állít a szülők elé, hanem stresszforrásként is megjelenik, mely során a szülő nemcsak a gyermeke sportklubjával, hanem az iskolájával is szembe kerülhet a gyermek feladatait és időbeosztását menedzselve.



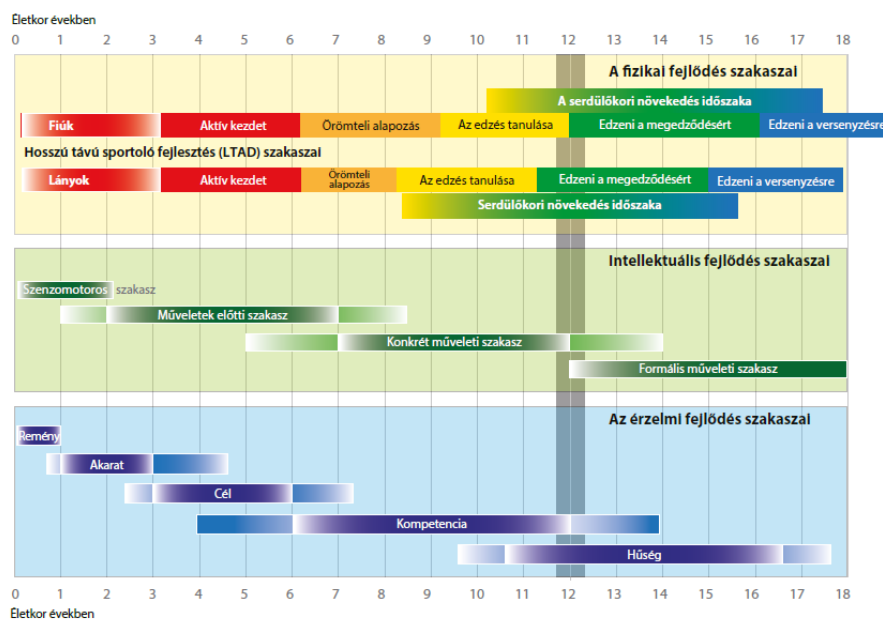
**5. ábra:** Sportolói karrier holisztikus modellje

(Wylleman, P. (2018). Sport psychologists assisting young talented athletes faced with career transitions. In C.J. Knight, C. G. Harwood, D. Gould (Eds.), *Sport Psychology for Young Athletes*, Routledge, London. p.143.)

### 1.2.3 Hosszú távú Sportolófejlesztési Program

Az LTAD (*Long-Therm Athlete Development*; Balyi, Higgs és Way, 2013, Géczi és Balyi, 2016, Kovács és Gyömbér, 2022) más szemszögből közelíti meg a sportolói karrier szintjeit, egy, a sportoló fizikális és kognitív érettségi szintjét is figyelembe vevő programot biztosít a sportszakemberek számára. Első két szakasza (*Aktív kezdetek és Örömteli alapozás*, 6. ábra) – akárcsak Wylleman és Lavallee modellje – kihangsúlyozza a játékosság és az öröm fontosságát, valamint a változatosság szerepét. Fontos eleme a programnak, hogy a fiatal gyerekek minél több sportágat megismerjenek és kipróbáljanak, mert ez a jövőbeli teljesítményükre is pozitív hatással lesz. Egyes kutatások kimutatták, hogy a kései specializáció nem gátja a jövőbeli sikerességnek,

ellenben a korai specializáció magában hordozhatja a korai kiégés veszélyét (Côte, Strachan és Fraser-Thomas, 2008; Crane és Temple, 2014). Az *Edzés tanulása* és az *Edzeni a megedződésért* periódusokban jellemzően a versenyek szerepe még háttérbe szorul, sokkal inkább az edzőmunka fontossága emelkedik ki, hogy a sportoló megismerje az edzések felépítését, hogy melyik gyakorlat mire szolgál, és képes legyen észlelni saját fejlődését. Az elsődleges cél, hogy jó, megfelelő képességekkel rendelkező sportoló váljon a fiatalból, és ha ez kialakult, csak akkor kezdje elsajátítani az egyre eredményesebb versenyzés sajátosságait. A program erőssége, hogy a sportolóknak és az edzőknek is megszilárdítja a fejlődésorientált hozzáállást, így leveszi róluk a korai eredményelvárás terhet. Továbbá tudatosítja azt is, hogy a versenyzés során megélt éles helyzetek nem egyeznek meg az edzésen tapasztaltakkal, ugyanis a versenyzés számos olyan kihívást állít a fiatalok elé, amelyek hatékony megoldásához idő, versenyrutin és érettség is szükséges. Ahogy a holisztikus modell a *Tökéletesítés* szakaszát, úgy Balyi és munkatársai az *Edzeni a versenyzésre* periódusát 16 éves korra datálják – itt a versenyszerű edzés, valamint a versenyek szerepe egyre jelentősebb lesz, ahogy a sportoló egyre nagyobb rutinra tesz szert. A modell kiemeli a szülők szerepének fontosságát – nemcsak szerepmódként mutatnak példát gyermeküknek, hanem a megfelelő sportolói attitűd kialakításában is részt vállalnak. Fontos megjegyezni, hogy a modell szerint az idő előrehaladtával a szülői szerepkör megváltozik – egyre inkább háttérbe vonulnak, átadva a feladatot az edzőknek.



6. ábra: Hosszútávú Sportolófejlesztési Program modellje

(Balyi I., Géczi G., Bognár J., Bartha Cs. (2016). *Hosszú Távú Sportolófejlesztési Program*, Magyar Olimpiai Bizottság p.34.)

#### 1.2.4 Bronfenbrenner ökológiai modellje

Bronfenbrenner (1995; Bronfenbrenner és Morris, 1998) Folyamat-Egyén-Környezet-Idő (*Process-Person-Context-Time*, PPCT) modellje jól alkalmazható a PYD kontextusában, a kimagasló sportolói teljesítmény megértéséhez. A PPCT szerint a környezet dinamikus és állandóan változó tényező, amely minden gyermekre azonos hatással bír – legyen szó akár a szülő-gyermek kapcsolat minőségéről. A modell elméleti kerete új lehetőséget ad a versenyzővé válás folyamatának feltérképezéséhez és értelmezéséhez (DiSanti és Erickson, 2020). Az ökológiai modellt négy karakterisztika mentén jellemezhetjük (7. ábra).

Az első egység, az „Egyén” (*Person*), azt írja le, ahogy az egyén a megjelenésén keresztül hat a környezetére, amely a következő három jellemzővel bír:

- Az Igények (*demands*) arra utal, hogy az egyén külső megjelenése (életkor, nem, bőrszín és fizikai megjelenés) miként hat a környezetére. Utánpótlássport esetében ide sorolhatjuk a biológiailag fejlettebb sportolókhöz vagy a nemhez kapcsolódó sztereotípiákat, amelyek hatással lehetnek az edző-sportoló kapcsolat minőségére (Becker és Solomon, 2005), illetve az életkori és a nemi jellemzők szempontjából a sportra való specializáció kérdéskörét is, azaz, hogy mikor köteleződjön el a fiatal egy sportág mellett. (DiSanti és Erickson, 2020)
- Az Erőforrások (*resources*) a személy múltbeli tapasztalataira utalnak, és meghatározzák, hogyan fogja értelmezni az eseményeket. Az utánpótlássport kontextusában a fő kérdésköre, hogy vajon a siker háttérében a sportoló kiemelt kognitív és szociális erőforrásai állnak vagy a siker miatt bírnak több erőforrással? (DiSanti és Erickson, 2020)
- A Hatalom/Erő (*force*) az egyén aktív részvételét írja le. Ide tartozhat például a fiatal sportoló motivációja, amelyre a közvetlen környezete jelentős hatással bír. (DiSanti és Erickson, 2020)

A „Folyamat” (*Process*) azt a dinamikát írja le, ahogy a személy hosszabb ideig interakcióba kerül a környezetével és ahogyan hatnak kölcsönösen egymásra. Sportkörnyezetben jó példa lehet erre az, ahogy a sportoló a környezetét érzékeli és ez milyen hatással van például a korosztály-váltására, vagy hogy hogyan befolyásolja az

edző-sportoló kapcsolatot például az, ha az edző egyben a fiatal sportoló szülője is. (DiSanti és Erickson, 2020)

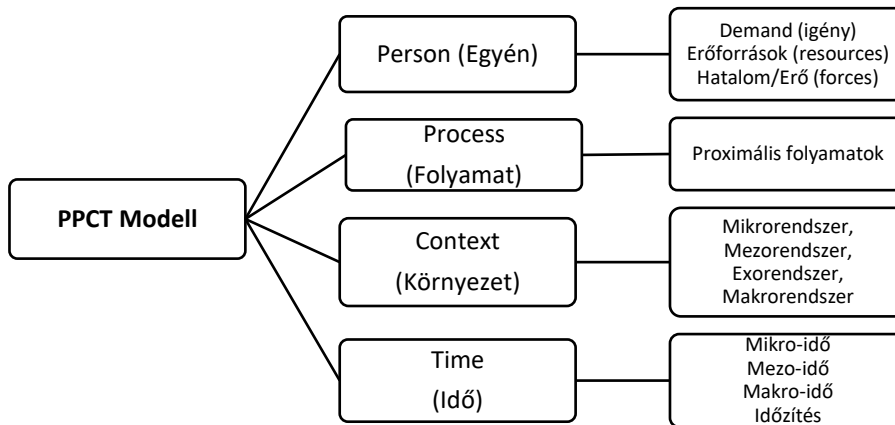
A „Környezet” (*Context*) dimenzió a környezet öt szintjét foglalja magába:

- mikrorendszer: közvetlen hatással bír az egyénre (sporttársak, edzők, szülők);
- mezorendszer: a mikrorendszer elemeinek kapcsolatára utal, hogyan tudja összeegyeztetni a fiatal sportoló a különböző feladatait (iskola-sport-családi élet egyensúlyának megteremtése);
- az exorendszer a mindennapi életet és a fejlődést indirekt módon befolyásoló intézményeket és területeket jelenti (például azoknak a sportszakemberek attitűdjei, akikkel a sportoló nem áll közvetlen kapcsolatba);
- makrorendszer: az adott kultúra nézeteit és hiedelmeit foglalja magába, amelyek leírhatják egy adott nemzet versenysporthoz, vagy akár eredményességhez való hozzáállását is.

Végül a modell utolsó ága az „Idő” (*Time*). Ebben ismét megkülönböztethetünk mikro, mezo és makro periódusokat, valamint az időzítés tényezője is ide sorolható, amely az események és az interakciók sorrendjeinek egymásra hatását írja le.

A modell felhívja a figyelmet arra, hogy nemcsak a sportoló és edző kapcsolatát, hanem a szülők dinamikáját is érdemes feltárni az adott sportkörnyezetre vonatkozóan. Harwood és munkatársai (2019a) kritikái áttekintésükben felhívják a figyelmet arra, hogy az utánpótláskorú sportolók pszichoszociális fejlődésének hatékonyabb megértéséhez Bronfenbrenner elméleti kerete új lehetőségeket adhat a kutatók és a gyakorlati szakemberek számára is, különösen tekintettel a *Környezet* dimenziójára. Bár a szülők főként a mikrorendszer részei, attitűdjeiket és viselkedésüket meghatározhatja a többi rendszer is (például a munkahelyi és kulturális elvárások). Dorsch, Smith és Dotterer (2016) a modell alapján végzett kutatása kimutatta, hogy a szülők és gyermekek által kialakított meleg kapcsolat és pozitív elsajátítási légkör hatására nagyobb az észlelt támogatás mértékét, míg a teljesítményirányultság és a konfliktusok magas szintje a szülői nyomás észlelését erősítik. A vizsgálat egyik sajátos eredménye, hogy a szülői támogatás és nyomásgyakorlás együttes észlelése is lehetséges, ugyanakkor ezt a viselkedést a gyermek pozitívnak is észlelheti, nem feltétlenül bír negatív hatással rájuk, ahogy a kapcsolatban megjelenő konfliktusok sem, mindaddig, amíg biztosítják a meleg szülői háttérrel a gyermeknek.





**7. ábra:** PPCT konceptuális modellje

(DiSanti, J. S., & Erickson, K. (2020). Challenging our understanding of youth sport specialization: an examination and critique of the literature through the lens of Bronfenbrenner's Person-Process-Context-Time Model. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, p.3.)

### 1.3 A szülő szerepe és hatása gyermeke sportéletében

#### 1.3.1 A szülő sportszocializációja és részvétele gyermekük sportéletében

A szülők *sportszocializációja* a viselkedésben, a gondolkodásban és az érzelmi szinten történő változások összességét jelenti. A szervezett sport hatására következik be, amelyben a gyermekük vesz részt (Dorsch, Smith és McDonough, 2009, p. 446). Dorsch, Smith és McDonough (2009) felmérése szerint a szülőknél az alábbi szinteken történhet meg a változás: a) viselkedésükben (támogatás, áldozathozatal, részvétel mértéke és típusa); b) a kogníció/ismeretek szintjén (célok, ismeretek, tudatosság, ismeretek); c) érzelmeikkel kapcsolatban (érzelmi kötődés a sporthoz, érzelmek kezelése, érzelmekre adott válaszok-reaktív) és d) a szülő-gyermek közötti kapcsolat minőségében (kommunikáció, gyermek-szülő kapcsolat, szülő-sporttársak kapcsolat). A szülők minél inkább bevonódnak érzelmileg, annál több szerepet vállalnak önkéntesként, segítőként gyermekük sportágában. Hat olyan közvetítőt (moderátort) azonosítottak, amelyek a szülői bevonódás mértékére befolyással lehetnek: 1.) a gyerek életkora (minél idősebb, annál jobban bevonódik); 2.) a szülők sportmúltja; 3.) a gyermek és a szülő neme; 4.) a gyerek temperamentuma, személyisége; 5.) a közvetlen környezet támogatásának a mértéke; 6.) a sportág típusa (egyéni vagy csapat). Egy másik felmérés (Knight és mtsai, 2016) a következő szülői bevonódás mértékét befolyásoló tényezőket különböztetett meg:

- a versengés és a versengő környezet, ami körülveszi az utánpótlás sportot;
- a többi szülő és az edzők viselkedése, személyisége;

- a saját maguk viselkedéséhez kapcsolódó aggodalmak;
- az adott sportághoz kapcsolódó ismeretek és élmények;
- előzetes sportszülői tapasztalatok (ha már van egy idősebb gyermekük);
- a gyermek sportágához kapcsolódó célok és hiedelmek.

Az említett tényezők mentén a szerzők négy szülői viselkedésmintát különböztettek meg, amelyek között létezhet átmenet és szerepvadás is: 1.) a „támogató”, aki igyekszik mindent megadni gyermekének; 2.) az „edző”, aki tanácsokkal és instrukciókkal szolgál; 3.) az „adminisztrátor”, aki önkénteskedik a gyermek körül, lelkesít, de a sport technikai oldalába nem szól bele; valamint 4.) a „szolgáltató”, aki igyekszik mindent biztosítani a gyermeke számára, de nem szól bele a sportéletébe, meghagyva számára a szabad döntés lehetőségét.

Azon túl, hogy a szülő részt vesz gyermeke sportágában, egyúttal el is köteleződik mellette, eredményeképpen kialakul egyfajta motiváció, ami a közös programokban való részvételhez kapcsolódik. A *szülői részvétel és bevonódás* olyan magatartásformák gyűjteménye, amelyek közvetlenül vagy közvetve hatnak a gyermekek fejlődésére és teljesítményére, és amelynek kognitív, viselkedéses és személyes aspektusai egyaránt lehetnek (Grolnick és Slowiaczek, 1994) – egy olyan többdimenziós konstruktum, amely tartalmazza a szülőnek a gyermeke aktivitásához kapcsolódó gondolatait és érzéseit, valamint támogató vagy elváró (szülői nyomás) viselkedés formájában is megjelenhet (Leff és Hoyle, 1995). A szülői részvétel típusa alapján lehet passzív vagy aktív (Green, 2011). Passzív befolyás akkor jelenhet meg, ha a szülő nem támogatja, vagy bátorítja aktívan a sportot. Aktív szülői ráhatás pedig akkor valósulhat meg, ha részt vesznek gyermekük sportéletében, biztosítják a sportoláshoz szükséges eszközöket, és azt, hogy eljusson az edzés vagy verseny helyszínére, valamint, ha fontos, szerepet játszanak a fiatal sportoló sportéletéhez kapcsolódó döntéseiben, továbbá biztosítják a verbális bátorítást és a gyerek képességére adott pozitív visszajelzéseket. Csíkszentmihályi, Rathunde és Whalen (2010) szerint a tehetséges fiatalok számára az ideális szülői légkör a komplexitás fogalmával írható le, amely az integrált és differenciált tulajdonságokkal jellemezhető. Az integritás mutatja meg a családtagok kötődésének a mértékét, ez adja a biztonság és stabilitás érzetét. A differenciálódás ezzel szemben a családtagok azon készítéséről szól, amely az új feladatok keresését és a fejlődés lehetőségét biztosítja. A fiatal tehetségek fejlődését általában a magas szintű támogatás és magas szintű kihívás jellemzi.

Egy, a szülői bevonódás vizsgálatához kapcsolódó korai felmérés szerint, azok a fiatal birkózók, akik szüleik felől nagyobb nyomást érzeltek, magasabb szintű állapotszorongásról számoltak be (Scanlan és Lewthwaite, 1984), ugyanakkor magasabb volt a sportban megélt öröm szintje akkor (Scanlan és Lewthwaite, 1986), amikor a szülők (és edzők) kimutatták az elégedettségüket a sportolók felé. Összefüggést találtak a fiatal birkózók verseny előtti szorongása és a sportban megélt öröme, valamint a szülői nyomásgyakorlás között. Más felmérések szerint nem lineáris (*U-alakú*) kapcsolat jelent meg a fiatal sportoló által megélt stressz és a szülői bevonódás mértéke között, valamint fordított U-alakú kapcsolat jelentkezett a sportban megélt öröm szintje és a bevonódás mértéke között (Power és Woolger, 1994; Stein, Raedeke, és Glenn, 1999), azaz egy közepes szintű szülői részvétel bizonyult ideálisnak az utánpótláskorú sportolók szempontjából. A szülői bevonódás befolyással lehet a gyermek sportban megélt jóllétére és az észlelt képességek szintjére (Lagacé-Séguin és Case, 2010). Azok a gyerekek képesek hatékonyabban észlelni saját fizikai kompetenciájukat, ahol a szülők nagyobb kihívásokat támasztanak feléjük (Kimiecik és Horn, 2012), bár egy másik vizsgálat a fizikális önértékelést inkább az edzővel való kapcsolat minőségével hozta összefüggésbe (Jowett és Cramer, 2010).

A sportban a szülői nyomás olyan szülői viselkedésként is megjelenhet, amit a gyermek túlzott, magas vagy teljesíthetetlen elvárásként érzékelhet, egyúttal tartalmazhatja a felnőtt saját győzelem iránti fokozott vágyát, a versenyek után érkező kritika túlzott mértékét és az erőteljesen korlátozó viselkedést is (Eklund és Tenenbaum, 2014). Egy másik meghatározás szerint egy olyan irányító, kontrolláló szülői viselkedésként definiálható, amelynek célja a szülők számára fontos sportolói válaszok és kimenetelek ösztönzése, és olyan negatív következményekkel járhat, mint a fiatal sportoló önmaga teljesítményére vonatkozó elégedetlensége és a teljesítményhez kapcsolódó szorongása (O'Rourke, Smith, Smoll és Cumming, 2011). Hoover-Dempsey és Sandler (1997) szerepkonstrukció elmélete szerint azok a szülők vonódnak be jobban gyermekeik iskoláztatásába, akik azt gondolják, hogy ez része a szülői szerepnek, ez a hatás pedig a sportkörnyezetben is megjelenhet. A szülői nyomást kapcsolatba hozták a gyermek sport iránti örömeztetének csökkenésével, alacsony szintű önbizalmával és önértékelésével, növekvő mértékű állapotszorongással – mindez hosszabb távon a korai lemorzsolódáshoz

is vezethet (Scanlan és Lewthwaite, 1984; Scanlan és Lewthwaite, 1986; Power és Woolger, 1994; Stein, Raedeke és Glenn, 1999; O'Rourke és Smith, 2011).

Lee és MacLean (1997) a szülői részvétel négy típusát különítették el annak mértéke és jellege szerint: 1.) direkt, kontrolláló viselkedés; 2.) szülői nyomásgyakorlás; 3.) aktív bevonódás; 4.) dicsérő és támogató viselkedés. Felmérésük eredményei szerint, amelyet 10-15 éves úszók között végeztek, az észlelt szülői nyomás kapcsolatba hozható az irányító, kontrolláló viselkedéssel. Az elvárásokkal kapcsolatos újabb kutatási eredmények eltérő képet mutatnak a szülői bevonódás hatásáról. Finn középiskolás korú sportolók vizsgálatakor a szülői elvárások magas szintje nem vezetett kiégéshez azon a területen, ahol az elvárás megjelent, de közvetve kihathatott egy másik területre – például a sportra vonatkozó magas elvárások az iskolához kapcsolódó területeken okozhattak kiégést és fordítva (Sorkkila, Aunola és Ryba, 2017). A szülői nyomásgyakorlás alacsonyabb szintje kapcsolatba hozható a sportoló változásra irányuló kisebb nyitottságával és a csapattársak felé mutatott antiszociális viselkedésével, azaz alacsony szülői jelenlét mellett jelent meg a szociális viselkedés és a nyitottságra való hajlam (Danioni és Barni, 2017). Danioni és Barni a nyomásgyakorlást a sportban sokkal inkább szülői kontrollfunkciónak tartják, amelyet mindig az adott helyzet függvényében értékelhetünk pozitívnak vagy negatívnak.

Sportkörnyezetben a szülői támogatás olyan viselkedésként definiálható, amely elősegíti és támogatja a fiatal számára fontos, a sporthoz kapcsolódó teljesítmény elérését és a fejlődés lehetőségét, például a lehetőségek és eszközök biztosítását, az elismerést, a teljesítményhez kapcsolódó visszajelzéseket, az edzéseken és versenyeken való részvétel biztosítását (Dorsch, Smith és Dotterer, 2016). A megfelelő mértékű szülői támogatásnak olyan pozitív hozadéka lehetnek, mint a gyermek sportban megélt öröme, autonóm törekvése, hosszú távú elkötelezettsége és hatékony önészlelése (Danioni, Barni és Rosnati, 2017; Torregrosa és mtsai, 2007). A fokozottabb szülői bátorítás és támogatás a fiataloknál pozitívabb önészleléshez, belső motivációhoz és nagyobb megélt örömhöz vezethet, míg azok, akik a szüleik felől nyomasztó mértékű elvárásokat észlelnek, alacsonyabb önértékelésről és magasabb mértékű szorongásról számolnak be. Egy tornászok között végzett vizsgálat eredményei szerint, azok a versenyzők, akiket a szüleik nem kényszerítik a sportolásra, nagyobb örömet élnek meg sportágukban és erősebb elkötelezettség jellemzi őket, mint ahol a szülői nyomásgyakorlás jelen van (Weiss és

Aloe, 2019). Egy magyar felmérés eredményei szerint (Berki és Pikó, 2017) a sportág iránti elköteleződésben nemek szerinti különbség is fellelhető: a lányoknál a szülői támogatásnak nagyobb szerepe van, mint a fiúknál, az eredmény háttérében nemi sztereotípiák állhatnak. A szülő-gyermek kapcsolat minősége a sportéletre is hatással lehet: minél pozitívabbnak jellemzi a gyermek ezt a kapcsolatot, annál valószínűbb, hogy a sportban több örömet él meg és hatékonyabban lesz képes észlelni a fizikai kompetenciáit, ugyanakkor nincs kapcsolat a fiatal sportban megélt szorongásával (Ullrich-French és Smith, 2006).

Gould és munkatársai (2005, 2006) 132 teniszedzőt kérdeztek meg, hogy szerintük milyen hatással van a fiatalokra a szülői viselkedés. Eredményeik szerint az edzők a szülők szerepét kiemelten fontosnak tartják, a visszajelzések alapján 35,9%-ban észlelték azt, hogy a szülői bevonódás mértéke túlzott, 58,6%-ban pedig pozitívnak és hasznosnak tartották a szülők jelenlétét. A legnagyobb problémát a szülői viselkedésben abban látták az edzők, hogy túlhangsúlyozzák a győzelem fontosságát, túl sok kritika érkezik a gyermekek felé, valamint az elvárások sokszor nem reálisak és hiányzik belőlük az érzelmek kontrollja. A pozitív szülői viselkedésként az anyagi támogatást, a logisztikát, a felszerelést, az érzelmi támaszt és a feltétel nélküli szeretet biztosítását jelölték meg. A témához kapcsolódó további kutatások eredményei felhívják a figyelmet arra, hogy a legtöbb gyermek elégedett a szülői bevonódás mértékével (Rodis, 2013; Stroebel, 2006), és úgy érzik, hogy megfelelő támogatást (pozitív visszajelzést és dicséretet) kapnak tőlük (Ede és mtsai, 2012; Giannitsopoulou, Kosmidou és Zisi, 2010). Francia teniszjátékosokat vizsgálva (Bois, Lalanne és Delforge, 2009) az észlelt szülői nyomásgyakorlás és a direkt, kontrolláló viselkedés összefüggést mutatott a sportolók verseny előtti szorongásával, továbbá lányoknál negatív irányú kapcsolatot találtak a támogató szülői viselkedés és a verseny előtti állapotszorongás között. Ezzel szemben a teljesítményszorongás és a szülői bevonódás mértéke, illetve típusa között spanyol és svéd úszókból álló mintákon nem tártak fel szignifikáns összefüggést (Ponseti, Sese és Garcia-Mas, 2016; Rodis, 2013). A szülői nyomásgyakorlással kapcsolatban Wolfenden és Holt (2005) meglepő eredményre jutott: eredményeik szerint a gyermekük sportágába nagymértékben bevonódó szülő képes megfelelő módon támogatni a gyermekét. Holt és munkatársai (2009) nem találtak kapcsolatot a bevonódás mértéke, valamint a gyermek-szülő kapcsolat minősége között, azaz a túlzott szülői jelenlét nem feltétlenül rontja a

gyermek és szülő kapcsolatát. Izgalmas felvetés lehet, hogy a szülői erőfeszítés mértéke összefüggésbe hozható-e az adott sportág zaj-skálájával, azaz a sportágban rejlő bizonytalansággal és a befektetett munka elmaradásának valószínűségével (Csurilla és Sterbenz, 2018). Ha egy sportág sok zajjal jár, a résztvevők erőfeszítésének mértéke alacsonyabb. Sterbenz és munkatársai zaj-skálája (2014) szerint míg az úszás az alacsonyabb, addig a csapatsportok magasabb mértékű „zajjal” játnak együtt.

Eredményes és kevésbé eredményes sportolók szüleinek hozzáállását, támogatását és bevonódását összehasonlítva Siekańska (2012) talált jelentős eltéréseket: az eredményes sportolók családjában a gyermek és a sport is kiemelt szereppel bír, a szülők pedig maguk is aktívan szerepet vállalnak a gyermekük sportéletében. Lauer és munkatársai (2010) szerint a profi sportolói karrierhez három különböző út vezethet, figyelembe véve a szülők felől érkező nyomás és elvárások mértékét. A lágy/gördülékeny út során a szülők támogatók, és egészséges, jól működő kapcsolatot ápolnak a sportolóval és az edzővel is. A nehéz és a turbulens útra egyaránt jellemző, hogy a szülő túlzott bevonódása következtében pszichés nyomást helyez a gyermekére, aki emiatt feszültséget él meg. Míg a nehéz út alatt többségében képesek voltak megoldani a fellépő konfliktusokat, addig a turbulens út alatt azok nem kerültek feloldásra, így a szülő-gyermek kapcsolat sérült.

Azon sportolók esetében, ahol a korosztályváltás sikeres volt, a szülők aktív részvétele és kontrolláló viselkedése nagyobb mértékűt mutatott, mint azoknál, akik maradtak saját korosztályi kategóriájukban (nem történt átmenet a korosztályok között) (Wuerth és mtsai, 2004). Az eredményes karrierátmenet korosztályonként más szülői részvételt kíván: míg a kezdeti/korai években a direkt, kontrolláló szülői viselkedés bizonyult jellemzőnek (Wuerth és mtsai, 2004), addig a specializáció éveiben – egy görög kutatás (Giannitsopoulou és mtsai, 2010) szerint – a nagyobb mértékű szülői támogatást igényelték a fiatal sportolók.

Eltéréseket találtak az apák és az anyák sportban való részvételének összehasonlításakor: Averill és Power (1995) utánpótláskorú futballisták körében zajló vizsgálatában csak az apák esetében találtak negatív irányú kapcsolatot az irányító, kontrolláló szülői viselkedés és a gyermek erőfeszítése között. A felmérés további meglepő eredménye, hogy amikor a szülők jobban bevonódnak, nagyobb az esélye az edzőkkel való konfliktusoknak. Wuerth, Lee és Alfermann (2004) fiatal sportolók között

végzett felmérése szerint a gyermekek az anyák irányából inkább támogató, míg az apák felől inkább direkt, kontrolláló viselkedést észleltek, mindezt pedig egy spanyol vizsgálat eredményei is megerősítették (Amado és mtsai, 2015).

A fiatal sportoló neme is meghatározó lehet Leff és Hoyle (1995), kutatásuk szerint a lányok nagyobb mértékű szülői támogatást kapnak, ellenben a fiúk nagyobb szülői nyomásgyakorlást észleltek az apai oldalról. Ridley (2013) vizsgálatában ez a nemek közötti eltérés nem jelent meg, amelynek háttérében a szerző szerint az áll, hogy az elmúlt évtizedben a nők és lányok sportban való részvétele ugrásszerűen megnőtt.

Fontos megkülönböztetni az észlelt szülői bevonódást a szülők által megítélt bevonódás mértékétől. Az esetek többségében a szülők által érzékelt szint alacsonyabban van a gyermek által megélt értéktől (Kanters, Bocarro és Casper, 2008). Egy, 8–15 éves labdarúgók között végzett vizsgálatban is erősebbnek érezték a fiatal sportolók a szülők felől érkező irányító viselkedés szintjét, mint ahogy maguk a szülők jellemezték saját viselkedésüket (Goodman és James, 2017). Az észlelt és vágyott szülői részvétel mértéke közti eltérés is befolyásolhatja a fiatal sportolók működés módját. Egy görög felmérés szerint (Giannitsopoulou és mtsai, 2010) a görög ritmikus gimnasztikázók és a szertornászok magasabb mértékű aktív (észlelt) szülői bevonódásról számoltak be, mint amennyit igényeltek, továbbá a ritmikus gimnasztikázók esetében a szülői kontrolláló irányító viselkedésének mértéke is nagyobbnak bizonyult a vágyott mértékhez képest. Svéd utánpótláskorú úszók körében történt vizsgálat eredményei szerint a sportolók elégedettek voltak a szüleik direkt, kontrolláló viselkedése és a tőlük érkező dicséret és támogatás mértékével, azonban az aktív bevonódás és a szülői nyomás tekintetében magasabb mértékű részvétel igényét fejezték ki (Rodis, 2013). Egy másik, 13–17 éves amerikai sportolók között végzett vizsgálat során (Marsh, Zavilla, Acuna és Poczwardowski, 2015) szignifikáns eltérést találtak a direkt, kontrolláló viselkedés és a dicsérő és támogató viselkedés vágyott és észlelt mértéke között. Az eredmények szerint a sportolók jobban vágnak a direkt, kontrolláló szülői viselkedésre, valamint a támogató és nyomásgyakorló szülői részvétel aránya magasabbnak bizonyult a kívántnál. Ede és mtsai (2012) fiatal amerikai jégkorongjátékosok vizsgálata során azt találták, hogy a sportolók elégedetlennek bizonyultak a szülői bevonódás mértékével – nagyobb mértékű részvételt kívántak szüleiktől a sportágukban, ugyanakkor a szerzők nem találtak kapcsolatot a szülői bevonódás mértéke és a sportban megélt öröme között. Egy olasz

11–14 éves kor közötti futballisták körében történt felmérés (Mastrorilli és Greco, 2020) során a fiatalok a kívánnál nagyobb mértékű szülői nyomásgyakorlásról és aktív részvételről számoltak be, míg a támogató szülői részvételből a jelenleg észlelt mértéknél többet igényeltek volna.

A szülői befolyás típusa egyaránt lehet pozitív és negatív, amely függ a szülők múltjától, és attól, hogy milyen filozófiát adnak át a gyermeküknek (Hellstedt, 2005). Hellstedt (1987, 1990) csoportosítása szerint a szülői nyomásgyakorlást három dimenzióval lehet leírni: a sportban való általános részvétel mértéke, a teljesítmény értékelésének szempontjai és a teljesítményre vonatkozó nyomásgyakorlás mértéke. Hellstedt (1987) szerint a részvétel mértéke alapján háromféle szülői bevonódást különíthető el:

#### 1.3.1.1 A szülői bevonódás hiánya

Viszonylag alacsony szintű érzelmi, anyagi vagy funkcionális támogatás jellemző erre a szülői viselkedésre. Ritkábban jelennek meg versenyeken, anyagilag kevésbé támogatják a sportot és kevesebb alkalommal vesznek részt az egyesület önkéntes programjaiban. Alig mutatnak érdeklődést az edzői kapcsolattartásokon a gyermekük szakmai fejlődése iránt. A szülői érdeklődés hiánya negatívan hathat a sportoló önbizalmára, és az edzővel való kapcsolatára egyaránt (Hellstedt, 1987).

#### 1.3.1.2 Közepes szintű részvétel

A szülői jelenlét erős, de szabad teret hagy gyermeküknek a sporttal kapcsolatos döntések tekintetében. A szülők viselkedése támogató, azonban nem mennek el a szélsőségekig. Minden visszajelzés érdekli őket, ami a gyermekük fejlődéséről és célkitűzéseiről szól. Részt vesznek önkéntes tevékenységekben, de nem szólnak bele az edző feladatkörébe. A szülőket reális elvárások és nyitott kommunikációs csatorna jellemzi, ennek a bevonódásnak a mértéke a leghatékonyabb a fiatal számára (Hellstedt, 1987), amelyet számos kutatás is alátámaszt (Leff és Hoyle, 1995, Hoyle és Leff, 1997, Power és Woolger, 1994, Stein, Raedeke és Glenn, 1999).



### 1.3.1.3 A túlzott bevonódás

A szülők nehezen tudják elválasztani önmaguk motivációit a gyermekükétől. Rejtett vagy sokszor nem tudatos céljuk, hogy a gyermekük a sport által kiemelkedő sikert érjen el. Részt vesznek edzéseken és versenyeken is, és gyakran kommentálják az edző szavait, akár bekiabálásokkal is megzavarhatják a mérkőzés/edzés folyamatát. A gyermek értékelését a verseny végeredményétől teszik függővé, erősen eredményorientáltak. A szülők gyakran túlóvóak vagy túlságosan beleszólnak az edző-sportoló kapcsolatba, emiatt gyakoriak a konfliktusok az edzővel (Hellstedt, 1987). A túlzott szülői bevonódás mint jelenség háttérében a családi élethez kapcsolódó elvárások jelentős változása is állhat (Coakley, 2006). Az elmúlt évtizedekben a jó szülő szerepköréhez hozzátartozik az, hogy csatlakozik, részese lesz a gyermeke elfoglaltságainak, ami plusz időt, pénzt és energiát követel tőlük. A gyermekük sikerei igazolják vissza a szülői szerepkör sikerességét, hatékonyságát.

A túlzott bevonódás egyik veszélye, hogy azt sugallhatja a fiatal felé, hogy a szülei számára csak akkor lehet jó és értékes, ha a sportban eredményesen szerepel (Sacks, Tenenbaum és Pargman, 2006). A vizsgálatok szerint az ilyen irányú részvétel a fiatalok korai kiégéséhez (Udry és mtsai, 1997) és lemorzsolódásához is vezethet (Henriksen, Stambulova és Roessler, 2010), emiatt nem tartják célravezetőnek sem az edzők, sem maguk a sportolók. A túlzott bevonódás másik lehetséges veszélyforrása a felcserélődő szerepek csapdája (*reversed dependency phenomenon*, Smoll, Cumming és Smith, 2011), amikor a szülő a saját be nem teljesített céljait és vágyait a gyermek karrierjén keresztül szeretné átélni, amit a fiatal túlzott nyomásként élhet meg. A túlzott szülői bevonódás szintjeit Tofler, Knapp és Lardon elméleti modelljében (2005) Kurimay, Kurimay és Kurimay (2012) egy kontinuum mentén helyezi el, attól függően, hogy a Távnymást Gyakorló Szülői Viselkedés (TGYSZV, *Achievement by proxy distortion*) szintje milyen mértéket ölt. A modellt a „Münchausen szindróma by proxy” alapján alkották meg, ami a legtöbb esetben egy tudattalan vágyon alapuló negatív szülői viselkedés, és célja, hogy a szülő felhívja önmagára a környezet figyelmét a gyermeke betegsége által. Sportkörnyezetben a Távnymással Elért Eredmény azt a fajta tudatos vagy nem tudatos viselkedést takarja, amikor a szülő a gyermeke karrierjén keresztül szeretné magára vonni a figyelmet. Ez egy olyan állapot, amikor a gyermek egy potenciálisan kizsákmányoló helyzetbe kerülhet, ahol a rendszerben részt vevő felnőtt vagy felnőttek kielégítik a saját

szükségleteiket, ambícióikat bizonyos célok vagy eredmények elérése által. Az öt fázis a következő kontinuum mentén halad:

- *normál szintű támogatás*: a szülő büszkeséget és elégedettséget él át, amikor támogatja gyermeke fejlődését. Noha a szülők anyagilag és szociálisan is részesedhetnek a gyermek sikeréből, mégsem ez az elsődleges cél. A szülők áldozatot hoznak a gyermekükért, de ennek a mértéke ésszerű;
- *rizikós áldozatvállalás*: a szülő már nem képes leválasztani a saját siker iránti vágyát a gyermek jelenlegi fejlődési szükségleteitől és céljaitól, de még mérsékelt szinten marad. Érezhető egyfajta határozott elvárás a gyermek teljesítményét illetően, ami a gyerek számára elvárásként is lép elő. A szülő a gyermekéért képes plusz munkát vállalni, vagy közelebb költözni az edzőteremhez. Egyfajta tagadó racionalizáció, egyfajta védekezési mechanizmus érhető tetten náluk, ha a gyermekük teljesítményéről esik szó – „ő ragaszkodik a heti 8 edzéshez, mit tehetnék ez ellen, ha imádja a sportot?” Az áldozathozatal már nem elvárt, hanem megkövetelt;
- *tárgyiasulás*: a szülő sok esetben nem képes elválasztani a saját elvárásait a gyerek szükségleteitől. A sportoló egyre inkább tárgyiasul, megjelenik az egydimenziós sportolói személyiség, így csak a sport tölti ki a fiatal életét, az élet többi területe tőle elzárt. A baráti kör és a szociális élet háttérbe szorul, vagy szinte nem is létezik, éppen ezért az érzelmi élet is sivárrá válik. A kockázatos helyzeteket a felnőttek racionalizálják, és időszakonként arra kényszerítik a gyereket, hogy olyan állapotban is eddzen, ami számára káros (beteg, sérülten);
- *potenciális kihasználás* vagy *abúzus*: a szülő a legtöbb esetben nem képes leválasztani a saját elvárásait a gyerek szükségleteitől. A sportolót tárgyiasítják és kihasználják a felnőttek célja érdekében. Ezekért a célokért képesek rövid vagy hosszabb távon fizikailag vagy érzelmileg károsítani a gyermeket. Kívülről sokszor úgy tűnik, mintha a felnőtt teljesen ráhangolódna a sportolóra;
- *abúzus*: a szülő egyáltalán nem képes elválasztani a saját elvárásait a gyerek szükségleteitől, ezáltal akár élethosszig tartó érzelmi vagy fizikai károsodást okoz neki. A károsító viselkedés megjelenhet fizikai, érzelmi vagy szexuális visszaélésben is.

## 1.4 Szülői feladatkör típusai

A *sportháromszög* a sportoló–edző–szülő hármásából tevődik össze (Smoll, Cumming és Smith, 2011). A rendszerben résztvevő tagok összetett módon kapcsolódnak egymáshoz, a köztük zajló interakció jelentős hatással és következménnyel bír a gyermek pszichológiai fejlődésére. (Jowett és Timson-Katchis, 2005). A szülők szerepköréhez tartozik, hogy biztosítják a gyermek számára a sportolási lehetőségeket, ellátják őket a megfelelő minőségű és mennyiségű, a sportoló–edző kapcsolat minőségére is hatással bíró információval, valamint biztosítják a gyermeket az érzelmi és anyagi háttérrel nyújtó támogatásukról. Különböző felmérések során a kutatók és sportszakemberek az alábbi hat, sportban betöltött szülői szerep-, és feladatköröket különítették el (Dorsch, 2018; Harwood és Knight 2015):

- a szülők kiválasztják a megfelelő sportágat a gyermeküknek és biztosítják a hatékony szociális támogatást. A korai években megteremtik a széles mintavétel lehetőségét a pozitív élményeket és a fejlődést szem előtt tartva. A specializáció korszaka a növekvő bevonódás időszaka, ahol a szülők feladata biztosítani a fejlődéshez és a magasabb szintű versenyekhez szükséges feltételeket;
- a szülők ismerik és alkalmazzák az autoritatív vagy autonómiát támogató szülői stílust, amely kapcsolatba hozható a motivációs klímával és a perfekcionizmus mértékével is;
- a szülők kezelik a verseny emocionális aspektusait és érzelmileg támogató szerepmoddelt nyújtanak gyermekeik részére. A rájuk ható stressz mértéke és típusa korosztályonként változhat, stresszforrás lehet például a téthelyzet okozta izgalom, a többi szülő, vagy a részt vevő gyerekek viselkedése, illetve a versenyre való felkészülés vagy annak végkimenetele;
- a szülők fenntartják és ápolják az egészséges kapcsolatot a sportkörnyezetben fontos személyekkel;
- a szülők irányítják a szervezési és fejlődési igényeket, gondoskodnak a családi élet és a sport közötti egyensúlyról, a testvérek közötti jó kapcsolatról és a továbbtanulással kapcsolatos kérdésekről is;
- a gyermek fejlődési szintjének megfelelően irányítják a bevonódásuk és támogatásuk mértékét és módozatát.

Gould és munkatársai (2008) négy kategóriába csoportosították a szülői feladatokat. 1.) Az első kiemeli, hogy a fejlődés, és ne a végeredmény álljon a szülői értékelés középpontjában, az kerüljön a fókuszba, amit a gyermek képes kontroll alatt tartani. 2.) A második csoportba a fiatal fejlődését elősegítő tényezők tartoznak, mint a sportértékek tisztelete, más tevékenységekre való biztatás és a munkához való megfelelő hozzáállás kialakítása. 3.) A harmadik kategóriába a szülői támogatás formái kerülnek, az anyagi, az időbeli és az érzelmi támasz. 4.) A negyedik csoportba tartoznak a szülők érzelmi kontrollja, kiegyensúlyozottsága és a feltétel nélküli szeretet nyújtása és kimutatása gyermekük felé.

#### *1.4.1 Szülő, mint az élmények biztosítója*

A szülői támogatás és bátorítás számos formát ölthet a ráfordított időtől kezdve egészen az anyagi támogatásig. Az esetek többségében a szülői támogatás pozitív módon kapcsolódik a gyermek sportban való részvételéhez, mégis sokszor jelenik meg egyfajta sztereotip hozzáállás a környezet részéről (Cox, 2012). Gyakran címkézik a szülőket különböző jelzőkkel (Smith és Smoll, 2012; Harwood és Knight, 2016), melyek közül a leggyakoribbak az alábbiak:

- érdektelen szülő, aki nem foglalkozik a gyermeke teljesítményével és sportéletével;
- túlkritizáló szülő, aki sosem mutatja ki az elégedettségét. Az erős kritikai jelenléte miatt sokszor úgy tűnik, hogy inkább ő a főszereplő, és nem a gyermeke;
- a lelátón kiabáló szülő, aki nemcsak a gyermekével szemben lép fel erélyesen, hanem mindenki mással szemben is, legyen szó játékvezetőkről, nézőkről vagy a többi gyerekekről;
- az edzőpótlók, akik gyakorlati tanácsokkal, instrukciókkal látják el gyermeküket, és sokszor szakmai meglátásukkal az edzőnek ellentmondva foglalnak állást;
- túlvédelmesző szülő, aki mindentől félti a gyermekét, igyekszik őt megóvni a legkisebb sérüléstől is.

A legtöbb sportszakmai fórumon ugyanakkor a sportszakemberek mégis kiemelik, hogy a szülői támasz jelenléte elengedhetetlen gyermekük sportéletében. Erről átfogó képet mutat be Côté és Hay (2002b) modellje, amely kiemeli az érzelmi, információs, tárgyi támaszt, valamint a társas részvételt is.

## 1.4.2 A szülői támogatás típusai Côté és Hay alapján

### 1.4.2.1 Érzelmi támogatás

A szülő affektív stílusa magába foglalja a dühre való hajlamát, ami kapcsolatba hozható azzal, hogyan reagál a gyermek esetleges hibáira vagy kudarcaira (Keegan és mtsai, 2010), illetve mennyire képes ezeket tolerálni. A megélt büszkeség, valamint az érzelmi bevonódás mértéke is ide kapcsolható. A szülő érzelmi támogatására leggyakrabban akkor van szükség, ha valami negatív élmény vagy esemény történik a fiatal sportolóval – egy rosszul sikerült verseny, egy esetleges sérülés, vagy a csapatból való kikerülés. Ugyanakkor pozitív élmények esetén is szükség van a szülői visszajelzésre, így a jó versenyteljesítmény elismerése vagy a csapatban lévő barátságok támogatása éppúgy fontos része a szülők visszajelzési repertoárjának. A fiatal sportolónak időnként abban is segítségre lehet szüksége, hogy megértse önmagát és működését, láttassák vele, hogy egy számára nem elfogadható helyzet mögött milyen tényezők állhatnak (negatív játékvezetői ítélet, kevés játékidő), valamint az önértékelés erősítése, bátorítása is a szupportív funkciók részei (Côté, és Hay, 2002b; Harwood, 2016). Fontos megjegyezni, hogy fiatal sportolók esetében az érzelmi támogatás egy részét átveheti az elszállásoló családja is (*billet family*), ha a fiatal egy másik országban vagy másik városban nem a családja mellett folytatja a sportolást (Wright, Gould és Erickson, 2019).

### 1.4.2.2 Információs támogatás

A szakmai vélemények ellentétesek azzal kapcsolatban, hogy adhat-e a szülő instrukciókat a versenyek alatt, mégis bizonyos szülőktől érkező információkra szükségük van a fiataloknak. Ilyen típusú útmutatás lehet az, ha az adott sportág szabályait magyarázzák el, néhány új technikát mutatnak be, esetenként a megfelelő étkezéssel kapcsolatos tanácsokat osztanak meg, vagy néhány versenyre ráhangoló praktikát ismertetnek (Côté és Hay, 2002b; Harwood, 2016). Az információs támogatás különösen a fiatalabb életkorokban jelentős, de a serdülőkorban is sokszor igénylik a családi „szakmázást”, különösen akkor, ha az egyik szülő versenyzői múlttal bír. Egy, kiemelt tehetségű, serdülő futballisták között végzett felmérés rámutat arra, hogy a szülők által nyújtott visszajelzés központi szerepet tölt be a játékosok sportéletében, amelyre a

szülőknek is érdemes készülniük és képezniük magukat, hogy hatékony segítséget tudjanak nyújtani gyermeküknek (Elliott, Drummond és Knight, 2017).

#### 1.4.2.3 Tárgyi támogatás

A tárgyi támogatás nem áll meg az anyagi segítségnyújtásban, például az eszközök beszerzésében, vagy az esetleges edzőtáborok és versenyeken való részvétel finanszírozásában. Sokszor nem látható, rejtett költségei is vannak a szülői részvételnek. Ilyen például az idő kérdése, ami nemcsak az edzésekre való utaztatást, hanem a versenyeken való részvételt is jelenti, ami a munkaidőből és a családi élet idejéből is elvehet (Côté, és Hay, 2002b; Harwood, 2016).

#### 1.4.2.4 Társaság

A szülői támogatás megjelenhet az adott sportághoz kapcsolódó, közösen eltöltött időben is, amikor a család elmegy a fiatal kedvenc sportolóját megnézni, vagy a szabadidejükben elmennek együtt játszani (Côté, és Hay, 2002b). Ezek a sporthoz kötődő közös elfoglaltságok nemcsak a fiatal sport iránti elkötelezettségét növelik, hanem a szüleivel való kapcsolatra is jótékony hatással vannak.

#### 1.4.3 *Szülő, mint szerepmódel*

A szociális tanulás azt jelenti, hogy a gyermek magáévá teszi egy adott szerepmódel hiedelmeit, viselkedését (Zsolnai, 2013). Sportkörnyezetben ez úgy nyilvánulhat meg, hogy az aktív, sportos életmódot folytató szülők gyermekei elköteleződnek a rendszeres testmozgás mellett, észlelvén a követendő szülői viselkedési mintát. Különösen fiatalabb életkorokban mutatható ki a szülők sporthoz kapcsolódó szokásainak hatása: azok a gyerekek, akiknek a szülei fizikailag aktívak, sokkal valószínűbben fognak versenyszerűen üzni egy sportágot, mint azok, akik nem tapasztalják meg a családi környezetben a rendszeres mozgás fontosságát (Yang, Telama és Laakso, 1996). Egy újabb kutatás csak lányoknál mutatta ki a gyermekek testmozgása és a szülő támogatás viselkedése közötti moderáló kapcsolatot (Gillison és mtsai, 2017).

Fügedi, Bognár és Kovács felmérése (2019) lehangoló képet fest a magyar helyzetről – a szülők fizikai inaktivitása igen magas, nem töltenek be jelentős szerepet a gyermekeik sportolásában, valamint nincs hatásuk gyermekük fizikai aktivitás iránti pozitív

attitűdjének kialakulására. Egy másik hazai felmérés eredményei (Mikulán, Keresztes és Pikó, 2010) kapcsolatot találtak a szabadidős fizikai aktivitás mértéke és a szülők által észlelt támogatás között, azaz azok a fiatalok vettek részt nagyobb valószínűséggel valamilyen sporttevékenységben, ahol ezzel kapcsolatban pozitív visszajelzést kaptak szüleik részéről.

A szülő számos úton válhat szerepmoddellé, például, ha edzőként dolgozik, vagy egy sportegyesület alkalmazottja, illetve, ha a hétköznapi szintjén, a mozgás örömeért jár el rendszeresen sportolni. 227 fiatal focistát és szüleiket kérdeztek meg arról (Babkes és Weiss, 1999), hogyan változik a gyermekek sportban megélt öröme, motivációja és az észlelt kompetenciája az észlelt szülői attitűd és viselkedés függvényében. Az eredmények alapján azok a fiatalok, akik számára az anya pozitív szerepmoddell volt, több pozitív képzetel bírtak a saját kompetenciájukat illetően és gyakrabban mutatták ki az örömeiket, ha jól teljesítettek, amivel több öröme is együtt járt. Ha az apa többször ismerte el gyermeke teljesítményét, valamint részese volt a sportéletének, ott a fiatal sportoló szintén jobban élvezte a sportágát, ami az intrinzik motiváció kialakulásához és megerősödéséhez vezethet, és az észlelt kompetenciájuk is hatékonyabb volt.

Tinédzserkorú fiatal litván sportolók vizsgálata során Sukys és munkatársai (2014) azt találták, hogy míg a lányoknál mindkét szülő sportélete hatással volt, a fiúknál az apák szerepe jelentősebb. Ha mindkét szülő sportol rendszeresen, gyermeküknél a fittség és jóllét állt a sportmotiváció háttérében, míg, ha csak az egyik szülőnek volt a testedzés a heti rutin része, a gyermeküknél a sportolás okává inkább a külső megjelenés vált.

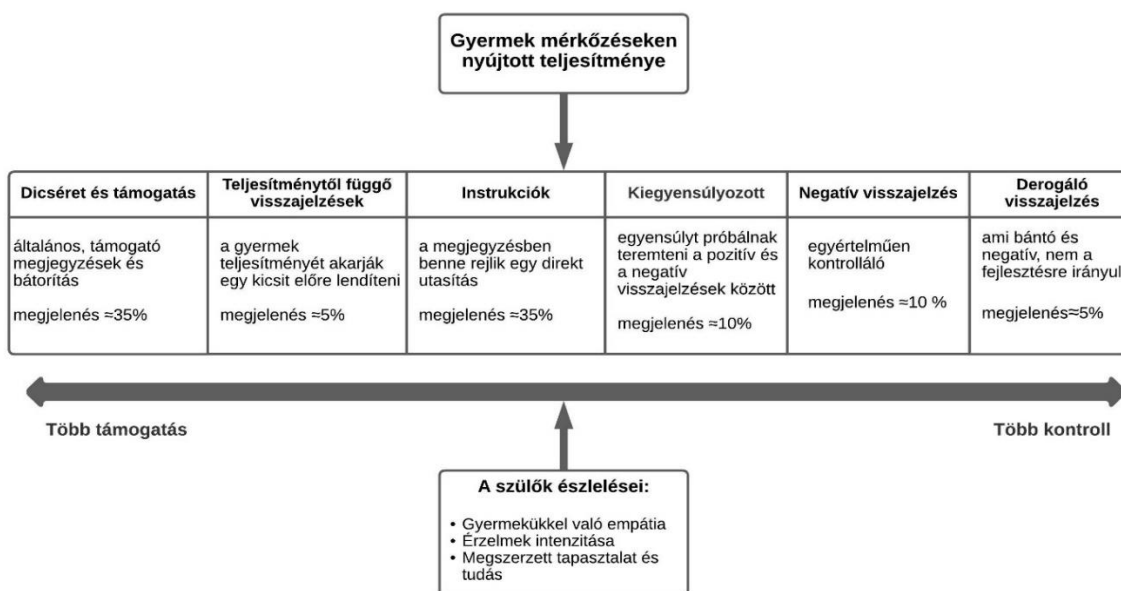
A szülők a sportesemények nézőiként is hatással lehetnek gyermekeikre. Azok a fiatal kosarasok, akik a nézőtőren szüleik részéről agresszív, antiszociális megnyilvánulást tapasztaltak (Stuart és Ebbeck, 1995), gyakrabban mutattak agresszív viselkedési mintát a mérkőzések alatt. Míg a fiatalabb korosztályokban (4–5. osztály) az anya viselkedésének volt a legerősebb hatása, addig az idősebbeknél a csapattársaké, utánuk az apáké, anyáké, majd az edzőé következett.

#### *1.4.4 Szülő, mint az élmények interpretálója – érzelmek megjelenése téthelyzetben*

A leggyakoribb szülőkre irányuló kritika a gyermekük teljesítményére irányuló értékelési magatartásra vonatkozik. A teljesítményre vonatkozó szülői értékelő magatartásokat Keegan és munkatársai (2010) az alábbiak szerint csoportosítják:

- verbális visszajelzések, amelyek lehetnek kritikai hangvételűek, kiegyensúlyozottak, dicsérő/elismerőek vagy lehet a képességek természetének jellemzése is;
- az összehasonlító viselkedés, amely történhet más gyermekekkel való összehasonlítás által, vagy a gyermek eredményeivel való kérkedés során;
- a viselkedés megerősítés, amely az erőfeszítés elismerésétől, a feltétel nélküli elfogadáson vagy a végeredményre való reflexión keresztül egészen a külső jutalmazási rendszer bevezetéséig történhet.

A szülők által, a gyermekük sportteljesítményére adott verbális reakciók egy kontinuumot képeznek (8. ábra), amelynek az egyik végén a szupportív, támogató, míg a másik oldalon a kontrolláló megjegyzések állnak (Holt és mtsai, 2008). A szülők átérzik mindazt, ami a gyermekükkel történik a versenyzés alatt és a reakciójuk függ az érzelmeik intenzitásától, az előzetes ismereteiktől és tapasztalataiktól, valamint az adott sportágra vonatkozó tudásuktól. Számos olyan eseményről lehet olvasni, amikor a szülők nem voltak képesek kontrollálni az érzéseiket és keményebb szavakkal illették a játékvezetőket, ellenfeleket, vagy akár saját gyermeküket.



**8. ábra:** A szülői bevonódás értelmezése Holt és munkatársai alapján (Holt, N. L., Tamminen, K. A., Black, D. E., Sehn, Z. L., & Wall, M. P. (2008). Parental involvement in competitive youth sport settings. *Psychology of Sport and Exercise*, 9(5), p.681.)

7–14 éves teniszezők között történt felmérés során három szülői típust különítettek el a fiatalok (Omli és Wiese-Bjornstal, 2011) a mérkőzéseken mutatott szülői viselkedés



alapján. A „támogató szülő” szurkol, lelkesít, bátorít és dicsér, ugyanakkor képes csendben is lenni és figyelni, ezzel szemben a „követelő edző” sok instrukciót ad, gyakran kritizál és tanácsokat osztogat. Noha ezt a csoportot a fiatalok már nehezebben viselik, mégis az utolsó típus okoz sok problémát számukra. Az „őrült szurkoló” gyakran keveredik vitába az edzőkkel és a játékvezetőkkel, sokszor beszélésekkel és bekiabálásokkal zavarja meg a versenyt, valamint a szurkolásban sem ismeri a mértéket. A környezet többnyire hajlamos a szülők viselkedését negatívabbnak észlelni (Ross, Mallett és Parkes, 2015), azonban egy új-zélandi kutatás (Kidman, McKenzie és McKenzie, 1999) eredményei – 250 szülő viselkedését figyelték meg 147 mérkőzés alatt – árnyaltabb képet festenek a szülők megítéléséről. A versenyeken való kommunikációjuk 42,7%-ban bizonyult pozitívnak, míg az esetek 34,5%-ban negatívnak. Ugyanakkor a szülőket is zavarhatja a nézők, a többi szülő viselkedése. Egy másik, teniszezők között zajlott kutatás során (DeFrancesco és Johnson, 1997) zavaró szülői viselkedésről a szülők 20%-a számolt be, míg a megkérdezett sportolók 29%-a volt ezen a véleményen. Ebbe a negatív kategóriába olyan jelenségek tartoztak, mint a szülő kivonulása a pályáról (61%), a hangos bekiabálás (30%), vagy a meccs utáni fizikai agresszió a fiatalok irányába (13%). A kanadai utánpótlás jégkorong mérkőzéseken történt felmérés is hasonló arányokról számol be, a nézőtérén a szülői megjegyzések 64%-a bizonyult pozitívnak és 36%-a került negatív besorolás alá (Bowker és mtsai, 2009), közülük a legtöbb a játékvezetőkre irányult (55%). Shields és munkatársai (2005) vizsgálatukban azt találták, hogy a versenyeken az ellenféllel szemben tanúsított agresszív megnyilvánulást egyik szülő sem bátorítja, és csak elvéve tanácsoltak olyat gyermeküknek, hogy vágjanak vissza a másik félnek. Az általános iskolás gyermekek szüleinek 14%-a ismerte el, hogy előfordult, hogy hangosabban vitatkoztak a játékvezetőkkel, és csak 13%-uk kritizálta dühösen a gyermek sportteljesítményét. A gyerekek visszajelzése is hasonló eredményeket mutatott, eszerint a fiatalok 15%-a jelezte, hogy a teljesítményüket hangosan kritizálták, és körülbelül 21%-uk kívánta azt, hogy a szülei ne legyenek jelen a versenyeken. Bár a szülők legtöbb esetben szóvá teszik a nézőtérén a szülőtársaktól tapasztalt helytelen viselkedést, mégis hajlamosabbak direkt kritizálni a saját csapatukon belül antiszociális viselkedést mutató szülőtársukat, míg a másik csoport hasonló viselkedést mutató tagjait inkább indirekt módon bírálják (Sutcliffe és mtsai, 2020). Egy japán felmérés (Yabe és mtsai, 2019) szerint a szülők

mintegy 21,5%-a fogadja el az edzők felől érkező, gyermekükre irányuló verbális és fizikai agressziót, különösen az apák és az alacsonyabb végzettséggel rendelkezők, akik fiatal korukban maguk is versenyszerűen gyakoroltak egy sportot, illetve azok, akik maguk is hasonló viselkedést tapasztaltak gyermekkorukban az edzőjüktől. Azok a szülők, akik autonómiatámogató szülői magatartást képviselnek (Goldstein és Iso-Ahola, 2008), kisebb mértékben mutatnak ki dühöt és viselkednek agresszíven a mérkőzések alatt. A szülők érzelemszabályozása mérkőzések alatt összefüggésbe hozható a dicsérő és bátorító viselkedésükkel, illetve negatív kapcsolatban áll az általuk mutatott negatív és becsmérítő megjegyzésekkel (Teques és mtsai, 2018), azaz az érzelmeit hatékonyabban kezelő, adaptív megküzdéssel rendelkező szülő kevesebb olyan negatív viselkedést mutat a pálya szélén, mint a kritika vagy a támadó jellegű viselkedés. Azok a szülők, akik magasabb elvárásokat támasztanak a gyermekükkel szemben a sportban, gyakrabban mutatják ki a negatív érzelmeiket, többször jelenik meg a düh, mint reakció gyermekük nem megfelelő teljesítménye esetén, és gyakrabban számolnak be arról, hogy ebben a helyzetben szégyent élnek meg (Partridge és Wann, 2015). Erős kapcsolatot találtak a versenyeken megélt érzések (Goldstein és Iso-Ahola, 2008) és az azt követő agresszív cselekedet között: aki dühös lesz, valószínűbb, hogy agresszív viselkedési mintát mutat majd, aminek háttérében az én védelme állhat. A „THOSE” (*tempestuous, harried, overwrought, self-absorbed and emotional*/viharos, zaklatott, túlfeszített, önelégült, énközpontú és érzelmes) szülők azonosítása során azt találták, hogy a szülők 61,2% nem tapasztalt magán és másokon semmilyen agresszív viselkedést a múltban. A résztvevők 52,9%-a átélte már a düh érzését versenyeken, amit a bírók és a többi szülő viselkedése váltott ki (18,9 és 15%). Az érzés azonban csak nagyon rövid ideig marad fent, 37,6%-uknál két perc alatt elmúlt a hatása és körülbelül a vizsgált szülők 0,6%-a számolt be arról, hogy a düh kitartott egy óránál tovább.

A versenyeket követő, szülőktől érkező eligazítás és értékelés egyszerre lehet károsító vagy erősítő, attól függően, hogy a szülő milyen típusú visszajelzéseket ad a gyermekének (Elliott és Drummond, 2015). A gyermekben szorongást vagy elégedetlenség érzetét növelheti, ha a „*car coaching*” – nem hivatalos, szleng kifejezés; az edzésre, meccsre odafelé vezető autópályán a jótanácsokat, vagy hazafelé a szülők gyermekük sportteljesítményére vonatkozó értékelését takarja – a negatív visszajelzésekről és a hibák, gyengeségek kiemeléséről szól, vagy ha közvetlenül az edzés/verseny után alakul

ki vita a fiatal teljesítményét illetően. Az őszinteség elvárt a gyermekek részéről, számukra a „szendvics visszajelzés” bizonyul a leghatékonyabbnak, melynek során a negatív vagy a fejlődés szükségére utaló visszajelzést két pozitív tartalmú értékelés közé „csomagolják” (Prochazka, Ovcari, Durinik, 2020). Ha a szülők egy esetlegesen negatív versenyteljesítményre túlkontrolláló viselkedéssel, büntetéssel vagy magas elvárásokkal válaszolnak, az negatív hatással bír a gyermek fejlődésére és a karrierjére egyaránt, mindhárom szülői reakció a kudarcból való félelem építőköve (Sagar és Lavallee, 2010). Weiss, Wiese és Klint (1989) kutatásukban arra jutottak, hogy utánpótláskorú tornászok körében a két leggyakoribb, verseny előtti aggodást kiváltó ok az, hogy mit gondolnak majd róluk a szüleik és az edzőik, és félnek attól, hogy teljesítményükkel csalódást okoznak.

Egy portugál vizsgálat eredményei szerint a szülők felől észlelt támogató és bátorító magatartás összefüggésbe hozható a sportoló énhatékonyásával, önszabályozó képességével és intrinzik motivációjával, míg az instruáló (*instructional*) viselkedés negatív kapcsolatban áll a sportoló önbizalmával, intrinzik motivációjával és szociális hatékonyságával, amely befolyással lehet az edző–sportoló kapcsolat minőségére is (Teques és mtsai, 2019). A versenyek alatti szülői viselkedés fiatal sportolókra gyakorolt hatásaival kapcsolatban már készült olyan felmérés (Knight, Neely és Holt, 2011), amely arra fókuszál, hogy milyen nevelői hozzáállás lenne kedvező a fiatalok számára. A vizsgálat eredményei szerint a versenyek előtt hasznosnak bizonyult, ha a szülők segítik a felkészülést (pakolás, pontos indulás és hasonló) és a mentális ráhangolódást, amelynek elengedhetetlen feltétele az egyéni szükségletek megismerése. A visszajelzések alapján a mérkőzések alatt ajánlatos elkerülni a figyelmet ráirányítani a sportolóra („ez az én gyermekem”), a fiatal sportolók inkább azt preferálják, ha a szülők az egész csapatot támogatják. A támogató kommunikáció bármilyen formája hasznosnak bizonyult a fiatalok számára, azonban fontos, hogy ez inkább a teljesítményre, mint magára a végkimenetelre vonatkozzon. Az interjúk alapján a sportolóknál megjelent egyfajta elvárás, hogy a szülők kezeljék hatékonyan az érzéseiket, és abban az esetben fogadták el a technikai jellegű instrukciót, ha a szülőknek személyes tapasztalatuk és múltjuk van az adott sportágban. Jól látható tehát, hogy a szülőkkel szembeni elvárás összetett, és néha egymásnak ellentmondó elemeket is tartalmazhat.

## 1.5 Szülői nevelői attitűdök

A magas kohézióval és alkalmazkodóképességgel jellemezhető családi klíma a leghatékonyabb a fiatal tehetség fejlesztése szempontjából (Bagdy, Kövi és Mirnics, 2014). A határszabás és a rugalmasság közötti egyensúly megtartása pozitív, míg a túlvédő, túlzottan kontrolláló szülői magatartás kedvezőtlen hatással bírhat. Ugyanúgy káros lehet, ha a szülők eltérően viszonyulnak a gyermek teljesítményéhez, ellentmondó értékeket közvetítenek feléjük, sokszor állhat mindez az alulteljesítés háttérében (Bagdy, Kövi és Mirnics, 2014).

A szülők vezetési stílusát meghatározhatjuk a kontrolláló viselkedés dimenziói szerint, amely nemcsak a fiatalra, hanem az edző–sportoló kapcsolat minőségét is károsan befolyásolhatja, ezzel szemben az autonómiát biztosító szülői hozzáállás a gyermek felé nyitott kommunikációt és a döntés lehetőségét ajánlja fel (Keegan és mtsai, 2010). A szülők felől észlelt nyitott kommunikáció és az általuk nyújtott kihívás (*parental challenge*) pozitív kapcsolatba hozható a fiatal sportoló kitartásával, elkötelezettségével és csapatmunkához való hozzáállásával, valamint azok a sportolók, akiknél a család működését pozitívan jellemezték, nagyobb kitartással és reménnyel bírnak, mint azok, akiknél a család működését inkább negatívnak vagy közepesnek minősítették (Raimundi és mtsai, 2016). Pomerantz, Grolnick és Price (2005) elmélete szerint a szülő viselkedéses, kognitív és érzelmi interakciókon keresztül hat a gyermekre. A szülői részvétel mértéke és az autonómiát támogató viselkedés hatással lehet a gyermek teljesítményére. A szülő feladata a gyermek képességének és fejlettségi szintjének megfelelő optimális kihívás biztosítása. Az alapján, hogy mire reflektál a szülő, megkülönböztethetünk két interakciós stílust: 1) folyamat fókuszú, amely a gyermek készségfejlődését, a gyakorlást és a teljesítményhelyzetben megélt örömeleményt bátorítja és támogatja; 2) személy fókuszú, amely a sikert, az elért eredményt hangsúlyozza. A folyamat fókuszú szülők hatékonyabban facilitálják a magasabb kompetenciaélményt, a teljesítménymotivációt és a teljesítményt.

Baumrind három nevelési attitűdöt különített el (idézi: Sallay és Münnich, 1999) az alapján, hogy milyen a szülői érzékenység (támogatás) és követelés (elvárás) mértéke. Az *autoritariánus* (nem támogató – elváró) szülői attitűdre jellemző, hogy a gyerek szükségleteit a szülő nem veszi figyelembe. Szigorú, merev, sokszor ésszerűtlen elvárásokat támasztanak feléjük, ennek hatására a fiatal nem tanulja meg környezetét

ellenőrzése alatt tartani. A szülők nem a megfelelő viselkedés jutalmazásával, hanem büntetéssel nevelnek. Az *engedékeny* (támogató – nem elváró) nevelési attitűd esetén a szülők és gyermekeik között a kapcsolat érzelemdús, de a nevelési módszerek sokszor következtelenek, ennek hatására a fiatal nem sajátítja el azt a képességet, hogy a környezet és saját impulzusait kontrollálni tudja. Az *autoritatív* (támogató – elváró) attitűdre jellemző, hogy viszonylag nagy szabadságot ad a gyermeknek, de ésszerű határokat szabva, és jól meghatározott követelményeket támasztva azokon a területeken, melyekben a szülő nagyobb tudással és rálátással rendelkezik. A gyereknek lehetősége van a környező világ felfedezésére, miközben a szülők figyelnek a gyerek szükségleteire és biztosítják is számukra ezeket, valamint segítik a megfelelő önértékelés és énkép kialakulását. A szülői attitűdök terén az autoritatív nevelési stílust tartják a legmegfelelőbbnek, ahol biztosított a kontroll, miközben megadja a fiatalnak a lehetőséget önmaga képességeinek és határainak megismerésére is (Sallay és Münnich, 1999). A szülők tisztelik a gyermek egyéniségeit és értékeit, miközben fenntartják számára a megfelelő határokat és kereteket (Larson, 2006).

A fiatalok elégedettebbek a sportágukkal az olyan autoritatív attitűddel jellemezhető családok esetében, ahol az elsajátítási célstruktúra magas szintjét mutatják, továbbá negatív kapcsolat mutatható ki az adott célstruktúra és olyan maladaptív viselkedési minták között, mint a normatörés és a feladat-irreleváns viselkedés (Juntumaa, Keski-Vaara és Punamäki, 2005). 14 év körüli futballisták perfekcionizmusát vizsgálva az egészséges szintű és nem perfekcionista sportolók esetében magasabb arányban találtak autoritatív szülői attitűddel, mint a perfekcionizmus nem egészséges szintjén (Sapieja, Dunn és Holt, 2011). A fiatal sportolók hibák miatti aggodalma és az akcióval kapcsolatos kételyeik szignifikánsan negatív kapcsolatot mutattak a szülők autoritatív attitűdjével, azaz azok a sportolók, akik olyan környezetben nőnek fel, ahol követelményeket támasztanak eléjük, de emellett megjelenik az autonómiát biztosító viselkedés is, megóvják a gyereket a perfekcionizmus nem egészséges mértékétől – nem érzik a nyomást, hogy meg kell felelniük a szülők által támasztott elvárásoknak. Egy junior korosztályú sportolók és szüleik között történt vizsgálat (Olsson és Mtsai, 2020) eredményei szerint a sportoló által észlelt szülői perfekcionizmus mutatott kapcsolatot a sportoló perfekcionizmusával, és nem a szülő tényleges perfekcionizmusa. Hasonló eredményre jutott Appleton, Hall és Hill (2010) junior korosztályú sportolók (futball,

krikett és tenisz sportágaiból) és szüleik perfekcionizmusának vizsgálata során. Az önmagukkal szembeni tökéletesség, a másokra irányuló perfekcionizmus és a szociálisan előírt perfekcionizmus skálákban kapcsolatot találtak a szülői oldal és a fiatal sportolók jellemzése között.

## **1.6 Szülők által teremtett motivációs légkör**

### *1.6.1 Szelf determinációs elmélet*

Ryan és Deci (2002) *szelf determinációs elmélete* alapján a sportolók (is) alapvetően három szükséglettel jellemezhetők: a kompetencia, a kötődés és az autonómia igénye. Míg a kompetencia a teljesítményhez, az eredmény kontrolljához és a siker megtapasztalásához kapcsolódik, addig a kötődés szükséglete a valahova tartozás igényének felel meg. Az autonómia az egyén azon vágyára reflektál, mely során megéli a saját életére vonatkozó kontrollérzetet, illetve az önállóságban való törekvésében is támogatást kapjon környezetétől. Az extrinzik (külső) és intrinzik (belső) motiváció viszont nem két külön kategóriaként fogható fel, hanem az egy skálaként jelenik meg, adott dimenziók (internalizáció és önmeghatározás mértéke) mentén változhat. A modell szerint míg a *motiválatlan* sportolók nem rendelkeznek a saját kontroll érzetével, addig a „kívülről szabályozott” motivációval jellemezhető sportoló célja, hogy megfeleljen valamilyen külső követelménynek, vagy egy olyan jutalomtól függ, amit a sportoló szeretne elérni. Az extrinzik jellegű motivációk közé tartozik az beépülő (*introjektált*) szabályozás, ahol a motiváció még nem válik belsővé, csak a külső forrást egy belső ok fogja helyettesíteni. A harmadik típus az azonosuló (*identifikált*) szabályozás, amikor a tevékenység már önálló döntés eredménye, de még mindig valamilyen cél érdekében történik. Az *integrált* szabályozás nagyon közel áll a *belső motivációhoz* (amikor a sportoló a saját öröme és megelégedettsége miatt vesz részt az adott tevékenységben), de tetten érhető egy külső motívum is. A szelf determinációs elmélet idővel tovább fejlődött és új megközelítésekkel egészült ki. Az intrinzik és extrinzik motiváció hierarchikus elmélete (HMIEM, Vallerand, 1997, Vallerand és Lalande, 2011) például felhívja a figyelmet arra, hogy a sportoló pillanatnyi (*szituációs*), egy helyzetre vonatkozó (*kontextuális*) és a *globális* motivációjára is hatással lehet a környezete. Kutatások szerint az öndeterminált viselkedésnek olyan pozitív hozadéka lehetnek, mint a hosszú távú elköteleződés és a megküzdés pozitív módozatai (Amiot és mtsai, 2004), valamint a

pozitív önértékelés (Wang és Biddle, 2001); míg az öndetermináció hiánya vagy alacsony szintje (amotivált, extrinzik motivált) kiégéshez (Harris és Watson, 2011; Lonsdale, Hodge és Rose, 2009) és korai lemorzsolódáshoz (Calvo és mtsai, 2010) is vezethet.

Az észlelt *autonómiatámogatás* az egyén azon meggyőződése, amely a számára fontos személyek (tanárai, szülei, edzője vagy a barátai) olyan viselkedési mintáira vonatkozik, mint a kezdeményezőkézség támogatása, a döntés lehetőségének biztosítása, a független problémamegoldás, a döntésekben való részvétel, az érzések megosztása és elfogadása, valamint a nyomasztó elvárások elkerülése (Mageau és Vallerand, 2003). Az autonómiát támogató szülők (tanácsokkal és visszajelzésekkel szolgálnak, de támogatják, hogy a gyermek felelősséget vállaljon döntéseiért és eredményeiért) gyermekei magasabb teljesítményt érnek el, míg erősebb a kompetencia érzésük és intrinzik motivációjuk (Pomerantz, Grolnick és Price, 2005). Az autonómia támogató szülőknél magas szintű bevonódást tapasztaltak gyermekük sportágában (Holt és mtsai, 2009). Az ilyen szülők legtöbbször minimális nyomást helyeznek a gyermekükre, miközben biztosítják számukra a megfelelő kereteket (például időbeosztás, étkezés), valamint képesek olvasni a gyermekek hangulatát és elkötelezettek a nyitott, kétirányú kommunikációra. Azoknál a szülőknél, ahol a kontrolláló stílus volt az erőteljesebb, ugyanúgy fellelhető volt a magas szintű bevonódás, de a gyermekek autonómiáját csak minimális mértékben biztosították számukra – ebben a helyzetben a fiataloknak sokszor nincs lehetőségük szabadon dönteni. A szülők kommunikációs stílusára nem jellemző a nyitottság és nehezebben tudják olvasni gyermekük lelkiállapotát is.

Azok a szülők, akik támogatják gyermekük autonómiára törekvő viselkedését, kisebb mértékben mutatnak dühöt és viselkednek agresszíven a mérkőzések alatt (Goldstein és Iso-Ahola, 2008). Ez a szülői szemléletmód hatással van a szülő–edző kapcsolat minőségére (Keegan és mtsai, 2010), a gyermekük perfekcionizmusára (Sapieja és mtsai, 2011), valamint a fejlődésre irányuló erőfeszítésének mértékére is (Hein és Jöesaar, 2014). Az autonómiát támogató visszajelzések összefüggést mutatnak a sportolói jólléttel is (*well-being*) (Mouratidis és mtsai, 2010). Black és Deci (2000) vizsgálatának eredményei szerint nagyobb valószínűséggel jellemezhető feladatmegközelítő és autonóm motivációs stílussal az a fiatal, aki a számára fontos személyeket az autonómiatámogató viselkedéssel jellemzi, szemben azokkal, ahol az autonómiatámogatás nem jelenik meg. Mindezt sportkörnyezetben is alátámasztották, az

edzők és szülők felől észlelt autonómiát támogató viselkedés összefüggésbe hozható az autonóm motivációval és a sport iránti elkötelezettséggel (De Muynck és mtsai, 2020). Gagné és munkatársainak (2003) vizsgálata is alátámasztotta az eredményeket: 45 női tornász négy héten át tartó naplővezetését és kitöltött kérdőíveit összevetve a kutatók azt találták, hogy az edzők és a szülők felől észlelt autonómiátámogatás mértéke kapcsolatba hozható a sportolók intrinzik és identifikált szabályozásával, a sportolói elégedettség viszont csak az észlelt edzői autonómiátámogatás mértékével függ össze. Az edzői oldal bizonyos esetekben kompenzálhatja a szülői oldal ilyen irányú hiányosságait: azoknál a sportolóknál, ahol alacsony szintű az autonómia támogatása a szülők részéről, ott az edző autonómia támogatása erősebben kapcsolódik a fiatal sportoló sportmotivációjához, a flow állapot megéléséhez és az elégedettségéhez (Gaudreau, 2016). Másrészt, ha a szülők irányító, kontrolláló viselkedését a gyermekek nagyobb mértékűnek érzélik, akkor a szülői nyomás mértékét is erőteljesebbnek tartják, ami kapcsolatba hozható a teljesítményirányultsággal, mindez pedig az örömeztet csökkenéséhez és az amotiváció megjelenéséhez vezethet (Sánchez-Miguel és mtsai, 2013). Egy amerikai középiskolás korú sportolók között végzett vizsgálat eredményei (O'Neil és Amorose, 2021) azonosságot mutattak az apa és az anya autonómiát támogató és kontrollra irányuló viselkedése között, azaz a fiatalok szemében nem különült el a szülői minta. További eredményeik során azt találták, hogy nem feltétlenül csökken a sportolók intrinzik motivációja abban az esetben, ha az autonómiát támogató viselkedéshez társul egyfajta szülői kontroll, míg a szülői kontroll hiánya vagy gyengesége kapcsolatba hozható a sportolói elégedettség hiányával és a kontrollált motivációval egyaránt. Egy másik kutatásban negatív irányú kapcsolatot mutattak ki a szülői bevonódás és a sportoló motivációja között: a támogató szülői viselkedés negatív kapcsolatba hozható a sportolói amotivációval (Sánchez-Miguel és mtsai, 2013) és a szülői nyomásgyakorlás negatív irányú kapcsolatban áll a sportteljesítményre vonatkozó elégedettséggel (Amado és mtsai, 2015), amely az intrinzik motiváció pozitív és az amotiváció negatív prediktora.

Az észlelt autonómiátámogatás nemcsak az intrinzik jellegű motivációval, hanem a célorientációs irányultsággal is mutat összefüggéseket (Weltevreden és mtsai, 2018). Egy magyar vizsgálat eredményei szerint (Kovács és mtsai, 2019a) a feladattal az észlelt szülői autonómiátámogatás növekvő mértéke jelezte előre. Különösen a sportolói karrier kezdeti éveiben jelent meg a pozitív kapcsolat az észlelt autonómiátámogatás mértéke és



az elsajátítási célok között. Egy másik, elit ritmikus gimnasztikázók körében folytatott vizsgálat eredményei szerint a sportolói kiégés negatív kapcsolatba hozható a szülők autonómiatámogató viselkedésével (Kovács és mtsai, 2019b).

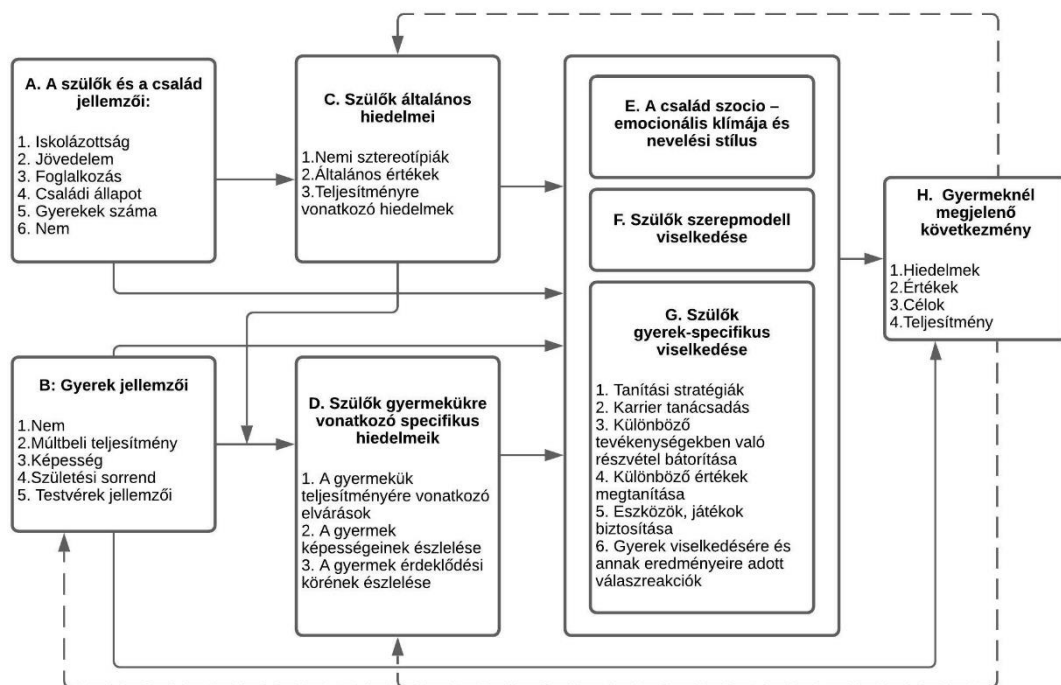
Az autonómia igényével kapcsolatban fontos kiemelni, hogy kultúrák között eltérhet annak szerepe. Néhány kutatás kiemeli, hogy főként individualista társadalmakban tekinthető az autonómia igénye alapvető szükségletnek (Chirkov és Ryan, 2001, Chirkov és mtsai, 2003), míg más vizsgálatok nem találtak eltérést a kultúrák összehasonlítása során (Hagger és mtsai, 2007, Mossman és mtsai, 2022).

### 1.6.2 *Elvárás-érték modell*

Az elvárás-érték modellek szerint a sportolók motivációját nagymértékben meghatározza a sikerelvárásuk és igény szintjük, azaz, hogy mit tartanak jó teljesítménynek, mivel lesznek elégedettek (Molnár, 2009). Minél fontosabb egy verseny és minél nagyobb esélyt lát a fiatal a jó teljesítményre, annál motiváltabb lesz a feladat elvégzésére. A siker előfeltételezésére olyan motívumok szolgálnak, mint az önhatékonyság vagy az észlelt kompetencia. A feladat értékét (Szenczi, 2010) is számos tényező módosíthatja, például az intrinzik érték, ami a fizikai aktivitásból származó öröm; a gyakorlati érték (*utility value*), ami azt jelzi, hogy az adott feladat mennyire hasznos a jövőbeli célokra nézve; a teljesítményérték (*attainment value*), ami egyfajta szubjektív értéket takar, azaz mennyire fontos az egyénnek, hogy az adott feladatot jól végezze el.

A szülők hatása Fredricks és Eccles (2004) elvárás-érték modelljében, melynek egyik elméleti bázisát Festinger társas összehasonlítás elmélete adja, leginkább két folyamatban érhető tetten – ők azok, akik segítenek a fiatal sportolónak a tapasztalatok értelmezésében, és akik az élményeket szolgáltatják. A szülői hatást egy összetett folyamatként ábrázolják (9. ábra): a modell szerint az a szülő, aki elvárja gyermeke sikerét, azt az üzenetet fogja közvetíteni, hogy a verseny végkimenetele fontosabb, mint maga a teljesítmény. Ezáltal a fiatal számára is a győzelem értéke lesz az elsődleges. A szülők a viselkedéseiken keresztül is tudnak hatni gyermekük motivációjára, például azzal, hogy elviszik őket sporteseményekre, együtt játszanak, vagy sporteszközöket vásárolnak gyermekeiknek, így előtérbe helyezik a mozgás szerepét és rávilágítanak a sport fontosságára. A bátorítás eltérő szintjei is hatással lehetnek – a büntetés csökkenti a valószínűségét annak, hogy a gyerek elköteleződik a tevékenység mellett a jövőben, míg a megfelelő támogatás

növelheti az elkötelezettségét, a véletlenszerű megerősítések és a teljesítményre vonatkozó megfelelő visszajelzések pedig pozitív hatással bírnak. A szülők a saját hiedelmeiket és viselkedéseiket alkalmazzák válaszul a gyermekük jellemvonásaira – amibe beletartozik a gyermek neme, adottsága, érdeklődési köre és a fejlettségi szintje. Ha egy szülő úgy vélekedik, hogy a fiúk eredményesebb sportolók, mint a lányok, akkor eltérő lehetőségeket és visszajelzéseket fog biztosítani a gyermekének, ennek megfelelően a lányok és a fiúk másként fognak vélekedni magukról, mint sportolóról. A szülők viselkedésére és gondolkodására a tágabb szociális közösség van hatással – a képzettségük, a családi állapotuk, anyagi státuszuk, kulturális tradíciójuk és a családjuk mérete mind olyan tényező, ami hatással van a gondolkodásukra, hiedelmeikre.

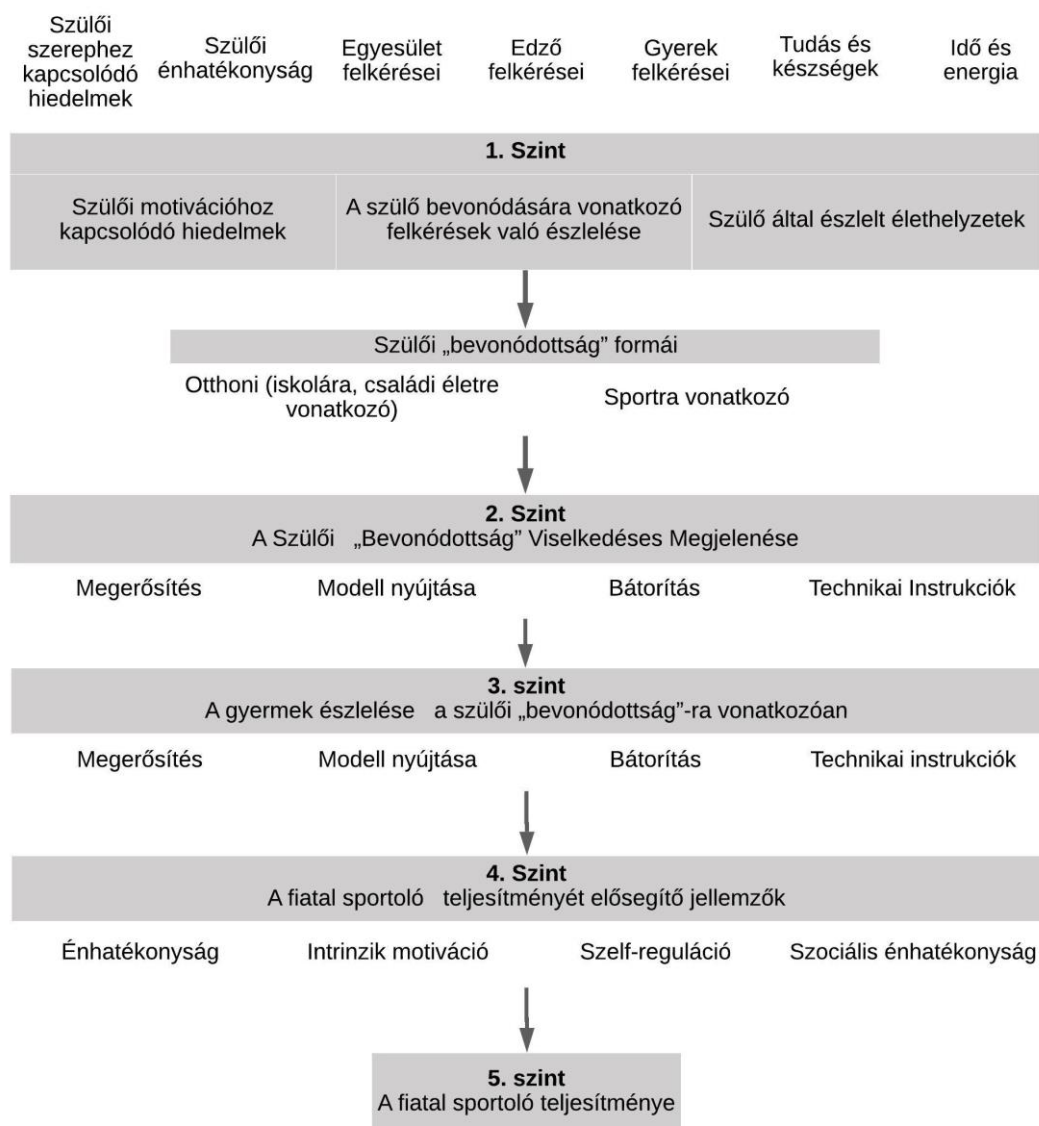


**9. ábra:** A szülői részvétel hatása gyermekük motivációjára és teljesítményére Fredericks és Eccles alapján

(Fredricks, J. A., Eccles, J. S. (2004). Parental influences on youth involvement in sports. In M. R. Weiss (Ed.), *Developmental sport and exercise psychology: A lifespan perspective*, Morgantown, Fitness Information Technology Inc. p.148.)

Teques és munkatársai (2016) modellje szerint a szülői bevonódás mértéke, valamint ahogy reagálnak a gyermekük élményeire, befolyással van a gyermek motivációjára, hiedelmeire. A jelenleg is fejlesztés alatt álló ötszintes modell (10. ábra) a szülői nevelői attitűd és az elvárás-érték modell kereszteződéséből született. Az első szintjén a szülői döntés mértéke áll, az, hogy mennyire vesznek részt gyermekük sportágában. A második

fokra a szülő befolyás és annak megjelenése kerül, a következő szinten található a gyermek azon észlelése, ahogy a szülői bevonódásra reagál. A szülői bevonódás négy pszichológiai változón keresztül fejti ki a hatását, amelyek közvetve a teljesítményt is befolyásolhatják: énhatékonyság, intrinzik motiváció, szelf-reguláció és a szociális énhatékonyság.



**10. ábra:** A sportban való szülői bevonódás modellje Teques és munkatársai alapján (Teques, P., Serpa, S., Rosado, A., Silva, C., & Calmeiro, L. (2016). Parental Involvement in Sport: Psychometric Development and Empirical Test of a Theoretical Model. *Current Psychology*, 37(1), p.236.)

### 1.6.3 Célorientációs elméletek

A célorientációs elméletek a teljesítményszituációkban működnek, és arra fókuszálnak, hogy az egyén miért és hogyan vesz részt a feladat teljesítésében (Fejes, 2011). Nincs

megegyezés abban, hogy célorientációk mennyire stabil személyiségjellemzők, és nem tekinthetők egyértelműen motívumoknak sem. Két eltérő csoportra oszlanak, az egyik csoport a célokat adott teljesítményszituációra vonatkozó sémáknak tekinti, amelyek kontextustól függenek, míg a másik oldal szerint a célorientációk a teljesítménnyel kapcsolatos szelf-hez köthető sémákon alapulnak – azaz stabil személyiségjellemzők. A teljesítés motiváció „olyan teljesítménytől függő érzelmeket jelent, melyeket a kiválóság mércéihez hasonlítva értékelünk” (Urbán és mtsai, 2014, 74. oldal). Tehát léteznek bizonyos standardok, melyek az ideális teljesítményt jellemzik, és attól függően érezzük jónak a saját kompetenciánkat, hogy mennyire kerültünk közel ehhez a szinthez. Megkülönböztethetünk *viszonyító* (mások túlteljesítésére irányuló törekvés) és *elsajátítási* (önfejlesztésre irányuló törekvés) célokat, amelyek a feladathoz való hozzáállást jellemzik. A célorientációs elméletekkel szemben leggyakrabban megfogalmazott kritika, hogy míg az elsajátítási célokhoz legtöbbször pozitív aspektusokat társítanak, addig a viszonyítási célok negatív színben tűnnek fel (Fejes, 2011, Fülöp, 2008, 2017). A dichotóm, polarizáló hozzáállás figyelmen kívül hagyja a versengés lehetséges pozitív hozamait. A többszörös célok elmélete éppen erre próbál megoldást találni és feloldani az egymással szemben álló célok konfliktusát (Roberts, Treasure és Kavussanu, 1996; Harwood, Spray és Keegan, 2008). Egy idő után a kétpólusú célmodell kompetencia alapú meghatározása kibővült (*2X2 teljesítés-célmodell*, Elliot és McGregor, 2001) az érzelmi viszonyulás (*valencia*) két formájával (*elkerülő és megközelítő célok*), majd a modell továbbfejlesztése során (*3X2 teljesítés-célmodell*) a viszonyítási célokat társ(központú)-célokként definiálták, az elsajátítási célok viszont két külön részre váltak szét: feladat(központú)-célokra és szelf(központú)-célokra (Elliot, Murayama és Pekrun, 2011). Egy legújabb modell a célorientációs elmélet filozófiáját igyekszik egyesíteni a szelf-determinációs elmélettel, miszerint egy fiatal céljai mögött változó okok állhatnak (Senko és Tropiano, 2016).

Ames (1992) szerint egy fiatal számára az elsajátítási célstruktúra motiválóbba lehet, mint a viszonyítási célstruktúra, mert a környezet ezzel bátorítja a fiatalt a kockázatvállaló viselkedésre, erősíti bennük az intrinzik érdeklődést, továbbá jobban kitartanak, ha nehézségekkel találják szembe magukat és a feladat iránti elkötelezettségük is erősebb. Sportkörnyezetben ez azért lehet előnyös, mert ebben a szemléletben az értékelés alapját nemcsak a győzelem vagy a verseny végkimenetele képezi, hanem a személyes fejlődés

is, azaz engedélyezi, hogy a fiatal saját tempójában, a saját képességéhez mérten fejlődjön (Carr és Weigan, 2014) – ez a sportolóban többször vezet elégedettség érzetéhez a fejlődésével kapcsolatban, valamint a hibák hatékonyabb kezelését is eredményezheti (Vazou, Ntoumanis és Duda, 2006). A sportpszichológiai kutatások területén még tetten érhető az elsajátítási és a viszonyítási célok szembeállítása. Vizsgálatok szerint az elsajátítási célokkal jellemezhető fiatal sportolók hatékonyabban képesek észlelni a fizikai kompetenciájukat (Newton és Duda, 1999), boldogabbnak érzik magukat (Ntoumanis és Biddle, 1999) valamint tovább is maradnak részesei a sportáguknak (Le Bars, Gernigon és Ninot, 2009). Ez a hozzáállás valószínűbben alakul ki akkor, ha a sportoló társai és szülei is hasonló motivációs klímával bírnak (Atkins, Johnson, Force és Petrie 2015). A viszonyító célok az elkerülő viselkedést erősítik, egy hiba után a negatív értékelések és visszajelzések szerepe megnő, valamint termékeny talaját képezik a kevésbé hatékony tanulási stratégiák kialakulásának (Ames, 1992). Ez a klíma, amit gyakran a felnőttek generálnak, gyakrabban vezet a személyek közötti összehasonlításhoz, ami a csapattársakkal történő versengéshez is vezethet (Vazou, Ntoumanis és Duda, 2006).

Az elsajátítási motivációs klímát a következő három struktúra kialakításával lehet létrehozni (Ames, 1992). Az első az autoritás megteremtése, amely során a szülő reális, de kihívással teli célokat tűz ki a gyermeke elé. A második az értékelés, amely során a szülő az erőfeszítés mértékére helyezi a fő hangsúlyt és nem a végeredményre. Lehetővé teszi és biztosítja gyermeke számára a szabad döntést, valamint az eszközöket a fejlődéséhez. A feladatok meghatározása (harmadik struktúra) során a fejlődés a legfontosabb, az újdonságokat és a szükséges változásokat biztosítva, így segítve őket a rövid-, és hosszú távú célok kitűzésében és elérésében. Az értékelés során az egyéni fejlődés mértékét veszi figyelembe, lehetővé téve a négy szemközti értékelést kerülvén a társak előtti visszajelzést, valamint bátorítja a hibákhoz való hozzáállás megváltoztatását (ahol a hiba a fejlődés szerves részét képezi). A szülő által teremtett elsajátítási légkör kapcsolatba hozható a gyermek autonóm szabályozásával, ami a belső motiváció egyik alapköve. Egy vizsgálatban 279 fiatal sportoló eredményeit (White, 1998) hasonlították össze a szülői motivációs klíma és a sportolók feladat- (*elsajátítási célorientáció*), és énevezérelt hozzáállásának (*viszonyítási célorientáció*) függvényében. Azok a tinédzserek számoltak be sokkal inkább feladat, mint énevezérelt hozzáállásról, akik úgy érezték,

hogy a szüleik maguk is feladat-orientáltak. Azoknál a fiataloknál pedig, akik inkább élvezérelt légkörben élnek, ugyanez a típusú hozzáállás alakul ki jellemzőbben. Továbbá White szerint zavart okozhat a fiatalokban az, ha a szülői oldalról a feladat- és az élvezérelt hozzáállás szintje is magas, mert itt egyaránt megtalálható a fejlődés, a tanulás és a siker támogatása, ami a hibától való félelemhez vezethet. O'Rourke és munkatársai (2011) is hasonló eredményekről számoltak be, a szülők magas szintű teljesítményelvárása alacsony elsajátítási és magas viszonyítási célstruktúrával a sportolók magas szintű vonásszorongásához vezethet, míg a szülői elvárások magas szintje magas szintű elsajátítási célstruktúrával csökkenti a szorongás szintjét. Ugyanezt az eredményt adta, ha a szülők felől alacsony szintű nyomásgyakorlást és viszonyító célstruktúrát észleltek a sportoló fiatalok. Egy későbbi kutatásukban O'Rourke és munkatársai (2014) megerősítették korábbi eredményeiket, amely a szülői motivációs környezet szerepét emeli ki – a szülői célstruktúra volt a prediktora a sportoló önbizalmának, vonásszorongásának és autonóm szabályozásának egy versenyszezon végén és nem az edzőé.

Akárcsak Vazou, Ntoumanis és Duda (2006) kutatása, úgy Ingrell, Johnson és Ivarsson (2019) felmérése sem talált kapcsolatot a szülők felől észlelt motivációs klíma és a sportolók célstruktúrája között. A szerzők szerint ennek háttérében az áll, hogy a sportolók életkoruk alapján a *Befektetés* korszakába sorolhatók, amikor a szülői ráhatás jelentősége csökken. Schwebel, Smith és Smoll kutatása (2016) szerint a szülők felől észlelt motivációs klíma hatása erősebbnek bizonyult, mint az edzőké, különösen a fiatal sportolók esetében. O'Rourke és Smith (2013) valamint Weltevreden és munkatársai (2018) is hasonló eredményre jutottak, azaz a szülők által teremtett motivációs légkör szorosabb kapcsolatban áll a gyermek motivációjával, mint az edzők által kreált légkörrel. Ennek háttérében a kutatók szerint az állhat, hogy míg a szülő csak a saját gyermekére koncentrálnak és reflektálnak, addig az edző egy csapatnyi fiatallal foglalkozik párhuzamosan, valamint a szülő nemcsak a sporthoz kötődő, hanem azon kívüli életet is nyomon követi és reagál arra. Krane, Snow és Greenleaf (1997) egy elit szertornással foglalkozó esettanulmányukban a sportoló edzői és szülői háttérét is felmérték. Vizsgálatukban azt találták, hogy a környezet versengő viselkedése és teljesítményorientált hozzáállása olyan egészségtelen légkört teremtett, ami táptalaja lett a sportoló étkezési zavarainak, túledzetségének és sérüléseinek kialakulásának is.

## **1.7 A szülők által átélt szubjektív élmény**

Eklund és Gould (2007) szerint a fiataloknál nem annyira a vereség ténye vagy a kudarc élménye okozza a problémát, mint annak a következményei, ahogyan mindezt a környezetük értelmezi. Számos vizsgálat részletezi, hogy a sportkörnyezet melyik korosztályban milyen hatással van a fiatalra, ugyanakkor viszonylag kevés forrás foglalkozik azzal, hogyan hat a fiatal környezetére a (verseny)sport atmoszférája. Egy felmérés szerint a szülők által megélt élmény és a szerzett tapasztalataik eltérhetnek attól függően, hogy gyermekük milyen szinten gyakorolja sportágát – az amatőr szinteken, illetve a kezdeti sportévekben jelentősebb támogatást élnek meg és erősebb érzelmi kapcsolatot alakítanak ki a szülők gyermekük egyesületével, mint az elit szinteken (Hurley, Swann, Allen és Vella, 2020).

Kerr és Stirling (2012) szülőkkel készített mélyinterjúi során a legtöbben arról számoltak be, hogy sokkal negatívabbnak ítélték meg az edzői részvételt, viselkedést és annak hatását miután gyermekük abbahagyta a versenysportot, mint amíg gyermekük aktívan sportolt. Megjelent náluk az önhibáztatás érzete is azzal kapcsolatban, ahogy az edzések számának növekedésével átadták az irányítást az edzőnek és lassan háttérbe vonultak, majd teljesen kiszorultak gyermekük sportéletéből. Egy másik, szülőkkel készített interjúkon alapuló vizsgálat eredményei kimutatták, hogy a sportszocializáció során a szülőkre nehezedő felelősség az idő előrehaladtával egyre jobban felerősödik, ugyanakkor ezzel együtt megjelenik egyfajta bizonytalanság és félelem is bennük arra vonatkozóan, hogy viselkedésükkel nehogy negatív benyomást keltsenek a sportakadémián, amivel árthatnak gyermeküknek (Clarke és Harwood, 2014).

Különböző felmérések során azt találták (Peter, 2011; Wiersma és Fifer 2008), hogy a legtöbb szülő büszkeséget él át, ha a gyermekük jól teljesít, vagy ha az edző elismeri a fiatal sportolót, valamint, ha kapcsolatokat alakíthatnak ki más szülőkkel. Szorongást élnek át, amikor a gyermekük a figyelem központjában áll, zavarban vannak, ha más szülők vitáit látják, ha anyagi nehézségekkel kell szembesülniük, vagy ha a sport a család idejéből vesz el. Boldogtalanságot éreznek, ha más szülőket látnak vitázni a gyermekeikkel, edzőkkel, vagy a játékvezetőkkel. Az általuk megélt legtöbb negatív élmény az olyan edzői viselkedésekhez kapcsolódik, mint a túlzott szigorúság, vita a játékvezetőkkel, vagy más gyerekek teljesítményének kiemelése. A túlzott mértékű

versengő hozzáállás és a nem megfelelő edzői kommunikáció olyan tényezők, amit gyakran sérelmeznek. Más szülők viselkedésében is nehezményezik a túlzott kritikai hozzáállást és elvárásokat, valamint a játékvezetőhöz való negatív hozzáállást. További negatív élmény jelentenek számukra a gyermek hibái, ilyenkor legtöbbször szomorúságot élnek át, ahogy a nem megfelelő játékvezetői ítélet és hozzáállás is okozhat problémákat. Egy magyar felmérés eredményei szerint (Németh, 2017) a szülők számára legfőbb konfliktust kiváltó tényező a játékidő hiánya, vagy ha a szülő azt érzékeli, hogy gyermekét sérelem érte, ilyen helyzetben az edzők legtöbbször problémamegoldó vagy kompromisszumkereső stratégiát használnak a szülőkkel szemben.

Különösen stresszkeltő helyzet lehet a sportolóra és a családra is nézve az, ha a fiatal nem választják be a kívánt csapatba. A közösségi megküzdés szemlélete (Lyons és mtsai, 1998) alapján maga az élmény feldolgozása is hatékony lehet, ha a közösség tagjai felismerik a közös problémát és kimutatják az érzéseiket, aggodalmaikat egymás felé, miközben problémaközpontú stratégiákat használnak. Neely és munkatársai (2017) szerint egy ilyen kritikus helyzet lecsengése három szakaszon keresztül mehet végbe a sportoló családján belül. Az első időszakban történik a kiválasztás értékelése, amikor a szülők úgy érzik, hogy nagyobb felelősség hárul rájuk, az ő feladatuk, hogy megtanítsák a gyermeküknek, hogy megfelelően tudják kezelni a negatív élményeket. Mindeközben úgy érzékelheti, hogy nemcsak neki, hanem a szülőknek is nehéz feldolgozni az elutasítás élményét. A következő szakaszban már megjelenik a közös munka, ahol a család egésze együtt dolgozik azon, hogy megküzdjenek a „kiszórás” következményeivel, ez a szerzők szerint a racionalizáció és a helyzet pozitív átkeretezésének időszaka. A harmadik lépés már a sportoló megküzdéséről szól, aki új célokat tűzhet ki önmaga számára, vagy a szélesebb szociális háló segítségét kérheti a helyzet feldolgozásának érdekében.

A specializáció korszakában számos stresszor érheti a szülőket, egy futballakadémia játékosainak szüleivel készült felmérés során (Harwood, Drew, és Knight, 2010) a következő csoportokba osztották ezeket (1. táblázat):

- az akadémia folyamatai és a kommunikációjuk minősége;
- mérkőzésekhez kapcsolódó stresszorok; sport és család közötti szerepkonfliktusok;
- iskolához és más képzetekhez kötődő problémák (1. táblázat).



A mérkőzésekkel kapcsolatos stresszorok nagyobb mértékű dühöt váltanak ki a szülőkből, míg a gyermek sérüléséhez kapcsolódó helyzetek több negatív érzést okoznak számukra (Harwood és mtsai, 2019b).

Sutcliffe, Kelly és Vella (2021) 12 és 14 év közötti sportoló és nem sportoló gyerekek szüleit hasonlította össze. Eredményeik szerint nagyobb időnyomást élnek meg azok, akiknek gyermeke sportol, de kevesebb distressz is éri őket, szemben azokkal, akiknek a gyermeke nem sportol, azaz a szülői bevonódás egy bizonyos szintje protektív hatású is lehet a szülők mentális jóllétére vonatkozóan.

**1. táblázat:** Specializációs időszakra vonatkozó szülői stresszorok, Harwood, Drew és Knight alapján

Specializációs időszakra vonatkozó szülői stresszorok			
Akadémia folyamatai és a kommunikációjuk minősége:	Mecsekhez kapcsolódó stresszorok:	Sport és család szerepkonfliktusai:	Iskola és képzés problémái:
A probléma a kommunikáció áramlásával és az információk minőségével van; Bizonytalanság és félelem a szülőben a beiratkozással kapcsolatban; Félelem a hibáktól és a visszautasítás lehetőségétől; Csekély visszajelzés az edzők által a gyerek fejlődésével kapcsolatban; Minimális megértés és empátia az edzők irányából, amikor a család nehézségekbe ütközik.	Nézni a gyereket, ahogy játszik; Kezeleni a gyermek kudarcélményét; Ha az edző rossz döntése vezet kudarchoz; Ha a gyerek a kispadra kerül; A többi szülő negatív megjegyzései; Sérülés.	Utazások és az ehhez kapcsolódó áldozatok (idő, pénz); Egydimenziós identitás – a gyerek számára csak a sport létezik; Ha testvérek vannak – nem egyenletes bánásmód; Szünetek hiánya – nincsenek ünnep és pihenőnapok.	Ha növekszik az edzések száma, az hatással van az iskolai teljesítményre; Kezeleni azt a nyomást, ami a gyerekre nehezedik: iskola és edzés; Az iskolai támogatás és megértés hiánya.

A befektetés szakaszában a specializációnál említett, szülőket érintő stresszforrások nem tűnnek el. Harwood és Knight (2009) három csoportot különített el, amelyek közül a leggyakoribbak a szervezeti befolyások és problémák. Ide tartoznak egyrészt azok a logisztikai nehézségek, amelyek az edzés – otthon – iskola – verseny helyszínei közötti utaztatást foglalják magukba, ezáltal értékes, minőségi időt vesznek el a családi

programoktól, a munkától és a pihenéstől. Az anyagi költségek fedezése is további terhet ró a családokra. Egy esetleges külföldi verseny, edzőtábor finanszírozása, a sporteszközök beszerzése mind plusz költségekkel járnak. A szervezeti problémákhoz kapcsolódnak az egyesülettel kapcsolatos konfliktusok is. A legtöbb szülő nehezményezi azt, hogy az egyesületek vagy akadémiák felől nem érkezik megfelelő visszajelzés a gyermek fejlődését illetően, illetve az esetleges sérülések rehabilitációja sem megoldott, aminek biztosítása ismét a szülőkre hárul. A második problémacsoport a versenyekre vonatkozik. Sok szülő számára nehéz tehetetlenül végignézni gyermekük teljesítményét és kezelni önmagukban az ezzel együtt járó feszültséget. Nemcsak belső vívódást élnek át, de sokszor a többi néző helytelen viselkedése vagy gyermekük negatív reakciója egy-egy hiba vagy egy esetleges kudarc után is kiválthat bennük stresszt. A harmadik csoportba a gyermek fejlődéséhez kapcsolódó problémák tartoznak, mint például az iskolával való kapcsolattartás, ami további konfliktusokhoz vezethet az oktatási intézménnyel vagy az edzővel. A szülők felelőssége a gyermek jövőjével kapcsolatos döntések meghozása, ami számtalan további bizonytalansághoz vezethet bennük – megjelenhet például a félelem az egydimenziós sportolói jövőképpel kapcsolatban (Harwood, Drew és Knight, 2010), amikor a gyermek számára csak a sport az egyetlen járható út, valamint az, hogy elszalasztják a fiatal esetleges lehetőségét a kiemelkedésre.

A szülők versengéshez és versenyzéshez való kapcsolata és megküzdése meghatározó gyermekük életében (Fülöp, 2013). A versengésre való szocializáció során a fiatalok versengésbeli szubjektív sikerességére pozitív hatással lehet, ha a szülei sikerorientált üzeneteket közvetítenek felé a versengéssel kapcsolatban (Sándor, 2010). Burgess, Knight és Mellalieu (2016) felmérése során az alábbi megküzdési stratégiákat találták a 11–14 év közötti szertornász fiatalok szüleinél. A szertornától való tudatos eltávolodás csökkenti a stresszorok intenzitását vagy az előfordulások gyakoriságát. Ez elérhető a szülői feladatmegosztás által, vagy a gyermek megküzdési képességének tudatosításával, amikor a szülő felfedezi, hogy a gyermek külső támasz nélkül, önmaga is képes megküzdeni a nehézségekkel és nincs szüksége a szülők segítségére. Az élmények normaképzésének folyamata során a szülők újraértékelik a gyermek felé mutatott elvárásokat, és saját, régi élményeiknek, tapasztalataiknak megfelelően átírják azokat. A tanulás és fejlődés igénye és szándéka, legyen szó másoktól való tanulásról, vagy saját tapasztalatokból való építkezésről szintén csökkentheti a stressz mértékét, ahogy az

érzelmi reakciók hatékony kezelése is, amelynek része lehet az érzelmek kiengedése, a belső beszéd vagy a figyelem elterelése. Harwood és munkatársai (2019a) szülők megküzdési mechanizmusait három csoportba osztották:

- fejlődés központú megküzdés, ahol a szülők legfőbb eszköze a kommunikáció, megbeszélnek gyermekükkel a sporthoz kapcsolódó nehéz helyzeteket és tanácsokkal látják el őket, támogatják és megerősítik gyermeküket, kapcsolatban állnak az edzőkkel és a csapattagok szüleivel, így információforrásként is szolgálnak.
- belső szabályozás (*internal regulation*), ahol kognitív módon újraértékelhetnek egy adott helyzetet, igyekeznek pozitív nézőpontot biztosítani gyermekük számára hosszútávú perspektívát mutatva nekik, miközben érzelmileg támogató viselkedést tanúsítanak.
- elkerülés (*withdrawal*), amikor a szülők nem biztosak abban, hogy viselkedésük megfelelő vagy érzelmeik negatívabbak, sokszor meg sem jelennek a gyermekük mérkőzésén, vagy kivonulnak arról.

Egy másik francia utánpótláskorú sportolók szüleit célzó kutatás (Lienhart és mtsai, 2020) a szülők megküzdési tapasztalatai közé sorolja a sportról való leválást is, amikor a szülői felelősség egy részét tapasztalt sportszakemberekre ruházzák át (edzők, sportorvosok és további sportszakemberek) vagy megbíznak a gyermekük megküzdési stratégiájában. A meleg szülő–gyermek kapcsolat nemcsak a gyermekek, hanem a szülők számára is protektív hatású – pozitív kiváltója a szülők gyermekük sportágához kötődő elkötelezettségének és negatív kiváltója a szülők sporthoz kötődő kiegészésének, ellenben a konfliktusos szülő–gyermek kapcsolat nem mutatott összefüggést sem a sportszülői kiegészéssel, sem az elkötelezettséggel (Defreese, Dorsch és Flitton, 2018).

A szülői szerepkör összetettségét jól mutatja, hogy számos esettanulmány foglalkozik a sportoló–szülő diád megfelelő kapcsolatával, amelyekben igyekeznek megoldási módokat, modelleket nyújtani a sportszakembereknek az adott témában. Ilyen például Zito (2011) munkája is, melyben a rendszerszemléletet erősítve családterápiás megoldási módokat is javasol, kiemelve a szülői elvárások, hiedelmek és viselkedések közvetlen hatását a fiatal sportteljesítményére. Számos könyv és program született, amelyek segítséget nyújtanak a szülőknek a megfelelő motivációs légkör megteremtéséhez a gyermekük számára (Dorsch és mtsai, 2016; Smoll, Smith és Cumming, 2007; Thrower,

Harwood és Spray, 2017; Vincent és Christensen, 2015), ezek hatékonyságát vizsgálatokkal igyekeztek bizonyítani. Léteznek olyan tréningek és programok is, amelyek az edzőket célozzák meg a hatékony edző–szülő kapcsolat kialakítása érdekében (Côte, Hancock és Abernethy 2014; Mills és mtsai, 2014; Smoll, Cumming és Smith, 2011), vannak olyan, a szülői háttérnek kiemelt szerepet biztosító, annak fontosságát hangsúlyozó fejlesztési modellek (Balyi, Higgs és Way, 2013; Fraser-Thomas, Côté és Deakin, 2005; Henriksen, Stambulova és Roessler, 2010), de fellelhető a szülőket rövid videók segítségével felkészítő program is (Kwon, Elliott és Velardo, 2020), valamint a pszichológusoknak és a terapeutáknak a sportszülőséggel kapcsolatban információkat nyújtó kézirat is (Jeanfreau, Holden és Esplin, 2020, Széplaki és mtsai, 2017).

## 2 Kérdésfeltevések és hipotézis

A vizsgálatunk végső célja annak meghatározása, hogy a szakirodalomban felmerült és az általam vélt változók vajon előrejelzik-e a szülők által megélt stressz és a szülői bevonódás mértékét gyermekük sportágában.

Elsőként arra kerestük a választ, hogy mennyire tekinthető megbízható és érvényes mérőeszközöknek a Szülői Autonómiatámogatás Kérdőív (PASSES - Hagger és mtsai, 2007) és a Szülői Bevonódás a Sportban Kérdőív (PISQ - Lee és MacLean, 1997) hazai mintán, illetve mennyire felel meg a pszichometriai kritériumoknak a saját kialakítású Szülői Stresszorok a Sportban Skála.

Ehhez első lépésben a teljes mintán megvizsgáltuk, hogy a szakirodalom (a szülő és a sportoló gyermek neme, a szülő esetleges sportkarrierje, a fiatal sportoló életkori csoportja Côte és Hay (2002a) modellje szerint), és az általunk meghatározott változók (a gyermek esetleges sportsérülése, a szülő családi állapota, iskolai végzettsége és a gyermekek száma) milyen összefüggésben állnak a szülői bevonódás mértékével és a szülő által megélt stresszorok mértékével.

Arra is kerestük a választ, hogy a szülői bevonódás, illetve az általuk megélt, a gyermekük sportéletével kapcsolatba hozható szorongás milyen kapcsolatban áll a perfekcionizmusukkal és az autonómiát támogató viselkedésükkel.

A kutatás célja és a tudományos felvetéseim újszerűsége, hogy hazai mintán rámutassak a szülői bevonódás és az általam meghatározott változók kapcsolatára. A témához kapcsolódó szakirodalmakban nem, vagy csak ritkán található utalás arra vonatkozóan, amely a szülői részvételt és a szülők által megélt stressz mértékét a sport viszonylatában a gyermek sportsérülésével, a szülők családi állapotával és iskolázottságával, valamint a családban levő gyerekek számával hozza közvetlen kapcsolatba. A kutatásom további célja volt, hogy kvantitatív módszertan segítségével előrejelezzem a szülői stresszorok megjelenését, eltérően a nemzetközi gyakorlat ezen a területen dominánsan kvalitatív módszertanától.

A fenti kutatási kérdések alapján hat hipotézist fogalmaztunk meg, melyek a következők:

**H1:** Feltételezem, hogy a szülői bevonódás megjelenési formái összefüggést mutatnak a szülő és gyermeke nemével, a szülők családi állapotával, a gyermekük életkorával és számával.

**H1a:** Feltételezem, hogy a **szülői bevonódás kontrolláló dimenzióinak** (Direkt, kontrolláló viselkedés és Szülői nyomásgyakorlás) **nagyobb értékével** jellemezhetők:

- az apák (szemben az anyákkal),
- a fiúgyermekkel rendelkező szülők (szemben a lánygyermekkel rendelkezőkkel),
- a *Mintavételezés* korszakában lévő fiatalok szülei (szemben a *Specializáció* és *Befektetés* korszakával),
- a sportkarrierrel rendelkező szülők (szemben azokkal a szülőkkel, akik nem sportoltak versenyszerűen).

**H1b:** Feltételezem, hogy a **szülői bevonódás támogató dimenzióinak** (Aktív bevonódás, Dicséret és támogatás) **nagyobb értékével** jellemezhetők:

- az anyák (szemben az apákkal),
- a lánygyermekkel rendelkező szülők (szemben a fiúgyermekkel rendelkező szülőkkel),
- a *Mintavételezés* korszakában lévő fiatalok szülei (szemben a *Specializáció* és *Befektetés* korszakával),
- a házas vagy élettársi kapcsolatban élők (szemben a gyermeküket egyedül nevelő szülőkkel)
- egy gyermekkel rendelkező (szemben a kettő vagy annál több gyermeket nevelő szülőkkel).

**H2:** Feltételezem, hogy a **szülői stresszorok** összefüggést mutatnak a szülők végzettségével, a gyermekük életkorával és az esetleges sportsérülésével. Feltételezem, hogy a szülői stresszorok nagyobb értékével jellemezhetőek:

- a felsőfokú *végzettséggel* rendelkező szülők (szemben a középfokú végzettséggel rendelkező szülőkkel),
- a *Befektetés* korszakában lévő fiatalok szülei (szemben a *Specializáció* és *Mintavételezés* korszakával),
- azok között, akiknek a gyermeke már átélt egy *sportsérülést*,

- egyedülálló szülők (szemben a házaspáros vagy élettársi kapcsolatban élőkkel).

**H3:** Feltételezem, hogy a szülői bevonódás értéke, valamint típusa előrejelezhető demográfiai (szülő és gyermek neme, gyermekük száma) és sportra vonatkozó változókkal (gyermek sportban való részvételének fejlődési szintje és a szülő esetleges sportkarrierje)

**H4:** Feltételezem, hogy a szülők által megélt stresszorok értéke, valamint típusa előrejelezhető demográfiai (szülők iskolai végzettsége) és sportra vonatkozó változókkal (gyermek sportban való részvételének fejlődési szintje és esetleges sportsérülése).

**H5:** Feltételezem, hogy a szülői szorongás mértéke kapcsolatban áll a perfekcionizmussal, a szülői bevonódással, állapotszorongásuk mértékével és az autonómiát támogató viselkedéssel, amely kapcsolat független a szülők nemétől és esetleges sportkarrierjétől valamint gyermeke életkorától és esetleges sportsérülésétől.

- A magasabb szintű szülői szorongás pozitív irányú kapcsolatban áll a maladaptív perfekcionizmussal, a szülői bevonódás kontrolláló formáival (Direkt, kontrolláló viselkedés és Szülői nyomásgyakorlás) és állapotszorongásuk mértékével.
- Az alacsonyabb szintű szülői szorongás pozitív irányú kapcsolatban áll az autonóm támogató viselkedéssel, a szülői bevonódás támogató formáival (Aktív bevonódás, Dicséret és támogatás) és állapotönbizalmuk mértékével.

**H6:** Feltételezem, hogy a szülői részvétel mértéke és típusa kapcsolatban áll a perfekcionizmussal, és az autonómiát támogató viselkedéssel, amely kapcsolat független a szülők nemétől és esetleges sportkarrierjétől valamint gyermeke életkorától és esetleges sportsérülésétől.

- A kontrolláló részvétel (Direkt, kontrolláló viselkedés és Szülői nyomásgyakorlás) pozitív irányú kapcsolatban áll a maladaptív perfekcionizmussal, és az állapotszorongásuk mértékével, valamint negatív irányú kapcsolatban áll az autonómiát támogató viselkedéssel.
- A támogató részvétel (Aktív bevonódás, Dicséret és támogatás pozitív irányú kapcsolatban áll az autonóm támogató viselkedéssel és állapotönbizalmuk mértékével, valamint negatív irányú kapcsolatban áll a maladaptív perfekcionizmussal.

### 3 Vizsgálatok

A disszertáció következő részében azokat a vizsgálatainkat ismertetjük, amelyek a sportszülőség témaköréhez kapcsolódnak. A kutatások sorrendje egymásra épül, három külön mintát tartalmaznak.

#### 3.1 Első vizsgálat: Szülői Autonómiatámogatás Kérdőív (Hagger és mtsai, 2007) hazai adaptációja

##### 3.1.1 Módszer

###### 3.1.1.1 Eljárás

A Szülői Autonómiatámogatás Kérdőívet (PASSES, Hagger és mtsai, 2007) angolról magyarra három független szakember (sportszakpszichológus és pszichológus szakfordító) fordította. A három változat összevetésével kialakított tételsort egy angol szakfordító fordította vissza az eredeti nyelvre. A visszafordítás ellenőrzését és jóváhagyását egy sportszakpszichológus szakfordító végezte. A kérdőívek magyar nyelvre fordítását a kérdőív jogtulajdonosa engedélyezte a kutatók számára. A kutatást a Testnevelési Egyetem Kutatásetikai Bizottsága jóváhagyta, az engedély száma: TE-KEB/No04/2018.

Az adatfelvétel 2018 szeptembere és decembere között zajlott egyetemi (Testnevelési Egyetem) hallgatók közreműködésével, különböző egyetemi kurzusok keretében, kényelmi mintavételi eljárással: a hallgatók a szemináriumi munka részeként, általuk közvetlen vagy közvetett módon elért sportegyesületek, szakképzett edzők segítségével jutottak el a vizsgálati személyekhez. A felkeresett egyesületeket és a résztvevő fiatalok sportolók szüleit és a sportolókat egyaránt tájékoztattuk a vizsgálat céljáról, a mérőeszközök tartalmáról. Utánpótlás korosztályok esetében szülői beleegyező nyilatkozatot kértünk és minden esetben biztosítottuk a sportolók számára az anonimitást.

###### 3.1.1.2 Vizsgálati személyek

A kérdőívet 429 sportoló töltötte ki (196 férfi és 233 nő), átlagéletkoruk 18,38 év (SD=4,04). A vizsgálatban való részvétel feltétele volt, hogy a kitöltők egy egyesület keretein belül, igazolt versenyzőként, rendszeresen részt vegyenek versenyeken. A kitöltők között



128 karatéka, 119 labdarúgó, 31 kézilabdázó, 52 egyéb csapatsportot (4 sportág: kosárlabda, jégkorong, vízilabda és röplabda) és 99 egyéb egyéni (20 sportág, például szertorna, atlétika, birkózás, úszás...) sportágot gyakorló sportoló volt.

### 3.1.1.3 Mérőeszközök

#### *Szülői Autonómiatámogatás Kérdőív*

A 12 itemes kérdőív (PASSES – Hagger és mtsai, 2007) célja, hogy felmérje, milyen mértékű autonómiatámogató viselkedést észlel a sportoló a szülei felől. A kérdésekre a kitöltők hétfokú Likert-skálán adják meg a választ (1=Egyáltalán nem értek egyet; 4=Semleges; 7=Teljesen egyetértek), a magasabb pontértékek az észlelt autonómiatámogatás magasabb szintjét jelzik.

#### *Feladat- és Énorientáció a Sportban Kérdőív*

A 13 itemes kérdőív (TEOSQ – Soós és mtsai, 2004) két alskálát tartalmaz: Feladatorientáció (elsajátítási célok; Cronbach- $\alpha$ =0,67, pl.: „*Akkor érzem magam a legsikeresebbnek a sportban, amikor jobban szerepelek, mint a társaim.*”) és Énorientáció (viszonyítási célok; Cronbach- $\alpha$  =0,87, pl.: „*Akkor érzem magam a legsikeresebbnek a sportban, amikor igazán keményen dolgozom.*”). A kitöltők ötfokozatú Likert-skálán jelölhették a válaszukat (1=Egyáltalán nem értek egyet; 5=Teljesen egyetértek).

#### *Kötődési Stílus Kérdőív*

A kérdőív (ASQ-H – Hámori és mtsai, 2016) Biztonság a kapcsolatokban (Confidence in Relations, CR – biztonságos kötődést jelzi, akik bíznak a kapcsolataikban, 10 tétel, pl.: „*Viszonylag könnyen kerülök közel másokhoz.*”) alskálája került felhasználásra, az itemeknél hatfokozatú Likert-skálán lehet bejelölni a választ (1=Egyáltalán nem értek egyet; 6=Határozottan egyetértek).

### 3.1.1.4 Statisztikai elemzések

A minta jellemzéséhez és az eredmények bemutatásához leíró statisztikát (átlag és szórás) használtunk, míg a kérdőív faktorszerkezetét megerősítő faktoranalízissel (maximum likelihood-módszer, robusztus becslés) vizsgáltuk. A következő illeszkedési mutatókat

elemztük a szakirodalom ajánlásainak megfelelően (Hu és Bentler, 1999):  $\chi^2$ -négyzet ( $\chi^2$ ); a  $\chi^2$ -négyzet és a szabadságfok hányadosából adódó érték (CMIN/df); root mean square error of approximation (RMSEA); a Tucker-Lewis index (TLI); comparative fit index (CFI); standardized root mean square residual (SRMR). A belső konzisztencia ellenőrzésére Cronbach-alfa értéket számoltunk, a teszt-reteszt reliabilitást Pearson-féle korrelációs vizsgálattal elemeztük, akárcsak a konvergencia validitás vizsgálatánál a kapcsolatok irányát és erősségét. Az adatok statisztikai elemzését IBM SPSS Statistics for Windows, Version 22.0. (IBM Corp. Released 2013., Armonk, NY: IBM Corp) és IBM SPSS Amos, Version 24.0 (IBM Corp. Released 2016., Armonk, NY: IBM Corp.) programokkal végeztük.

### 3.1.2 *Eredmények*

#### 3.1.2.1 Megerősítő faktoranalízis

A kérdőív faktorstruktúráját megerősítő faktorelemzés (CFA) végrehajtásával ellenőriztük, a változók normalitásának sérülése miatt a maximum likelihood-becslés robusztus változatát alkalmaztuk. A faktorelemzés során a teljes mintára nézve elfogadható illeszkedést kaptunk ( $\chi^2/df = 5,53, p < 0,001$ ;  $CFI = 0,93$ ;  $TLI = 0,91$ ;  $RMSEA = 0,10$ ;  $SRMR = 0,04$ ), és az eredmények megerősítették, hogy az elméleti modellnek megfelelően a magyar mintán is egy faktorba rendeződik.

#### 3.1.2.2 Belső konzisztencia

A kérdőív belső megbízhatósága megfelelőnek bizonyult, tételei magas belső konzisztenciát mutatnak ( $Cronbach-\alpha = 0,946$  Inter-item korreláció maximuma = 0,74). A skála normalitási ferdeség és csúcsosság próbák alapján közel normális eloszlást mutatnak (lásd 2. táblázat), az adatok elemzéséhez használt statisztikai próbák ennek figyelembevételével kerültek kiválasztásra. A kérdőívek pszichometriai mutatóit a 2. táblázat tartalmazza.

**2. táblázat:** A PASSES-H pszichometriai jellemzői

	N	Min.	Max.	M	SD	Ferdesség		Csúcsosság	
						Érték	SE	Érték	SE
PASSES-H	429	15	84	70,56	14,80	-1,63	0,12	2,37	0,24

### 3.1.2.3 Teszt-reteszt reliabilitás

A kérdőíveket kéthetes eltéréssel töltötte ki a résztvevők egy kisebb, felkeresett csoportja ( $N = 83$ , 52 férfi, 31 nő, átlagéletkor = 16,30,  $SD = 1,79$ ). A két kitöltés között pozitív erős kapcsolatot találtunk ( $r(84) = 0,861$ ,  $p < ,001$ ).

### 3.1.2.4 Érvényesség – Konvergens validitás

A PASSES-H szignifikáns, pozitív irányú, közepes erősségű kapcsolatot mutatott a Biztonság a kapcsolatokban alskálával ( $r(193) = 0,436$   $p < ,001$  95% CI [0,314 – 0,543]) és statisztikailag szignifikáns, de értékében elhanyagolható kapcsolat jelentkezett a Feladatorientációval ( $r(194) = 0,188$   $p < ,001$  95% CI [0,047 – 0,322]). Nem találtunk kapcsolatot az autonómiatámogatás mértéke és az énoorientáció között.

### 3.1.3 *Következtetések*

Kutatásunk célja, hogy az észlelt szülői autonómiatámogatást mérő kérdőívet hazai sportkörnyezetben adaptáljuk. Vizsgálatunk során a megerősítő faktoranalízis alapján megfelelő illeszkedési mutatókat kaptunk az egyfaktoros modellen, valamint a kérdőív magas belső megbízhatósága igazolja a kutatási célokra való alkalmazhatóságát. A korábbi kutatási eredményeknek és hipotéziseinknek megfelelően az észlelt autonómiatámogatás kapcsolatba hozható mind az elsajátítási célokkal, mind a Kötődési stílus kérdőív Biztonság a kapcsolatokban alskálájával.

Az öndeterminált motivációval jellemezhető fiatalok szülei nagyobb arányban engedik dönteni a fiatal sportolókat, és támogatják önálló törekvéseikben őket, így nemcsak az eredményességben, hanem az erős kompetencia érzésükben is megjelenik az ilyen típusú szülői viselkedés pozitív oldala (Pomerantz, Grolnick és Price, 2005; Holt és mtsai, 2009). A motivációs elméletek közül a célorientációs és a szelfdeterminációs megközelítés is felhívja a figyelmet arra, hogy a sportoló környezete meghatározó a hosszú távú elkötelezettsége és a sportágában megjelenő fejlődése szempontjából. A fiatal versenyzők esetében a környezet felől észlelt elsajátítási célstruktúra, akárcsak az autonómiát támogató közeg, olyan pozitív kimeneteleket eredményezhet, mint a hibák hatékonyabb kezelése és a sporthoz kapcsolódó fokozottabb örömezet (Vazou és mtsai, 2006), valamint a hatékonyabb önértékelés és az alacsonyabb vonásszorongás (O'Rourke és mtsai, 2014), míg a környezet felől észlelt viszonyító célstruktúra összefüggésbe

hozható a sportolók magasabb szintű versenyszorongásával (White, 1998). A szülők és az edzők által létrehozott és a sportolók által észlelt elsajátítási célstruktúra kapcsolatba hozható a fiatal sportoló autonóm szabályozásával, ami az öndeterminált motiváció egyik alapköve (O'Rourke és mtsai, 2013).

A vizsgált kérdőív a hazai sportéletben tovább gazdagíthatja a már meglévő sportpszichológiai mérőeszközök bázisát, különös tekintettel az utánpótlássport sajátosságait érintő egyre növekvő kutatási igényre. Mind az alkalmazott sportpszichológia, mind a mentális felkészítés számára is hasznos visszajelzésként szolgálhatnak a kapott eredmények, amellyel nemcsak a szülői pszichoedukáció kereteit alapozhatjuk meg, hanem a fiatal sportolók tudatosabb környezethez való alkalmazkodását és a hatékony edző–szülő kapcsolat kialakítását is.

A kutatás limitációja a vizsgált minta tulajdonságaiból és a korosztályok sajátosságaiból fakad. Az autonómiatámogatás és a szülői részvétel mértéke függ a sportoló életkorától (Anderson és mtsai, 2003), így a jövőbeli kutatásokban fontos lenne feltárni a különböző korosztályi csoportosítások jellemzőit és bemutatni azok sajátosságait, eltéréseit. Ugyanígy hatással lehet az autonómiát támogató viselkedésre maga a sportág is, például a korai specializációjú sportágak nagyobb mértékű szülői bevonódást és részvételt kívánnak meg a környezettől (Côte és mtsai, 2008), a jövőbeli vizsgálatok során érdemes lehet ezt a szempontot is figyelembe venni. Az autonómia szükségletével kapcsolatban fontos megjegyezni, hogy kultúránként eltérhet a szerepe és fontossága (Chirkov és Ryan, 2001, Chirkov és mtsai, 2003), egy további kutatásban érdemes lenne összehasonlítani a jellemzően individualista és kollektivisták kultúrák eltéréseit.

Összességében a pszichometriai vizsgálatok megerősítik a mérőeszköz megbízhatóságát és érvényességét. A kérdőív a jövőbeni kutatások szempontjából új perspektívát jelenthet a szelfdeterminációs elmélet, a sportháromszög és az utánpótlássport témaköreit tekintve.

## **3.2 Második vizsgálat - Szülői Bevonódás a Sportban Kérdőív (Lee és MacLean, 1997) hazai adaptációja**

### *3.2.1 Módszer*

#### 3.2.1.1 Eljárás

A Szülői Bevonódás a Sportban Kérdőívet (PISQ, Lee és MacLean, 1997) angolról magyarra három független szakember (sportszakpszichológus és pszichológus szakfordító) fordította. A három változat összevetésével kialakított tételsort egy angol szakfordító fordította vissza az eredeti nyelvre. A visszafordítás ellenőrzését és jóváhagyását egy sportszakpszichológus szakfordító végezte. A kérdőívek magyar nyelvre fordítását a kérdőív jogtulajdonosa (Association for Physical Education, Taylor & Francis Ltd.© engedélyével) engedélyezte akadémiai kutatók részére. A kutatást a Testnevelési Egyetem Kutatásetikai Bizottsága jóváhagyta, az engedély száma: TE-KEB/No04/2019.

Az adatfelvétel 2019 áprilisa és júniusa között zajlott egyetemi (Testnevelési Egyetem) hallgatók közreműködésével, különböző egyetemi kurzusok keretében, kényelmi mintavételi eljárással: a hallgatók a szemináriumi munka részeként, általuk közvetlen vagy közvetett módon elért sportegyesületek, szakképzett edzők segítségével jutottak el a vizsgálati személyekhez. A felkeresett egyesületeket, szövetségeket és a résztvevő fiatalok sportolók szüleit és a sportolókat egyaránt tájékoztattuk a vizsgálat céljáról, a mérőeszközök tartalmáról. Utánpótlás korosztályok esetében szülői beleegyező nyilatkozatot kértünk és minden esetben biztosítottuk a sportolók számára az anonimitást.

#### 3.2.1.2 Vizsgálati személyek

A vizsgálatban olyan fiatal sportolók vehettek részt, akik egy egyesület keretein belül, igazolt versenyzőként, rendszeresen vettek részt versenyeken. A kérdőívet 471 utánpótlás korosztályú versenyző töltötte ki (42,7% fiú, 56,3% lány,  $Min = 13$  év,  $Max = 21$  év;  $M = 16,76$  év;  $SD = 2,79$  év), akik átlagosan heti 9,78 ( $SD = 6,06$ ) órát töltenek el edzéssel, valamint átlagosan 7,04 ( $SD = 3,45$ ) éve gyakorolják jelenlegi sportágukat. A résztvevők 39,1%-a egyéni sportágat gyakorol, 60,9%-a csapatban sportol; 16,4%-uk nemzetközi, 59,6%-uk országos szinten versenyez, 21%-uk helyi versenyeken vesz részt, míg 3%-uk volt inaktív a kitöltés pillanatában.

### 3.2.1.3 Mérőeszközök

#### *Szociodemográfiai és sportolással kapcsolatos kérdések*

A szociodemográfiai és sportolással kapcsolatos adatok körében rögzítésre került a sportoló neme és életkora, továbbá az alapadatok között a sportággal és sportolással kapcsolatos háttér-információkat is jegyeztük (sportág megnevezése, edzés heti óraszám, az adott sportágban eltöltött évek száma és a versenyzés szintje).

#### *A Szülői Bevonódás a Sportban Kérdőív*

A 20 itemes kérdőív (Parental Involvement in Sport Questionnaire; PISQ; Lee és MacLean, 1997) célja, hogy felmérje a szülői bevonódás sajátosságait sportkörnyezetben. Az eredeti kérdőív négy alskálája: Direkt, kontrolláló viselkedés; Szülői nyomásgyakorlás; Aktív bevonódás; valamint Dicséret és támogatás. Az eredeti kérdőív az úszás sportágához köthető itemeket tartalmaz, így nemzetközi példákhoz megfelelően (Danioni és Barni, 2017; Giannitsopoulou, Kosmidou és Zisi, 2010; Marsh és mtsai, 2015), a mérőeszköz hazai adaptációja során, a sportágra specifikus kifejezéseket általánosítottuk és az úszás sportág terminusait az általános „sport” kifejezéssel helyettesítettük („A szüleid mérgesek rád, ha úgy gondolják, hogy nem megy úgy az úszás, ahogy szerintük kellene?” helyett „A szüleid mérgesek rád, ha úgy gondolják, hogy nem megy úgy a sportolás, ahogy szerintük kellene?”). A válaszokat egy ötfokú Likert-típusú skálán lehetett bejelölni (1 = soha; 5 = mindig), a skálákon elért magasabb pontértékek az adott szülői viselkedés erősebb jelenlétét jelzik.

#### *Szülői Autonómiatámogatás Kérdőív*

A 12 itemes kérdőív (PASSES – Hagger és mtsai, 2007) célja, hogy felmérje, milyen mértékű autonómiatámogató viselkedést észlel a sportoló a szülei felől. A kérdésekre a kitöltők hétfokú Likert-skálán adják meg a választ (1= Egyáltalán nem értek egyet; 4=Semleges; 7=Teljesen egyetértek), a magasabb pontértékek az észlelt autonómiatámogatás magasabb szintjét jelzik.

#### 3.2.1.4 Statisztikai elemzések

A minta jellemzéséhez és az eredmények bemutatásához leíró statisztikát (átlag és szórás) használtunk, míg a kérdőív faktorszerkezetét feltáró faktoranalízissel (maximum likelihood-módszer, varimax rotáció) vizsgáltuk. Az adatok faktorelemzésben való alkalmazhatóságának megállapítására a Bartlett-tesztet és Kaiser–Meyer–Olkin-mutatót (KMO) használtuk. A belső konzisztencia ellenőrzésére Cronbach-alfa értéket számoltunk, a teszt-reteszt reliabilitást Pearson-féle korrelációs vizsgálattal elemeztük, akárcsak a konvergencia validitás vizsgálatánál a kapcsolatok irányát és erősségét. Az adatok statisztikai elemzését IBM SPSS Statistics for Windows, Version 22.0. (IBM Corp. Released 2013., Armonk, NY: IBM Corp) programmal végeztük.

### 3.2.2 *Eredmények*

#### 3.2.2.1 Feltáró faktoranalízis

Mivel a *Szülői Bevonódás a Sportban Kérdőív* szerkezete, faktorstruktúrája a nemzetközi mintákon eltérő (Bois, Lalanne és Delforge, 2009; Lazopoulou, 2006, id.: Giannitsopoulou és mtsai, 2010; Torregrosa és mtsai, 2007; Wuerth, Lee és Alfermann, 2004), ezért vizsgálatunkat feltáró faktoranalízissel kezdtük (maximum likelihood-módszer varimax rotációval). Az eredeti 20 ítemes kérdőíven először megvizsgáltuk, hogy találunk-e olyan modellt, amelyben minden tétel jól és kizárólagosan illeszkedik egy-egy faktorhoz. Egy ítemet akkor tekintettünk egy faktorhoz tartozónak, ha faktorsúlya nagyobb, mint 0,25, valamint legalább kétszer nagyobb, mint bármely más faktoron mutatott faktorsúlya (Székelyi és Barna, 2002). A jelentős keresztöltések miatt egyenként elhagytuk az elemzésből a fenti kritériumoknak nem megfelelő tételeket – sorban először mindig a legkisebb töltésű tételt vontuk ki. A folyamat során összesen hat ítemet (2., 3., 4., 7., 17. és 19. ítem) töröltünk.

A végső modellben a KMO értéke 0,82, a Bartlett-féle szfericitásteszt eredménye pedig  $\chi^2(91) = 2356,1; p <,001$ . A végső modell egy négy faktorból álló megoldást adott, a tételek (14 ítem) számottevő keresztöltése nélkül, a teljes variancia 54,2%-át magyarázva (3. táblázat). A kapott faktorok a végső modellben a tartalmuk tekintetében megfeleltek a Lee és MacLean (1997) által meghatározott alsókáláknak (Dicséret és támogatás; Szülői nyomásgyakorlás; Direkt, kontrolláló viselkedés; Aktív bevonódás),

amivel az eredményeinket a faktorsúlyok és a keresztöltések alapján vetettük össze (Costello és Osborne, 2005).

Ugyanakkor az eredeti kérdőívtől eltérően a faktorokhoz más tételek tartoztak: míg az eredeti *Aktív bevonódás* alskála öt itemet tartalmazott, a jelen mintán végzett feltáró faktorelemzés után csak két item sorolódott be hozzá. A további eredeti három itemből két tétel nem került be a végső modellbe a számottevő keresztöltések miatt, valamint egy item a faktorsúlya alapján a *Dicséret és támogatás* faktorhoz került át. Az eredeti *Direkt, kontrolláló viselkedés* alskála itemeiből csak négy item maradt meg – négy item törlésre került a keresztbe töltések miatt, kettő pedig átsorolódott a *Szülői nyomásgyakorlás* skálához – az így kapott négytételű faktorszerkezettel folytattuk tovább az elemzésünket. Az eredeti *Dicséret és támogatás* faktor négy kérdésből állt, az itemek besorolása után egy kérdéssel bővült, mert az eredetileg az *Aktív bevonódás* alskálához tartozó egyik item átkerült ehhez a faktorhoz. Az eredetileg egy itemből álló *Szülői nyomásgyakorlás* alskála három itemre bővült faktorelemzésünk után: két, eredetileg a *Direkt, kontrolláló viselkedés*hez tartalmazó item került át. Összesítve a PISQ-H 14 tételű végső változatának négy faktora az itemek jelentésének és tartalmának megfelelően lényegében nem tér el az eredeti 20 itemes kérdőív (Lee és MacLean, 1997) négy faktorától, így a kialakított skálák mentén jól értelmezhetők a szülői bevonódás és viselkedésformák jellegzetességei.



Eredeti faktor	Tétel	Direkt, kontrolláló viselkedés	Dicséret és támogatás	Szülői nyomás-gyakorlás	Aktív bevonódás
DV	1. Egy verseny után a szüleid megmondják, hogy szerintük miben kell még fejlődnöd?	0,77			
DV	5. A szüleid elmondják neked, hogy szerintük hogyan fejleszthetnéd tovább a technikádat?	0,67			
DV	6. Egy rosszul sikerült verseny után a szüleid rámutatnak arra, hogy szerintük mit csináltál rosszul?	0,81			
DV	9. A versenyek után a szüleid megmondják neked, ha nem próbálkoztál elég keményen?	0,65			
DT	8. A szüleid még egy rosszul sikerült verseny után is megdicsérnek azokért a dolgokért, amiket jól csináltál?		0,68		
DT	12. Egy verseny után megdicsérnek a szüleid azért, mert minden téled telhetőt megtettél?		0,82		
DT	13. Egy verseny után a szüleid megdicsérnek azért, amilyen helyezést/eredményt elértél?		0,73		
DT	14. Kimutatják a szüleid, hogy megértik a sportágaddal kapcsolatos érzéseidet?		0,56		
AB	18. A szüleid biztatnak arra, hogy elmond nekik bármilyen problémádat és aggodalmadat?		0,59		
DV	10. A szüleid erőltetik, hogy keményebben eddzz?			0,60	
DV	11. Egy verseny előtt a szüleid megmondják neked, hogyan versenyezz?			0,70	
SZNY	20. A szüleid nyomást gyakorolnak rád a sporttal kapcsolatban?			0,58	
AB	15. A szüleid szoktak önkénteskedni a versenyeken, mint rendező, segítő vagy bármi más?				0,90
AB	16. A szüleid aktív szerepet vállalnak az egyesületed működésében?				0,65

**3. táblázat:** A Szülői Bevonódás a Sportban Kérdőív végső feltáró faktorelemzésének eredményei  
Megjegyzés: AB = Aktív Bevonódás; DV =Direkt, kontrolláló viselkedés; DT = Dicséret és támogatás; SZNY = Szülői Nyomásgyakorlás.

### 3.2.2.2 Belső konzisztencia vizsgálata

A 14 tételre redukált PISQ-H kérdőív alskálái megbízhatónak bizonyultak (*Cronbach- $\alpha$*  = 0,64–0,84), eloszlása közel normális eloszlást mutat (lásd 4. táblázat), az adatok elemzésének céljából alkalmazott statisztikai próbák ennek figyelembevételével kerültek kiválasztásra.

A PISQ-H kérdőív alskálái	Min.	Max.	M	SD	Ferdesség		Csúcsosság		Cronbach- $\alpha$ (tételszám)
					Érték	SE	Érték	SE	
Dicséret és támogatás	6	25	21,11	4	-1,35	0,11	1,44	0,22	0,80 (5)
Direkt, kontrolláló viselkedés	4	20	11,21	4,59	0,19	0,11	-0,97	0,22	0,85 (4)
Szülői nyomásgyakorlás	3	15	5,2	2,57	1,3	0,11	1,27	0,22	0,64 (3)
Aktív Bevonódás	2	10	3,93	2,32	1,12	0,11	0,17	0,22	0,76 (2)

**4. táblázat:** A PISQ-H kérdőív pszichometriai jellemzői

Megjegyzés:  $n = 471$ , Min. = minimum, Max. = maximum; M = átlag, SD = szórás; SE = standard hiba.

### 3.2.2.3 Teszt-reteszt reliabilitás

A kérdőíveket kéthetes eltéréssel töltötte ki a résztvevők 69 fős csoportja. ( $n_{fiú} = 35$  és  $n_{lány} = 24$ ,  $M_{age}$ : 16,61 év;  $SD = 1,67$  év;  $Min = 11$  év,  $Max = 21$  év). A Pearson-féle korrelációs elemzés eredményei alapján szignifikáns, pozitív irányú, erős kapcsolatot találtunk a két kitöltés között, mind a négy alskála esetében (Dicséret és támogatás  $r(67) = 0,823$ ;  $p < 0,001$ ; Szülői nyomásgyakorlás  $r(67) = 0,807$ ;  $p < 0,001$ ; Direkt, kontrolláló viselkedés  $r(67) = 0,934$ ;  $p < 0,001$ , Aktív bevonódás  $r(67) = 0,944$ ;  $p < 0,001$ ).

### 3.2.2.4 Érvényesség – Konvergens validitás

A konvergens validitás ellenőrzéséhez Pearson-féle korrelációs vizsgálattal elemeztük a PISQ-H alskálái és az észlelt szülői autonómiatámogatás közötti kapcsolatot. Az autonómiatámogatás mértéke szignifikáns, pozitív irányú és közepes erősségű kapcsolatot mutatott a Dicséret és támogatás alskálával ( $r(337) = 0,56$ ;  $p < 0,001$ ), valamint szignifikáns, pozitív irányú, gyenge erősségű a Direkt, kontrolláló viselkedés alskálával ( $r(337) = 0,30$ ;  $p < 0,001$ ). Nem találtunk szignifikáns kapcsolatot a Szülői nyomásgyakorlás és az autonómiatámogatás között ( $r(337) = 0,04$ ;  $p = 0,422$ ), valamint szignifikáns, pozitív irányú, de értékében elhanyagolható kapcsolat mutatkozott az Aktív bevonódás alskálával ( $r(337) = 0,11$ ;  $p = 0,041$ ).

### 3.2.3 Következtetések

Kutatásunk célja a Szülői Bevonódás a Sportban Kérdőív (PISQ; Lee és MacLean, 1997) hazai adaptációja és pszichometriai elemzése volt, sportolói mintán. A kérdőív nemzetközileg széleskörűen alkalmazott, a kutatási eredmények alapján pedig megbízható mérőeszköznek bizonyult, ugyanakkor országonként eltérő itemszámmal és

faktorszámokkal rendelkezik (Bois, Lalanne és Delforge, 2009; Lazopoulou, 2006, id.: Giannitsopoulou és mtsai, 2010; Torregrosa és mtsai, 2007; Wuerth és mtsai, 2004), ahogy a magyar verzió is különbözik az eredetitől. Az eredeti, az úszás sportágára megfogalmazott kérdőívet átfogalmaztuk – a nemzetközi példákhoz megfelelően –, így az eredeti úszásra specifikus kifejezések általános, sportági jellemzőktől mentes kifejezésekre cserélődtek a magyar változat kidolgozása során.

A feltáró faktoranalízis eredményeképpen az eredeti 20 ítemes kérdéssor 14 tételre redukálódott (PISQ-H), megtartva a négyfaktoros szerkezetet, amely azonban tartalmát tekintve némileg eltér az eredeti struktúrától (Lee és MacLean, 1997). Az eredeti kérdőív *Aktív bevonódás* alskálája a magyar mintán csak két ítemet tartalmaz, ami vélhetően részben a kulturális különbségekre vezethető vissza. Az aktív szülői részvétel kisebb mértékben jelenik meg a magyar sportegyesületek életében, és a szülők bevonódása sem annyira transzparens a fiatal sportolók számára, mint angolszász környezetben – legtöbb esetben nem elfogadott a szülői jelenlét, ahogy ritka a területen megjelenő önkéntes munka is. Az esetek többségében az edző–szülő kapcsolat minősége sem egyértelmű a gyermek számára, így a szülők aktív részvétele kívülről kevésbé figyelhető meg, szemben a kontrolláló, vagy a támogató viselkedés megjelenési formáival. A *Dicséret és támogatás* alskála a magyar nyelvű változatban egy további ítemmel bővült, amely eredetileg az *Aktív bevonódáshoz* tartozott. Maga az ítem (érdeklődik gyermeke sportélete felől) értelmezhető a szülői támogatás megjelenési formájaként is (a gyermeket a problémái megosztására ösztönözi), így az említett alskála tartalmába beilleszthető. A *Szülői nyomásgyakorlás* alskála is két, eredetileg a *Direkt, kontrolláló viselkedés* alskálához tartozó ítemmel bővült. Az egyik ítem az edzőmunkára vonatkozott, ugyanakkor szóhasználatában a nyomásgyakorlás is tetten érhető („erőltetik, hogy keményebben eddzen”), míg a másik a versenyzésre irányuló kontrolláló szülői viselkedésre példa („megmondják neked, hogyan versenyezz”), amely szintén értelmezhető a szülői elvárásrendszer túlzott megnyilvánulásaként.

A PISQ-H kérdőív reliabilitása és időbeli stabilitása egyaránt megfelelőnek bizonyult. Az észlelt autonómiatámogatás, amely az öndeterminációs elmélet (Ryan és Deci, 2002) egyik központi fogalma, az az egyén azon meggyőződését tartalmazza, amely a számára fontos személyek (például a tanárai, szülei, edzője vagy a barátai) olyan viselkedési mintáira vonatkozik, mint a kezdeményezőkézség támogatása, a döntés lehetőségének

biztosítása, a független problémamegoldás, a döntésekbe való bevonódás, valamint az érzések megosztása és elfogadása (Mageau és Vallerand, 2003). A megfelelő mértékű szülői részvétel gyermekük sportéletében kapcsolatba hozható a szülő nagyobb mértékű autonómiatámogató viselkedésével (Gagné, Ryan és Bargmann, 2003; Grolnick, Ryan, és Deci, 1991). Vizsgálatunk részben megerősítette ezt az állítást, az észlelt szülői autonómiatámogatás szignifikáns, pozitív irányú kapcsolatban áll a *Dicséret és támogatás*, *Aktív bevonódás* valamint a *Direkt, kontrolláló viselkedés* alszkálákkal (Amado és mtsai, 2015; Sanchez-Miguel és mtsai, 2013), másfelől alátámasztja a PISQ-H kérdőív konstruktum validitását is. Fontos felhívni a figyelmet arra, hogy az észlelt autonómiatámogatás mértéke mind a kontrolláló, mind a támogató szülői részvétellel is kapcsolatot mutatott. Az eredmények arra engednek következtetni, hogy a kontrolláló és a támogató szülői részvétel nem egy skála két végpontja, hanem egymástól független skálák részei. Az autoritatív szülői nevelési stílusra egyaránt jellemző a magas szintű szülői érzékenység (támogatás) és a követelés (elvárás) mértéke (Baumrind, idézi: Sallay és Münnich, 1999), azaz a kontroll és a támogatás együttes jelenléte, amelyet vizsgálatunk eredményei is alátámasztanak. Ugyanakkor az észlelt szülői autonómiatámogatás és a szülői nyomásgyakorlás mértéke között nem találtunk negatív irányú együttjárást, az alszkálára vonatkozva érdemes lenne más kérdőívvel is ellenőrizni a konstruktum validitásának különféle aspektusait.

Mind a sportoló életkora (Côté és Hay, 2002a), mind a sportág sajátosságai (például korai specializáció, egyéni és csapatsportok) is hatással lehetnek a szülői bevonódás megjelenési formáira, így további kutatások szükségesek az említett változók hatásainak feltérképezésére. Továbbá az ideális szülői részvétel meghatározása kérdéseket vet fel. Több vizsgálat eredménye is kiemeli a túlzott mértékű bevonódás káros aspektusait (Power és Woolger, 1994; Tofler és mtsai, 2005), ugyanakkor néhány kutatásban ezt a negatív hatást nem tudták kimutatni (Rodis, 2013; Stroebel, 2006), vagy éppen az ellenkezőjére derült fény (Wolfenden és Holt, 2005). A szülők számára is kényes terület saját bevonódásuk megítélése és jellemzése, valamint annak felderítése, hogyan hat mindez gyermekük sportéletére. Sok szülő vonul önként a háttérbe gyermeke sportéletéből – később ezt a lépést megbánják, mert megtapasztalják az ezzel járó, gyermekükre ható negatív következményeket (Clarke és Harwood, 2014; Kerr és Stirling 2012, Neely és mtsai, 2017). A témakör megosztottsága miatt fontos lenne feltérképezni

a magyar sportkörnyezet jellemzőit, akár a sportolói oldalról nézve, akár a szülőket megkérdezve, amelyek hasznos információk lennének a gyakorlati oldalon dolgozó szakemberek, például sportpszichológusok, szakedzők, sportorvosok és rehabilitációs szakemberek számára.

A kutatás egyik limitációja a kényelmi mintavétel sajátosságából ered: a minta nem tekinthető reprezentatívnak, ezért az eredményeink általánosíthatósága korlátozott. Továbbá a felmérés nem tesz különbséget az utánpótlás korosztályok között, azaz hogyan és miként változik a szülői bevonódás a gyermek életkorának tükrében, valamint nem jellemzi a különböző sportágak sajátosságait az adott tényezők viszonylatában – a következő vizsgálatok során fontos lenne kitérni az említett jellemzőkre. A konstruktum validitás-ellenőrzése során a *Szülői nyomásgyakorlás alszála* nem mutatott kapcsolatot a szülők felől észlelt autonómiatámogatás mértékével, így fontos lenne mindezt megismételni más változóval, mint például az öndeterminált motiváció (Amado és mtsai, 2015), vagy a sportolói szorongás jellemzőivel (O'Rourke és mtsai, 2011).

Összességében a *Szülői Bevonódás a Sportban Kérdőív* magyar változata (PISQ-H) jól alkalmazhatónak bizonyult, megfelelő megbízhatósággal rendelkezik mind a reliabilitás, mind az időbeli stabilitás kapcsán. A kérdőív használatának bevezetése tovább gazdagíthatja az alkalmazott sportpszichológia gyakorlati szegmensét, és hozzájárulhat többek között az utánpótláskorú versenyzők pszichoszociális fejlődésének és a versenyzővé válás folyamatának hatékonyabb megismeréséhez.

### **3.3 Harmadik vizsgálat - Szülői Stresszorok a Sportban Skála kialakítása**

#### *3.3.1 Módszer*

##### 3.3.1.1 Eljárás

Az adatfelvétel 2018.12.–2019.05. között zajlott, kényelmi mintavételi eljárással: a kutatók közvetlen vagy közvetett módon elért sportegyesületek, szövetségek, szakképzett edzők segítségével jutottak el a vizsgálati személyekhez. A felkeresett egyesületeket, szövetségeket és a résztvevő szülőket egyaránt tájékoztattuk a vizsgálat céljáról, a mérőeszközök tartalmáról. A kitöltés online felületen zajlott (Google Forms), minden esetben biztosítottuk a résztvevők számára az anonimitást. A kutatást a Testnevelési Egyetem Kutatásetikai Bizottsága jóváhagyta, az engedély száma: TE-KEB/No01/2019.

### 3.3.1.2 Vizsgálati személyek

A vizsgálatba kerülés feltétele az volt, hogy a kitöltők gyermeke sportszervezet keretein belül, leigazolt versenyzőként, csapatban sportoljon. A kitöltés minden esetben a legidősebb versenysportot űző gyermekre vonatkozott, abban az esetben, ha a családban több sportoló gyermek is volt. A vizsgálatban 1260 szülő vett részt, 399 férfi és 861 nő ( $M_{age} = 43,54$  év,  $SD = 5,10$ ;  $Min = 27$  év,  $Max = 74$  év). A résztvevők 9,3%-a vallotta magát egyedülálló szülőnek, a minta maradék része házas vagy élettársi kapcsolatban él. Iskolai végzettségük alapján általános iskolai végzettséggel 1,1%-a, középfokú végzettséggel 44,2%, felsőfokú végzettséggel 52,3%-a rendelkezett, a posztgraduális képzést a résztvevők 2,4%-a végezte el. A résztvevők 45,3%-a sportolt versenyszerűen a kitöltés pillanatában.

A kitöltők 71,9%-ban fiú és 28,1%-ban lány (gyermekek átlagéletkora 12,88 év;  $SD = 2,89$ ;  $Min = 5$  év,  $Max = 21$  év) sportoló gyermekükkel kapcsolatban töltötték ki a kérdőívet. A fiatal sportolók közül legtöbben a kézilabda sportágát űzik (633 fő – 50,2%), ezt követi a futball (439 fő – 34,8%), a kosárlabda (95 fő – 7,5%), a vízilabda (43 fő – 3,4%), a jégkorong (37 fő – 2,9%) és a röplabda (13 fő – 1%). Az életkori kategóriák alapján a gyermekek 31,4%-a (396 fő) a mintavételezés időszakában, a specializációban 50% (630 fő), míg a befektetés korszakában 18,6% (234 fő) van. Hetente átlagosan 7,53 órát töltenek edzéssel ( $SD = 3,46$ ), a mintavételezés időszakában 5,9 ( $SD = 3,3$ ), a specializációban 7,69 ( $SD = 2,7$ ), míg a befektetés időszakában 9,86 óra ( $SD = 4,1$ ) az átlagos heti edzéssel töltött óraszám. A gyerekek 82,5%-nak (1039 fő) van testvére, 638 fő egy (50,6%), 335 fő kettő (26,6%), 48 fő három (3,8%), 18 fő négy vagy annál több testvérrel rendelkezik (1,5%), míg a gyerekek 17,5%-a egyke (221 fő). A fiatal sportolók 42,1%-a (531 fő) túlesett már sportsérülésen, és 5%-uk már műtéten is átesett ennek következtében.

### 3.3.1.3 Mérőeszközök

#### *Szociodemográfiai és sportolással kapcsolatos kérdések*

A szociodemográfiai és sportolással kapcsolatos adatok körében rögzítésre került a sportoló neme és életkora, továbbá az alapadatok között a sportággal és sportolással

kapcsolatos háttér-információkat is jegyeztük (sportág megnevezése, edzés heti óraszám, az adott sportágban eltöltött évek száma és a versenyzés szintje).

#### *Sportverseny Pillanatnyi Szorongás Skála (Competitive State Anxiety Inventory - 2)*

A CSAI-2 egy 27 ítemes kérdőív (Martens és mtsai, 1990, Sipos, Bejek és Kudar, 1999) három alskálája a következő: a versenyzéssel kapcsolatos kognitív szorongásállapot; a versenyzéssel kapcsolatos szomatikus szorongásállapot; a versenyzéssel kapcsolatos önbizalom. Mind a kérdőív itemei, mind az instrukció átfogalmazásra kerültek a célcsoportnak megfelelően, a mérkőzés kontextusába helyezve (például „Ideges vagyok.” helyett „Ideges vagyok gyermekem mérkőzése miatt.”). A kérdőív skáláinak megbízhatósága megfelelő (Kognitív szorongás *Cronbach- $\alpha$*  = 0,769, Szomatikus szorongás *Cronbach- $\alpha$*  = 0,829; Önbizalom *Cronbach- $\alpha$*  = 0,776).

#### *Szülői Bevonódás a Sportban Kérdőív (PISQ)*

A kérdőív (Parental Involvement in Sport Questionnaire - Lee és MacLean, 1997; Kovács és mtsai, 2020b) két alskáláját (*Szülői nyomásgyakorlás* és *Direkt kontrolláló viselkedés*), összesen 7 ítemet használtunk fel a vizsgálatunk során. A kérdőív itemei átfogalmazásra kerültek: a gyermek észlelt nézőpontja helyett ezúttal a szülő által észlelt viselkedés került a kérdés központjába (például „A szüleid nyomást gyakorolnak rád a sporttal kapcsolatban?” helyett „Nyomást gyakorolok gyermekemre a sporttal kapcsolatban. A kérdőív skáláinak belső megbízhatósága megfelelőnek bizonyult (Direkt, kontrolláló viselkedés *Cronbach- $\alpha$*  = 0,882; Szülői nyomásgyakorlás *Cronbach- $\alpha$*  = 0,739).

#### *Szülői Stresszorok a Sportban Skála összeállítása*

A szülői stresszorok a sportban olyan, sporttal kapcsolatos fizikai, pszichológiai és szociális hatások és tényezők összessége, amely valós vagy észlelt követelmények elé állítja a szülők megküzdési potenciálját, és hatással van a szülői viselkedésformákra. Célunk, egy olyan kérdőív kialakítása volt, amely azonosítja a csapatsportot űző gyermekek szülei által megélt, de nem a káros vagy a túlzottan bevonódó szülői részvételből fakadó stresszorokat. A korábbi kutatások eredményeit felhasználva négy, a szülők gyermekük sportéletéhez kapcsolódó félelmeit leíró fő területet azonosítottunk.

Az *Akadémiához/egyesülethez kapcsolódó stresszorok* területe a sportakadémiák működéséhez köthető állításokat tartalmaz. Nemcsak a szülők az edzőkkel, sportvezetőkkel való kapcsolatának minőségére tér ki, hanem arra is, milyennek ítélik a sportoló–edző kapcsolat minőségét, és arra, hogy mennyire tartják megfelelő helyszínnek az adott klubot a gyermekük fejlődése szempontjából – ide tartoznak a játékidővel kapcsolatos problémák, illetve a gyermek teljesítményére irányuló visszajelzések minősége is (Clarke és Harwood, 2014; Harwood és Knight, 2010; Kerr és Stirling, 2012; Wiersma és Fifer, 2008).

A *Mérkőzésekhez kapcsolódó stresszorok* csoportja a szülők saját és gyermekük érzelmkezelésével kapcsolatos nehézségeit és problémáit tartalmazza (Bowker és mtsai., 2009; DeFrancesco és Johnson, 1997; Harwood és Knight, 2010; Kidman és mtsai, 1999; Ross, Mallett és Parkes, 2015; Shields és mtsai.; 2005).

A *Családi élet stresszorai* a családi élet egyensúlyát veszélyeztető állításokat tartalmazza, legyen szó logisztikai problémákról, családi nyaralás elhalasztásáról, vagy a testvérekre irányuló figyelem egyenlőtlenségéről (Côté és Hay, 2002b; Harwood és Knight, 2010; Livingston, Schmidt és Lehman, 2016; Neely, McHugh, Dunn és Holt, 2017; Peter, 2011; Wiersma és Fifer, 2008).

Az *Iskolához kapcsolódó stresszorok* kitérnek a szülők iskolával kapcsolatos lehetséges konfliktusára, az egydimenziós sportolói identitás kialakulásától való félelemre, és arra, hogy a sportkörnyezet negatív hatással bírhat gyermekük fejlődésére (Côté és Hay, 2002b; Harwood és Knight, 2010; Livingston, Schmidt és Lehman, 2016).

A szerzők sportpszichológusokkal, klinikai szakpszichológusokkal, gyerekpszichológusokkal, valamint sportolókkal és szüleikkel való egyeztetés után fogalmazták meg az itemeket, amelyek könnyen érthetőek és tisztán azonosíthatók, megfelelően a látszatvaliditás (*face validity*) kritériumának. Az egyes területek specifikus jellemző viselkedésformáit és kérdésköreit mérő itemeket az 5. táblázat tartalmazza. Mindegyik item olyan állítást tartalmaz, amely a szülők gyermekük sportszocializációval kapcsolatos félelmeire és kételyeire reflektál. Az így keletkezett 30 itemes skálán a kitöltők egy ötfokú Likert-skálán jelölhették be a válaszaikat (1: Soha; 2: Ritkán; 3: Néha; 4: Gyakran; 5: Mindig).



**5. táblázat: A harminc ítemes Szülői Stresszorok a Sportban Skála**

Akadémiához/egyesülethez kapcsolódó stresszorok	Mérkőzésekhez kapcsolódó stresszorok	Iskolához kapcsolódó stresszorok	Családi élet stresszorai
(A1) Tartok attól, hogy gyermekem kiszorul a csapatából.	(MÉ1) Gondot okoz számomra gyermekem érzelmeinek kezelése egy vesztes mérkőzés után.	(F1) Tartok attól, hogy sportkarrier befejezése után nem lesz gyermekemnek megfelelő képesítése/civil foglalkozása.	(CS1) Tartok attól, hogy a sport miatt a másik gyermekemmel kevesebbet fogok foglalkozni/foglalkozom.
(A2) Tartok attól, hogy bizonyos edzői döntések miatt gyermekem háttérbe szorul.	(MÉ2) Gondot okoz számomra saját érzelmeim kezelése gyermekem mérkőzése alatt.	(F2) Tartok attól, hogy gyermekem iskolai teljesítménye romlani fog a sport miatt.	(CS2) Tartok attól, hogy a sport negatívan befolyásolja gyermekem párkapcsolatát/leendő párkapcsolatát.
(A3) Úgy érzem, hogy az akadémia/egyesület szülők felé irányuló elvárásai túl magasak.	(MÉ3) Tartok attól, hogy gyermekem lesérül.	(F3) Többször kerültem konfliktusba gyermekem iskolájával a sport miatt.	(CS3) Tartok attól, hogy a sport miatt sérül a kapcsolatom gyermekemmel.
(A4) Úgy érzem, hogy az akadémia/egyesület sportolók felé irányuló elvárásai túl magasak.	(MÉ4) Tartok attól, hogy gyermekem rosszul fog játszani a következő mérkőzésén.	(F4) Többször kerültem konfliktusba a klubbal/edzőkkel az iskolai elfoglaltságok miatt.	(CS4) Gondot okoz számomra gyermekem edzésre eljuttatása, hazahozása.
(A5) Úgy érzem, hogy az akadémia/egyesület sportolók felé irányuló elvárásai túl alacsonyak.	(MÉ5) Tartok attól, hogy gyermekem a kispadra kényszerül.	(F5) Tartok attól, hogy a sportkörnyezet negatívan befolyásolja gyermekem intellektuális képességét.	(CS5) Többször mondtunk le közös családi programot gyermekem sporteseményei miatt (nyaralás, családi ünnepek, közös családi programok).
(A6) Nem vagyok elégedett azzal, ahogy az akadémia/egyesület kommunikál velem.	(MÉ6) Zaklatott vagyok gyermekem mérkőzései alatt.	(F6) Tartok attól, hogy a sportkörnyezet negatívan befolyásolja gyermekem erkölcsi érzékét.	(CS6) Családunk számára komoly anyagi kiadással jár gyermekünk sportolása.
(A7) Nem vagyok elégedett azzal, ahogy az edző kommunikál velem.	(MÉ7) Ideges leszek attól, ahogy a többi szülő viselkedik gyermekem mérkőzése alatt.		
(A8) Nem kapok megfelelő mennyiségű információt/visszajelzést a gyermekem teljesítményével kapcsolatban.	(MÉ8) Ideges leszek attól, ahogy a játékvezetők vezetik a mérkőzést.		
(A9) Nem kapok megfelelő minőségű információt/visszajelzést gyermekem teljesítményével kapcsolatban.	(MÉ9) Feszültséget kelt bennem az edző viselkedése és döntései gyermekem mérkőzése alatt.		

**3.3.1.4 Statisztikai eljárás**

Az alap statisztikai mutatók mellett feltáró, valamint megerősítő faktoranalízist végeztünk a kérdőív faktorszerkezetének vizsgálatára. Az adatokat Bearden, Netemeyer és Haws (2011) ajánlása szerint véletlenszerűen két részre osztottuk a két faktoranalízis számára. A kapott adathalmazokat SPSS 22.0 programmal Wilcoxon és chí-négyzet próbákkal vizsgáltuk meg, hogy megbizonyosodjunk a két rész minta egyezőségéről. Ezt követően először feltáró faktoranalízissel (EFA) elemeztük a kérdőív faktorstruktúráját,

melyhez maximum likelihood-elemzést használtunk varimax rotációval. Az adatok faktorelemzésben való alkalmazhatóságának megállapítására a Bartlett-tesztet és a Kaiser–Meyer–Olkin-mutatót (KMO) használtuk. A kapott faktorszerkezetet megerősítő faktoranalízissel (CFA) ellenőriztük. Az eredményeink értelmezéséhez több, erre a célra létrehozott fittségi mutatót használtunk fel:  $\chi^2$ , a  $\chi^2$  valamint a szabadságfok hányadosából adódó érték (CMIN/df); root mean square error of approximation (RMSEA); a Tucker-Lewis index (TLI); comparative fit index (CFI); standardized root mean square residual (SRMR). A fittségi mutatók elfogadható értékeivel kapcsolatban követtük a szakirodalom ajánlásait (Byrne, 2010; Bryant és Satorra 2012; Hu és Bentler, 1999, Hooper, Coughlan, és Mullen, 2008; Garson, 2015). A belső konzisztencia ellenőrzésére Cronbach-alfa értéket számoltunk, a teszt-reteszt reliabilitást Pearson-féle korrelációs vizsgálattal elemeztük, akárcsak a konvergencia validitás vizsgálatánál a kapcsolatok irányát és erősségét. Az adatok statisztikai elemzését IBM SPSS Statistics for Windows, Version 22.0. (IBM Corp. Released 2013., Armonk, NY: IBM Corp) és IBM SPSS Amos, Version 24.0 (IBM Corp. Released 2016., Armonk, NY: IBM Corp.) programokkal végeztük.

### 3.3.2 *Eredmények*

#### 3.3.2.1 Feltáró faktoranalízis

Mivel a *Szülői Stresszorok a Sportban Skála* szerkezete, faktorstruktúrája nem tisztázott, ezért vizsgálatunkat feltáró faktoranalízissel kezdtük (maximum likelihood-módszer varimax rotációval). A 30 ítemes skálán először megvizsgáltuk, hogy találunk-e olyan modellt, amelyben minden tétel jól és kizárólagosan illeszkedik egy-egy faktorhoz. Egy ítemet akkor tekintettünk egy faktorhoz tartozónak, ha a faktorsúlya nagyobb, mint 0,25, valamint legalább kétszer nagyobb, mint bármely más faktoron mutatott faktorsúlya (Székelyi és Barna, 2002). Jelentős keresztöltések miatt egyenként elhagytuk az elemzésből a fenti kritériumoknak nem megfelelő tételeket – sorban először mindig a legkisebb töltésű tételt vontuk ki. A folyamat során ennek megfelelően összesen 19 ítemet töröltünk.

A feltáró faktoranalízis (maximum likelihood-módszer varimax rotációval) során négyfaktoros megoldást kaptunk (Deszelekció, Egyesülethez kapcsolódó stresszorok, Visszajelzések, Iskolához kapcsolódó stresszorok), amely a teljes variancia 65,7%-át

magyarázta. A végső modellben a KMO érték 0,756, a Bartlett-féle szfericitásteszt:  $\chi^2(55) = 3687,677$   $p < 0,001$ . A végső feltáró faktorelemzés eredményei, a magyarázott variancia, a megbízhatósági együtthatók a 6. táblázatban láthatók, amely tartalmazza a faktorokhoz kapcsolódó átlag, a szórás eredményeit, a csúcosság és ferdeség mutatóit is – az adatok normalitása sérült.

**6. táblázat:** Szülői Stresszorok a Sportban Skála végső feltáró faktoranalízisének eredményei

Szülői Stresszorok a Sportban Skála				
	<b>Faktor 1</b>	<b>Faktor 2</b>	<b>Faktor 3</b>	<b>Faktor 4</b>
	Deszelekció	Egyesülethez kapcsolódó stresszorok	Iskolához kapcsolódó stresszorok	Visszajelzés
Eigenvektors	2,194	1,862	1,674	1,499
Magyarázott variancia (%)	19,947	16,929	15,216	13,624
<i>Tételek</i>				
A1	<b>0,615</b>	0,163	0,107	0,110
A2	<b>0,623</b>	0,237	0,065	0,250
M4	<b>0,578</b>	0,195	0,077	0,112
M5	<b>0,915</b>	0,098	0,021	0,140
A3	0,185	<b>0,789</b>	0,107	0,126
A4	0,257	<b>0,767</b>	0,082	0,064
A6	0,128	<b>0,473</b>	0,126	0,190
E4	0,094	0,099	<b>0,964</b>	0,080
E5	0,087	0,157	<b>0,688</b>	0,140
A8	0,254	0,193	0,139	<b>0,930</b>
A9	0,243	0,191	0,145	<b>0,900</b>
<i>Faktor meghatározók</i>				
Cronbach- $\alpha$	0,810	0,753	0,822	,0977
M (SD)	7,70 (3,40)	5,51 (2,60)	2,69 (1,36)	4,30 (2,36)
Minimum	4	3	2	2
Maximum	20	15	10	10
Ferdeség (SE)	1,08 (0,10)	1,16 (0,10)	2,41 (0,10)	0,96 (0,10)
Csúcosság (SE)	0,79 (0,20)	0,85 (0,20)	6,41 (0,20)	-0,06 (0,20)

*Megjegyzés.* A = Akadémiához/klubhoz kapcsolódó stresszorok; M = Mérkőzésekhez kapcsolódó stresszorok; E = Iskolához kapcsolódó stresszorok

Az első faktor a *Deszelekció* nevet kapta, amely a szülők azon félelmeire utal, hogy a gyermekük nem jut megfelelő játékidőhöz a mérkőzéseken, nem teljesít megfelelően azokon, vagy elutasítják őt a csapatból – azaz a gyermekükre vonatkozó teljesítményelvárások és ezek negatív következményeitől való aggodalom jelenik meg. A második faktor a *Visszajelzések* nevet kapta, amely a gyermekekről a szülők irányába érkező visszajelzések minőségéről és mennyiségéről szól, arról, mennyire informálja őket a klub gyermekük fejlődéséről, míg a harmadik faktornak az *Egyesülethez kapcsolódó*

*stresszorok* elnevezést adtuk, amely a szülő–egyesület kapcsolat hatékonyságáról adhat pontos visszajelzést. Arra mutat rá, hogy milyen elvárásokat fogalmaz meg a klub a gyermek és a szülők felé, valamint milyen a kommunikációjuk minősége. Végül a negyedik faktor elnevezése az *Iskolához kapcsolódó stresszorok* lett, amely a szülők két alapvető félelmét foglalja magába: egyrészt a versenysport negatív hatással lesz gyermekük iskolai teljesítményére és működésére, másrészt tartanak attól, hogy konfliktusba kerülhetnek gyermekük klubjával az iskolai elfoglaltságok miatt.

A négy faktor belső konzisztenciája megfelelőnek bizonyult, az adatok az inter-item korrelációval együtt a 7. táblázat mutatja. Mivel a faktorok mind azokra a stresszorokra reflektálnak, amelyeket a szülők élhetnek át gyermekük sportszocializációja során, a kérdőív összpontszáma is értelmezhető, amely belső konzisztenciája szintén megfelelőnek bizonyult (*Cronbach- $\alpha$*  = 0,843).

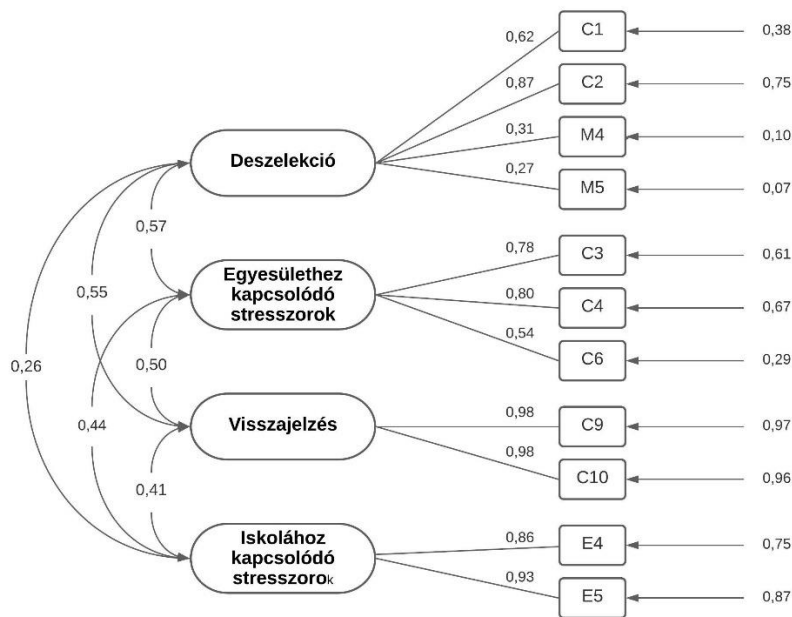
**7. táblázat:** Szülői Stresszorok a Sportban Skála inter-item korrelációs mátrixa

	Deszelekción				Egyesülethez kapcsolódó stresszorok			Visszajelzés		Iskolához kapcsolódó stresszorok
	A1	A2	M1	M2	A3	A4	A6	A8	A9	E4
<b>Deszelekción</b>	A2	0,532								
	M1	0,218	0,260							
	M2	0,161	0,243	0,370						
<b>Egyesülethez kapcsolódó stresszorok</b>	A3	0,282	0,330	0,183	0,124					
	A4	0,284	0,367	0,183	0,180	0,671				
	A6	0,169	0,278	0,132	0,140	0,428	0,421			
<b>Visszajelzés</b>	A8	0,306	0,443	0,220	0,273	0,333	0,283	0,318		
	A9	0,284	0,438	0,210	0,280	0,316	0,287	0,308	0,955	
<b>Iskolához kapcsolódó stresszorok</b>	E4	0,188	0,164	0,222	0,126	0,208	0,186	0,195	0,251	0,254
	E5	0,143	0,180	0,199	0,082	0,236	0,200	0,217	0,279	0,273

*Megjegyzés.* A = Akadémiához/egyesülethez kapcsolódó stresszorok; M = Mérkőzésekhez kapcsolódó stresszorok; E = Iskolához kapcsolódó stresszorok

### 3.3.2.2 Megerősítő faktoranalízis

Vizsgálatunk következő részében a kapott faktorstruktúrát elemeztük tovább megerősítő faktoranalízis segítségével. A 11 tételből kialakítottunk egy négy látens változót tartalmazó modellt (11. ábra), majd megnéztük a teljes minta illeszkedésmutatóit. A teljes mintára nézve elfogadható illeszkedést kaptunk ( $\chi^2/df = 4,61$ ; *TLI* = 0,95; *CFI* = 0,96; *RMSEA* = 0,075; *SRMR* = 0,055).



11. ábra: A Szülői Stresszorok a Sportban Skála megerősítő faktorelemzéssel kapott eredménye

### 3.3.2.3 Érvényesség – konvergens validitás

A konvergens validitás vizsgálatához Pearson-féle korrelációs vizsgálattal elemeztük a PSSS alskálái, valamint a CSAI-2 és PISQ alskálái közötti kapcsolatot. A *Deszelekció* faktor szignifikáns pozitív közepes kapcsolatot a CSAI-2 *Kognitív szorongásállapot* alskálájával, pozitív gyenge kapcsolatot a CSAI-2 *Szomatikus szorongásállapot* alskálájával és a két PISQ alskálával mutatott; valamint szignifikáns, negatív közepes kapcsolatot a CSAI-2 versennyel kapcsolatos *Önbizalom* alskálával (8. táblázat).

Az *Egyesülethez kapcsolódó stresszorok* faktora szignifikáns pozitív gyenge kapcsolatot mutatott a CSAI-2 *Kognitív szorongásállapot* alskálájával. A PISQ *Direkt, kontrolláló viselkedés* skálával negatív gyenge kapcsolatot találtunk. A PISQ *Szülői nyomás* és CSAI-2 *Szomatikus szorongásállapot* alskálákkal szignifikáns, pozitív, de értékében elhanyagolható kapcsolatot mutatott (8. táblázat).

A *Visszajelzés* faktor szignifikáns, de értékében elhanyagolható kapcsolatot mutatott a mért változókkal, míg az *Iskolához kapcsolódó stresszorok* faktor szignifikáns, de értékében elhanyagolható kapcsolatot mutatott a CSAI-2 alskáláival (8. táblázat).

A *Szülői stresszorok* összesített skála szignifikáns kapcsolatot mutatott a CSAI-2, valamint a PISQ alskáláival.

**8. táblázat:** Korreláció a Szülői Stresszorok a Sportban Skála és a CSAI-2 és PISQ alskálái között

		CSAI CA	CSAI SA	CSAI SC	PISQ DB	PISQ P
Pearson Correlation	Deszelekcio	0,555**	0,309**	-0,421**	0,233**	0,300**
	Egyesülethez kapcsolódó	0,252**	0,186**	-0,207**	0,133**	0,181**
	Visszajelzések	0,198**	0,106**	-0,169**	0,137**	0,136**
	Iskolához kapcsolódó	0,117**	0,068*	-0,123**	0,018	0,052
	Szülői stresszorok	0,435**	0,256**	-0,349**	0,205**	0,258**

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

*Megjegyzés:* CSAI CA: CSAI-2 Kognitív szorongásállapot, CSAI SA; CSAI-2 Szomatikus szorongásállapot; CSAI SC: CSAI-2 Önbizalom; PISQ DB: PISQ Direkt, kontrolláló viselkedés; PISQ P: PISQ Nyomásgyakorlás

### 3.3.3 Következtetések

Vizsgálatunk elsődleges célja egy olyan önkitöltős mérőeszköz kialakítása volt, melynek segítségével a szülők által megélt, gyermekük sportéletéhez kapcsolódó stresszorok azonosíthatóvá válnak. Míg a kezdeti elméletek igyekeztek korlátozni a gyerekek sportéletében megnyilvánuló szülői szerepkört és a bevonódottság mértékét (Power és Woolger, 1994, Tofler, Knapp és Lardon, 2005), addig az újabb kutatások már árnyaltabban és összetettebben jellemzik ezt a területet és a hatásmechanizmusokat (Wolfenden és Holt, 2005; Rodis, 2013). A sportolói mentalitás kialakulásában nemcsak az edzőnek, hanem a szülőknél is jelentős szerepe van, hiszen kapcsolatot mutattak ki a sportolók és szüleik sporthoz való hozzáállásában (Anderson és mtsai., 2003; Ullrich-French és Smith, 2006; Xiang és mtsai., 2003), célorientációjában (Atkins, Johnson, Force és Petrie, 2015; Juntumaa, Keski-Vaara és Punamäki, 2005), motiváltságában (Cope, Bailey és Pearce, 2013) és perfekcionizmusában (Sapieja, Dunn és Holt, 2011). Összefüggés található a szülői működésmód és a fiatalok által megélt állapotsszorongás (Scanlan és Lewthwaite, 1984, 1986; Kaye, Frith és Vosloo, 2014;), valamint az önbizalom (Sorkkila, Aunola és Ryba, 2017) között. Következésképpen fontosnak tartjuk a szülők által megélt szubjektív élmények feltérképezését is. Noha számos interjú alapján felmérés ismerteti a szülőket a gyermekük sportkarrierje alatt érő hatásokat, ennek ellenére adekvát mérőeszköz viszonylag kevés található (Kerr és Stirling 2012; Clarke és Harwood, 2014).

Az általunk kialakított kérdőív bázisát csapatsportot űző fiatal sportolók szülei adták. A stresszorok négy csoport mentén kerültek csoportosításra: *Akadémiához/egyesülethez kapcsolódó stresszorok, Mérközésekhez kapcsolódó stresszorok; Iskolához kapcsolódó stresszorok, Családi élet stresszorai.* A csoportokhoz tartozó itemek Magyarországon

aktívan praktizáló sportpszichológusokkal, klinikai és gyermek szakpszichológusokkal történő konzultációkat követően kerültek kibővítésre. A feltáró faktoranalízis modellje a kezdeti csoportosítástól eltérően egy négy faktorból álló – *Deszelekcio, Egyesülethez kapcsolódó stresszorok, Visszajelzések, Iskolához kapcsolódó stresszorok* – megoldást adott, amely a teljes variancia 65,7%-át magyarázta. Az *Egyesülethez kapcsolódó stresszorok* faktorban elért magas pontszám a szülők magasabb szorongását mutatja, amelyet a gyermekük sportklubjával való kapcsolat bizonytalanságai/konfliktusai/problémái váltanak ki. A *Visszajelzések* faktor a klubbal kapcsolatos információáramlás hiányaira és problémáira utal, míg a *Deszelekcio* a játékos bizonytalan pozíciójára a csapatán belül, amely megjelenhet a játékidővel kapcsolatos elégedetlenségben, vagy az abban való bizonytalanságban, hogy a gyermeküket elutasítják a klubjuktól. A faktor kapcsolatba hozható a versengéssel, pontosabban a szülők veszéssel kapcsolatos szorongásával is (Fülöp, 2013). Az *Iskolához kapcsolódó stresszorok* két itemből álló faktora az iskola–sport egyensúlyának szülőket érintő konfliktusát járja körbe. A skála létrejötte lehetőséget nyújt a kutatóknak és az utánpótlássport területén dolgozó szakembereknek, hogy objektív visszajelzést nyújtsanak az adott egyesület működésére vonatkozóan. Magyarországon a sportakadémiák működésének feltétele, hogy biztosítsák a játékosok iskolai fejlődésének lehetőségét, így az *Iskolai fejlődés* faktor az adott terület hatékonyságának szempontjából is hasznos információkkal szolgálhat.

A kérdőív belső megbízhatósága és a konstruktum validitása is megfelelőnek bizonyult. Az előzetes feltételezésünknek megfelelően a vizsgálat kapcsolatot mutatott ki a mérkőzéseken megélt vonásszorongás (kognitív és szomatikus szorongás) és a *Deszelekcio* valamint az *Egyesülethez kapcsolódó stresszorok* faktorok között, így érdekes kutatási irány lehet annak megállapítása, hogy mely tényezők generálhatják a szorongás mértékének emelkedését, és hogyan, milyen eszközökkel lehet elősegíteni a szülők megküzdési képességeinek fejlődését. A kapott összefüggést jól szemléltetik azok az eredmények/visszajelzések, hogy a szülők számára az edzővel való kapcsolat minősége meghatározó és szorongást kiváltó tényező lehet (Wiersma és Fifer 2008; Kerr és Stirling 2012), valamint az, hogy a gyermekük mérkőzése során érzékenyen reagálnak olyan tényezőkre, mint gyermekük teljesítménye és viselkedése, valamint más szülők és edzők viselkedése, hozzáállása (Harwood és Knight, 2009).

Kapcsolatot találtunk a deszelekciótól való félelem és a direkt, kontrolláló szülői viselkedés, valamint a szülői nyomásgyakorlás alszálak között. A kapcsolat jelenléte arra enged következtetni, hogy ha a szülőnek kétségei vannak gyermeke játéklehetőségeit illetően, aktívabban vonódik be gyermeke sportéletébe, amelynek azonban káros hatásai is lehetnek a fiatal számára (például teljesítményszorongás). Nagyobb valószínűséggel jelenhetnek meg negatív szurkolói viselkedési formák azoknál a szülőknél, akik erősebb kontrollt gyakorolnak gyermekük sportéletére, mint azoknál, akik biztosítják a gyermek biztonságos autonómiáját (Goldstein és Iso-Ahola, 2008), valamint azok a szülők, akik magasabb elvárásokkal bírnak gyermekük felé a sportban, gyakrabban mutatják ki a negatív érzelmeiket, többször jelenik meg a düh, mint reakció gyermekük nem megfelelő teljesítménye esetén (Partridge és Wann, 2015).

Nemzetközi szinten több, hatékony programot indítottak szülők és edzők részére (Cote, Turnidge és Evans 2014; Mills és mtsai., 2014; Thrower, Harwood és Spray, 2017; Vincent és Christensen, 2015), így az újonnan kialakított kérdőív hasznos részét képezheti ezeknek a fejlesztési programoknak. Nemcsak a szülők számára ad visszajelzést, hanem a szakembereknek is fontos támpontot nyújthat, hogy mely területeken érdemes segíteniük a szülőket. Az egyesületek és akadémiák számára is hasznos információkat nyújthatnak az adatok – a visszajelzések hatására elindulhat egy hatékony kommunikációs folyamat az edzők és a szülők között. A szülők és az egyesület közötti együttműködés közvetlenül és közvetett módon is pozitív hatással lehet a fiatal sportolóra.

Érdemes lenne feltárni a szülők által megélt szorongás háttérében rejlő dinamikai folyamatokat és kiváltó tényezőket. Fontos volna meghatározni, hogy milyen szerepet játszik benne a környezet, illetve kapcsolatba hozható-e olyan személyiségjegyekkel, mint például a perfekcionizmus. Továbbá fontos lenne olyan szakmai pszichoedukatív programok kialakítása, amelyek segíthetik a szülőket „elég jó” sportszülőkké válásukban, tartalmaznak a sportolóvá válás témájával kapcsolatos multidiszciplináris ismereteket, ugyanakkor felhívják a figyelmet a várható lehetséges nehézségekre is. Az ilyen programok során lehetőség nyílna olyan hatékony szorongásoldási módszerek és kommunikációs technikák bemutatására és tanítására, amelyek segítségével a szülők képesek lehetnek kezelni a számukra bizonytalan szituációkat (mérkőzések, edzővel való kapcsolattartás). Természetesen ezek a programok a sportegyesületek számára is



gyümölcsözők lehetnek – megismerhetik a szülők működését, azt, hogy esetleg milyen tényezők fenyegetőek számukra, így erősítve a hatékony együttműködést.

A vizsgálat több limitációját is meg kell említeni: a minta nem reprezentatív, valamint az önkitöltés jellegéből fakadóan torzíthat. Fontos megjegyezni, hogy bár csapatsportágakat vizsgáltunk, még itt is megjelenhetnek eltérések a sportágak között, továbbá fontos lenne a vizsgálatot kiterjeszteni az egyéni sportolók szüleire is. Több kutatás is rámutatott arra, hogy a szülők által megélt stressz mértéke emelkedik (Burgess, Knight és Mellalieu, 2016; Wiersma és Fifer 2008, Harwood, Drew és Knight, 2010), ahogy gyermekük egyre idősebbé válik, ahogy a téthelyzetek jelentősége fokozódik, így egy későbbi vizsgálat során szükséges volna meghatározni, hogy a különböző életkori kategóriákban hogyan változik a szülők sportban megélt szorongásának a mértéke. A vizsgálat nem mutat rá arra, hogy a szülők milyen módon képesek megküzdeni az őket érő stresszel. A megküzdés témájának részletes elemzése mindenképpen előremutató és egyben az alkalmazott sportpszichológiai munkát is nagymértékben segítő vizsgálati téma lenne a továbbiakban (Fülöp, 2013, Orosz és mtsai, 2018). A kutatás további limitációja az időbeli stabilitás ellenőrzése, amelyről egy későbbi vizsgálat adhat számot. Az említett limitációk ellenére a PSSS megbízható mérőeszköznek bizonyult, megfelelő pszichometriai mutatókkal rendelkezik. Az új skála tovább gazdagíthatja az alkalmazott sportpszichológia gyakorlati szegmensét, segítheti az utánpótlássport területén dolgozó szakemberek munkáját, és hozzájárul a sportháromszög dinamikájának hatékonyabb megértéséhez.

### **3.4 Negyedik vizsgálat – A szülői bevonódás és a szülőkre ható stresszorok előrejelzése és összefüggései**

Vizsgálatunk végső célja annak meghatározása, hogy a szakirodalomban felmerült és az általunk vélt változók előrejelzik-e a szülők által megélt stressz és a szülői bevonódás mértékét gyermekük sportágában. A továbbiakban a teljes mintában vizsgáltuk meg, hogy a szakirodalom (a szülő és a sportoló gyermek neme, a szülő esetleges sportkarrierje, a fiatal sportoló életkori csoportja Côte és Hay (2002a) modellje szerint), és az általunk meghatározott változók (a gyermek esetleges sportsérülése, a szülő családi állapota, szülő iskolai végzettsége és a gyermekek száma) milyen összefüggésben állnak a szülői bevonódás és gyermekük sportéletével kapcsolatos szülői stresszorok mértékével.

### 3.4.1 *Módszer*

#### 3.4.1.1 Minta

A jelen vizsgálat felvétele az PSTSS kérdőív kialakításával egyidőben történt (lásd harmadik vizsgálat), így a minta jellemzésétől ebben a fejezetben eltekintünk.

#### 3.4.1.2 Felhasznált kérdőívek

##### *Szülői Autonómiatámogatás Kérdőív (PASSES-H)*

A kérdőív szülőknek szóló verziójának (PASSES – Hagger és mtsai, 2007; Kovács és mtsai, 2020d) a célja felmérni, hogy milyen mértékű autonómia támogató viselkedést észlel a sportoló a szülei felől. A kérdőív 12 itemből áll, nem tartalmaz fordított tételt. A kérdésekre a kitöltők hétfokú Likert-skálán adják meg a választ (1=Egyáltalán nem értek egyet; 4=Semleges; 7=Teljesen egyetértek), a magasabb pontértékek az autonómiatámogatás magasabb szintjét jelzik. A kérdőív hazai mintán megbízhatónak bizonyult (*Cronbach- $\alpha$*  = 0,902).

##### *Szülői Stresszorok a Sportban Skála*

A 11 itemes kérdőív négy alskálával bír (Kovács és mtsai, 2022d) – Deszelekció, Egyesülethez kapcsolódó stresszorok, Visszajelzések, Iskolához kapcsolódó stresszorok –, valamint az alskálák összeadásával összpontszámot is kaptunk, amellyel a szülők adott pillanatban megélt, gyermeke sportéletéhez kapcsolódott szorongásának mértékét jellemeztük. A kitöltők egy ötfokú Likert-skálán jelölhették be a válaszukat. A kérdőív megbízhatósága megfelelő (Deszelekció *Cronbach- $\alpha$*  = 0,810; Egyesülethez kapcsolódó stresszorok *Cronbach- $\alpha$*  = 0,753; Iskolához kapcsolódó stresszorok *Cronbach- $\alpha$*  = 0,822; Visszajelzések *Cronbach- $\alpha$*  = 0,977).

##### *Sportverseny Pillanatnyi Szorongás Skála (CSAI-2)*

A 27 itemes kérdőív (Competitive State Anxiety Inventory – 2; Sipos, Bejek és Kudar, 1999) három alskálája a következő: a versenyzéssel kapcsolatos aktuális kognitív szorongásállapot; a versenyzéssel kapcsolatos aktuális szomatikus szorongásállapot; a versenyzéssel kapcsolatos önbizalom. A kérdőív itemei és az instrukció is átfogalmazásra kerültek a célcsoportnak megfelelően, a mérkőzés kontextusába helyezve (például

„Ideges vagyok.” helyett „Ideges vagyok gyermekem mérközése miatt.”). A kérdőív skáláinak megbízhatósága megfelelő (Kognitív szorongás *Cronbach- $\alpha$*  = 0,769, Szomatikus szorongás *Cronbach- $\alpha$*  = 0,829; Önbizalom *Cronbach- $\alpha$*  = 0,776).

#### *A Szülői Bevonódás a Sportban Kérdőív (PISQ-H)*

A kérdőív (Parental Involvement in Sport Questionnaire, Lee és MacLean, 1997; Kovács és mtsai, 2020b,c) 15 itemet tartalmaz és négy alskálából áll. A kérdőív itemei átfogalmazásra kerültek, a gyermek észlelt nézőpontja helyett ezúttal a szülő által észlelt viselkedés került a kérdés központjába (például „A szüleid nyomást gyakorolnak rád a sporttal kapcsolatban?” helyett „Nyomást gyakorlok gyermekemre a sporttal kapcsolatban. A *Direkt, kontrolláló viselkedés* (DV) azt mutatja meg, hogy a szülők milyen mértékben próbálják meg irányítani gyermekük sporthoz kapcsolódó viselkedését, az *Aktív bevonódás alskála* (AB) értékeli az edzéseken és versenyeken mutatott szülői részvétel mértékét. A *Dicséret és támogatás alskála* (DT) a szülői viselkedésben az empátia és megértés szintjét méri fel, míg a *Szülői nyomásgyakorlás* (SZNY) azt mutatja be, hogy a szülő milyen mértékben várja el gyermekétől a jó teljesítményt és/vagy győzelmet. A kérdésekre a kitöltők ötfokú Likert-skálán adják meg a választ, a kérdőív megbízhatósága hazai mintán megfelelőnek bizonyult (DV *Cronbach- $\alpha$*  = 0,882; SZNY *Cronbach- $\alpha$*  = 0,739; AB *Cronbach- $\alpha$*  = 0,786; DT *Cronbach- $\alpha$*  = 0,654).

#### *Frost-féle Multidimenziós Perfekcionizmus Skála (FMPS)*

A perfekcionizmus vizsgálatára a Frost-féle skála (Multidimensional Perfection Scale, Frost és mtsai, 1990; Dobos és Pikó, 2017) három alskáláját és egy összevont skáláját használtuk fel. A *Hibák feletti aggodalom* (Concern over Mistakes – CM; *Cronbach- $\alpha$*  = 0,844), ami a hibázás lehetőségére vonatkozó negatív reakciókra irányul. A *Személyes standardok* (Personal standard – PS *Cronbach- $\alpha$*  = 0,817), ami az önmagunkhoz kapcsolódó magas elvárásokat tartalmazza. A *Cselekedetekkel kapcsolatos kételyek* (Doubts about actions – D; *Cronbach- $\alpha$*  = 0,616) a teljesítmény minőségével kapcsolatos kételyeket tartalmazza, míg a *Szervezettség* (Organization – O; *Cronbach- $\alpha$*  = 0,709) magában foglalja a pontosságra és az összeszedettségre való törekvést. A *Pozitív Erőfeszítés* skála két alskálát foglal magába (O és PS; *Cronbach- $\alpha$*  = 0,827), és a

perfekcionizmus pozitív oldalát vetíti előre (Frost, Heimberg, Holt, Mattia, és Neubauer, 1993). A 27 kérdésre a választ szintén ötfokú skálán lehet jelölni (1=egyáltalán nem jellemző – 5=teljes mértékben jellemző rám).

### 3.4.2 Eredmények

#### 3.4.2.1 A szülő neme, az átélt stressz szintje és a bevonódás mértéke

A független mintás t-próba eredményei (Welch-féle robusztus eljárás) szignifikáns eltérést mutattak a nemek összehasonlításakor a szülői bevonódás mértéke között. A Bonferroni korrekció alapján a két kérdőív alszálái esetében 0,010 alatti eredményt tekintettük szignifikánsnak. A férfiak nagyobb mértékű direkt kontrolláló viselkedést, szülői nyomásgyakorlást és aktív bevonódást, valamint alacsonyabb mértékű támogató viselkedést mutatnak, mint a nők (9. táblázat).

9. táblázat: A szülő átélt stressz szintje és a bevonódás mértékének nemek szerinti összehasonlítása

		Nem	<i>N</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>t</i>	<i>p</i>
PSSS	Szülői stresszorok (összpontszám)	Férfi	399	21,213	7,064	0,387	0,699
		Nő	861	21,045	7,369		
	Deszelekció	Férfi	399	7,466	3,177	-1,293	0,196
		Nő	861	7,722	3,466		
	Egyesülethez kapcsolódó stresszorok	Férfi	399	5,825	2,233	-0,494	0,621
		Nő	861	5,893	2,416		
	Visszajelzés	Férfi	399	5,028	2,651	1,912	0,056
		Nő	861	4,721	2,632		
	Iskolához kapcsolódó stresszorok	Férfi	399	2,895	1,523	2,055	0,040
		Nő	861	2,709	1,437		
PISQ	<b>Direkt kontrolláló viselkedés</b>	Férfi	399	16,283	5,932	<b>7,121</b>	<b>&lt;0,001</b>
		Nő	861	13,764	5,640		
	<b>Szülői nyomásgyakorlás</b>	Férfi	399	7,158	3,179	<b>3,561</b>	<b>&lt;0,001</b>
		Nő	861	6,495	2,835		
	<b>Aktív bevonódás</b>	Férfi	399	4,223	2,349	<b>2,978</b>	<b>0,003</b>
		Nő	861	3,807	2,210		
	<b>Dicséret és támogatás</b>	Férfi	399	13,714	1,578	<b>-3,234</b>	<b>0,001</b>
		Nő	861	14,023	1,575		

#### 3.4.2.2 A gyermek neme, a szülők által átélt stressz szintje és a bevonódás mértéke

A független mintás t-próba eredményei (Welch-féle korrekció) szignifikáns eltérést mutattak a gyermek nemének összehasonlításakor, a szülő aktív bevonódásának

mértékében. A Bonferroni korrekció alapján a két kérdőív alszámai esetében 0,010 alatti eredményt tekintettünk szignifikánsnak. Azok a szülők, akiknek lányuk van, nagyobb mértékű aktív bevonódással vesznek részt gyermekük sportéletében, mint azok, akiknek fiuk (10. táblázat).

**10. táblázat:** *A szülők által átélt stressz szintje és a bevonódás mértékének összehasonlítása a gyermekük neme szerint*

		Gyermek neme	N	M	SD	t	p
PSSS	Szülői stresszorok (összpontszám)	Fiú	906	21,077	7,083	-0,159	0,874
		Lány	354	21,153	7,743		
	Deszelekció	Fiú	906	7,624	3,357	-0,294	0,769
		Lány	354	7,686	3,435		
	Egyesülethez kapcsolódó stresszorok	Fiú	906	5,816	2,306	-1,299	0,194
		Lány	354	6,014	2,486		
	Visszajelzés	Fiú	906	4,811	2,594	-0,146	0,884
		Lány	354	4,836	2,762		
	Iskolához kapcsolódó stresszorok	Fiú	906	2,827	1,503	2,400	0,017
		Lány	354	2,616	1,361		
PISQ	Direkt kontrolláló viselkedés	Fiú	906	14,491	5,895	-0,695	0,488
		Lány	354	14,743	5,739		
	Szülői nyomásgyakorlás	Fiú	906	6,699	2,981	-0,118	0,906
		Lány	354	6,720	2,922		
	<b>Aktív bevonódás</b>	Fiú	906	3,795	2,163	<b>-3,436</b>	<b>0,001</b>
		Lány	354	4,308	2,463		
	Dicséret és támogatás	Fiú	906	13,882	1,589	-1,574	0,116
		Lány	354	14,037	1,561		

### 3.4.2.3 A szülői sportkarrier, az átélt stressz szintje és a bevonódás mértéke

A független mintás t-próba eredményei (Welch-féle korrekció) szignifikáns eltérést mutattak a sportolói múlttal rendelkező és nem rendelkező szülők között (11. táblázat). A Bonferroni korrekció alapján a két kérdőív alszámai esetében 0,010 alatti eredményt tekintettünk szignifikánsnak. Azok a szülők, akik nem sportoltak versenyszerűen, kevésbé vonódnak be gyermekük sportágába aktívan, kisebb nyomást gyakorolnak gyermekükre, és kevésbé jelenik meg náluk a direkt, kontrolláló viselkedés, mint azoknál a szülőknél, akik versenyszerűen sportoltak.

**11. táblázat:** A szülők által átélt stressz szintje és a bevonódás mértékének összehasonlítása a szülő sportmúltja szerint

		Sportolt-e Ön versenyszerűen?	<i>N</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>t</i>	<i>p</i>
PSSS	Szülői stresszorok (összpontszám)	Igen	571	21,140	7,015	0,186	0,852
		Nem	689	21,064	7,483		
	Deszelekció	Igen	571	7,615	3,223	-0,256	0,798
		Nem	689	7,663	3,503		
	Egyesülethez kapcsolódó stresszorok	Igen	571	5,884	2,308	0,178	0,858
		Nem	689	5,861	2,402		
Visszajelzés	Igen	571	4,897	2,578	0,963	0,336	
	Nem	689	4,753	2,692			
Iskolához kapcsolódó stresszorok	Igen	571	2,744	1,412	-0,513	0,608	
	Nem	689	2,787	1,511			
PISQ	<b>Direkt kontrolláló viselkedés</b>	Igen	571	15,497	5,992	<b>5,189</b>	<b>&lt;0,001</b>
		Nem	689	13,787	5,617		
	<b>Szülői nyomásgyakorlás</b>	Igen	571	7,123	3,097	<b>4,550</b>	<b>&lt;0,001</b>
		Nem	689	6,359	2,803		
	<b>Aktív bevonódás</b>	Igen	571	4,310	2,462	<b>5,264</b>	<b>&lt;0,001</b>
		Nem	689	3,631	2,034		
	Dicséret és támogatás	Igen	571	13,914	1,580	-0,229	0,819
		Nem	689	13,935	1,585		

3.4.2.4 A gyermek sportban való részvételének fejlődési szintje és a szülők által átélt stressz, valamint a bevonódás mértéke

A sportolók életkori csoportosítását Côté és Hay (2002a) elmélete alapján végeztük: mintavételezés (12 éves korig), specializáció (16 éves korig) és befektetés időszaka (16-21 év között). A sportolói életkor kategóriáinak összehasonlítását egyszempontos varianciaanalízissel végeztük (Welch-féle robusztus eljárás, Games-Howell posthoc teszt). A Bonferroni korrekció alapján a két kérdőív alsókálai esetében 0,010 alatti eredményt tekintettünk szignifikánsnak (12. táblázat). A szülők gyermekük mintavételezés éveiben szignifikánsan kevesebb stresszt élnek meg, kevésbé tartanak gyermekük deszelekciójától, az akadémiával/egyesülettel való kommunikációjukat tekintve ritkábban kerülnek konfliktusba, valamint szignifikánsan magasabb az aktív bevonódásuk és a direkt, kontrolláló viselkedésük mértéke gyermekük sportéletében, mint a befektetés vagy a specializáció időszakában. A befektetés és specializáció időszaka között nincs szignifikáns eltérés.

**12. táblázat:** A szülők által átélt stressz szintje és a bevonódás mértékének összehasonlítása a gyermek életkori kategóriája szerint

			N	M	SD	F	p	Games-Howell posthoc
PSSS	<b>Szülői stresszorok (összpontszám)</b>	Mintavételezés	396	<b>19,768</b>	6,859	<b>12,728</b>	<b>&lt;0,001</b>	<b>Mi&lt;S; Mi&lt;B; B=S</b>
		Specializáció	630	<b>21,340</b>	7,211			
		Befektetés	234	<b>22,701</b>	7,736			
		Total	1260	21,098	7,272			
	<b>Deszelekcio</b>	Mintavételezés	396	<b>7,139</b>	3,103	<b>8,846</b>	<b>&lt;0,001</b>	<b>Mi&lt;S; Mi&lt;B; B=S</b>
		Specializáció	630	<b>7,714</b>	3,375			
		Befektetés	234	<b>8,295</b>	3,701			
		Total	1260	7,641	3,378			
	Egyesülethez kapcsolódó stresszorok	Mintavételezés	396	5,654	2,316	3,730	0,025	
		Specializáció	630	5,895	2,379			
		Befektetés	234	6,175	2,347			
		Total	1260	5,871	2,359			
	<b>Visszajelzés</b>	Mintavételezés	396	<b>4,374</b>	2,497	<b>11,362</b>	<b>&lt;0,001</b>	<b>Mi&lt;S; Mi&lt;B; B=S</b>
		Specializáció	630	<b>4,892</b>	2,663			
		Befektetés	234	<b>5,372</b>	2,705			
		Total	1260	4,818	2,641			
	Iskolához kapcsolódó stresszorok	Mintavételezés	396	2,601	1,297	4,222	0,015	
		Specializáció	630	2,838	1,508			
		Befektetés	234	2,859	1,603			
		Total	1260	2,768	1,467			
PISQ	<b>Direkt, kontrolláló viselkedés</b>	Mintavételezés	396	<b>15,409</b>	6,143	<b>5,958</b>	<b>0,003</b>	<b>Mi&gt;S; Mi&gt;B; B=S</b>
		Specializáció	630	<b>14,238</b>	5,751			
		Befektetés	234	<b>14,000</b>	5,464			
		Total	1260	14,562	5,850			
	Szülői nyomásgyakorlás	Mintavételezés	396	6,495	2,743	1,631	0,197	
		Specializáció	630	6,825	3,092			
		Befektetés	234	6,735	2,963			
		Total	1260	6,705	2,963			
	Aktív bevonódás	Mintavételezés	396	4,058	2,337	0,777	0,460	
		Specializáció	630	3,881	2,206			
		Befektetés	234	3,893	2,287			
		Total	1260	3,939	2,262			
	<b>Dicséret és támogatás</b>	Mintavételezés	396	<b>14,141</b>	1,479	<b>6,654</b>	<b>0,001</b>	<b>Mi&lt;S; Mi&lt;B; B=S</b>
		Specializáció	630	<b>13,873</b>	1,603			
		Befektetés	234	<b>13,701</b>	1,656			
		Total	1260	13,925	1,582			

### 3.4.2.5 Sportsérülés és a szülők által átélt stressz szintje és a bevonódás mértéke

A független mintás t-próba eredményei (Welch-féle korrekció) szignifikáns eltérést mutattak a szülők által megélt stresszorok közül három alszkálában a sportsérülést már átélt fiatalok szüleinek összehasonlításakor (13. táblázat). A Bonferroni korrekció alapján a két kérdőív alszkálái esetében 0,010 alatti eredményt tekintettünk szignifikánsnak. A sportsérülést már átélt sportolók szülei nagyobb mértékben tartanak gyermekük deszelekcijától, az egyesület felől érkező kommunikációval kapcsolatban több negatív élmény éri őket, mint azok a szülők, akiknek gyermeke nem élt át sportsérülést.

**13. táblázat:** A szülők által átélt stressz szintje és a bevonódás mértékének összehasonlítása a gyermek esetleges sportsérülése szerint

		Volt-e gyermekének sportsérülése?	<i>N</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>t</i>	<i>p</i>
PSSS	<b>Szülői stresszorok (összpontszám)</b>	Igen	531	22,311	7,523	<b>5,038</b>	<b>&lt; 0,001</b>
		Nem	729	20,215	6,957		
	<b>Deszelekcio</b>	Igen	531	8,021	3,581	<b>3,357</b>	<b>0,001</b>
		Nem	729	7,365	3,196		
	<b>Egyesülethez kapcsolódó stresszorok</b>	Igen	531	6,168	2,383	<b>3,808</b>	<b>&lt; 0,001</b>
		Nem	729	5,656	2,319		
	<b>Visszajelzés</b>	Igen	531	5,247	2,763	<b>4,885</b>	<b>&lt; 0,001</b>
		Nem	729	4,506	2,504		
	Iskolához kapcsolódó stresszorok	Igen	531	2,876	1,580	2,191	0,029
		Nem	729	2,689	1,374		
PISQ	Direkt, kontrolláló viselkedés	Igen	531	14,292	5,796	-1,402	0,161
		Nem	729	14,759	5,886		
	Szülői nyomásgyakorlás	Igen	531	6,751	3,079	0,472	0,637
		Nem	729	6,671	2,878		
	Aktív bevonódás	Igen	531	3,904	2,285	-0,466	0,641
		Nem	729	3,964	2,247		
	Dicséret és támogatás	Igen	531	13,893	1,591	-0,626	0,531
		Nem	729	13,949	1,576		

### 3.4.2.6 A családi állapot és a szülők által átélt stressz szintje és a bevonódás mértéke

A független mintás t-próba eredményei (Welch-féle korrekció) alapján az egyedülálló és párkapcsolatban élő szülők összehasonlításakor nem találtunk szignifikáns eltérést. A Bonferroni korrekció alapján a két kérdőív alszkálái esetében 0,010 alatti eredményt tekintettünk szignifikánsnak (14. táblázat).



**14. táblázat:** A szülők által átélt stressz szintje és a bevonódás mértékének összehasonlítása a családi állapot szerint

	Családi állapot	<i>N</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>t</i>	<i>p</i>	
PSSS	Szülői stresszorok (összpontszám)	Házás/élettársi kapcsolat	1143	20,976	7,162	-1,681	0,095
		Egyedülálló szülő	117	22,299	8,202		
	Deszelekció	Házás/élettársi kapcsolat	1143	7,577	3,311	-1,826	0,070
		Egyedülálló szülő	117	8,265	3,933		
	Egyesülethez kapcsolódó stresszorok	Házás/élettársi kapcsolat	1143	5,843	2,352	-1,331	0,185
		Egyedülálló szülő	117	6,154	2,416		
Visszajelzés	Házás/élettársi kapcsolat	1143	4,792	2,626	-1,061	0,291	
	Egyedülálló szülő	117	5,077	2,783			
Iskolához kapcsolódó stresszorok	Házás/élettársi kapcsolat	1143	2,764	1,473	-0,287	0,774	
	Egyedülálló szülő	117	2,803	1,416			
PISQ	Direkt kontrolláló viselkedés	Házás/élettársi kapcsolat	1143	14,606	5,837	0,824	0,411
		Egyedülálló szülő	117	14,128	5,991		
	Szülői nyomásgyakorlás	Házás/élettársi kapcsolat	1143	6,694	2,944	-0,388	0,699
		Egyedülálló szülő	117	6,812	3,157		
	Aktív bevonódás	Házás/élettársi kapcsolat	1143	3,979	2,279	2,141	0,034
		Egyedülálló szülő	117	3,547	2,057		
Dicséret és támogatás	Házás/élettársi kapcsolat	1143	13,944	1,552	1,133	0,259	
	Egyedülálló szülő	117	13,744	1,848			

### 3.4.2.7 Az iskolai végzettség és az átélt stressz szintje és a bevonódás mértéke

Mivel az általános iskolát végzett szülők száma (14 fő), akárcsak a posztgraduális képzést végzettké, alacsony (6 fő), ezért a közép-, és felsőfokú végzettséggel rendelkező szülők adatait hasonlítottuk össze független mintás t-próbával (Welch-féle korrekció). A Bonferroni korrekció alapján a két kérdőív alszálái esetében 0,010 alatti eredményt tekintettünk szignifikánsnak. A gyermek iskolai fejlődésére és az akadémiára utaló stresszorokra vonatkozó skálánál jelent meg szignifikáns különbség; a felsőfokú végzettséggel rendelkező szülők jobban tartanak attól, hogy gyermekük iskolai fejlődése nem lesz megfelelő, mint a középfokú végzettséggel rendelkező szülők (15. táblázat).

**15. táblázat:** A szülők által átélt stressz szintje és a bevonódás mértékének összehasonlítása az iskolai végzettség szerint

	Iskolai végzettség	N	M	SD	t	p	
PSSS	<b>Szülői stresszorok (összpontszám)</b>	Középfokú	557	20,522	6,970	<b>-2,710</b>	<b>0,007</b>
		Felsőfokú	684	21,637	7,489		
	Deszelekció	Középfokú	557	7,564	3,307	-0,793	0,428
		Felsőfokú	684	7,716	3,447		
	Egyesülethez kapcsolódó stresszorok	Középfokú	557	5,715	2,311	-2,265	0,024
		Felsőfokú	684	6,018	2,385		
<b>Visszajelzés</b>	Középfokú	557	4,600	2,610	<b>-2,879</b>	<b>0,004</b>	
	Felsőfokú	684	5,032	2,659			
<b>Iskolához kapcsolódó stresszorok</b>	Középfokú	557	2,645	1,310	<b>-2,761</b>	<b>0,006</b>	
	Felsőfokú	684	2,871	1,584			
PISQ	Direkt kontrolláló viselkedés	Középfokú	557	14,461	5,976	-0,721	0,471
		Felsőfokú	684	14,703	5,752		
	Szülői nyomásgyakorlás	Középfokú	557	6,618	2,935	-0,879	0,380
		Felsőfokú	684	6,766	2,991		
	Aktív bevonódás	Középfokú	557	3,943	2,292	0,076	0,940
		Felsőfokú	684	3,933	2,253		
	Dicséret és támogatás	Középfokú	557	13,980	1,583	0,842	0,400
		Felsőfokú	684	13,905	1,548		

#### 3.4.2.8 A gyermekek száma és a szülők által átélt stressz szintje és a bevonódás mértéke

A gyermekük száma szerint három szülői csoportot alakítottunk ki – egy (217 fő, 17,2%), két (643 fő, 51%), vagy három és annál több (400 fő, 31,7%) gyermekkel rendelkezők kerültek külön csoportba. Az így keletkezett csoportok stressz és bevonódás szintjét robusztus Welch-féle egyszempontos varianciaanalízissel hasonlítottuk össze (16. táblázat). A Bonferroni korrekció alapján a két kérdőív alszálái esetében 0,010 alatti eredményt tekintettünk szignifikánsnak. Az egy gyermekkel rendelkező szülők többet dicsérnek és gyakrabban mutatnak támogató viselkedést, mint akinek kettő vagy annál több gyermeke van.

**16. táblázat:** A szülők által átélt stressz szintje és a bevonódás mértékének összehasonlítása a gyermekek száma szerint

			<i>N</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>F</i>	<i>p</i>	<i>Games-Howell posthoc</i>
PSSS	Szülői stresszorok (összpontszám)	Egy	217	21,184	7,614	0,483	0,617	
		Kettő	643	21,254	7,035			
		Három, vagy több	400	20,803	7,464			
		Total	1260	21,098	7,272			
	Deszelekció	Egy	217	7,751	3,535	0,304	0,738	
		Kettő	643	7,669	3,256			
		Három, vagy több	400	7,538	3,487			
		Total	1260	7,641	3,378			
	Egyesülethez kapcsolódó stresszorok	Egy	217	6,078	2,372	1,905	0,150	
		Kettő	643	5,905	2,366			
		Három, vagy több	400	5,705	2,334			
		Total	1260	5,871	2,359			
	Visszajelzés	Egy	217	4,765	2,640	0,599	0,550	
		Kettő	643	4,897	2,557			
		Három, vagy több	400	4,720	2,774			
		Total	1260	4,818	2,641			
	Iskolához kapcsolódó stresszorok	Egy	217	2,590	1,355	2,335	0,098	
		Kettő	643	2,782	1,466			
		Három, vagy több	400	2,840	1,522			
		Total	1260	2,768	1,467			
PISQ	Direkt kontrolláló viselkedés	Egy	217	14,885	6,180	0,371	0,690	
		Kettő	643	14,512	5,699			
		Három, vagy több	400	14,468	5,915			
		Total	1260	14,562	5,850			
	Szülői nyomásgyakorlás	Egy	217	6,618	2,915	0,150	0,861	
		Kettő	643	6,742	2,987			
		Három, vagy több	400	6,693	2,957			
		Total	1260	6,705	2,963			
	Aktív bevonódás	Egy	217	4,327	2,562	3,381	0,035	
		Kettő	643	3,893	2,210			
		Három, vagy több	400	3,803	2,153			
		Total	1260	3,939	2,262			
	Dicséret és támogatás	Egy	217	14,230	1,252	6,928	0,001	1<2; 1<3; 2=3
		Kettő	643	13,866	1,614			
		Három, vagy több	400	13,855	1,672			
		Total	1260	13,925	1,582			

### 3.4.3 A szülői bevonódás különböző formáinak, valamint a szülők gyermeke sportkarrierje során átélt stresszorok értékének előrejelzése

#### 3.4.3.1 Bevonódás

A **szülői bevonódás** különböző formáinak előrejelzését hierarchikus lineáris regressziós modellek segítségével végeztük. Első lépésben független változóként a fenti eredmények és a korábbi kutatások eredményei alapján

- a szülő neme (férfi/nő) és a
- sportoló gyermek neme (fiú/lány),
- a fiatal sportoló életkori csoportja (mintavételezés/specializáció/befektetés) szerepelt,

míg a második lépésben

- a szülő esetleges sportkarrierje (volt/nem volt),
- gyermekek száma (egy/kettő/három vagy annál több) szerepelt.

#### 3.4.3.1.1 Szülői nyomásgyakorlás

Eredményeink alapján a *Szülői nyomásgyakorlás* mindkét modellje statisztikailag szignifikáns volt (Modell 1.  $F(4,1255)=4,196$ ,  $p=0,002$ ; Modell 2.  $F(7,1252)=4,330$ ,  $p<0,001$ ). A szülői nyomásgyakorlás varianciájának az 1. modell 1,3%-át; míg a 2. modell 2,4 %-át magyarázta (17. táblázat). A független változók közül csak a szülő neme és esetleges sportmúltja volt szignifikáns előrejelző, az anyák és a sportmúlttal nem rendelkező szülők kevésbé voltak elnyomók, mint az apák és a sportmúlttal rendelkező szülők.

17. táblázat: A Szülői nyomásgyakorlás hierarchikus lineáris regresszió modelljei

		B	SE	$\beta$	t	p
Modell 1.	Szülő neme	-0,663	0,179	-0,104	-3,701	<0,001
	Gyermek neme	0,042	0,186	0,006	0,228	0,820
	Mintavételezés <sup>a</sup>	-0,320	0,190	-0,050	-1,684	0,092
	Befektetés <sup>a</sup>	-0,094	0,226	-0,012	-0,415	0,678
Modell 2.	Szülő neme	-0,463	0,187	-0,073	-2,477	0,013
	Gyermek neme	0,006	0,186	0,001	0,035	0,972
	Mintavételezés <sup>a</sup>	-0,303	0,189	-0,048	-1,605	0,109
	Befektetés <sup>a</sup>	-0,162	0,227	-0,021	-0,713	0,476
	Szülői sportmúlt	-0,635	0,175	-0,107	-3,635	<0,001
	Egy gyermek <sup>b</sup>	-0,025	0,249	-0,003	-0,100	0,920
Két gyermek <sup>b</sup>	0,067	0,188	0,011	0,354	0,723	

Modell1  $R^2=0,013$   $R^2_{adj}=0,010$   $F(4,1255)=4,196$ ,  $p=0,002$

Modell2  $R^2=0,024$   $R^2_{adj}=0,018$   $F(7,1252)=4,330$ ,  $p<0,001$

<sup>a</sup>Gyermek életkori kategóriája, dummy változó, kieső kategória Specializáció

<sup>b</sup>Gyermekek száma, kieső kategória Három, vagy több gyermek

### 3.4.3.1.2 Direkt, kontrolláló viselkedés

Eredményeink alapján a *Direkt kontrolláló viselkedés* mindkét modellje statisztikailag szignifikáns volt (Modell 1.  $F(4,1255)=17,305$ ,  $p<0,001$ ; Modell 2.  $F(7,1252)=11,959$ ,  $p<0,001$ ). A direkt, kontrolláló viselkedés varianciájának az 1. modell 5,2%-át; míg a 2. modell 6,3 %-át magyarázta. A független változók közül csak a szülő neme, a szülői sportmúlt, valamint a gyermek sportban való részvételének fejlődési szintje volt szignifikáns előrejelző (18. táblázat). A gyermek életkorának növekedése a szülői direkt, kontrolláló viselkedés alacsonyabb értékét eredményezte. Az anyák és a sportmúlttal nem rendelkező szülők esetében kevésbé jelenik meg a direkt, kontrolláló viselkedés, mint az apák, vagy a sportmúlttal rendelkező szülők körében.

**18. táblázat:** A *Direkt, kontrolláló szülői viselkedés hierarchikus lineáris regresszió modelljei*

		<i>B</i>	<i>SE</i>	$\beta$	<i>t</i>	<i>p</i>
Modell 1.	Szülő neme	-2,573	0,346	-0,205	-7,428	<0,001
	Gyermek neme	0,548	0,360	0,042	1,523	0,128
	Mintavételezés <sup>a</sup>	1,246	0,367	0,099	3,393	0,001
	Befektetés <sup>a</sup>	-0,247	0,437	-0,016	-0,566	0,572
Modell 2.	Szülő neme	-2,220	0,361	-0,177	-6,147	<0,001
	Gyermek neme	0,467	0,359	0,036	1,300	0,194
	Mintavételezés <sup>a</sup>	1,270	0,366	0,101	3,472	0,001
	Befektetés <sup>a</sup>	-0,358	0,438	-0,024	-0,817	0,414
	Szülői sportmúlt	-1,198	0,338	-0,102	-3,545	<0,001
	Egy gyermek <sup>b</sup>	0,466	0,482	0,030	0,966	0,334
Két gyermek <sup>b</sup>	-0,001	0,363	0,000	-0,003	0,998	

Modell1  $R^2=0,052$   $R^2_{adj}=0,049$   $F(4,1255)=17,305$ ,  $p<0,001$

Modell2  $R^2=0,063$   $R^2_{adj}=0,057$   $F(7,1252)=11,959$ ,  $p<0,001$

<sup>a</sup>Gyermek életkori kategóriája, dummy változó, kieső kategória Specializáció

<sup>b</sup>Gyermekek száma, kieső kategória Három, vagy több gyermek

### 3.4.3.1.3 Aktív bevonódás

Eredményeink alapján az *Aktív bevonódás* mindkét modellje statisztikailag szignifikáns volt (Modell 1.  $F(4,1255)=6,779$ ,  $p<0,001$ ; Modell 2.  $F(7,1252)=8,117$ ,  $p<0,001$ ). A szülői támogató viselkedés varianciájának az 1. modell 2,1%-át; míg a 2. modell 4,3 %-át magyarázta. A független változók közül a szülő és a gyermek neme, a szülő esetleges sportmúltja és gyermekei száma bizonyult szignifikáns előrejelzőnek (19. táblázat). Az apák, a lánygyermekes, az egy gyermekkel, valamint a sportmúlttal rendelkező szülők

esetében jellemzőbb az aktív, résztvevő viselkedés, mint az anyák, a fiúgyermekkel, a kettő vagy annál több gyermekkel rendelkező, továbbá a sportmúltnal nem rendelkező szülők körében.

**19. táblázat:** Az Aktív bevonódás hierarchikus lineáris regresszió modelljei

		<i>B</i>	<i>SE</i>	$\beta$	<i>t</i>	<i>p</i>
Modell 1.	Szülő neme	-0,456	0,136	-0,094	-3,351	0,001
	Gyermek neme	0,566	0,141	0,112	4,000	<0,001
	Mintavételezés <sup>a</sup>	0,230	0,144	0,047	1,595	0,111
	Befektetés <sup>a</sup>	0,015	0,172	0,003	0,090	0,928
Modell 2.	Szülő neme	-0,289	0,141	-0,060	-2,052	0,040
	Gyermek neme	0,515	0,140	0,102	3,671	<0,001
	Mintavételezés <sup>a</sup>	0,238	0,143	0,049	1,666	0,096
	Befektetés <sup>a</sup>	-0,022	0,171	-0,004	-0,130	0,897
	Szülői sportmúlt	-0,603	0,132	-0,133	-4,564	<0,001
	Egy gyermek <sup>b</sup>	0,506	0,188	0,085	2,686	0,007
Két gyermek <sup>b</sup>	0,074	0,142	0,016	0,519	0,604	

Modell1  $R^2=0,021$   $R^2_{adj}=0,018$   $F(4,1255)=6,779$ ,  $p<0,001$

Modell2  $R^2=0,043$   $R^2_{adj}=0,038$   $F(7,1252)=8,117$ ,  $p<0,001$

<sup>a</sup>Gyermek életkori kategóriája, dummy változó, kieső kategória Specializáció

<sup>b</sup>Gyermekek száma, kieső kategória Három, vagy több gyermek

#### 3.4.3.1.4 Dicséret és támogatás

Eredményeink alapján a *Dicséret és támogatás* mindkét modellje statisztikailag szignifikáns volt (Modell 1.  $F(4,1255)=6,484$ ,  $p<0,001$ ; Modell 2.  $F(7,1252)=4,935$ ,  $p<0,001$ ). A szülői támogató viselkedés varianciájának az 1. modell 2%-át; míg a 2. modell 2,7 %-át magyarázta. A független változók közül a szülő neme, a gyermek sportban való részvételének fejlődési szintje, valamint a gyermekek száma volt szignifikáns előrejelző (20. táblázat). Az anyáknál, a korai sportévekben és az egy gyermekes szülők esetében jellemzőbb a dicsérő, támogató viselkedés, mint az apáknál, a kettő vagy több gyermekkel rendelkező szülőknél, vagy a *Specializáció* időszakában lévő sportolók szüleinél.

**20. táblázat:** A Támogató szülői részvétel hierarchikus lineáris regresszió modelljei

		B	SE	$\beta$	t	p
Modell 1.	Szülő neve	0,294	0,095	0,086	3,083	0,002
	Gyermek neve	0,161	0,099	0,046	1,629	0,103
	Mintavételezés <sup>a</sup>	0,279	0,101	0,082	2,762	0,006
	Befektetés <sup>a</sup>	-0,169	0,120	-0,042	-1,406	0,160
Modell 2.	Szülő neve	0,307	0,100	0,090	3,082	0,002
	Gyermek neve	0,147	0,099	0,042	1,489	0,137
	Mintavételezés <sup>a</sup>	0,277	0,101	0,081	2,749	0,006
	Befektetés <sup>a</sup>	-0,165	0,121	-0,041	-1,364	0,173
	Szülői sportmúlt	-0,087	0,093	-0,027	-0,933	0,351
	Egy gyermek <sup>b</sup>	0,308	0,133	0,074	2,317	0,021
Két gyermek <sup>b</sup>	-0,021	0,100	-0,007	-0,210	0,834	

Modell1  $R^2=0,020$   $R^2_{adj}=0,017$   $F(4,1255)=6,484$ ,  $p<0,001$

Modell2  $R^2=0,027$   $R^2_{adj}=0,021$   $F(7,1252)=4,935$ ,  $p<0,001$

<sup>a</sup>Gyermek életkori kategóriája, dummy változó, kieső kategória Specializáció

<sup>b</sup>Gyermekek száma, kieső kategória Három, vagy több gyermek

### 3.4.3.2 A szülők által megélt stressz

Korábbi kutatások a szülői stresszorok típusainak előrejelzésekor nagymértékben befolyásoló változókról nem számoltak be, a fenti eredmények alapján az alábbi független változók egyszerre kerültek a modellbe (Enter módszer): a szülő iskolai végzettségét (közép-, és felsőfokú végzettség), a gyermekük sportban való részvételének fejlődési szintjét (mintavételezés/specializáció/befektetés) és esetleges sportsérülését (volt/nem volt) határoztuk meg.

#### 3.4.3.2.1 Szülői stresszorok összpontszám

Eredményeink alapján *Szülői stresszorok* modellje statisztikailag szignifikáns volt ( $F(4,1236)=10,511$ ,  $p<0,001$ ). A *Szülői stresszorok* varianciájának a modell 3,3%-át magyarázta. A független változók közül a gyermek sportban való részvételének fejlődési szintje és az esetleges sportsérülése volt szignifikáns előrejelző (21. táblázat). A sérülés megléte, a szülők felsőfokú iskolai végzettsége (mint a szülők középfokú végzettsége) a szülői stresszorok nagyobb, míg a gyermek mintavételezés korszaka (mint a befektetés időszaka) a szülői stresszorok alacsonyabb mértékét eredményezte.

**21. táblázat:** A Szülői stresszorok skála hierarchikus lineáris regresszió modellje

		B	SE	$\beta$	t	p
Modell	Mintavételezés <sup>a</sup>	-1,030	0,485	-0,066	-2,123	0,034
	Befektetés <sup>a</sup>	0,981	0,565	0,052	1,735	0,083
	Sportsérülés	1,466	0,452	0,100	3,244	0,001
	Iskolai végzettség	1,156	0,409	0,079	2,823	0,005

Modell  $R^2=0,033$   $R^2_{adj}=0,030$   $F(4,1236)=10,511$ ,  $p<0,001$

<sup>a</sup>Gyermek életkori kategóriája, dummy változó, kieső kategória Specializáció

### 3.4.3.2.2 Deszelekción

Eredményeink alapján a *Deszelekción* modellje statisztikailag szignifikáns volt ( $F(4,1236)=5,261$ ,  $p<0,001$ ). A deszelekciónra utaló stresszorok varianciájának a modell 1,7%-át magyarázta. A független változók közül egyetlen sem bizonyult szignifikáns előrejelzőnek (22. táblázat).

**22. táblázat:** A Deszelekciónhoz kapcsolatos félelmek hierarchikus lineáris regresszió modellje

		B	SE	$\beta$	t	p
Modell	Mintavételezés <sup>a</sup>	-0,432	0,227	-0,059	-1,897	0,058
	Befektetés <sup>a</sup>	0,489	0,265	0,056	1,845	0,065
	Sportsérülés	0,383	0,212	0,056	1,808	0,071
	Iskolai végzettség	0,164	0,192	0,024	0,853	0,394

Modell  $R^2=0,017$   $R^2_{adj}=0,014$   $F(4,1236)=5,261$ ,  $p<0,001$

<sup>a</sup>Gyermek életkori kategóriája, dummy változó, kieső kategória Specializáció

### 3.4.3.2.3 Egyesülethez kapcsolódó stresszorok

Eredményeink alapján az *Egyesülethez kapcsolódó stresszorok* modellje statisztikailag szignifikáns volt ( $F(4,1236)=5,020$ ,  $p=0,001$ ). Az *Egyesülethez kapcsolódó stresszorok* varianciájának 1,6 %-át magyarázta a modell. A független változók közül a gyermek sportsérülésének kategóriája és a szülő iskolai végzettsége volt szignifikáns előrejelző (23. táblázat). A gyermek sportsérülése és a szülők felsőfokú végzettsége az akadémiai stresszorok nagyobb mértékét eredményezte, szemben a középfokú végzettséggel rendelkező szülőkkel és azokkal, akiknek a gyermeke még nem élt át sportsérülést.

**23. táblázat:** Az Egyesülethez kapcsolódó stresszorok hierarchikus lineáris regresszió modellje

		B	SE	$\beta$	t	p
Modell	Mintavételezés <sup>a</sup>	-0,079	0,158	-0,016	-0,501	0,617
	Befektetés <sup>a</sup>	0,188	0,185	0,031	1,020	0,308
	Sportsérülés	0,418	0,148	0,088	2,835	0,005
	Iskolai végzettség	0,312	0,134	0,066	2,335	0,020

Modell  $R^2=0,016$   $R^2_{adj}=0,013$   $F(4,1236)=5,020$ ,  $p=0,001$

<sup>a</sup>Gyermek életkori kategóriája, dummy változó, kieső kategória Specializáció



### 3.4.3.2.4 Visszajelzés

Eredményeink alapján a *Visszajelzés* modellje statisztikailag szignifikáns volt ( $F(4,1236)=9,991$ ,  $p<0,001$ ). A nem megfelelő kommunikációra utaló stresszorok varianciájának 3,1%-át magyarázta a modell. A független változók közül a szülő iskolai végzettsége és a gyermek esetleges sérülése volt szignifikáns előrejelző (24. táblázat). A szülő felsőfokú végzettsége és a sérülés jelenléte a szülői stresszorok nagyobb értékét eredményezte, szemben a középfokú végzettséggel rendelkező szülőkkel és azokkal, akiknek a gyermeke még nem élt át sportsérülést.

24. táblázat: A *Visszajelzés* hierarchikus lineáris regresszió modellje

		<i>B</i>	<i>SE</i>	$\beta$	<i>t</i>	<i>p</i>
Modell	Mintavételezés <sup>a</sup>	-0,325	0,176	-0,057	-1,841	0,066
	Befektetés <sup>a</sup>	0,313	0,206	0,046	1,524	0,128
	Sportsérülés	0,549	0,164	0,103	3,341	0,001
	Iskolai végzettség	0,447	0,149	0,084	3,005	0,003

Modell  $R^2=0,031$   $R^2_{adj}=0,028$   $F(4,1236)=9,991$ ,  $p<0,001$

<sup>a</sup>Gyermek életkori kategóriája, dummy változó, kieső kategória Specializáció

### 3.4.3.2.5 Iskolához kapcsolódó stresszorok

Eredményeink alapján az *Iskolához kapcsolódó stresszorok* modellje statisztikailag szignifikáns volt ( $F(4,1236)=3,973$ ,  $p=0,003$ ). Az *Iskolához kapcsolódó stresszorok* varianciájának az 1,3%-át magyarázta a modell (25. táblázat). A független változók közül a gyermek sportban való részvételének fejlődési szintje és a szülő végzettsége volt szignifikáns előrejelző. A szülő felsőfokú végzettsége (szemben a középfokú végzettséggel rendelkező szülőkkel) a szülői stresszorok nagyobb mértékét, míg a gyermek mintavételezés korszaka (mint a befektetés időszaka) a szülői stresszorok alacsonyabb mértékét eredményezte.

25. táblázat: Az *Iskolához kapcsolódó stresszorok* hierarchikus lineáris regresszió modellje

		<i>B</i>	<i>SE</i>	$\beta$	<i>t</i>	<i>p</i>
Modell	Mintavételezés	-0,194	0,099	-0,061	-1,960	0,050
	Befektetés	-0,009	0,115	-0,003	-0,082	0,935
	Sportsérülés	0,116	0,092	0,039	1,252	0,211
	Iskolai végzettség	0,233	0,084	0,079	2,781	0,006

Modell1  $R^2=0,013$   $R^2_{adj}=0,010$   $F(4,1236)=3,973$ ,  $p=0,003$

<sup>a</sup>Gyermek életkori kategóriája, dummy változó, kieső kategória Specializáció

#### 3.4.4 Kapcsolat a pszichológiai változók között

A pszichológiai változók között Pearson és parciális Pearson-féle korrelációt számoltunk, kontrollálva a változók közti kapcsolatot a szülők nemére és esetleges sportkarrierjére, a gyermek életkorára és esetleges sportsérülésére.

A *Szülői stresszorok* valamint a *Deszelekció* pozitív irányú gyenge kapcsolatot mutattak a szülői bevonódás *Direkt, kontrolláló* és *Szülői nyomásgyakorlás* alskáláival, valamint a *Szomatikus szorongásállapottal* és a *Hibák feletti aggodalommal*. Negatív irányú kapcsolat található a két PSSS skála és az *Önbizalom*, valamint az autonómiatámogatás mértéke között. A PSSS összpontszáma és a *Kognitív szorongásállapot* között egy pozitív irányú közepes kapcsolat található (26. táblázat). Az *Egyesülethez kapcsolódó stresszorok* pozitív irányú gyenge kapcsolatot mutatnak a *Kognitív szorongásállapottal*, valamint negatív irányú gyenge kapcsolat található az *Önbizalom* és az *autonómiatámogatás* mértéke között (26. táblázat). Az *Iskolához kapcsolódó stresszorok* negatív irányú gyenge kapcsolatban állnak az autonómiatámogatás mértékével (26. táblázat).

A *Direkt, kontrolláló szülői viselkedés* pozitív irányú gyenge kapcsolatban áll a CSAI-2 *Kognitív szorongásállapot* alskálájával (26. táblázat). A *Szülői nyomásgyakorlás* pozitív irányú gyenge kapcsolatban áll a CSAI-2 *Kognitív és Szomatikus szorongásállapot* alskáláival, valamint az FMPS *Személyes standardok* és *Hibák feletti aggodalom* alskáláival (26. táblázat). Az *Aktív bevonódás* pozitív irányú gyenge kapcsolatban áll az autonómiatámogatás mértékével, míg a *Dicséret és támogatás* az autonómiatámogatás mértékével és az *Önbizalommal* hozható kapcsolatba (26. táblázat).

**26. táblázat:** Korrelációs vizsgálatok a mért pszichológiai konstruktumok között

		PSSS					PISQ			
		Szülői stresszorok	Deszelekció	Egyesülethez kapcsolódó stresszorok	Visszajelzés	Iskolához kapcsolódó stresszorok	Direkt kontrolláló viselkedés	Szülői nyomás	Aktív bevonódás	Dicséret és támogatás
PISQ	Direkt, kontrolláló	r <b>0,205 (0,228)</b> p <0,001	<b>0,233 (0,264)</b> <0,001	0,133 (0,149) <0,001	0,137 (0,145) <0,001	0,019 (0,018) 0,508				
	Szülői nyomásgyakorlás	r <b>0,258 (0,261)</b> p <0,001	<b>0,300 (0,308)</b> <0,001	0,181 (0,183) <0,001	0,136 (0,131) <0,001	0,052 (0,049) 0,065				
	Aktív bevonódás	r -0,148 (-0,146) p <0,001	-0,121 (-0,115) <0,001	-0,046 (-0,042) 0,106	-0,138 <0,001	-0,133 (-0,133) <0,001				
	Dicséret és támogatás	r -0,129 (-0,134) p <0,001	-0,139 (-0,134) <0,001	-0,059 (-0,056) 0,035	-0,059 (-0,045) 0,035	-0,117 (-0,107) <0,001				
CSAI-2	Kognitív szorongás	r <b>0,435 (0,430)</b> p <0,001	<b>0,555 (0,551)</b> <0,001	<b>0,252 (0,246)</b> <0,001	0,198 (0,191) <0,001	0,117 (0,113) <0,001	<b>0,267 (0,289)</b> <0,001	<b>0,317 (0,323)</b> <0,001	0,002 (0,009) 0,946	-0,130 (-0,127) <0,001
	Szomatikus szorongás	r <b>0,256 (0,242)</b> p <0,001	<b>0,309 (0,296)</b> <0,001	0,185 (0,174) <0,001	0,106 (0,093) <0,001	0,067 (0,064) <0,001	0,165 (0,202) <0,001	<b>0,203 (0,212)</b> <0,001	0,095 (0,109) 0,001	-0,003 (0,000) 0,922
	Önbizalom	r <b>-0,349 (-0,346)</b> p <0,001	<b>-0,421 (-0,416)</b> <0,001	<b>-0,207 (-0,202)</b> <0,001	-0,169 (-0,169) <0,001	-0,123 (-0,123) <0,001	-0,118 <0,001	-0,119 (-0,126) <0,001	0,120 (0,115) <0,001	<b>0,229 (0,234)</b> <0,001
FMPS	Észlelt szülői autonómiatámogatás	r <b>-0,210 (-0,225)</b> p <0,001	-0,133 (-0,147) <0,001	-0,189 (-0,200) <0,001	-0,115 (-0,126) <0,001	<b>-0,221 (-0,222)</b> <0,001	0,119 (0,129) <0,001	0,032 (0,023) 0,251	<b>0,213 (0,208)</b> <0,001	<b>0,306 (0,312)</b> <0,001
	Személyes standardok	r 0,109 (0,112) p <0,001	0,075 (0,080) 0,008	0,099 (0,101) <0,001	0,084 (0,082) 0,003	0,056 (0,056) 0,047	0,162 (0,144) <0,001	<b>0,207 (0,198)</b> <0,001	0,124 (0,110) <0,001	-0,031 (-0,033) 0,271
	Hibák feletti aggodalom	r <b>0,209 (0,215)</b> p <0,001	0,180 (0,187) <0,001	0,182 (0,186) <0,001	0,103 (0,105) <0,001	0,146 (0,145) <0,001	0,159 (0,155) <0,001	<b>0,261 (0,264)</b> <0,001	-0,028 (-0,029) 0,329	-0,146 (-0,146) <0,001
	Kételyek	r 0,133 (0,144) p <0,001	0,131 (0,142) <0,001	0,126 (0,134) <0,001	0,039 (0,048) 0,164	0,081 (0,083) 0,004	0,041 (0,038) 0,144	0,078 (0,085) 0,006	-0,033 (-0,030) 0,239	-0,108 (-0,112) <0,001
	Pozitív perfekcionizmus	r 0,055 (0,063) p 0,051	0,033 (0,040) 0,238	0,050 (0,053) 0,079	0,056 (0,062) 0,047	0,015 (0,021) 0,6	0,155 (0,144) <0,001	0,167 (0,161) <0,001	0,127 (0,114) <0,001	0,044 (0,036) 0,116

Megjegyzés. **Gyenge korreláció; Közepes korreláció;** (parciális korrelációs koefficiens)

## 4 Következtetések

### 4.1 A szülői részvétel sajátosságai

Vizsgálatunk arra a kérdésre kereste a választ, hogy mely változók mentén jelezhető előre a szülői részvétel különböző formái. Feltételezéseinknek megfelelően az eredményeink szerint a szülői bevonódás modelljei szignifikánsak lettek, a szülői részvétel típusaira (Direkt, kontrolláló viselkedés, Szülői nyomásgyakorlás, Aktív bevonódás, Dicséret és támogatás) hatással lehet a szülő és a gyermek neme, a szülő esetleges sportmúltja, a gyermek sportban való részvételének fejlődési szintje, illetve a családban levő gyermekek száma.

Vizsgálatunk során a feltételezéseink részben alátámasztásra kerültek, kutatásunkban eltérést találtunk a szülő neme és a gyermeke sportágába való bevonódásának fajtái között. A szülői nyomásgyakorlás, a direkt, kontrolláló viselkedés és az aktív részvétel esetében az apák viselkedése, míg a támogató részvételnél az anyai oldal bizonyult meghatározóbb előrejelzőnek, háttérben a hagyományos nemi szerepmegosztás állhat – az anyai oldal támogat, az apai oldal számon kér és elvár. Vizsgálatunkban a nemzetközi eredményektől eltérően (Amado és mtsai, 2015, Wuerth, Lee és Alfermann, 2004) az *Aktív bevonódás*ban is, amely főként támogató viselkedésként szokott feltűnni, az anyák helyett az apák tűntek ki. A PISQ kérdőív magyar változatában az *Aktív bevonódás* két iteme olyan állításokat tartalmaz, amelyek rámutatnak a szülő aktív jelenlétére (szervezőként vagy segítőként) gyermeke sportegyesületében. Ez a szerepkör utalhat egyfajta negatív, kontrolláló viselkedésre is, mivel a legtöbb sportágban nem megszokott vagy támogatott az, hogy a szülőket ilyen típusú feladatokkal látják el, azaz a sportág jellegzetességei hatással lehetnek arra, hogyan címkézzük az *Aktív bevonódás viselkedést*. Nem lehet kijelenteni, hogy az ilyen jellegű részvétel egyértelműen negatív lenne, eredményeink pozitív irányú gyenge kapcsolatot mutattak az autonómiatámogató viselkedéssel, amely viselkedés olyan pozitív kimenetekhez kapcsolódik, mint a mérkőzéseken mutatott alacsony düh a szülők részéről (Goldstein és Iso-Ahola, 2008), a gyermek öndeterminált motivációja (Gagné, Ryan és Bargmann, 2003) vagy célorientációja (Kovács és mtsai, 2019a). Ellenben eltérés lehet aközött, ahogy a szülő értékeli önmagát és viselkedését, és ahogy a sportoló észleli és kódolja a szülő reakcióit (Marsh és mtsai, 2015). Ez azt jelenti, hogy a szülő által pozitívnak ítélt működés lehet

káros a gyermeke számára, vagy éppen fordítva, egy kívülről negatívnak jellemzett viselkedés okozhat pozitív kimeneteleket. Az *Aktív bevonódás* erősebben jelent meg azoknál a szülőknél, akiknek lánygyermekük van, szemben a fiúgyermekkel rendelkezőknél. Leff és Hoyle (1995) kutatásának eredményeivel egyezően azt találtuk, hogy a szülők nagyobb igényét érzik aktívabb jelenlétüknek leánygyermekük sportéletében. Érdekes, hogy egy újabb nemzetközi vizsgálatnál (Ridley, 2013) eltűnik a különbség fiúk és lányok között a szülői részvétel esetében, ami a sportoló lányok számának és elismertségének a fiúkéval azonos szintjére vezethető vissza. Bár a lányok jelenléte és elfogadottsága a versenysportban egyre nő, mégis, ez az eredmény arra enged következtetni, hogy sportáganként az elfogadottság változhat – a csapatsportok maszkulin jellegzetességei miatt a nemi sztereotípiák tovább tarthatják magukat.

Az aktív részvétel, ahogy a szülői bevonódás kontrolláló típusai (direkt, kontrolláló viselkedés és nyomásgyakorlás) is, szignifikánsan nagyobb mértékű volt azoknál a szülőknél, akik sportolói múlttal rendelkeztek. Korábbi kutatások alátámasztották, hogy a szülők saját korábbi tapasztalatai befolyással lehetnek arra, hogy milyen mértékben vonódnak be, mérközések alatti kommunikációs stílusukat meghatározhatja, hogy korábban volt-e tapasztalatuk az adott sportágban (Holt és mtsai, 2008), illetve sportolói oldalról is elfogadottabbak a szülők sportra vonatkozó visszajelzései akkor, ha az versenyzői múlttal bírt (Knight, Neely és Holt, 2011). Eredményeink alátámasztják a hipotézisemet, amely szerint a független változók közül a szülői sportmúlt előrejelezheti a kontrolláló szülői viselkedést. Mindezt alátámasztja Hellstedt (2005) azon elmélete, mely szerint a szülői részvétel minőségét meghatározza annak (sport)múltja. A szülők versenyzéshez kapcsolódó attitűdje is eltérő lehet. Fredricks és Eccles (2004) elvárás-érték modellje alapján elmondható, hogy más hozzáállással jellemezhető az a szülő, aki korábban sportolt, mint az, akinek a múltjában nem volt jelen a rendszeres sport vagy a versenyzés. Fontos vizsgálati irány lenne annak meghatározása, hogy szülői versengési attitűd (Fülöp, 2013, Orosz és mtsai, 2018) milyen kapcsolatban áll a szülői részvétel eltérő formáival. További kutatásra ösztönöz annak meghatározása, hogy ez a fajta viselkedés milyen hatással bír a gyermekekre és azok sportéletére, ugyanis a jelenlegi nemzetközi eredmények megosztó képet festenek erről. Bár a korai vizsgálatok szerint a kontrolláló viselkedés olyan káros következményekkel járhat, mint az állapotszorongás (O'Rourke, Smith, Smoll, és Cumming, 2011), alacsony önbizalom (Power és Woolger,

1994; Stein, Raedeke, és Glenn, 1999), a legújabb kutatások kiemelik ennek esetleges pozitív hozamait is, mint a nyitottságra való hajlam és a pozitív szociális viselkedés (Danioni és Barni, 2017; Siekańska, 2012), vagy az eredményes sportkarrier (Wolfenden és Holt, 2005). Bronfenbrenner (1995, DiSanti és Erickson, 2020) ökológiai modellje szerint a szülők tapasztalata és háttértudása meghatározó hatással lehet arra, ahogy egy eseményt kódolnak, értelmeznek – így egy sportolói múlttal rendelkező szülő gyermekének sportéletére adott reakcióját és abban való részvételét befolyásolják korábban megélt tapasztalatai. A kontrolláló viselkedés háttérében állhat a szülő korábban megszerzett ismeretei, tapasztalatai, amelyek értékesek lehetnek a gyermek hatékony támogatása szempontjából.

Kapcsolatot találtunk a *Direkt, kontrolláló viselkedés* és a mérkőzéseken átélt állapotszorongás között. Noha a szülői részvétel jelenlétét a sportszakemberek szükségesnek és értékesnek tartják, mégis, a szülői viselkedés megítéléséhez számos sztereotípiát kapcsolódik (Cox, 2012). Smoll, Cumming és Smith (2011) olyan negatív jellemzőkkel látja el a szülői viselkedést, mint „érdektelen szülő”, „túlkritizáló szülő”, „túlvédelmesítő szülő”, „padról kiabáló szülők” és „az oldalvonal edzői”. Ezek a szülők aktív stresszt élhetnek át a versenyek és a mérkőzések alatt, amelynek legtöbbször hangot is adhatnak. Egy oldalról igaz lehet ez a jellemzés – kutatásunkban a kontrolláló szülői viselkedések kapcsolatokat mutatnak a szülők mérkőzésen átélt állapotszorongásával, jobban tartanak attól, hogy gyermeküket elutasítják, több stresszt élnek meg gyermekük sportéletével kapcsolatban. Mivel a korreláció nem oksági kapcsolatot jelent, nem tudhatjuk, hogy a gyermekük sportélete miatti aggodalom vezet nagyobb mértékű bevonódáshoz, vagy fordítva, de fontos kiemelni, hogy a fent említett asszociációk függetlenek a szülő nemétől, sportkarrierjétől és a gyermek sportban való részvételének fejlődési szintjétől. Ez az információ hasznos lehet a sportban dolgozó szakemberek számára, azaz a szülői félelmekre reflektálva lehetséges csökkenteni a szülői részvétel esetleges káros hatásait, azaz a hatékony információáramlás, a megfelelő kapcsolattartás meghatározott keretek között nemcsak a szülők által megélt élményre lehet pozitív hatással, hanem a fiatal sportolók működés módjára és a sportháromszög dinamikájára is. A szülői edukációs programok fontos része lehet eme kapcsolat kiemelése – azaz az aktív és kontrolláló részvétel magával hozhatja a sportban megélt stresszorok nagyobb mértékét.

Eredményeink szerint – feltételezésieneknek megfelelően - a sportoló életkora hatással van a szülői viselkedés kontrolláló típusára. Korábbi felmérések szerint bizonyos sportágban (gimnasztika, futball) a fiatalok kevesebb szülői kontrollt, nyomásgyakorlást szeretnének tapasztalni szüleik részéről (Giannitsopoulou Kosmidou, és Zisi, 2010; Mastrorilli és Greco, 2020), míg más sportágakban ennek a mértékével elégedettek (úszás: Rodis, 2013), vagy többre vágnak belőle (jégkorong: Ede és mtsai, 2012; Marsh, Zavilla, Acuna és Poczwadowski, 2015). A jelenség hátterében nemcsak a sportágak közötti eltérés állhat, hanem az életkori és sportági sajátosságok is. A korai specializációjú sportágak, ahogy a kezdeti sportévek, nagyobb szülői részvételt igényelnek (Anderson, Funk, Elliott, és Smith, 2003, Lawler, Heary, Shorter és Nixon, 2021, Sukys, Majauskienė, Cesnaitiene és Karanauskiene, 2014), erre reflektálhatnak az eredményeink, melyek szerint a direkt, kontrolláló részvétel (valamint a támogató szülői viselkedés) a korai (mintavételezés) időszakában volt szignifikánsan nagyobb mértékű. Eredményeink hátterében az is állhat, hogy a korai életkorokban a szülő szerepmódként is jelen van – a fizikai aktivitásukkal példát és mintát mutatnak, ők biztosítják a sportoláshoz szükséges feltételeket, teremtik meg azt a környezetet, amely a sportoló belső motivációjának kialakításához szükséges, míg későbbiekben ezt a szerepkört részben vagy egészben átvehetik az edzők és a sporttársak.

Mind a sportolói karrier holisztikus modellje (Wylleman és Lavallee, 2004), mind a sportban való részvétel fejlődési modellje (Côte és Hay, 2002a) kiemeli, hogy a kezdeti évek fő fókusza, hogy a gyermek megtalálja azt a sportágat, amelyben örömet leli. A korai tapasztalatok megszerzése során az intrinzik motiváció kialakulásáért elengedhetetlen, hogy megtapasztalja a fejlődést, kötődjen a társaihoz, jól érezze magát az adott mozgásformában és az edzés helyszínén. Eredményeink alapján megállapítható, hogy a kezdeti sportévekben a kontrolláló viselkedés mellett a támogató részvétel jelenik meg nagyobb mértékben (és bizonyult előrejelzőnek a sportoló életkora). Az autoritatív szülői attitűd kritériumai, amely a gyermek képességeinek kibontakozására az egyik legideálisabb közegnek bizonyul, pont ezt a kettőséget fedi le: támogat, miközben biztonságos kereteket szab nekik, azaz a kezdeti sportévekre jellemző ez a fajta szülői hozzáállás. Az autoritatív szülői attitűdhez olyan pozitív kimenetelek kapcsolódnak, mint egészséges szintű perfekcionizmus (Sapieja, Dunn és Holt, 2011) és elsajátítási motiváció (Juntumaa, Keski-Vaara és Punamäki, 2005). Továbbá kutatási eredményeinkkel

egybecseng a sportolói fejlődési modellek (DMSP – Côte és Hay, 2002a; HAC – Wylleman és Lavallee, 2004; LTAD - Balyi, Higgs és Way, 2013) azon kijelentése, hogy a szülői jelenlét gyermekük sportéletkorának növekedésével egyre inkább háttérbe szorul. Ennek a folyamatnak a háttérében egy természetes jelenség is állhat – ahogy idősödik a fiatal, úgy válik egyre fontosabbá a környezet (társak és edző) visszajelzései. Ezzel szemben több kutatás is arra enged következtetni, hogy a szülői szerepkör az idővel nemhogy csökken, hanem növekszik (Côte és Hay, 2002; Harwood és Knight, 2015; Knight és Holt, 2012, 2014, Kovács és mtsai, 2022a), ennek megfelelően a szülők által megélt élmény is változik. A fiatal céljai idővel változnak; ahogy megváltozik a tét és a fiatal sportolókkal szembeni elvárás, úgy nő ezekkel együtt a megtapasztalható negatív élmények száma és lehetősége is – fokozódik a versenyek előtt megélt stressz, a teljesítményhez kapcsolódó külső elvárások mértéke, megjelennek a negatív tapasztalatok (hiba, kispad, sérülés, edzővel/egyesülettel/csapattársakkal/iskolával való konfliktusok...). Korábbi, a témával kapcsolatos kutatások foglalkoztak a szülők háttérbe vonulásuk megbánásáról, egyrésztől így nagyobb teret engedve annak, hogy gyermekük negatív tapasztalatokra tegyen szert (Clarke és Harwood, 2014, Kerr és Stirling, 2012). Másrésztől ez a viselkedés sokszor egyfajta megküzdési mechanizmusként jelent meg (Burgess, Knight és Mellalieu, 2016; Harwood és mtsai, 2019a; Lienhart, Nicaise, Knight és Guillet-Descas, 2020), mely során a szülő eltávolodásával csökkentette a sportban fellelhető/megélhető stresszorok számát, így megvédve a motivációjukat és elköteleződésüket gyermekük sportága iránt. Azaz a szülők szerepe gyermekük sportéletében az idő előrehaladtával csökkenni látszik, ennek ellenére a szülői feladatok és a sportban megélt nehéz helyzetek száma nő, amely viszont növelheti a szülői szorongás mértékét, különösen, ha a szülői részvétel kontrolláló jellegű.

Vizsgálatunk eredményei szerint a támogató, dicsérő részvétel olyan pozitív kimenetekhez kapcsolódik, mint az autonómiát támogató viselkedés és a (gyermekükbe vetett) bizalom érzete. Bár a kutatások alapján a támogató viselkedés kapcsolatba hozható a sportoló énhatékonyságával (Teques és mtsai, 2019), verseny előtti állapotsszorongás mértékével (Bois, Lalanne és Delforge, 2009), mégis van olyan vizsgálat, ahol a fiatal sportolók kevesebbet szeretnének az adott viselkedésből (Marsh és mtsai, 2015). Eredményeink szerint a támogató szülői részvételt előre jelezheti a szülő neme, a gyermek sportban való részvételének fejlődési szintje, illetve a gyermekek száma, feltételezéseink



részben beigazolódottak. Ezek alapján az anyák többet dicsérnek, mint az apák, a támogató szülői részvétel a korai években aktívabban jelen van (mint a specializáció és befektetés korszakában), ahogy az egygyermekes családok esetében is dominánsabb annak megjelenése (szemben a kettő vagy annál több gyermekkel rendelkező családokkal). Mindezek az eredmények nem meglepők: ahogy a sportolás öndeterminálttá válik, úgy igényel a fiatal kevesebb külső megerősítést, támogatást, illetve a gyermekek számának növekedésével csökkenhet az egy gyermekre szánt idő mennyisége, továbbá ahogy korábban említettük, az idő előrehaladtával a szülői részvétel mértéke csökken.

#### *4.1.1 Vizsgálat limitációi*

Noha a szülői bevonódás különböző formáinak előrejelző modelljei mind szignifikánsnak, a determinációs együtthatók értékei alacsonynak bizonyultak. A szülői szerepkör nem merül ki a sportban való részvételükben, illetve a bevonódásuk mértékére is számtalan tényező hatással lehet. Bronfenbrenner ökológiai modellje (1995) jól magyarázza mindezt – a szülői működésmódra hatással lehet a közvetlen környezetük, ahogy a társadalom elvárásrendszere is, így a részvétel nagyobb arányú bejósolásához több változó is szükséges lenne, amelyre jelen vizsgálatunk nem tér ki. A szülői bevonódás és az autonómiatámogatás, perfekcionizmus, valamint a CSAI-2 közötti kapcsolatot korrelációs vizsgálattal elemeztem, amely kapcsolat nem feltételez oksági viszonyt, így további vizsgálatra sarkall. A túlzott szülői részvétellel kapcsolatban érdemes kiemelni a szülők versengéshez kapcsolódó attitűdjét is, amely változó ugyanterület nem képezte vizsgálatunk részét, mégis mint a pszichodinamika részeként fontos hatásmechanizmusként jelenhet meg. Eredményeinkben összefüggést találtunk a szülői részvétel nyomásgyakorló oldala és a maladaptív perfekcionizmus között, míg Orosz és munkatársai (2018) kapcsolatot találtak a versengéshez való hozzáállás hiperversengő attitűdjé és a maladaptív perfekcionizmus között. Mind a szülői nyomásgyakorlásban, mind a hiperversengő attitűdben erősen tetten érhető az eredménycentrikusság, amely alapján feltételezhetjük, hogy a két konstruktum hatással lehet egymásra, emiatt további vizsgálat szükséges a kapcsolat dinamikájának feltárására. Bár vizsgálatunkban az autonómia támogató szerepe kitűnik, fontos megemlíteni az autonómia szükségletével kapcsolatban, hogy kultúránként eltérhet a szerepe és fontossága (Chirkov és Ryan, 2001, Chirkov és mtsai, 2003), nem tekinthető univerzális szükségletnek.

Az önkitöltős kérdőívek sajátosságai miatt fontos megemlíteni a kutatás limitációjaként a szociális megfelelési torzítás hatását, így a jövőben érdemes lehet a vizsgálatot egy ezt mérő skálával kiegészíteni.

#### *4.1.2 Gyakorlati vonatkozások*

Számos sportszakember véleményében jelenik meg, hogy a szülői véleménynek nincs helye a gyermekük sportéletében, azaz a szülő „ne szóljon bele az edzőmunkába”. Bár kiemelten fontos a gyermek mentális jólléte érdekében a szerepek elkülönítése, akárcsak az edzői, úgy a szülői szerepkör is bővülni látszik – a sportolóvá válás útján a szülői feladatkör nemcsak az érzelmi támasznyújtás szerepében merül ki, de logisztikai feladatokat is ellát, biztosítja az iskola–sport–magánélet egyensúlyát, azaz bizonyos szinten menedzseli gyermeke életét (Dorsch, 2018; Gould és mtsai, 2008; Harwood és Knight 2015). Szülők számára kialakított pszichoedukációs csoportok egyik fontos programja lehet meghatározni és kialakítani azt a fajta támogató hozzáállást, amely nemcsak a fiatal sportoló számára bizonyul hatékonynak, hanem önmaguk felé is pozitív visszacsatolással jár – megtapasztalhatják és visszajelzést kaphatnak gyermeküktől, hogy „elég jó” sportszülők, és ennek során nemcsak a sport iránti elköteleződés növekedhet, hanem a gyermek–szülő kapcsolat is javulhat.

#### **4.2 A szülők által megélt stressz**

Vizsgálatunk kitért a szülők által megélt szubjektív élményekre is – milyen stresszorok vannak hatással rájuk, illetve azok mértéke milyen tényezőktől függ? Eredményeink szerint a szülői stresszorok modelljei szignifikánsak lettek, eltérő forrásaira hatással lehet a szülő iskolai végzettsége, a gyermek sportban való részvételének fejlődési szintje, illetve esetleges sportsérülése.

A nemzetközi kutatások megemlítik, hogy a külső elvárások és hatások nemcsak az utánpótlás életkorú sportolóra, hanem azok szüleire is befolyással vannak. A szülői szerepkör nem merül ki gyermekük érzelmi támogatásában, biztosítják a sport–iskola–magánélet egyensúlyát, kommunikálnak a gyermek életének résztvevői között, logisztikai feladatokat látnak el és anyagilag támogatják, valamint több olyan döntést hoznak, ami a szülő vagy a család számára lemondással jár (Dorsch, 2018; Harwood és Knight 2015, Kovács és mtsai, 2022c). Az idő előrehaladtával a szülő részvétele egyre inkább háttérbe

kerül (Balyi, Higgs és Way, 2013; Wylleman és Lavallee, 2004), de ezzel párhuzamban a sportélethez kapcsolódó feladatok száma emelkedik, ahogy ezzel együtt a „tét” is fokozódik (Harwood és Knight, 2009; Harwood, Drew, és Knight, 2010). Eredményeink alátámasztják, hogy a kezdeti sportéletkorban a legalacsonyabb a szülők által megélt, gyermekük sportéletéhez kapcsolódó stresszorok mértéke, azaz a gyermek 12 éves kora után a szülők jobban aggódnak. A szülőkre háruló növekvő terhek, valamint a szülői jelenlét csökkenése a gyermekük sportéletében kiválthat egyfajta bizonytalanságot a szülőkből – megéri-e, megtérül az általuk hozott áldozat, gyermekük és fejlődése biztonságban van-e? A serdülőkor elejétől indul meg egy nagyobb arányú lemorzsolódás a sportban, amelynek hátterében nemcsak természetes okok állhatnak (megváltozott motiváció és társas környezet), hanem a teljesítményelvárából fakadó magasabb szintű szorongás, kudarcélmények, illetve viszonyító motivációs klíma. Az UNICEF 2014-es „Gyermekek tapasztalatai a sportban” című jelentése arról számol be (Gyurkó és Németh, 2014), hogy a magyar kitöltők sportkarrierjük során 73%-ban tapasztaltak érzelmi bántalmazást, 39%-ban fizikai erőszakot, 31%-ban szexuális zaklatást és 15%-ban beavatási szertartást, azaz a fiatal sportolók nagy eséllyel élnek meg negatív élményeket. A szülők is gyakran tapasztalhatják, értesülhetnek ezekről a negatív tapasztalatokról, amelyektől természetesen szeretnék megkímélni a gyermeküket. Nemcsak a sportkörnyezetben tapasztalható esetleges visszas helyzetek vethetnek fel kérdéseket a szülőben, hanem a sportkarrier sajátossága is. A „megéri-e a versenysport” jóval többértű kérdés, mint az anyagi megtérülés lehetősége, amire az emberek általában gondolnak. Jelen van benne a kettős karrier kérdésköre (Wylleman és Lavallee, 2004) – azaz milyen szinten tanuljon tovább a fiatal, a sportpályafutása után milyen területen szeretne karriert építeni. Ezen túl ott van a sportkarrier bizonytalansága (Burgess, Knight és Mellalieu, 2016, Harwood és Knight, 2009, Neely és mtsai, 2017) – egy esetleges sérülés, edző/klubváltás, egy-egy rosszabb szezon milyen szinten akadályozhatja a sportoló pályafutását. Benne rejlik a magánélet dinamikája is (Côté, és Hay, 2002b; Dorsch, 2018; Harwood és Knight 2015) – a társakkal való kapcsolatok minősége, a szabadidő és a családi élet milyen módon sérülhet a fiatal szigorú időbeosztásának köszönhetően. Mindezeket a témákat elsődlegesen a szülő mérlegeli és segíti, a döntésekben a lehető legtöbb szempontot figyelembe véve gyermeke érdekében. Az eredményeink alapján fontos lenne támogatni a szülőket gyermekük sportkarrierje során, felvázolva mindazokat

az esetleges nehézségeket, amelyekkel találkozhatnak, hogy így hatékonyan felkészülhessenek azokra. Figyelembe véve, hogy a sportolói életkor a fejlődésre utaló stresszoroknál volt szignifikáns előrejelző, mind a sportegyesületek és sportakadémiák, mind olyan sportiskolák számára hasznos lenne erősíteni a kettős karrier lehetőségét, ismertetni a sporton kívüli továbbtanulási feltételeket és lehetőségeket, hogy nemcsak a sportolóknak biztosítsuk a perspektívákat, hanem a szülők ilyen irányú terheit is csökkentjük.

A versenysport nagy intenzitása és kompetitív jellege magában hordozhatja a fizikai sérülések lehetőségét. Több vizsgálat is felhívta a figyelmet arra, hogy a szociális közeg, ezen belül pedig a szülők érzelmi és tárgyi jellegű támogatása kiemelten jelentős (Arvinen-Barrow, 2009; Carson és Polman, 2008), ugyanakkor néhány esetben a fiatal sportolók például a rehabilitáció kapcsán is érezhetnek egyfajta nyomásgyakorlást szüleik felől (Podlog és mtsai, 2013). A szülők oldaláról a gyermekük sérülésének lehetősége a specializáció időszakától szignifikáns stresszorá válik (Harwood és Knight, 2009; Harwood, Drew, és Knight, 2010, Hernandez és mtsai, 2021, Kovács és mtsai, 2022b), nemcsak attól tartanak, hogy mérkőzés alatt baleset éri őket, hanem attól is, hogy a rehabilitáció folyamata során is több nehézséggel találkozhatnak. A megfelelő egészségügyi stáb összeállítása, a rehabilitációs szakemberek felkeresése és a sportszervezettel való kapcsolattartás nehézségein túl gyermekük sporthoz kapcsolódó céljainak elérése is kitolódhatnak, vagy rosszabb esetben ellehetetlenülhetnek. Kérdések merülhetnek fel arra vonatkozólag, hogy a visszatérés után mekkora hátrányt kell ledolgoznia gyermeküknek, milyen szerepbe fog kerülni és mindezek hogyan érintik a fiatal hosszútávú céljait. Hernandez és munkatársai (2021) szerint a szülők jobban aggódnak a sérülés miatt, mint maguk a sportoló fiatalok. A sérülésből fakadó bizonytalanság befolyással lehet a szülők sporthoz kapcsolódó szubjektív érzésére, eredményeink szerint a gyermekük sportsérülése előrejelezheti a sport területére vonatkozó stresszorok mértékét, különös tekintettel a sportszervezettel való együttműködésre és kommunikációra. A sérülést követő szociális támogatások típusainak és forrásainak meghatározása és kialakítása nemcsak a szülők, hanem a sportszakemberek és a sportolók számára is biztos forrás lehet, a segítő felek közt történő hatékony információáramlás javíthatja a sportrehabilitáció hatékonyságát (Arvinen-Barrow és Pack, 2013).

A sportpszichológia területén kevés vizsgálat említi a szülők végzettségét és annak hatását gyermekük sportéletére. Egy japán vizsgálat utal arra, hogy az alacsonyabb végzettségű szülőknél jelenik meg a tolerancia a negatív edzői viselkedéssel és kommunikációval kapcsolatban (Yabe és mtsai, 2019), melyet saját vizsgálati eredményeink is alátámasztanak, azaz alacsonyabb stresszt élnek meg az edzőkkel, egyesülettel való kommunikációjuk során. Eltérő eredmények születtek a szülők végzettsége és a szülői stresszorok mértéke közötti kapcsolat vizsgálatának esetében: míg Rei és Fong (1996) pozitív kapcsolatot talált a két tényező között, addig Parkes, Sweeting és Wright (2015), szemben a középfokú végzettséggel, az alacsony és a magas végzettséghez kapcsolták a szülői stressz magasabb mértékét, míg más vizsgálatok nem mutattak ki kapcsolatot az említett változók között (Solem, Christophersen és Martinussen, 2011; Moreland és mtsai, 2016). Saját eredményeink alapján a szülők felsőfokú végzettsége bejósolhatja a gyermekük sportéletéhez kapcsolódó stresszorok fokozottabb szintjét, azaz a magasan kvalifikált szülők jobban aggódhatnak gyermekük iskolai teljesítménye miatt és többször konfrontálódhatnak a sportszervezettel annak kommunikációja miatt. Mindez a szülők és a sportszakemberek számára hasznos információ lehet, hiszen a stressz szempontjából nagyobb veszélynek vannak kitéve a felsőfokú végzettséggel rendelkező szülők; kutatásunk nem tér ki arra, mi állhat ennek a jelenség háttérében, viszont további vizsgálatok segíthetnek felderíteni a probléma háttérét.

Hoover-Dempsey és Sandler (1997) modelljükben a szülők által megélt stresszt egyfajta akadályként azonosították a gyermekük iskolai fejlődésében, azaz a stressz nagyobb mértéke káros hatással lehet a szülők bevonódására gyermekük iskolai életébe. Vizsgálatunk is megerősíti ezt az elméletet, a szülők által megélt stressz kapcsolatba hozható a szülői részvétel direkt, kontrolláló, illetve nyomásgyakorló viselkedési formáival, amely kapcsolatra a szülők neme és esetleges sportkarrierje, valamint a gyermekek életkora és esetleges sportsérülése sincs hatással. További vizsgálatok szükségesek a kapcsolat jellegének felderítésére, mivel a korreláció nem ok-okozati kapcsolatot jelez, így nem lehetünk biztosak abban, hogy a szülői szorongás váltja-e ki a kontrollált részvételt vagy fordítva. Ugyanilyen összefüggés található a mérkőzésekre vonatkozó pillanatnyi szorongással – míg a kognitív szorongásállapot közepes erősségű, pozitív irányú kapcsolatot mutatott a *Szülői Stresszorok a Sportban Skála*

összpontszámával, a deszelekcióhoz és az akadémiai folyamatokhoz kapcsolódó stresszorokkal, addig a szomatikus szorongásállapottal mindezek gyenge/közepes kapcsolatot mutattak. A kapcsolat hátterében az állhat, hogy egyrészt hasonló konstrukumokról beszélünk, másrészt szorosan kapcsolódnak egymáshoz; az egyik mérkőzésre vonatkozik (deszelekciótól való félelem), míg a másik a mérkőzéseken, versenyhelyzetekben jelenik meg (kognitív és szomatikus szorongásállapot). Mindezek az információk színesíthetik a szülők mérkőzéseken mutatott viselkedését elemző kutatásokat (Bowker és mtsai, 2009; DeFrancesco és Johnson, 1997; Kidman, McKenzie, és McKenzie, 1999) – azaz, hogy a negatív viselkedés és kommunikáció hátterében a túlzott bevonódás vagy a szülői stressz nem megfelelő kezelése áll-e. A korábbi kutatások szerint a szülői autonómiatámogató viselkedés (Goldstein és Iso-Ahola, 2008), valamint a hatékony érzelemszabályozás (Teques és mtsai, 2018) kapcsolatba hozható a mérkőzéseken mutatott pozitív szülői megnyilvánulásokkal. Mindezeket vizsgálatunk eredményei is megerősítik, az autonómiatámogató viselkedés magasabb értéke ugyanis kapcsolatba hozható a szülők által megélt stressz alacsony szintjével, azaz nemcsak a fiatal sportolókra bír jó hatással, hanem a szülők számára is protektív hatású lehet az autonómiát támogató szülői viselkedés elsajátítása és gyakorlása.

Noha korábbi kutatások kapcsolatot találtak a szülők perfekcionizmusa, valamint a gyermekük perfekcionizmusa között (Appleton, Hall és Hill, 2010; Olsson és mtsai, 2020), továbbá a szülő egészséges mértékű perfekcionizmusa összefüggést mutatott az autoritatív szülői attitűddel (Sapieja, Dunn és Holt, 2011), vizsgálatunkban a hibák feletti aggodalom pozitív irányú gyenge kapcsolatot csak a szülői nyomásgyakorlással és a PSSS összpontszámával mutatott. A perfekcionizmus egy multidimenzionális konstrukum, amelyet jellemzően vonásszerűnek írnak le (Frost és mtsai, 1990), és amely kapcsolatba hozható a szülői szorongással (Flett és mtsai, 2002). Azok a szülők, akik nagyobb szorongást élnek meg, több perfekcionista gondolattal bírhatnak a szülői szerepkörükre vonatkozóan, vagy többet aggódhatnak amiatt, hogy nem elég jó szülők. A szülői szerepkörrel kapcsolatos elvárásaik hatással lehetnek arra, milyen mértékű szorongást élnek meg, és mindez a szülői nevelői attitűdjükre is befolyással lehet. Minél inkább jellemző a szülőre a hibák feletti aggodalom, annál inkább szeretné elkerülni, vagy csökkenteni a tévedések és a hibák megjelenését, amely túlkontrolláló viselkedésben manifesztálódhat (Cook és Kearney, 2009; Affrunti és Woodruff-Borden, 2014). Affrunti

és Woodruff-Borden (2015) vizsgálatuk során azt találták, hogy a szülő perfekcionizmusa mediál a szülői szorongás mértéke és a túlkontrolláló viselkedése között. Érdeemes lenne feltárni az eredményeink háttérében bújó dinamikát, vajon a nyomásgyakorló szülői viselkedés, a szülői szorongás mértéke, valamint a hibák feletti aggodalom milyen viszonyban állhatnak egymással, kimutatható-e a maladaptív perfekcionizmus mediáló hatása?

Vizsgálatunkban nem találtunk különbséget a nemek (sem a szülők, sem gyermekük neve) között a szülői szorongás vizsgálatában, ugyanúgy a szülő esetleges sportkarrierje, a családi állapota és a gyerekek száma sem eredményezett szignifikáns eltérést. Bár a legtöbb vizsgálat a gyermekek életkorát emeli ki, amely hatással lehet a szülői szorongás mértékére (Harwood, Drew, és Knight, 2010; Harwood és Knight 2015; Neely és mtsai (2017), mindazonáltal az említett vizsgálatokban a legtöbb esetben a stresszforrások, vagy a megküzdési stratégiák (Burgess, Knight és Mellalieu, 2016; Lienhart és mtsai, 2019) azonosítása történik meg. Noha a szülői részvétel formáira és mértékére hatással vannak a fenti változók, vizsgálatunkból az tűnik ki, hogy mindez a szülők megélt stressz szintjére nincs hatással. A PSSS kérdőívre adott válaszok állapotszorongásra utalnak, amelyet sokkal inkább a külső tényezők határoznak meg, mint az egyén személyes jellemzői, azaz inkább szituatív jellegű, amelyet a vizsgálatunk eredményei is alátámasztanak.

#### *4.2.1 A kutatás korlátai, kitekintés*

Vizsgálatunk első korlátja a mérőeszközök sajátosságából fakad, önkitaltós jellege miatt fontos megemlíteni a szociális megfelelési torzítás hatását. A jövőben szükséges lehet a kvantitatív módszertanon túl a nemzetközi szinten a sportszülői kutatások módszertanát inkább jellemző kvalitatív vizsgálatokkal is bemutatni a sportszülői minta sajátosságait.

A vizsgálat során nem kérdeztünk rá a szülők lakhelyére, jóllehet a szocioökonómiai státusz fontos meghatározója lehet annak, hogy a szülő milyen mértékű szorongást él meg a szülői szerepkörére vonatkoztatva, így ez a változó tovább árnyalhatja az általunk nyert eredményeket. Bár a kérdőív itemei között található a családi állapotra vonatkozó kérdés, de az csupán két dimenzióban tér ki rá (*Ház/élettársi kapcsolat* és *Egyedülálló szülő*), nem pontosítja az élettársi és a házastársi kapcsolat jellemzőit. Nem volt egyértelműen jelezhető, hogy a kitöltő gyermeke anyjával/apjával él társkapcsolatban vagy

házasságban, esetleg nevelőszülővel él-e együtt, vagy a gyermeket a biológiai szülők nevelik-e. A szülői nevelési attitűd és a családi állapot között lehet kapcsolat, az elvált szülők gyermekei másként azonosíthatják a szülői viselkedés normáit a nem együttélő szülőre vonatkozóan (F. Lassú és mtsai, 2015), amely befolyással lehet a szülői részvétel formáira is – ennek a kapcsolatnak a feltárására további vizsgálatok szükségesek.

Vizsgálatunkban nem azonosítottuk azokat a szülőket, akik edzőként dolgoznak, illetve esetlegesen gyermekük edzője, bár ezek is hatással lehetnek a szülői részvétel formáira és a megélt stressz mértékére is. Weiss és Fretwell (2005) felhívják a figyelmet arra, hogy az edzői és szülői szerepkör szétválasztása kihívások elé állítja a „szülő-edzőt”, amely stresszt okozhat számára, míg McCann (2005) elemzésében arra tér ki, hogy a szülő ilyen irányú összetett szerepköre csökkentheti gyermekében a sportban megélt örömrészt, amely az intrinzik motivációjuk forrása. A „szülő-edző” szerepkör ritkasága, alacsony elemszáma miatt, illetve a szülői és edző szerepkör dinamikájának feltérképezése érdekében egy kvalitatív kutatás árnyaltabb képet festhet az adott jelenségről.

A vizsgálat nem mutat rá arra, hogy a szülők milyen módon képesek megküzdni az őket érő stresszel, amely terület részletes elemzése mindenképpen szükséges és előremutató lenne a továbbiakban (Fülöp, 2013, Orosz és mtsai, 2018).

Vizsgálatunk során a csapatsportok területére korlátoztuk mintánkat, ennek háttérben az állt, hogy hasonló fejlődési ívet követnek, nem jelenik meg az egyéni és csapatsport különbsége, valamint a korai specializációjú sportágak eltérő követelményrendszere mint olyan tényezők, amelyek nemcsak a gyermekekre, hanem a szüleikre is más elvárásokat tehetnek. Ugyanígy befolyással lehet az adott klub eredményessége is a szülőkkel szemben támasztott elvárásokra, így közvetve a szülői részvétel formáira is. A névtelenség biztosítása érdekében, továbbá az utánpótlássport főbb elveit figyelembe véve, nem kérdeztünk rá az adott sportszervezet és ezen belül a csapat eredményességére sem. Egy másik vizsgálat témája lehet feltárni azt, hogy hogyan hat a szülő és a sportoló attitűdjeire az eredményesség és ezen belül is a viszonyító motivációs klíma.



## 5 Összegzés

A szülők hatása gyermekük sportéletére megkérdőjelezhetetlen, jóllehet nemzetközi kutatásokban csak az elmúlt évtizedekben kezdték el részletekbe menően vizsgálni a szülői befolyás komplexitását és hogy milyen tényezők alakíthatják a szülői részvétel sajátosságait. Vizsgálatunk a célja volt, hogy azonosítsuk azokat a tényezőket, amelyek befolyással lehetnek a szülői bevonódás mértékére és a szülők által megélt stresszorok jelenlétére.

Eredményeink alapján kijelenthető, hogy a szülői részvétel kontrolláló oldalát előrejelezheti a szülő neme és esetleges sportmúltja, azaz az apák és a sportmúlttal rendelkező szülők esetében jellemzőbb ez a fajta részvétel, szemben az anyákkal és a sportmúlttal nem rendelkező szülőkkal. Ez a fajta viselkedés nemcsak a szülők mérkőzések alatti szorongásállapotával, hanem azokkal a stresszorokkal is kapcsolatba hozható, amelyeket gyermekük sportszocializációja kapcsán tapasztalnak, azaz a kontrolláló és nyomásgyakorló szülő nagyobb stresszt él át, különösen, ha gyermekük már szenvedett el sportsérülést. Fontos felhívni a figyelmet arra, hogy az észlelt autonómiatámogatás mértéke mind a kontrolláló, mind a támogató szülői részvétellel is kapcsolatot mutatott. Az eredmények arra engednek következtetni, hogy a kontrolláló és a támogató szülői részvétel nem egy skála két végpontja, hanem egymástól független skálák részei. A szülői támogató és elváró viselkedés együttes jelenléte hasonlóságot mutat az autoritatív nevelési stílussal.

A szülői bevonódás támogató oldala az autonómiát támogató viselkedéssel mutatott kapcsolatot, amely a gyermek öndeterminált motivációjának egyik alapköve, mindezt a viselkedést a szülő neme, esetleges sportmúltja és a gyermekek száma jelezte előre. Nem találtunk negatív irányú kapcsolatot a támogató részvétel és a szülők által megélt stressz között, azaz a támogató részvétel ettől függetlennek látszik, mintánkon nem bírt protektív erővel a stresszorokkal szemben.

Mind a szülők által megélt szorongásra, mind a bevonódás formáira hatással van a sportoló gyermekek fejlődési szintje – a szülői részvétel csökkeni, míg a stressz mértéke növekedni látszik a gyermek korosztályától függően. Mindezek az információk és eredmények fontosak és hasznosak lehetnek a szülői pszichoedukáció szempontjából.

## 5.1 Summary

Parents and parenting clearly have an impact on children's sporting experiences, although the complexity and influencing factors of parental involvement have only been brought into the focus of the detailed empirical investigation at an international level over the past decades. The present research explored the factors potentially influencing the level of parents' involvement and their perception of stressors.

The results revealed that controlling parental involvement was significantly predicted by the parent's gender and sporting experience: fathers and parents with previous sporting experience were more likely to show controlling parental behavior than mothers and parents with no sporting experience, respectively. Controlling parental behavior is related both to parents' anxiety experienced during their children's competitions and to the stressors parents perceive in relation to their children's sport socialization. Specifically, directive and pressing parents experience higher levels of stress, especially those whose children have previously suffered sport-related injuries. Our results highlighted the level of perceived autonomy support was associated with both controlling and supportive parental involvement. These findings suggest that controlling and supportive parental involvement are not two ends of a scale but are part of two independent scales. The coexistence of supportive and controlling parental behaviours shows similarities with the authoritative parenting attitude.

Supportive parental involvement was associated with autonomy support, which is a cornerstone of children's self-determined motivation. Parental support was predicted by the parent's gender, the parent's sporting experience, and the number of children in the household. No relationship was found between parental support and parental stress in the given sample, that is, supportive parental involvement did not serve as a protective factor against stress.

Both the level of parents' stress and the observed forms of their involvement were influenced by their children's developmental stage. Specifically, parents' involvement decreased while their stress level increased with their children's sporting age. These findings have important implications for parental psychoeducation.

## 6 Irodalomjegyzék

- Affrunti, N. W., & Woodruff-Borden, J. (2014). Perfectionism in pediatric anxiety and depressive disorders. *Clinical Child and Family Psychology Review*, 17, 299-317. <https://doi.org/10.1007/s10567-014-0164-4>
- Affrunti, N. W., & Woodruff-Borden, J. (2015). Parental perfectionism and overcontrol: examining mechanisms in the development of child anxiety. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 43, 517-529. <https://doi.org/10.1007/s10802-014-9914-5>
- Amado, D., Sánchez, Oliva, D., González, Ponce, I., Pulido-González, J.J. & Sánchez-Miguel, P.A. (2015). Incidence of parental support and pressure on their children's motivational processes towards sport practice regarding gender. *Plos One*, 10(6). <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0128015>
- Ames, C. (1992). Classrooms: Goals, structures and student motivation. *Journal Of Educational Psychology*, 84(3), 261–271. <http://dx.doi.org/10.1037//0022-0663.84.3.261>
- Amiot, C. E., Gaudreau, P. & Blanchard, C. M. (2004). Self-determination, coping, and goal attainment in sport. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 26(3), 396–411. <https://doi.org/10.1123/jsep.26.3.396>
- Anderson, J. C., Funk, J. B., Elliott, R. & Smith, P. H. (2003). Parental support and pressure and childrens extracurricular activities: relationships with amount of involvement and affective experience of participation. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 24(2), 241–257. [https://doi.org/10.1016/s0193-3973\(03\)00046-7](https://doi.org/10.1016/s0193-3973(03)00046-7)
- Appleton, P. R., Hall, H. K. & Hill, A. P. (2010). Family patterns of perfectionism: An examination of elite junior athletes and their parents. *Psychology of Sport and Exercise*, 11(5), 363–371. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2010.04.005>
- Arvinen-Barrow, M. (2009). *Psychological rehabilitation from sport injury: issues in training and development of chartered physiotherapists* (Doctoral dissertation, The University of Northampton).
- Arvinen-Barrow, M., & Pack, S. (2013). Social support in sport injury rehabilitation. In Arvinen-Barrow, M., & Pack, S. (eds). *The Psychology of Sport Injury and Rehabilitation*, Routledge, London. p.117-131.
- Atkins, M., Johnson, D., Force, E. & Petrie, T. (2015). Peers, parents, and coaches, oh my! The relation of the motivational climate to boys' intention to continue in sport. *Psychology Of Sport And Exercise*, 16, 170–180. <http://dx.doi.org/10.1016/j.psychsport.2014.10.008>
- Averill, P. & Power, T. (1995). Parental attitudes and children's experiences in soccer: correlates of effort and enjoyment. *International Journal Of Behavioral Development*, 18(2), 263–276. <http://dx.doi.org/10.1177/016502549501800205>
- Babkes, M. & Weiss, M. (1999). Parental influence on children's cognitive and affective responses to competitive soccer participation. *Pediatric Exercise Science*, 11(1), 44–62. <http://dx.doi.org/10.1123/pes.11.1.44>
- Bagdy E., Kövi Zs. & Mirnics Zs. (2014). *A tehetség kibontakozása*, Helikon Kiadó, Budapest (p.101–109)
- Balyi I., Géczi G., Bognár J. & Bartha Cs. (2016). *Hosszú Távú Sportolófejlesztési Program*, Magyar Olimpiai Bizottság
- Balyi, I., Higgs, C. & Way, R. (2013). *Long-term athlete development*. Champaign, Ill: Human Kinetics.

- Battaglia, A. & Kerr, G. (2020). Exploring sport stakeholders' interpretations of the term dropout from youth sport. *Journal of Applied Sport Psychology*, 1–22. <https://doi.org/10.1080/10413200.2019.1707727>
- Baumrind, D. (1971): Current patterns of parental authority. *Developmental Psychology Monographs*, 4.1-103.
- Bearden, W., Netemeyer, R. & Haws, K. (2011). *Handbook of marketing scales: Multi-item measures for marketing and consumer behavior research*. Los Angeles: Sage Publications.
- Becker, A. J. & Solomon, G. B. (2005). Expectancy information and coach effectiveness in intercollegiate basketball. *The Sport Psychologist*, 19(3), 251–266. <https://doi.org/10.1123/tsp.19.3.251>
- Berki, T. & Pikó, B. (2017). A sportélvezet pszichológiai hátterének vizsgálata serdülő sportolók körében. *Magyar Sporttudományi Szemle*, 18(3), 11–18.
- Black, A. E. & Deci, E. L. (2000). The effects of instructors autonomy support and students autonomous motivation on learning organic chemistry: A self-determination theory perspective. *Science Education*, 84(6), 740–756. [https://doi.org/10.1002/1098-237x\(200011\)84:63.0.co;2-3](https://doi.org/10.1002/1098-237x(200011)84:63.0.co;2-3)
- Bois, J.E., Lalanne, J. & Delforge, C. (2009). The influence of parenting practices and parental presence on childrens and adolescents pre-competitive anxiety. *Journal of Sports Sciences*, 27(10), 995–1005. <https://doi.org/10.1080/02640410903062001>
- Bowker, A., Boekhoven, B., Nolan, A., Bauhaus, S., Glover, P., Powell, T. & Taylor, S. (2009). Naturalistic Observations of Spectator Behavior at Youth Hockey Games. *The Sport Psychologist*, 23(3), 301–316. <https://doi.org/10.1123/tsp.23.3.301>
- Bryant, F. B., & Satorra, A. (2012). Principles and Practice of Scaled Difference Chi-Square Testing. *Structural Equation Modeling: A Multidisciplinary Journal*, 19(3), 372-398.
- Bronfenbrenner, U. (1995). Developmental ecology through space and time: A future perspective. *Examining Lives in Context: Perspectives on the Ecology of Human Development.*, 619–647. <https://doi.org/10.1037/10176-018>
- Bronfenbrenner, U. & Morris, P. A. (1998). The ecology of developmental processes. In W. Damon & R. M. Lerner (Eds.), *Handbook of child psychology: Theoretical models of human development* (p. 993–1028). John Wiley & Sons Inc.
- Burgess, N. S., Knight, C. J. & Mellalieu, S. D. (2016). Parental stress and coping in elite youth gymnastics: an interpretative phenomenological analysis. *Qualitative Research in Sport, Exercise and Health*, 8(3), 237–256. <https://doi.org/10.1080/2159676x.2015.1134633>
- Byrne, B. M. (2010). *Structural Equation Modeling with AMOS: Basic Concepts, Applications and Programming*. London: Routledge.
- Calvo, T. G., Cervelló, E., Jiménez, R., Iglesias, D. & Murcia, J. A. (2010). Using self-determination theory to explain sport persistence and dropout in adolescent athletes. *The Spanish Journal of Psychology*, 13(02), 677–684. <https://doi.org/10.1017/s1138741600002341>
- Carr, S. & Weigan, D.A. (2014). Families. In A. Papaioannou & D. Hackfort (Eds.), *Fundamental concepts in sport and exercise psychology*. (pp. 187–197). New York, NY: Routledge.
- Carson, F., & Polman, R. C. (2008). ACL injury rehabilitation: A psychological case study of a professional rugby union player. *Journal of Clinical Sport Psychology*, 2(1), 71-90.

- Chan D. K., Lonsdale C. & Fung H. H. (2011): Influences of coaches, parents, and peers on the motivational patterns of child and adolescent athletes. *Scandinavian Journal of Medicine and Science in Sports*, 22(4), 558–568. <https://doi.org/10.1111/j.1600-0838.2010.01277.x>
- Chirkov, V. I., & Ryan, R. M. (2001). Parent and teacher autonomy-support in Russian and US adolescents: Common effects on well-being and academic motivation. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 32(5), 618-635.
- Chirkov, V., Ryan, R. M., Kim, Y., & Kaplan, U. (2003). Differentiating autonomy from individualism and independence: A self-determination theory perspective on internalization of cultural orientations and well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 84(1), 97–110.
- Clarke, N. J. & Harwood, C. G. (2014). Parenting experiences in elite youth football: A phenomenological study. *Psychology of Sport and Exercise*, 15(5), 528–537. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2014.05.004>
- Coakley, J. (1992). Burnout among adolescent athletes: A personal failure or social problem? *Sociology of Sport Journal*, 9(3), 271–285. <https://doi.org/10.1123/ssj.9.3.271>
- Coakley, J. (2006). The good father: Parental expectations and youth sports. *Leisure Studies*, 25(2), 153–163. <https://doi.org/10.1080/02614360500467735>
- Cook, L. C., & Kearney, C. A. (2009). Parent and youth perfectionism and internalizing psychopathology. *Personality and Individual Differences*, 46(3), 325-330.
- Cope, E., Bailey, R. & 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.
- Costello, A. B., & Osborne, J. (2005). Best practices in exploratory factor analysis: Four recommendations for getting the most from your analysis. *Practical Assessment, Research, and Evaluation*, 10(1), 7.
- Côté, J. (1999). The influence of the family in the development of talent in sport. *The Sport Psychologist*, 13(4), 395–417. <https://doi.org/10.1123/tsp.13.4.395>
- Côté, J. & Gilbert, W. (2009). An integrative definition of coaching effectiveness and expertise. *International Journal of Sports Science & Coaching*, 4(3), 307–323. <https://doi.org/10.1260/174795409789623892>
- Côté, J., Hancock, D. J. & Abernethy, B. (2014). Nurturing talent in youth sport. In A. Papaioannou & D. Hackfort (Eds.), *Fundamental concepts in sport and exercise psychology* (pp. 22–33). New York, NY: Routledge.
- Côté, J. & Hay, J. (2002a). Children’s involvement in sport: A developmental perspective. In J. M. Silva and D. E. Stevens (Eds.), *Psychological Foundations of Sport* (pp. 484–502) Boston, MA: Allyn & Bacon.
- Côté, J. & Hay, J. (2002b). Family influences on youth sport participation and performance. In J. M. Silva & D. Stevens (Eds.), *Psychological Foundations of Sport*, (pp.503–519). Boston, MA: Allyn and Bacon.
- Côté, J., Strachan, L. & Fraser-Thomas, J. (2008). Participation, personal development, and performance through sport. In N. L. Holt (Ed.), *Positive youth development through sport* (pp. 34–45). London: Routledge.
- Côté, J., Turnidge, J. & Evans, M. B. (2014). The dynamic process of development through sport. *Kinesiology Slovenica*, 20(3), 14–26.
- Cox, R. H. (2012). *Sport psychology: concepts and applications*. New York, McGraw-Hill. (p.100–122)

- Crane, J. & Temple, V. (2014). A systematic review of dropout from organized sport among children and youth. *European Physical Education Review*, 21(1), 114–131. <https://doi.org/10.1177/1356336x14555294>
- Csíkszentmihályi M., Rathunde, K. & Whalen, S. (2010). *Tehetséges gyerekek. Flow az Iskolában*, Budapest, Nyitott Könyvműhely (p. 211–241)
- Csurilla G. & Sterbenz T. (2018). A bizonytalanság szerepe a sportban. *Magyar Sporttudományi Szemle*, 77(5), 18–22.
- Danioni, F. & Barni, D. (2017). The relations between adolescents' personal values and prosocial and antisocial behaviours in team sports. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 17(5), 459–476. <https://doi.org/10.1080/1612197x.2017.1367951>
- 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. <http://dx.doi.org/10.5964/ejop.v13i1.1265>
- De Knop, P., Engström, L.M. & Skirstad, B. (1996). Worldwide trends in youth sport. In P. De Knop, L. M. Engström, B. Skirstad & M. R. Weiss (Eds.), *Worldwide Trends in Youth Sport* (pp. 276–281). Champaign, IL: Human Kinetics.
- De Muynck, G.-J., Morbée, S., Soenens, B., Haerens, L., Vermeulen, O., Broek, G. V. & Vansteenkiste, M. (2020). Do both coaches and parents contribute to youth soccer players' motivation and engagement? An examination of their unique (de)motivating roles. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 1–19. <https://doi.org/10.1080/1612197x.2020.1739111>
- DeFrancesco, C. & Johnson, P. (1997). Athlete and parent perceptions in junior tennis. *Journal of Sport Behavior*, 20(1), 29.
- Defreese, J., Dorsch, T. E. & Flitton, T. A. (2018). The Parent–Child Relationship and Sport Parents' Experiences of Burnout and Engagement. *Journal of Clinical Sport Psychology*, 12(2), 218–233. <https://doi.org/10.1123/jcsp.2017-0006>
- DiSanti, J. S. & Erickson, K. (2020). Challenging our understanding of youth sport specialization: an examination and critique of the literature through the lens of Bronfenbrenner's Person-Process-Context-Time Model. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 1–23. <https://doi.org/10.1080/1750984x.2020.1728779>
- Dobos, B., & Pikó, B. (2017). A zenei teljesítményszorongás összefüggése a perfekcionizmussal és a szociális fóbiával. *Magyar Pedagógia*, 117(3), 241–256.
- Dorsch, T. E. (2018). Optimising family involvement in youth sport. In C. J. Knight, C. G. Harwood, D. Gould (Eds.). *Sport psychology for young athletes* (pp. 106–115). Routledge, London.
- Dorsch, T. E., Smith, A. L. & Dotterer, A. M. (2016). Individual, relationship, and context factors associated with parent support and pressure in organized youth sport. *Psychology of Sport and Exercise*, 23, 132–141. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2015.12.003>
- Dorsch, T. E., Smith, A. L. & McDonough, M. H. (2009). Parents Perceptions of Child-to-Parent Socialization in Organized Youth Sport. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 31(4), 444–468. <https://doi.org/10.1123/jsep.31.4.444>
- Dorsch, T., King, M., Dunn, C., Osai, K. & Tulane, S. (2016). The impact of evidence-based parent education in organized youth sport: A pilot study. *Journal Of Applied Sport Psychology*, 29(2), 199–214. <http://dx.doi.org/10.1080/10413200.2016.1194909>

- Downing, C., Redelius, K. & Nordin-Bates, S. (2021). Early specialisation among Swedish aesthetic performers: exploring motivation and perceptions of parental influence. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 1–20. <https://doi.org/10.1080/1612197x.2021.1940239>
- Dunn, R. C. & Tamminen, K. A. (2021). „When are you gonna commit?” Exploring the experiences of youth athletes and their parents prior to a sporting transition. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 1–18. <https://doi.org/10.1080/1612197x.2021.1934715>
- Eccles, J. S., Barber, B. L., Stone, M. & Hunt, J. (2003). Extracurricular activities and adolescent development. *Journal of Social Issues*, 59(4), 865–889.
- Ede, S., Kamphoff, C. S., Mackey, T. & Armentrout, S. M. (2012). Youth hockey athletes’ perceptions of parental involvement: They want more. *Journal of Sport Behavior*, 35(1), 3–18.
- Eklund, R. C. & Gould, D. (2007). Emotional stress and anxiety in the child and adolescent athlete. In H. Hebestreit & O. Bar-Or (Eds.), *The Young Athlete* (pp. 319–334), Blackwell Publishing Ltd, Oxford. <https://doi.org/10.1002/9780470696255.ch24>
- Eklund, R.C. & Tenenbaum, G. (2014). *Encyclopedia of sport and exercise psychology*, SAGE London p.513–515.
- Elliot, A.J., Murayama, K. & Pekrun, R. (2011). A 3 × 2 achievement goal model. *Journal of Educational Psychology*, 103(3), 632–648. <https://doi.org/10.1037/a0023952>.
- Elliott, S. & Drummond, M. (2015). Parents in youth sport: what happens after the game? *Sport, Education And Society*, 22(3), 391–406. <http://dx.doi.org/10.1080/13573322.2015.1036233>
- Elliott, S., Drummond, M. J. N. & Knight, C. (2017). The experiences of being a talented youth athlete: Lessons for parents. *Journal of Applied Sport Psychology*, 30(4), 437–455. <https://doi.org/10.1080/10413200.2017.1382019>
- Elliot, A. J., & McGregor, H. A. (2001). A 2 × 2 achievement goal framework. *Journal of Personality and Social Psychology*, 80(3), 501–519. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.80.3.501>
- Ericsson, K. A., Krampe, R. T. & Tesch-Römer, C. (1993). The role of deliberate practice in the acquisition of expert performance. *Psychological Review*, 100(3), 363–406. <https://doi.org/10.1037/0033-295x.100.3.363>
- F. Lassú Zs., Serfőző M., Sándor M., & Kolosai N. (2015). Családi struktúra, szülői bánásmód és lélektani rugalmasság összefüggései serdülőkorban. *Alkalmazott pszichológia*, 15(1), 77-93.
- Fejes J. B. (2011). A tanulási motiváció új kutatási iránya: a célorientációs elmélet. *Magyar Pedagógia*, 111(1), 25–51.
- Flett, G. L., Hewitt, P. L., Oliver, J. M., & Macdonald, S. (2002). Perfectionism in children and their parents: A developmental analysis. In G. L. Flett & P. L. Hewitt (Eds.), *Perfectionism: Theory, research, and treatment* (pp. 89–132). American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/10458-004>
- Fraser-Thomas, J. L., Côté, J. & Deakin, J. (2005). Youth sport programs: an avenue to foster positive youth development. *Physical Education & Sport Pedagogy*, 10(1), 19–40. <https://doi.org/10.1080/1740898042000334890>
- Fredricks, J. A. & Eccles, J. S. (2004). Parental influences on youth involvement in sports. In M.R. Weiss (Ed.), *Developmental sport and exercise psychology: A lifespan perspective* (pp. 145–164). Morgantown, Fitness Information Technology.

- Fredricks, J. A. & Eccles, J. S. (2010). Breadth of extracurricular participation and adolescent adjustment among African-American and European-American youth. *Journal of Research on Adolescence*, 20(2), 307–333. <https://doi.org/10.1111/j.1532-7795.2009.00627.x>
- Frost, R. O., Marten, P., Lahart, C., & Rosenblate, R. (1990). The dimensions of perfectionism. *Cognitive Therapy and Research*, 14, 449-468.
- Frost, R. O., Heimberg, R. G., Holt, C. S., Mattia, J. I., & Neubauer, A. L. (1993). A comparison of two measures of perfectionism. *Personality and Individual Differences*, 14(1), 119-126.
- Fügedi, B., Bognár, J. & Kovács T., L. (2019). A szülői minta szerepe a sportolási szokásokban és a testnevelés megítélésében. *Acta Universitatis De Carolo Eszterházy Nominatae. Sectio Sport*, 47–55. <https://doi.org/10.33040/actauniveszterhazysport.2019.1.47>
- Fülöp M. (2013): *A versengés, a győzelem és a vesztes pszichológiája és kulturális különbségei*. Értekezés. MTA Doktori Tanács, Budapest.
- Fülöp, M. (2008). Paradigmaváltás a versengéskutatásban. *Pszichológia*. 28(2) 113-140
- Fülöp, M., Berkics, M., Pinczés-Pressing, Zs. (2015). *A verseny szerepe a versenyzők életében és az eredményes versenyzés lehetséges pszichés összetevői*. Génius Műhely 18. 1-38
- Fülöp, M. (2017). A motiváló iskola. In Hunyady Gy., Csapó B., Pusztai G., Szivák J. (szerk.) *Az oktatás korproblémái* (pp. 104-129). ELTE Eötvös Kiadó
- Gagné, M., Ryan, R. M. & Bargmann, K (2003). Autonomy Support and Need Satisfaction in the Motivation and Well-Being of Gymnasts. *Journal of Applied Sport Psychology*, 15(4), 372–390. <https://doi.org/10.1080/714044203>
- Garson, G. D. (2015). *Structural equation modeling*. Asheboro, NC: Statistical Associates Publishers.
- Gaudreau, P., Morinville, A., Gareau, A., Verner-Filion, J., Green-Demers, I. & Franche, V. (2016). Autonomy support from parents and coaches: Synergistic or compensatory effects on sport-related outcomes of adolescent-athletes? *Psychology of Sport and Exercise*, 25, 89–99. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2016.04.006>
- Géczi, G. & Balyi, I. (2016). A Hosszú Távú Sportolófejlesztési Program szükségesszerűsége a magyar sportban. *Testnevelés, Sport, Tudomány*, 1(1), 27–37. <https://doi.org/10.21846/tst.2016.1.3>
- Giannitsopoulou, E., Kosmidou, E. & Zisi, V. (2010). Examination of parental involvement in Greek female athletes. *Journal of Human Sport and Exercise*, 5(2), 176–187. <https://doi.org/10.4100/jhse.2010.52.07>
- Gillison, F., Standage, M., Cumming, S., Zakrzewski-Fruer, J., Rouse, P., & Katzmarzyk, P. (2017). Does parental support moderate the effect of children’s motivation and self-efficacy on physical activity and sedentary behaviour? *Psychology of Sport and Exercise*, 32, 153–161. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2017.07.004>
- Goldstein, J. D. & Iso-Ahola, S. E. (2008). Determinants of Parents Sideline-Rage Emotions and Behaviors at Youth Soccer Games. *Journal of Applied Social Psychology*, 38(6), 1442–1462. <https://doi.org/10.1111/j.1559-1816.2008.00355.x>
- Goodman M. & James I. A. (2017). Parental involvement in young footballers’ development: A comparison of the opinions of children and their parents, *Sport and Exercise Psychology Review* 13(1), 2–9.



- Gould, D. & Carson, S. (2010). The relationship between perceived coaching behaviors and developmental benefits of high school sports participation. *Hellenic Journal of Psychology*, 7(3), 298–314.
- Gould, D., Lauer, L., Rolo, C., Jannes, C. & Pennisi, N. (2005). Understanding the role parents play in junior tennis success: phases 1 & 2: perceptions of junior coaches. *USTA Sport Science Research Grant Final Report*. Letöltve 2019.11.03-án. [https://www.researchgate.net/profile/Daniel\\_Gould3/publication/228835251\\_Understanding\\_the\\_role\\_of\\_parents\\_play\\_in\\_junior\\_tennis\\_success\\_phases\\_1\\_2\\_perceptions\\_of\\_junior\\_coaches/links/09e4150a0baba42977000000/Understanding-the-role-of-parents-play-in-junior-tennis-success-phases-1-2-perceptions-of-junior-coaches.pdf](https://www.researchgate.net/profile/Daniel_Gould3/publication/228835251_Understanding_the_role_of_parents_play_in_junior_tennis_success_phases_1_2_perceptions_of_junior_coaches/links/09e4150a0baba42977000000/Understanding-the-role-of-parents-play-in-junior-tennis-success-phases-1-2-perceptions-of-junior-coaches.pdf)
- Gould, D., Lauer, L., Rolo, C., Jannes, C. & Pennisi, N. (2006). Understanding the role parents play in tennis success: A national survey of junior tennis coaches. *British Journal of Sports Medicine*, 40(7), 632–636. <https://doi.org/10.1136/bjism.2005.024927>
- Gould, D., Lauer, L., Rolo, C., Jannes, C. & Pennisi, N. (2008). The role of parents in tennis success: Focus group interviews with junior coaches. *The Sport Psychologist*, 22(1), 18–37. <https://doi.org/10.1123/tsp.22.1.18>
- Green, K. (2011). *Key themes in youth sport*. London: Routledge. 129–136
- Grolnick, W. S., Ryan, R. M., & Deci, E. L. (1991). Inner resources for school achievement: Motivational mediators of children's perceptions of their parents. *Journal of Educational Psychology*, 83(4), 508-517.
- Grolnick, W. S., & Slowiaczek, M. L. (1994). Parents' involvement in children's schooling: A multidimensional conceptualization and motivational model. *Child Development*, 65(1), 237–252.
- Gyömbér N. & Kovács K. (2012). *Fejben dől el – Sportpszichológia mindenkinek*, Noran Libro Kft, Budapest ISBN 978-963-9996-66-3
- Gyömbér, N., Lénárt, Á. & Kovács, K. (2013) Differences between personality characteristics and sport performance by age and gender. *Acta Facultatis Educationis Physicae Universitatis Comenianae*, 53(2), 5-15
- Gyömbér N., Kovács K. & Ruzits É. (2016). *Gyereklélek sportcipőben, avagy fiatalok és utánpótlás sportpszichológia mindenkinek*, Noran Libro Kft, Budapest ISBN 978-615-5513-65-7
- Gyömbér, N., Kovács, K. & Lénárt, Á. (2016) Do psychological factors play a crucial role in sport performance? – Research on personality and psychological variables of athletes in Hungary *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 16(1), 223-231.
- Gyurkó Sz. & Németh B. (2014). *Gyermekek tapasztalatai a sportban. Kutatási zárójelentés*. UNICEF Magyar Bizottság Alapítvány
- Hagger, M. S., Chatzisarantis, N. L., Hein, V., Pihu, M., Soós, I. & Karsai, I. (2007). The perceived autonomy support scale for exercise settings (PASSSES): Development, validity, and cross-cultural invariance in young people. *Psychology of Sport and Exercise*, 8(5), 632–653. doi:10.1016/j.psychsport.2006.09.001
- Hámori, E., Dankháziné Hajtman, E., Urbán, S., Martos, T., Kézdy, A., & Horváth-Szabó, K. (2016). A felnőtt kötődés új típusai? Eredmények a Kötődési Stílus Kérdőív (ASQ-H) magyar változatával. *Alkalmazott Pszichológia*, 16(3), 57-77.
- Hanlon, T. (1994). *SportParent: American Sport Education Program*. Champaign, IL: Human Kinetics.

- Harris, B. S. & Watson, J. C. (2011). Assessing youth sport burnout: A Self-determination and identity development perspective. *Journal of Clinical Sport Psychology*, 5(2), 117–133. <https://doi.org/10.1123/jcsp.5.2.117>
- Harwood, C., Spray, C. M., & Keegan, R. (2008). Achievement goal theories in sport. In T. S. Horn (Ed.), *Advances in sport psychology* (pp. 157–185). Human Kinetics.
- Harwood, C. & Knight, C. (2009). Stress in youth sport: A developmental investigation of tennis parents. *Psychology of Sport and Exercise*, 10(4), 447–456. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2009.01.005>
- Harwood, C., Drew, A. & Knight, C. J. (2010). Parental stressors in professional youth football academies: a qualitative investigation of specialising stage parents. *Qualitative Research in Sport and Exercise*, 2(1), 39–55. <https://doi.org/10.1080/19398440903510152>
- Harwood, C. & Knight, C. (2015). Parenting in youth sport: A position paper on parenting expertise. *Psychology Of Sport And Exercise*, 16(1), 24–35. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2014.03.001>
- Harwood, C. (2016) Parental support in youth sport: A case of optimizing the motivational climate. In R. J. Schinke, K. R. McGannon & B. Smith (Eds.). *Routledge International Handbook of Sport Psychology*, 387–398). Abingdon, Routledge. <https://doi.org/10.4324/9781315777054>.
- Harwood, C. G. & Knight, C. J. (2016). Parenting in sport. *Sport, Exercise, and Performance Psychology*, 5(2), 84–88. <http://dx.doi.org/10.1037/spy0000063>
- Harwood, C. G., Knight, C. J., Thrower, S. N. & Berrow, S. R. (2019a). Advancing the study of parental involvement to optimise the psychosocial development and experiences of young athletes. *Psychology of Sport and Exercise*, 42, 66–73. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2019.01.007>
- Harwood, C. G., Thrower, S. N., Slater, M. J., Didymus, F. F. & Frearson, L. (2019b). Advancing our understanding of psychological stress and coping among parents in organized youth sport. *Frontiers in Psychology*, 10. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.01600>
- Hein, V. & Jöesaar, H. (2014). How perceived autonomy support from adults and peer motivational climate are related with self-determined motivation among young athletes. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 13(3), 193–204. <https://doi.org/10.1080/1612197x.2014.947304>
- Hellstedt, J. (1987). The Coach / Parent / Athlete Relationship. *The Sport Psychologist*, 1(2), 151–160. <http://dx.doi.org/10.1123/tsp.1.2.151>
- Hellstedt J. (1990). Early adolescent perceptions of parental pressure in the sport environment. *Journal of Sport Behavior*; 13(3),135–44.
- Hellstedt, J. (2005). Invisible players: A family systems model. *Clinics in Sports Medicine*, 24(4), 899–928. <http://dx.doi.org/10.1016/j.csm.2005.06.001>
- Henriksen, K., Stambulova, N. & Roessler, K. K. (2010). Holistic approach to athletic talent development environments: A successful sailing milieu. *Psychology of Sport and Exercise*, 11(3), 212–222. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2009.10.005>
- Hernandez, M. I., Biese, K. M., Schaefer, D. A., Post, E. G., Bell, D. R. & Brooks, M. A. (2021). Different perceptions of parents and children on factors influencing sport specialization. *Journal of Sport Rehabilitation*, 30(2), 190–197. <https://doi.org/10.1123/jsr.2019-0357>
- Holt, N. L. & Knight, C. J. (2014). Parenting in youth sport: from research to practice. London: Routledge, Taylor & Francis Group.

- Holt, N. L., Neely, K. C., Slater, L. G., Camiré, M., Côté, J., Fraser-Thomas, J., MacDonald, D., Strachan, L. & Tamminen, K. A. (2016). A grounded theory of positive youth development through sport based on results from a qualitative meta-study. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 10(1), 1–49. <https://doi.org/10.1080/1750984x.2016.1180704>
- Holt, N. L., Tamminen, K. A., Black, D. E., Sehn, Z. L. & Wall, M. P. (2008). Parental involvement in competitive youth sport settings. *Psychology of Sport and Exercise*, 9(5), 663–685. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2007.08.001>
- Holt, N., Tamminen, K., Black, D., Mandigo, J. & Fox, K. (2009). Youth Sport Parenting Styles and Practices. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 31(1), 37–59. <http://dx.doi.org/10.1123/jsep.31.1.37>
- Hooper, D., Coughlan, J. & Mullen, M. R. (2008). Structural Equation Modelling: Guidelines for Determining Model Fit. *Journal of Business Research Methods*, 6, 53-60.
- Hoover-Dempsey, K.V. & Sandler, H.M. (1997). Why do parents become involved in their children's education? *Review of Educational Research*, 67(1), 3–42. <https://doi.org/10.3102/00346543067001003>
- Hoyle, R. H. & Leff, S. S. (1997). The role of parental involvement in youth sport participation and performance. *Adolescence*, 32(125), 233–244.
- Hu, L. & Bentler, P M. (1999). Cut-off criteria for indexes in covariance structure analysis: conventional criteria versus new alternatives. *Structural Equation Modelling*, 6(1), 1–55.
- Hurley, D., Swann, C., Allen, M. S. & Vella, S. A. (2020). A qualitative evaluation of a mental health literacy intervention for parents delivered through community sport clubs. *Psychology of Sport and Exercise*, 47, 101635. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2019.101635>
- Ingrell, J., Johnson, U. & Ivarsson, A. (2019). Achievement goals in youth sport and the influence of coaches, peers, and parents: A longitudinal study. *Journal of Human Sport and Exercise*, 15(3). <https://doi.org/10.14198/jhse.2020.153.09>
- Jeanfreau, M. M., Holden, C. L. & Esplin, J. A. (2020). How Far is Too Far? Parenting Behaviors in Youth Sports. *The American Journal of Family Therapy*, 48(4), 356–368. <https://doi.org/10.1080/01926187.2020.1728202>
- Jowett, S. & Cramer, D. (2010). The prediction of young athletes' physical self from perceptions of relationships with parents and coaches. *Psychology of Sport and Exercise*, 11(2), 140–147. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2009.10.001>
- Jowett, S. & Timson-Katchis, M. (2005). Social networks in sport: Parental influence on the coach-athlete relationship. *The Sport Psychologist*, 19(3), 267–287. <https://doi.org/10.1123/tsp.19.3.267>
- Juntumaa, B., Keskivaara, P. & Punamäki, R. (2005). Parenting, achievement strategies and satisfaction in ice hockey. *Scandinavian Journal of Psychology*, 46(5), 411–420. <https://doi.org/10.1111/j.1467-9450.2005.00472.x>
- Kanters M. A., Bocarro J. & Casper J.M. (2008), Supported or pressured? An examination of agreement among parents and children on parent's role in youth sports, *The Journal of Sport Behavior*, 31(1), 1–17.
- Kaye, M., Frith, A. & Vosloo, J. (2014). Dyadic anxiety in youth sport: The relationship of achievement goals with anxiety in young athletes and their parents. *Journal of Applied Sport Psychology*, 27(2), 171-185. <http://dx.doi.org/10.1080/10413200.2014.970717>

- Keegan, R., Spray, C., Harwood, C. & Lavallee, D. (2010). The motivational atmosphere in youth sport: Coach, parent, and peer influences on motivation in specializing sport participants. *Journal of Applied Sport Psychology*, 22(1), 87–105. <https://doi.org/10.1080/10413200903421267>
- Kerr G. A. & Stirling A. E. (2012). Parents' reflections on their child's experiences of emotionally abusive coaching practices, *Journal of Applied Sport Psychology*, 24(2), 191–206, <https://doi.org/10.1080/10413200.2011.608413>
- Kidman, L., McKenzie, A. & McKenzie, B. (1999). The nature and target of parents' comments during youth sport competitions. *Journal of Sport Behavior*, 22(1), 54–68.
- Kimiecik, J. C. & Horn, T. S. (2012). Examining the relationship between family context and children's physical activity beliefs: The role of parenting style. *Psychology of Sport and Exercise*, 13(1), 10–18. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2011.08.004>
- Klint, K. A. & Weiss, M. R. (1986). Dropping in and dropping out: participation motives of current and former youth gymnasts. *Canadian Journal of Applied Sport Sciences*. 11(2), 106–114.
- Knight, C. J. & Holt, N. L. (2012). Working with young athletes. In S. Hanton & S. D. Mellalieu (Eds.), *Professional practice in sport psychology* (pp. 31–53). London: Routledge.
- Knight, C. J. & Holt, N. L. (2014). Parenting in youth tennis: Understanding and enhancing children's experiences. *Psychology of Sport and Exercise*, 15(2), 155–164. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2013.10.010>
- Knight, C. J., Dorsch, T. E., Osai, K. V., Haderlie, K. L. & Sellars, P. A. (2016). Influences on parental involvement in youth sport. *Sport, Exercise, and Performance Psychology*, 5(2), 161–178. <https://doi.org/10.1037/spy0000053>
- Knight, C. J., Neely, K. C. & Holt, N. L. (2011). Parental behaviors in team sports: How do female athletes want parents to behave? *Journal of Applied Sport Psychology*, 23(1), 76–92. <https://doi.org/10.1080/10413200.2010.525589>
- Kovács K., Gyömbér N., Kelemen Á. & Fodorné Földi R. (2019a). Az észlelt autonómiatámogatás hatása a teljesítéscélokra karate utánpótlás korosztályoknál, *Magyar Pszichológiai Szemle*, 74(2/3), 163–180, <https://doi.org/10.1556/0016.2019.74.2.3>
- Kovács K., Kéring J. Gyömbér N. & Lénárt Á. (2019b). Risk factors in hungarian elite rhythmic gymnastic from psychological aspect the relation among body image, motivation, burn-out, *Sport Science and Human Health*, 2, 74–79.; <https://doi.org/10.28925/2664-2069.2019.2.11>
- Kovács K., Berkó Tamás., Ágoston R., Smohai M., Harsányi S. G., Szemes Á. & Gyömbér N. (2020a). A Sportolói Kiegészítő Kérdőív hazai adaptációja. *Magyar Pszichológiai Szemle* 75(3), 391–406. <https://doi.org/10.1556/0016.2020.00023>
- Kovács K., F. Földi R., Smohai, M., Géczi G. & Gyömbér N. (2020b). A Szülői Bevonódás a Sportban Kérdőív hazai adaptációja. *Mentálhigiéné és Pszichoszomatika* 21(2), 208–233. <https://doi.org/10.1556/0406.21.2020.010>
- Kovács K., F. Földi R., Géczi G. & Gyömbér N. (2020c). A PISQ kérdőív magyar nyelvű adaptációja szülői mintán. *Magyar Sporttudományi Szemle* 21(1), 41–47.
- Kovács K., F. Földi R., Lénárt Á. & Gyömbér N. (2020d). Észlelt autonómiatámogatás kérdőívek hazai adaptációja. *Alkalmazott Pszichológia* 20(1), 103–119. <https://doi.org/10.17627/ALKPSZICH.2020.1.103>

- Kovács K., F. Földi R. & Gyömbér N. (2022a). The effects of parents' and their children's characteristics on parental involvement in sport. *Journal of Family Issues*, 0(0). <https://doi.org/10.1177/0192513X221106739>
- Kovács K., F. Földi R, Géczi G. & Gyömbér N. (2022b). Parental Stressors in Sports Influenced by Attributes of Parents and Their Children. *International Journal of Environmental Research and Public Health* 19(13), 8015; <https://doi.org/10.3390/ijerph19138015>
- Kovács K., Kéring J., Gyömbér N. & Németh K. (2022c). In the Pitfall of Expectations: An Exploratory Analysis of Stressors in Elite Rhythmic Gymnastics. *Frontiers in Psychology* 13, 955232. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.955232>
- Kovács K., Németh K., F. Földi R. & Gyömbér N. (2022d). Stressful sport-parenting? Development and initial validation of parental stressors scale. *Journal of Physical Education and Sport* 22(1) 75-84 DOI:10.7752/jpes.2022.01009
- Kovács K. & Gyömbér N. (2022). Az utánpótlássport néhány hatótényezője. In Goschi G., Pálvölgyi Á., *Dobbantó: A sportpszichológia tankönyve I.*, Sport és Lélek - Sport-pszichoterápiás Egyesület, Budapest, pp 391-403.
- Kovács K. & Perényi Sz. (2014). A sportolás és egészség. Kapcsolatok a fiatalok fizikai, mentális és szociális jóllétének szubjektív szintjével. In: Nagy Á., Székely L. (szerk): *Másodkézből. Magyar Ifjúság 2012*. Kutatópont, Budapest, p 245–262.
- Körössy, J. (2016). A pozitív fiatalkori fejlődés elmélete és modelljei. *Alkalmazott Pszichológia*, 16(2), 9–18. <https://doi.org/10.17627/ALKPSZICH.2016.2.9>
- Krane, V., Snow, J. & Greenleaf, C. A. (1997). Reaching for gold and the price of glory: A motivational case study of an elite gymnast. *The Sport Psychologist*, 11(1), 53–71. <https://doi.org/10.1123/tsp.11.1.53>
- Kremer-Sadlik, T. & Kim, J. L. (2007). Lessons from sports: childrens socialization to values through family interaction during sports activities. *Discourse & Society*, 18(1), 35–52. <https://doi.org/10.1177/0957926507069456>
- Kun, B., Németh, Á., Szabó, A., & Demetrovics, Z. (2019). Fizikai aktivitás. In: *Iskoláskorú gyermekek egészségmagatartása (HBSC) 2018*. ELTE Eötvös Loránd Tudományegyetem, Pedagógiai és Pszichológiai Kar.
- Kurimay T., Kurimay D. & Kurimay A. (2012): Család szerepe a sportban, sportoló a családban. In Kurimay T, Faludy V., Kárpáti R. (Eds.) *Fejezetek a sportlélektan és határterületeiről I.* (pp. 145–171). Oriold és Társai Kiadó, Budapest.
- Kwon, J., Elliott, S. & Velardo, S. (2020). Exploring perceptions about the feasibility of educational video resources as a strategy to support parental involvement in youth soccer. *Psychology of Sport and Exercise*, 50, 101730. doi:10.1016/j.psychsport.2020.101730
- Lagacé-Séguin, D. G. & Case, E. (2010). Extracurricular activity and parental involvement predict positive outcomes in elementary school children. *Early Child Development and Care*, 180(4), 453–462. <https://doi.org/10.1080/03004430802040948>
- Larson, H. K., Young, B. W., McHugh, T.-L. F. & Rodgers, W. M. (2019). Markers of early specialization and their relationships with burnout and dropout in swimming. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 41(1), 46–54. <https://doi.org/10.1123/jsep.2018-0305>
- Larson, R. (2006). Positive youth development, willful adolescents, and mentoring. *Journal of Community Psychology*, 34(6), 677–689. <https://doi.org/10.1002/jcop.20123>

- Lauer, L., Gould, D., Roman, N. & Pierce, M. (2010). How parents influence junior tennis players' development: Qualitative narratives. *Journal of Clinical Sport Psychology*, 4(1), 69–92. <https://doi.org/10.1123/jcsp.4.1.69>
- Lawler, M., Heary, C., Shorter, G. & Nixon, E. (2021). Peer and parental processes predict distinct patterns of physical activity participation among adolescent girls and boys. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 1–18. <https://doi.org/10.1080/1612197X.2021.1891118>
- Lazopoulou V. (2006). *Exploration of perceived parental involvement in sports by athletes and parents*. Unpublished dissertation. Trikala: University of Thessaly
- Le Bars, H., Gernigon, C. & Ninot, G. (2009). Personal and contextual determinants of elite young athletes' persistence or dropping out over time. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, 19(2), 274–285. <https://doi.org/10.1111/j.1600-0838.2008.00786.x>
- Lee, M. & Maclean S. (1997). Sources of parental pressure among age group swimmers. *European Journal of Physical Education*, 2(2), 167–177. <https://doi.org/10.1080/1740898970020204>
- Lee, M. J., Whitehead, J., Ntoumanis, N. & Hatzigeorgiadis, A. (2008). Relationships among values, achievement orientations, and attitudes in youth sport. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 30(5), 588–610. <https://doi.org/10.1123/jsep.30.5.588>
- Leff, S. & Hoyle, R. (1995). Young athletes' perceptions of parental support and pressure. *Journal Of Youth And Adolescence*, 24(2), 187–203. <http://dx.doi.org/10.1007/bf01537149>
- Lerner, R. M. & Castellino, D. R. (2002). Contemporary developmental theory and adolescence: Developmental systems and applied developmental science. *Journal of Adolescent Health*, 31(6), 122–135.
- Lienhart, N., Nicaise, V., Knight, C. J. & Guillet-Descas, E. (2019). Understanding parent stressors and coping experiences in elite sports contexts. *Sport, Exercise, and Performance Psychology*, 9(3), 390–404. <https://doi.org/10.1037/spy0000186>
- Lindner, K. J., Johns, D. P. & Butcher, J. (1991). Factors in withdrawal from youth sport: A proposed model. *Journal of sport behavior*, 14(1), 3–18.
- Livingston, J., Schmidt, C. & Lehman, S. (2016). Competitive club soccer: Parents' assessments of children's early and later sport specialization. *The Journal of Sport Behavior*, 39(3), 301–316.
- Lonsdale, C., Hodge, K., & Rose, E. (2009). Athlete burnout in elite sport: A self-determination perspective. *Journal of sports sciences*, 27(8), 785–795. <https://doi.org/10.1080/02640410902929366>
- Lyons, R. F., Mickelson, K. D., Sullivan, M. J. & Coyne, J. C. (1998). Coping as a communal process. *Journal of Social and Personal Relationships*, 15(5), 579–605. <https://doi.org/10.1177/0265407598155001>
- Mageau, G. A. & Vallerand, R. J. (2003). The coach–athlete relationship: A motivational model. *Journal of Sports Sciences*, 21(11), 883–904. <https://doi.org/10.1080/0264041031000140374>
- Malkogeorgos, A., Argiriadou, E., Kotzamanidou, M. & Mavrovouniotis, F. (2010). Association between overweight, physical inactivity and school obligations in Greek high school students. *Serbian Journal of Sports Sciences*, 4(4), 137–143.

- Marsh, A., Zavilla, S., Acuna, K. & Poczwadowski, A. (2015). Perception of purpose and parental involvement in competitive youth sport. *Health Psychology Report, 1*, 13–23.
- Martens, R., Burton, D., Vealey, R.S., Bump, L.A., & Smith, D.E. (1990). Development and validation of the Competitive State Anxiety Inventory-2. In R. Martens, R.S. Vealey, & D. Burton, *Competitive anxiety in sport* (pp. 117-190). Champaign, IL: Human Kinetics.
- Mastrorilli, G. & Greco, G. (2020). Parental involvement in youth sports: Perceived and desired behaviour by children. *European Journal of Fitness, Nutrition and Sport Medicine Studies, 1*(2), 1–13. <http://dx.doi.org/10.46827/ejfnsm.v1i2.68>
- McCann, P. S. (2005). *Parent-coach and child-athlete retrospective perceptions of the dual role in youth sport*. Michigan State University.
- Mikulán R., Keresztes N. & Pikó B. (2010). A sport, mint védőfaktor: fizikai aktivitás, egészség, káros szenvedélyek. In Pikó B. (Ed.), *Védőfaktorok nyomában. A káros szenvedélyek megelőzése és egészségfejlesztés serdülőkorban* (pp. 115–130). Budapest, L'Harmattan–Nemzeti Drogmegelőzési Intézet.
- Mills, A., Butt, J., Maynard, I. & Harwood, C. (2014). Toward an understanding of optimal development environments within elite English soccer academies. *The Sport Psychologist, 28*(2), 137–150. <http://dx.doi.org/10.1123/tsp.2013-0018>
- Molnár É. (2009). Az önszabályozás értelmezései és elméleti megközelítései. *Magyar Pedagógia, 109*(4), 343–364.
- Moreland, A. D., Felton, J. W., Hanson, R. F., Jackson, C., & Dumas, J. E. (2016). The relation between parenting stress, locus of control and child outcomes: predictors of change in a parenting intervention. *Journal of Child and Family Studies, 25*, 2046-2054.
- Mossman, L. H., Slep, G. R., Lewis, K. J., Colla, R. H., & O'Halloran, P. (2022). Autonomy support in sport and exercise settings: a systematic review and meta-analysis. *International Review of Sport and Exercise Psychology, 1*-24.
- Mouratidis, A., Lens, W. & Vansteenkiste, M. (2010). How you provide corrective feedback makes a difference: The motivating role of communicating in an autonomy-supporting way. *Journal of Sport and Exercise Psychology, 32*(5), 619–637. <https://doi.org/10.1123/jsep.32.5.619>
- Neely, K. C. & Holt, N. L. (2014). Parents' perspectives on the benefits of sport participation for young children. *The Sport Psychologist, 28*(3), 255–268. <https://doi.org/10.1123/tsp.2013-0094>
- Neely, K., McHugh, T., Dunn, J. & Holt, N. (2017). Athletes and parents coping with deselection in competitive youth sport: A communal coping perspective. *Psychology of Sport and Exercise, 30*, 1–9. <http://dx.doi.org/10.1016/j.psychsport.2017.01.004>
- Németh, Z. (2017). Konfliktuskezelő stratégiák a labdarúgóedző – játékos – szülők közötti interakciókban. *Testnevelés, Sport, Tudomány, 2*(4), 55–81. <https://doi.org/10.21846/tst.2017.4.5>
- Newton, M. & Duda, J. L. (1999). The interaction of motivational climate, dispositional goal orientations, and perceived ability in predicting indices of motivation. *International Journal of Sport Psychology, 30*(1), 63–82.
- Ntoumanis, N. & Biddle, S. J. (1999). Affect and achievement goals in physical activity: A meta-analysis. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports, 9*(6), 315–332. <https://doi.org/10.1111/j.1600-0838.1999.tb00253.x>

- O'Neil, L. & Amorose, A. J. (2021). Autonomy support and control within mother-father parenting structures: A person-centered approach in youth sport. *Psychology of Sport and Exercise*, 53, 101854. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2020.101854>
- O'Rourke, D.J., Smith, R.E., Smoll, F.L. & Cumming, S.P. (2011). Trait anxiety in young athletes as a function of parental pressure and motivational climate: Is parental pressure always harmful? *Journal of Applied Sport Psychology*, 23(4), 398–412. <https://doi.org/10.1080/10413200.2011.552089>
- O'Rourke, D. J. & Smith, R. E. (2013). Parent-initiated motivational climate and young athletes intrinsic-extrinsic motivation: Cross-sectional and longitudinal relations. *Journal of Child and Adolescent Behaviour*, 1(2), 1–8. <https://doi.org/10.4172/2375-4494.1000109>
- O'Rourke, D. J., Smith, R. E., Smoll, F. L. & Cumming, S. P. (2014). Relations of parent- and coach-initiated motivational climates to young athletes' self-esteem, performance anxiety, and autonomous motivation: Who is more influential?. *Journal of Applied Sport Psychology*, 26(4), 395–408. <https://doi.org/10.1080/10413200.2014.907838>
- Olsson, L. F., Hill, A. P., Madigan, D. J. & Woodley, G. (2020). Development of perfectionism in junior athletes: Examination of actual and perceived parental perfectionism. *Journal of Sports Sciences*, 38(6), 669–675. <https://doi.org/10.1080/02640414.2020.1723387>
- Omli, J. & Wiese-Bjornstal, D. M. (2011). Kids speak: preferred parental behavior at youth sport events. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 82(4), 702–711. <https://doi.org/10.1080/02701367.2011.10599807>
- Orosz, G., Tóth-Király, I., Büki, N., Ivaskevics, K., Bőthe, B., & Fülöp, M. (2018). Multidimensional Competitive Orientation Inventory. *Frontiers in Psychology*, 9 779.
- Papacharisis, V., Goudas, M., Danish, S. J. & Theodorakis, Y. (2005). The effectiveness of teaching a life skills program in a sport context. *Journal of Applied Sport Psychology*, 17(3), 247–254. <https://doi.org/10.1080/10413200591010139>
- Parkes, A., Sweeting, H., & Wright, D. (2015). Parenting stress and parent support among mothers with high and low education. *Journal of Family Psychology*, 29(6), 907-918.
- Partridge, J. A. & Wann, D. L., (2015). Exploring the shame coping experiences of youth sport parents. *Journal of Sport Behavior*, 38(3), 288–305
- Peter, N. E. (2011). Confessions of a baseball mom: The impact of youth sports on parents' feelings and behaviors. *New Directions for Youth Development*, (S1), 123–171. <https://doi.org/10.1002/yd.422>
- Pikó, B. & Keresztes, N. (2007) *Sport, lélek, egészség*. Akadémiai Kiadó, Budapest.
- Podlog, L., Wadey, R., Stark, A., Lochbaum, M., Hannon, J., & Newton, M. (2013). An adolescent perspective on injury recovery and the return to sport. *Psychology of Sport and Exercise*, 14(4), 437-446.
- Pomerantz, E. M., Grolnick, W. S. & Price, C. E. (2005). The role of parents in how children approach achievement: A dynamic process perspective. In A. J. Elliot & C. S. Dweck (Eds.), *Handbook of competence and motivation* (pp. 229–278). Guilford Publications.
- Ponseti, F.J., Sese, A. & Garcia-Mas, A. (2016). The impact of competitive anxiety and parental influence on the performance of young swimmers, *Revista Iberoamericana De Psicología Del Ejercicio Y El Deporte*, 11(2), 229–237.



- Power, T. G. & Woolger, C. (1994). Parenting practices and age-group swimming: A correlational study. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 65(1), 59–66. <https://doi.org/10.1080/02701367.1994.10762208>
- Prochazka, J., Ovcari, M. & Durinik, M. (2020). Sandwich feedback: The empirical evidence of its effectiveness. *Learning and Motivation*, 71, 1–10. <https://doi.org/10.1016/j.lmot.2020.101649>
- Raimundi, M. J., Molina, M. F., Schmidt, V. & Hernández-Mendo, A. (2016). Family functioning profiles and character strengths in young elite athletes from Argentina. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 17(1), 32–51. <https://doi.org/10.1080/1612197x.2016.1189949>
- Ream, R. K. & Rumberger, R. W. (2008). Student Engagement, Peer Social Capital, and School Dropout Among Mexican American and Non-Latino White Students. *Sociology of Education*, 81(2), 109–139. <https://doi.org/10.1177/003804070808100201>
- Rei, R. M., & Fong, C. (1996). The Spanish version of the parental stressor scale: Pediatric intensive care unit. *Journal of Pediatric Nursing*, 11(1), 3-9.
- Ridley M. (2013). *Parental Perceptions of Their Sport Involvement with Late Adolescent Student Athletes*, Ball State University, Muncie, Indiana (Thesis)
- Roberts, G. C., Treasure, D. C., & Kavussanu, M. (1996). Orthogonality of achievement goals and its relationship to beliefs about success and satisfaction in sport. *The Sport Psychologist*, 10(4), 398-408.
- Rodis, A.G. (2013). *Swedish swimmers' perception of parental involvement*. Letöltve: 2018. január 11-én: <http://idrottsforum.org/rodis131126/>
- Ross, A. J., Mallett, C. J. & Parkes, J. F. (2015). The Influence of Parent Sport Behaviours on Childrens Development: Youth Coach and Administrator Perspectives. *International Journal of Sports Science & Coaching*, 10(4), 605–621. <https://doi.org/10.1260/1747-9541.10.4.605>
- Ryan, R.M. & Deci, E.L. (2002). Overview of Self-Determination Theory: An Organismic Dialectical Perspective. In E.L Deci & R.M. Ryan (Eds.), *Handbook of Self-determination Research* (3-33.). The University of Rochester Press: New York.
- Sacks D. N. & Tenenbaum G., Pargman D. (2006): Providing Sport Psychology Services to Families. In J. Dosil (Ed.), *The Sport Psychologist's Handbook: A Guide for Sport-Specific Performance Enhancement* (pp. 39–61). Wiley & Sons, New York.
- Sagar, S. S. & Lavalley, D. (2010). The developmental origins of fear of failure in adolescent athletes: Examining parental practices. *Psychology of Sport and Exercise*, 11(3), 177–187. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2010.01.004>
- Sallay H. & Münnich Á. (1999). Családi nevelési attitűdök percepciója és a self-fejlődéssel való összefüggései. *Magyar Pedagógia*. 99(2) 157–174.
- Sánchez-Miguel, P. A., Leo, F. M., Sánchez-Oliva, D., Amado, D. & García-Calvo, T. (2013). The Importance of Parents' Behavior in their Children's Enjoyment and Amotivation in Sports. *Journal of Human Kinetics*, 36(1). <https://doi.org/10.2478/hukin-2013-0017>
- Sándor, M. (2010). *A versengés, a győzelem és a vesztes fogalma kisiskolás korban*. Doktori disszertáció, Eötvös Loránd Tudományegyetem, Pszichológiai Doktori Iskola, Budapest
- Sapieja, K., Dunn, J. & Holt, N. (2011). Perfectionism and perceptions of parenting styles in male youth soccer. *Journal Of Sport And Exercise Psychology*, 33(1), 20–39. <http://dx.doi.org/10.1123/jsep.33.1.20>

- Sarrazin, P., Vallerand, R., Guillet, E., Pelletier, L. & Cury, F. (2002). Motivation and dropout in female handballers: A 21-month prospective study. *European Journal of Social Psychology*, 32(3), 395–418. <https://doi.org/10.1002/ejsp.98>
- Scanlan, T. K. & Lewthwaite, R. (1984). Social psychological aspects of competition for male youth sport participants: I. Predictors of competitive stress. *Journal of Sport Psychology*, 6(2), 208–226. <https://doi.org/10.1123/jsp.6.2.208>
- Scanlan, T. K. & Lewthwaite, R. (1986). Social psychological aspects of competition for male youth sport participants: IV. Predictors of enjoyment. *Journal of Sport Psychology*, 8(1), <https://doi.org/10.1123/jsp.8.1.25>
- Schulman, S. & Davies, T. (2007). *Evidence of the impact of the 'Youth Development Model' on outcomes for young people – A literature review*. London: The National Youth Agency: Information and Research.
- Schwebel, F. J., Smith, R. E. & Smoll, F. L. (2016). Measurement of perceived parental success standards in sport and relations with athletes' self-esteem, performance anxiety, and achievement goal orientation: Comparing parental and coach influences. *Child Development Research*, 1–13. <http://dx.doi.org/10.1155/2016/7056075>
- Senko, C. & Tropiano, K. L. (2016). Comparing three models of achievement goals: Goal orientations, goal standards, and goal complexes. *Journal of Educational Psychology*, 108(8), 1178–1192. <http://dx.doi.org/10.1037/edu0000114>
- Shields, D., Bredemeier, B. L., LaVoi, N. & Power, F. (2005). The sport behavior of youth, parents, and coaches: The good, the bad, and the ugly. *Journal of Research in Character Education*. 3(1), 43–59.
- Siekańska, M. (2012). Athletes' perception of parental support and its influence in sports accomplishments – A retrospective study. *Human Movement*, 13(4), 380–387. <https://doi.org/10.2478/v10038-012-0046-x>
- Sipos, K., Bejek, K. & Kudar, K. (1999). A magyar nyelvű CSAI-2 versenyszorongás skála sztenderdizálása. In: Mónus A. (szerk.) *III. Országos Sporttudományi Kongresszus, II. kötet* (293–299). Budapest: Magyar Sporttudományi Társaság
- Smith, R. E. & Smoll, F. L. (2012). *Sport psychology for youth coaches: developing champions in sports and life*. Lanham, Rowman & Littlefield.
- Smohai, M., Harsányi Sz. G., Koltói L., Kovács D. Kövesdi A., Nagybányai-Nagy O., Nyitrai E., Simon G., Takács N. & Takács Sz. (2019). Az országos kompetenciamérés során felvett, szabadidős sporttevékenységre irányuló adatok elemzése és standardjainak közlése. *Psychologia Hungarica Caroliensis*, 7(2), 50–63.
- Smoll, F. L., Smith, R. E. & Cumming, S. P. (2007). Effects of Coach and Parent Training on Performance Anxiety in Young Athletes: A Systemic Approach. *Journal of Youth Development* 2(1), 19–36,
- Smoll, F. L., Cumming, S. P. & Smith, R. E. (2011). Enhancing Coach–Parent Relationships in Youth Sports: Increasing Harmony and Minimizing Hassle. *International Journal of Sports Science & Coaching*, 6 (1), 13–26. <https://doi.org/10.1260/1747-9541.6.1.13>
- Solem, M. B., Christophersen, K. A., & Martinussen, M. (2011). Predicting parenting stress: Children's behavioural problems and parents' coping. *Infant and Child Development*, 20(2), 162–180.

- Soós, I., Szabó, A. & Tsang, C. K. E. (2004): Self-Determination, Goal Orientation, and Students' Anxiety in Secondary School Sport Clubs. *Journal of Coimbra Network on Exercise Sciences*, 1(1), 35–42.
- Sorkkila, M., Aunola, K. & Ryba, T. V. (2017). A Person-Oriented Approach to Sport and School Burnout in Adolescent Student-Athletes: The Role of Individual and Parental Expectations. *Psychology of Sport and Exercise*, 28, 58–67. <http://dx.doi.org/10.1016/j.psychsport.2016.10.004>
- Stein, G. L., Raedeke, T. D. & Glenn, S. D. (1999). Children's Perceptions of Parent Involvement: It's Not How Much, But to What Degree That's Important. *Journal of Sport Behavior*, 22(4), 591–601.
- Sterbenz, T., Gulyás, E. & Kassay, L. (2014). Incentive System in Hungarian High Performance Sport. *Physical Culture and Sport*, 64(1), 53–63. <https://doi.org/10.2478/pcssr-2014-0025>
- Stroebel, L. C. (2006). *Parental Involvement in Sport: Perceptions of Competitive Adolescent Swimmers* (Unpublished doctoral dissertation, University of the Free State). Letöltve: 2018 január 11-én: <https://scholar.ufs.ac.za/handle/11660/1708>
- Stuart, M. E. & Ebbeck, V. (1995). The Influence of Perceived Social Approval on Moral Development in Youth Sport. *Pediatric Exercise Science*, 7(3), 270–280. <https://doi.org/10.1123/pes.7.3.270>
- Sukys, S., Lisinskiene, A. & Tilindiene, I. (2015). Adolescents' Participation in Sport Activities and Attachment to Parents and Peers. *Social Behavior and Personality: an International Journal*, 43(9), 1507–1517. <https://doi.org/10.2224/sbp.2015.43.9.1507>
- Sukys, S., Majauskienė, D., Cesnaitiene, V. J. & Karanauskiene, D. (2014). Do Parents' Exercise Habits Predict 13–18-Year-Old Adolescents' Involvement in Sport? *Journal of Sports Science & Medicine*, 13(3), 522–528
- Sutcliffe, J. T., Kelly, P. J. & Vella, S. A. (2021). Youth Sport Participation and Parental Mental Health. *Psychology of Sport and Exercise*, 52, 101832. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2020.101832>
- Sutcliffe, J. T., McLaren, C. D., Benson, A. J., Martin, L. J., Arnocky, S., Shields, C., Law, B., Dorsch, T. E. & Bruner, M. W. (2020). Parents' Moral Intentions Towards Antisocial Parent Behaviour: An Identity Approach in Youth Sport. *Psychology of Sport and Exercise*, 49, 101699. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2020.101699>
- Székelyi, M. & Barna, I. (2002). *Túlélőkészlet az SPSS-hez. Többváltozós elemzési technikákról társadalomkutatók számára*. Budapest: Typotex Kiadó
- Széplaki A., Bachmann P., Simon J., Kovács K., Gyömbér N. & Smohai M. (2017): A 7-13 éves sportoló gyermekek szüleivel kapcsolatos Kétszempon-tú Sportszülői Támogatás Kérdőívcsomag magyar változatának bemutatása, *Alkalmazott Pszichológia* 17(1), 61–75.
- Szenczi B. (2010). Olvasási motiváció: definíciók és kutatási irányok. *Magyar Pedagógia*, 110(2), 119–147.
- Teques, P., Calmeiro, L., Martins, H., Duarte, D. & Holt, N. L. (2018). Mediating Effects of Parents' Coping Strategies on the Relationship Between Parents' Emotional Intelligence and Sideline Verbal Behaviors in Youth Soccer. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 40(3), 153–162. <https://doi.org/10.1123/jsep.2017-0318>
- Teques, P., Calmeiro, L., Rosado, A., Silva, C. & Serpa, S. (2019). Perceptions of Parenting Practices and Psychological Variables of Elite and Sub-Elite Youth Athletes. *Frontiers in Psychology*, 10. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.01495>

- Teques, P., Serpa, S., Rosado, A., Silva, C. & Calmeiro, L. (2016). Parental Involvement in Sport: Psychometric Development and Empirical Test of a Theoretical Model. *Current Psychology*, 37(1), 234–249. <https://doi.org/10.1007/s12144-016-9507-2>
- Tessitore, A., Capranica, L., Pesce, C., Bois, N. D., Gjaka, M., Warrington, G., MacDonncha, C. & Doupona, M. (2021). Parents about Parenting Dual Career Athletes: A Systematic Literature Review. *Psychology of Sport and Exercise*, 53, 101833. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2020.101833>
- Thrower, S. N., Harwood, C. G. & Spray, C. M. (2017). Educating and Supporting Tennis Parents: An Action Research Study. *Qualitative Research in Sport, Exercise and Health*, 9(5), 600–618. <https://doi.org/10.1080/2159676x.2017.1341947>
- Tofler, I. R., Knapp, P. K. & Lardon, M. T. (2005). Achievement by Proxy Distortion in Sports: A Distorted Mentoring of High-Achieving Youth. Historical Perspectives and Clinical Intervention with Children, Adolescents, and their Families. *Clinics in Sports Medicine*, 24(4), 805–828. <https://doi.org/10.1016/j.csm.2005.06.007>
- 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.
- Udry, E., Gould, D., Bridges, D. & Tuffey, S. (1997). People Helping People? Examining the Social Ties of Athletes Coping with Burnout and Injury Stress. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 19(4), 368–395. <https://doi.org/10.1123/jsep.19.4.368>
- Ullrich-French, S. & Smith, A. L. (2006). Perceptions of Relationships with Parents and Peers in Youth Sport: Independent and Combined Prediction of Motivational Outcomes. *Psychology of Sport and Exercise*, 7(2), 193–214. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2005.08.006>
- Urbán, G., Orosz, G., Kerepes, L. & Jánvári, M. (2014). A 3×2 teljesítés-cél kérdőív magyar nyelvű adaptációja. *Pszichológia*, 34(1), 73–97. <http://dx.doi.org/10.1556/pszicho.34.2014.1.4>
- Vallerand, R. J. (1997). Toward a hierarchical model of intrinsic and extrinsic motivation. In Zanna, M. P. (Ed.), *Advances in experimental social psychology*, 29. 271–360. Academic Press.
- Vallerand, R. J., & Lalonde, D. R. (2011). The MPIC model: The perspective of the hierarchical model of intrinsic and extrinsic motivation. *Psychological Inquiry*, 22(1), 45-51.
- Vazou S., Ntoumanis N. & Duda J.L. (2006). Predicting young Athletes' Motivational Indices as a Function of Their Perceptions of the Coach-and Peer-Created Climate. *Psychology of Sport and Exercise* 7(2), 215–233. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2005.08.007>
- Vincent, A. & Christensen, D. (2015). Conversations With Parents: A Collaborative Sport Psychology Program for Parents in Youth Sport. *Journal of Sport Psychology in Action*, 6(2), 73–85. <http://dx.doi.org/10.1080/21520704.2015.1054535>
- Wang, C. J. & Biddle, S. J. (2001). Young People's Motivational Profiles in Physical Activity: A Cluster Analysis. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 23(1), 1–22. <https://doi.org/10.1123/jsep.23.1.1>
- Watchman, T. & Spencer-Cavaliere, N. (2017). Times Have Changed: Parent Perspectives on Children's Free Play and Sport. *Psychology of Sport and Exercise*, 32, 102–112. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2017.06.008>
- Weinberg R. S. & Gould D. (2019). *Foundations of Sport and Exercise Psychology* 7th edition, Human Kinetics, P, Champaign, IL, 515–536

- Weiss, M. R. & Amorose, A. J. (2008). Motivational Orientations and Sport Behaviour. In Horn, T. S. (Eds.), *Advances in Sport Psychology* (115–155). Champaign, IL: Human Kinetics.
- Weiss, M. R., Wiese, D. M. & Klint, K. A. (1989). Head Over Heels with Success: The Relationship between Self-Efficacy and Performance in Competitive Youth Gymnastics. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, *11*(4), 444–451. <https://doi.org/10.1123/jsep.11.4.444>
- Weiss, W. M. & Aloe, A.M. (2019). Revisiting mediational models of sport commitment with female gymnasts, *International Journal of Sport and Exercise Psychology*. *17*(6), 600-616, <https://doi.org/10.1080/1612197X.2018.1462228>
- Weiss, M. R., & Fretwell, S. D. (2005). The parent-coach/child-athlete relationship in youth sport: Cordial, contentious, or conundrum?. *Research quarterly for exercise and sport*, *76*(3), 286-305.
- Weltevreden, G. M., Hooft, E. A. V., & Vianen, A. E. V. (2018). Parental behavior and adolescent's achievement goals in sport. *Psychology of Sport and Exercise*. *39*, 122–131. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2018.08.004>
- White, S. (1998). Adolescent Goal Profiles, Perceptions of the Parent-Initiated Motivational Climate, and Competitive Trait Anxiety. *The Sport Psychologist*, *12*(1), 16-28. <http://dx.doi.org/10.1123/tsp.12.1.16>
- Wiersma, L. D. & Fifer, A.M. (2008). "The Schedule Has Been Tough but We Think It's Worth It": The Joys, Challenges, and Recommendations of Youth Sport Parents. *Journal of Leisure Research*, *40*(4), 505-530. <https://doi.org/10.1080/00222216.2008.11950150>
- Wiese-Bjornstal, D. M., Lavoie, N. M., & Omli, J. (2009). Child and adolescent development and sport participation. In B. Brewer (Ed.), *International Olympic Committee (IOC) Medical Commission, Handbook of Sports Medicine and Science: Sport Psychology Volume* (pp. 97-112). Blackwell Publishing, Ltd.
- Wolfenden, L.E., & Holt, N.L. (2005). Talent development in elite junior tennis: Perceptions of players, parents, and coaches. *Journal of Applied Sport Psychology*, *17*(2), 108–126. <https://doi.org/10.1080/10413200590932416>
- Wright, E., Gould, D., & Erickson, K. (2019). Home away from home: An examination of the billet family experience in junior ice hockey. *Journal of Applied Sport Psychology*, 1–20. <https://doi.org/10.1080/10413200.2019.1674945>
- Wuerth, S., Lee, M.J. & Alfermann, D. (2004) Parental involvement and athletes' career in youth sport. *Psychology of Sport and Exercise*, *5*(1) 21-33. [https://doi.org/10.1016/S1469-0292\(02\)00047-X](https://doi.org/10.1016/S1469-0292(02)00047-X)
- Wylleman, P. (2018). Sport psychologists assisting young talented athletes faced with career transitions. In C.J. Knight, C. G.Harwood, D. Gould (Eds.), *Sport Psychology for Young Athletes* (p.141-152). Routledge, London.
- Wylleman, P. & Lavalley, D. (2004). A Developmental Perspective on Transitions Faced by Athletes. In M. R. Weiss (Ed.), *Developmental sport and exercise psychology: A lifespan perspective* (pp. 503–523). Fitness Information Technology.
- Xiang, P., McBride, R., Guan, J. & Solmon, M. (2003). Children's motivation in elementary physical education: An expectancy-value model of achievement choice. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, *74*(1), 25-35. <https://doi.org/10.1080/02701367.2003.10609061>
- Yabe, Y., Hagiwara, Y., Sekiguchi, T., Momma, H., Tsuchiya, M., Kanazawa, K., Koide, M., Itaya, N., Yoshida, S., Sogi, Y., Yano, T. Onoki, T., Itoi, E. & Nagatomi, R.

- (2019). Parents' Own Experience of Verbal Abuse Is Associated with their Acceptance of Abuse towards Children from Youth Sports Coaches. *The Tohoku Journal of Experimental Medicine*, 249(4), 249-254. <https://doi.org/10.1620/tjem.249.249>
- Yang, X. L., Telama, R., & Laakso, L. (1996). Parents' physical activity, socioeconomic status and education as predictors of physical activity and sport among children and youths-A 12-year follow-up study. *International Review for the Sociology of Sport*, 31(3), 273-291.
- Zito, M (2011). Family systems interventions in sport. In S.J.Hanrahan, M.B. Andersen (Eds), *Routledge Handbook of Applied Sport Psychology: A Comprehensive Guide for Students and Practitioners* (p. 177-186.) London: Routledge.
- Zsolnai A. (2013). Szociális tanulás–szociális viselkedés. In Benedek A. & Golnhofer E. (Eds.), *Tanulmányok a neveléstudomány köréből* (pp. 55-77). MTA Pedagógiai Tudományos Bizottság, Budapest

## 7 Saját publikációk jegyzéke

### Disszertációhoz kapcsolódó közlemény:

- Gyömbér N. & Kovács K. (2012). *Fejben dől el – Sportpszichológia mindenkinek*, Noran Libro Kft, Budapest ISBN 978-963-9996-66-3
- Gyömbér, N., Lénárt, Á. & Kovács, K. (2013) Differences between personality characteristics and sport performance by age and gender. *Acta Facultatis Educationis Physicae Universitatis Comenianae*, 53(2), 5-15
- Gyömbér N., Kovács K. & Ruzits É. (2016). *Gyereklélek sportcipőben, avagy fiatalkori és utánpótlás sportpszichológia mindenkinek*, Noran Libro Kft, Budapest ISBN 978-615-5513-65-7
- Gyömbér, N., Kovács, K. & Lénárt, Á. (2016) Do psychological factors play a crucial role in sport performance? – Research on personality and psychological variables of athletes in Hungary *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 16(1), 223-231.
- Széplaki A., Bachmann P., Simon J., Kovács K., Gyömbér N. & Smohai M. (2017): A 7-13 éves sportoló gyermekek szüleivel kapcsolatos Kétszempon্তু Sportszülői Támogatás Kérdőívcsomag magyar változatának bemutatása, *Alkalmazott Pszichológia* 17(1), 61–75.
- Kovács K., Kéring J. Gyömbér N. & Lénárt Á. (2019): Risk factors in hungarian elite rhythmic gymnastic from psychological aspect the relation among body image, motivation, burn-out, *Sport Science and Human Health*, 1(2), 74-79. DOI: 10.28925/2664-2069.2019.2.11
- Kovács K., Gyömbér N., Kelemen Á. & Fodorné Földi R. (2019): Az észlelt autonómiatámogatás hatása a teljesítéscélokra karate utánpótlás korosztályoknál, *Magyar Pszichológiai Szemle*, 74(2/3), 163–180. DOI: 10.1556/0016.2019.74.2.3
- Kovács K., F. Földi R., Lénárt Á. & Gyömbér N. (2020). Észlelt autonómiatámogatás kérdőívek hazai adaptációja. *Alkalmazott Pszichológia* 20(1), 103-119. <https://doi.org/10.17627/ALKPSZICH.2020.1.103>
- Kovács K., Fodorné Földi R., Géczy G. & Gyömbér N. (2020). PISQ magyar nyelvű adaptációja szülői mintán. *Magyar Sporttudományi Szemle* 21(1). 41-47
- Kovács K., Fodorné Földi R., Smohai M., Géczy G. & Gyömbér N. (2020). A Szülői Bevonódás a Sportban Kérdőív hazai adaptációja. *Mentálhigiéné és Pszichoszomatika* 21(2), 1–26 DOI: 10.1556/0406.21.2020.010
- Kovács K., Németh K., F. Földi R. & Gyömbér N. (2022). Stressful sport-parenting? Development and initial validation of parental stressors scale. *Journal of Physical Education and Sport* 22(1) 75-84 DOI:10.7752/jpes.2022.01009
- Kovács K. & Gyömbér N. (2022). Az utánpótlásspport néhány hatótényezője. In Goschi G., Pálvolgyi Á., *Dobbantó: A sportpszichológia tankönyve I.*, Sport és Lélek - Sport-pszichoterápiás Egyesület, Budapest, pp 391-403.

- Kovács K.**, F. Földi R. & Gyömbér N. (2022). The effects of parents' and their children's characteristics on parental involvement in sport. *Journal of Family Issues*, 0(0), 1-24. DOI:10.1177/0192513X221106739
- Kovács K.**, F. Földi R., Géczi G. & Gyömbér N. (2022). Parental Stressors in Sports Influenced by Attributes of Parents and Their Children. *International Journal of Environmental Research and Public Health* 19(13), 8015; DOI:10.3390/ijerph19138015
- Kovács K.**, Kéring J., Gyömbér N. & Németh K. (2022). In the Pitfall of Expectations: An Exploratory Analysis of Stressors in Elite Rhythmic Gymnastics. *Frontiers in Psychology* 13, 955232. DOI:10.3389/fpsyg.2022.955232

**Disszertációtól független közlemény:**

- Kovács K.**, Berki Tamás., Ágoston R., Smohai M., Harsányi S. G., Szemes Á., & Gyömbér N. (2020). A Sportolói Kiegészítő Kérdőív Hazai Adaptációja. *Magyar Pszichológiai Szemle* 75(3),391-406. <https://doi.org/10.1556/0016.2020.00023>
- Kovács K.**, Gyömbér N. & F.Földi R. (2021). Az Edző-Sportoló Kapcsolat Kérdőív hazai adaptációja, a sportoló szemszögén keresztül. *Magyar Sporttudományi Szemle* 22(2), 12-20.
- Kovács K.**, Königh-Görög D., F.Földi R. & Gyömbér N. (2021). Az Edzői Viselkedés Kérdőív hazai adaptációja. *Mentálhigiéné és Pszichoszomatika* 22(3), 261-280.
- Smohai, M., Szemes, Á., Bernhardt-Torma, N., Mirnics, Z., Bóna, K., **Kovács, K.**, Gyömbér N., Béres R., Kövi Zs., Mészáros V., Tanyi V., Kovács D., Vass Z. & Tóth, L. (2021). Psychometric properties of the Hungarian adaptation of the Sport Motivation Scale II. *Journal of Physical Education and Sport*, 21(3), 2209-2218.
- Fejes N. & **Kovács K.** (2022). Sötét Hármass az edzők körében - A magyar edzők vezetésének, kommunikációjának és személyiségének feltérképezése. *Magyar Sporttudományi Szemle*, 23(1), 9-15



## 8 Köszönetnyilvánítás

Ezúton szeretnék köszönetet mondani témavezetőmnek Fodorné Dr. Földi Rita docens asszonynak, aki értékes visszajelzéseivel, iránymutatásaival segítette a disszertáció készítésének folyamatát. Szeretném köszönetemet kifejezni Dr. habil. Géczy Gábor tanszékvezető egyetemi docens úrnak, társ-témavezetőmnek a PhD-tanulmányaim ideje alatt a doktori disszertációm elkészítése során nyújtott segítségével, tanácsaiért.

Köszönöm Dr. Lénárt Ágotának és a tanszéken dolgozó kollégáknak az éveken át nyújtott segítségét, fáradhatatlan szakmai támogatását. Hálás vagyok a segítségért a Budapest Honvéd Kosárlabda Akadémiának, különösen Zsoldos Andrásnak, hogy bíztak bennem, továbbá a Magyar Kézilabda Szövetségnek és Gyömörey Istvánnak, hogy ennyi szülőhöz eljuttatták a kérdőívet, valamint Bóna Krisztinának, Nádasy-Csáky Dorottyanak, hogy segítettek a mintavételben, a Magyar Edzők Társaságának, hogy mindig nyitottak voltak a témámra.

Különösen köszönöm Dr. Gyömbér Noéminek a szakmai segítséget és támogatást, valamint, hogy állandóan számíthattam rá és arra, hogy meghallgatja a bizonytalanságaimat. Dr. Török Lillának, hogy mindig új ismeretanyaggal látott el, Dr. Takács Johannának, aki elérte, hogy megszeressem a statisztikát, Rab Tímeának, aki emlékeztetett a határidőkre (is). Czinege Zoltánnak, hogy rászoktatott a kávéra és kezelte a stresszhelyzeteket, Kalász-Kovács családnak és édesanyámnak, akik végig támogattak az évek alatt és ha kellett, kiszakítottak a munkából (köszí Lizi és Lóci!), valamint barátaimnak (Kriszta, Éva, Dorka, Berni, Reni, Kati köszönöm!) akik újra és újra végig hallgatták hol tartok vagy éppen állok.

Köszönöm a klienseimnek, edzőknek és a sportszülőknek, akik nemcsak ihletet adtak, de nagyon sokat tanítottak a témáról.

Nélkületek nem tudtam volna befejezni!

## 9 Mellékletek

### 9.1 Demográfiai és sportra vonatkozó kérdések

**Nem**    Férfi                       Nő

**Életkor:** .....

**Családi állapot:**             Házas/élettársi viszony             Egyedülálló szülő/ Elvált

**Iskolai végzettség:**

- Általános
- Középfokú
- Főiskola/Egyetem
- Posztgraduális képzés
- Egyéb .....

**Sportolt-e ön versenyszerűen?**    Igen                       Nem

**Gyermek neme**                       Fiú                       Lány

**Gyermek életkora** .....

**Gyermek sportága(i):** .....

**Gyermek sportéletkora (hány éve sportol)** .....

**Hány éve versenyez?** .....

**Hetente hány órát tölt el edzéssel?** .....

**Volt-e sportsérülése?**             Igen                       Nem

**Van-e testvére?**                       Igen                       Nem

**Ha igen:**

Hány testvére van? .....

## 9.2 Észlelt szülői autonómiatámogatás kérdőív

Ezek a kérdések a szüleidre vonatkoznak. Arra keressük a választ, mennyire bátorítanak téged arra, hogy sportolj. Kérlek, gondosan olvasd el az alábbi állításokat, majd egy hétfokú skálán jelöld be azt a válaszlehetőséget, amit magadra nézve a leginkább jellemzőnek tartasz.

1	2	3	4	5	6	7
Egyáltalán nem értek egyet			Semleges			Teljesen egyetérték

Együttműködésedet hálásan köszönjük!

1) Úgy érzem, hogy a szüleim megteremtik a lehetőségét annak, hogy versenyszerűen sportoljak.	1 2 3 4 5 6 7
2) Úgy gondolom, hogy a szüleim megértik, hogy miért sportolok versenyszerűen.	1 2 3 4 5 6 7
3) A szüleim szerint megvannak a megfelelő képességeim a sportoláshoz.	1 2 3 4 5 6 7
4) A szüleim bátorítanak arra, hogy versenyszerűen sportoljak.	1 2 3 4 5 6 7
5) A szüleim hallgatnak rám a versenyszerű sporttal kapcsolatban.	1 2 3 4 5 6 7
6) A szüleim megdicsérik, mikor versenyszerűen sportolok.	1 2 3 4 5 6 7
7) Tudok beszélgetni a szüleimmel a versenysportról.	1 2 3 4 5 6 7
8) A szüleim segítenek abban, hogy megértsem, miért van szükségem a versenyszerű sportra.	1 2 3 4 5 6 7
9) A szüleim válaszolnak a kérdéseimre, ami a versenyszerű sporttal kapcsolatos.	1 2 3 4 5 6 7
10) A szüleimet foglalkoztatja a sport, amit űzök.	1 2 3 4 5 6 7
11) Úgy érzem, megoszthatom azokat a tapasztalataimat, élményeimet a szüleimmel, melyek a versenyszerű sportolással kapcsolatos.	1 2 3 4 5 6 7
12) Megbízom a szüleim tanácsaiban a sporttal kapcsolatban.	1 2 3 4 5 6 7

### 9.3 Szülői Bevonódás a Sportba – szülőknek szóló kérdőív

Kérem, gondosan olvassa el az alábbi állításokat, majd jelölje be azt a válaszlehetőséget, amit magára nézve a leginkább jellemzőnek tart.

1. Soha            2. Ritkán            3. Néha            4. Gyakran            5. Mindig

1	Egy verseny után elmondom gyermekemnek, hogy szerintem miben kell még fejlődnie.	1	2	3	4	5
2	Megmondom vagy jelzem gyermekem felé, hogy edzés közben vagy az edzésre vonatkozóan mit kellene csinálnia.	1	2	3	4	5
3	Elmondom neki/gyermekeimnek, hogy szerintem hogyan fejleszthetné tovább a technikáját.	1	2	3	4	5
4	Egy rosszul sikerült verseny után rámutatok gyermekemnek arra, hogy szerintem mit csinált rosszul.	1	2	3	4	5
5	Egy verseny előtt elmondom gyermekemnek, hogy konkrétan mit kell tennie ahhoz, hogy jól teljesítsen.	1	2	3	4	5
6	Még egy rosszul sikerült verseny után is megdicsérem gyermekemet azokért a dolgokért, amiket jól csinált.	1	2	3	4	5
7	A versenyek után megmondom gyermekemnek azt, ha szerintem nem próbálkozott elég keményen.	1	2	3	4	5
8	Egy verseny után megdicsérem a gyermekemet azért, mert minden tőle telhetőt megtett.	1	2	3	4	5
9	Elvárom a gyermekemtől, hogy lemondjon a pihenéséről az edzések és versenyek javára.	1	2	3	4	5
10	Egy verseny után megdicsérem a gyermekemet azért, amilyen helyezést/eredményt elért.	1	2	3	4	5
11	Szoktam önkénteskedni a versenyeken, mint rendező, segítő vagy bármi más.	1	2	3	4	5
12	Nyomást gyakorlok gyermekemre, hogy minden edzésen kihozza magából a maximumot.	1	2	3	4	5
13	Aktív szerepet vállalok gyermekem egyesületének működésében.	1	2	3	4	5
14	Elvárom gyermekemtől, hogy mindent háttérbe szorítson a sport érdekében.	1	2	3	4	5
15	Nyomást gyakorlok gyermekemre a sporttal kapcsolatban.	1	2	3	4	5

## 9.4 Szülői Stresszorok a Sportban Skála

Az alábbiakban olyan állításokat fog találni, amelyek a szülők számára stresszt okozhatnak gyermekük sportszocializációja során. Kérem, jelölje be egy ötfokú skálán, hogy az alábbi állítások mennyire okoznak önnek gondot, problémát.

1: Egyáltalán nem jellemző

3: Semleges

5: Teljesen jellemző

1	Tartok attól, hogy gyermekemet kiszorják a csapatából.	1	2	3	4	5
2	Tartok attól, hogy bizonyos edzői döntések miatt gyermekem háttérbe szorul.	1	2	3	4	5
3	Úgy érzem, hogy az akadémia/egyesület <i>szülők felé</i> irányuló elvárásai túl magasak.	1	2	3	4	5
4	Úgy érzem, hogy az akadémia/egyesület <i>sportolók felé</i> irányuló elvárásai túl magasak.	1	2	3	4	5
5	Tartok attól, hogy a gyermekem rosszul fog játszani a következő mérkőzésén.	1	2	3	4	5
6	Tartok attól, hogy a gyermekem a kispadra kényszerül.	1	2	3	4	5
7	Nem vagyok elégedett azzal, ahogy az akadémia/egyesület kommunikál velem.	1	2	3	4	5
8	Többször kerültem konfliktusba az egyesülettel/edzőkkel az iskolai elfoglaltságok miatt.	1	2	3	4	5
9	Tartok attól, hogy a sportkörnyezet negatívan fogja befolyásolni gyermekem intellektuális képességét.	1	2	3	4	5
10	Nem kapok <i>megfelelő mennyiségű</i> információt/visszajelzést a gyermekem teljesítményével kapcsolatban.	1	2	3	4	5
11	Nem kapok <i>megfelelő minőségű</i> információt/visszajelzést a gyermekem teljesítményével kapcsolatban.	1	2	3	4	5

## 9.5 Sportverseny Pillanatnyi Szorongás Skála

Kérem, jelölje be egy négyfokú skálán, hogy az alábbi állítások mennyire jellemzőek önre, **hogyan szokta Ön érezni magát gyermeke fontos versenye/mérkőzése alatt.**

1. Egyáltalán nem jellemző
2. Valamennyire jellemző
3. Eléggé jellemző
4. Nagyon jellemző

1	Nagyon foglalkoztat ez a verseny.	1	2	3	4
2	Ideges vagyok.	1	2	3	4
3	Gondtalannak érzem magam.	1	2	3	4
4	Kétkedek abban, hogy gyermekem jól fogja megoldani a versenyhelyzetet.	1	2	3	4
5	Nyugtalannak érzem magam.	1	2	3	4
6	Kellemesen érzem magam.	1	2	3	4
7	Aggódom amiatt, hogy ezen a versenyen gyermekem nem fog úgy szerepelni, ahogy szeretné.	1	2	3	4
8	Feszültséget érzek magamban.	1	2	3	4
9	Bízok gyermekem képességében.	1	2	3	4
10	Félek attól, hogy gyermekem veszíteni fog, rosszul fog teljesíteni.	1	2	3	4
11	Összeszorul, remeg a gyomrom.	1	2	3	4
12	Biztonságban érzem magam.	1	2	3	4
13	Arra gondolok, hogy gyermekem verseny közben leblokkol.	1	2	3	4
14	A testem ellazult.	1	2	3	4
15	Bízom abban, hogy gyermekem kiállja a próbát.	1	2	3	4
16	Félek attól, hogy gyermekem rosszul fogok szerepelni.	1	2	3	4
17	A szokásosnál gyorsabban ver a szívem.	1	2	3	4
18	Bízom abban, hogy gyermekem jól fog szerepelni.	1	2	3	4
19	Arra gondolok, hogy gyermekem eléri-e a célját.	1	2	3	4
20	Valami furcsa élményt érzek a gyomromban.	1	2	3	4
21	Nyugalmat érzek magamban.	1	2	3	4
22	Félek attól, hogy gyermekem teljesítménye csalódást okoz.	1	2	3	4
23	Nedves a tenyerem.	1	2	3	4
24	Bizakodó vagyok, mert el tudom képzelni, hogy gyermekem eléri a célját, győzni fog.	1	2	3	4
25	Félek attól, hogy gyermekem nem tud koncentrálni.	1	2	3	4
26	Megfeszülnek az izmaim.	1	2	3	4
27	Bízom abban, hogy gyermekem tétversenyen is sikeresen szerepel.	1	2	3	4

## 9.6 Frost-féle Multidimenziós Perfekcionizmus Skála

Kérjük, gondosan olvassa el az alábbi állításokat, majd jelölje be azt a válaszlehetőséget, amit magára nézve a leginkább jellemzőnek tart. Kérjük, jelölje be egy ötfokú skálán minden egyes állítás mellett, hogy milyen mértékben ért egyet azzal.

1: Egyáltalán nem értek egyet

5: Teljesen egyetértek

1	A szüleimnek nagyon magas elvárásai voltak velem szemben.	1	2	3	4	5
2	A szervezettség nagyon fontos számomra.	1	2	3	4	5
3	Gyermekkoromban megbüntettek, ha valamit nem csináltam tökéletesen.	1	2	3	4	5
4	Ha nem a legmagasabb követelményeket állítom magam elé, valószínűleg másodrendű ember leszek.	1	2	3	4	5
5	A szüleim sohasem próbálták elfogadni a hibáimat.	1	2	3	4	5
6	Nagyon fontos nekem, hogy teljes mértékben értsek mindenhez, amit csinálok.	1	2	3	4	5
7	Jó megjelenésű/csinos vagyok.	1	2	3	4	5
8	Igyekszem összeszedett lenni.	1	2	3	4	5
9	Ha kudarcot vallok a munkahelyemen/iskolában, akkor emberként is sikertelen vagyok.	1	2	3	4	5
10	Feldühít, ha hibázom.	1	2	3	4	5
11	A szüleim azt akarták, hogy mindenben én legyek a legjobb.	1	2	3	4	5
12	Magasabb célokat tűzök magam elé, mint a legtöbb ember.	1	2	3	4	5
13	Ha valaki egy munkahelyi/ iskolai feladatot nálam jobban old meg, akkor úgy érzem, hogy elrontottam az egész feladatot.	1	2	3	4	5
14	Ha részben elrontok valamit, az számomra olyan érzés, mintha teljesen elrontottam volna.	1	2	3	4	5
15	A családomban csak a legkiemelkedőbb teljesítmény lehet elég jó.	1	2	3	4	5
16	Nagyon jó vagyok abban, minden erőmet egy adott cél elérésére fordítom.	1	2	3	4	5
17	Még ha nagyon gondosan csinálok is valamit, gyakran érzem úgy, hogy az nem tökéletes.	1	2	3	4	5
18	Gyűlölöm, ha valamiben nem én vagyok a legjobb.	1	2	3	4	5
19	Kiemelkedősen magasak a célkitűzéseim.	1	2	3	4	5
20	A szüleim kiválóságot vártak el tőlem.	1	2	3	4	5
21	Az emberek valószínűleg kevesebbnek tartanak, ha hibát követek el.	1	2	3	4	5
22	Sohasem éreztem úgy, hogy meg tudok felelni a szüleim elvárásainak.	1	2	3	4	5

23	Ha nem teljesítek olyan jól, mint mások, az azt jelenti, hogy alsóbbrendű ember vagyok.	1	2	3	4	5
24	A többi ember alacsonyabb követelményeket támaszt önmagával szemben, mint én.	1	2	3	4	5
25	Ha nem nyújtok mindig jó teljesítményt, az emberek nem fognak tisztelni.	1	2	3	4	5
26	A szüleimnek mindig magasabb elvárásai voltak a jövőmmel kapcsolatban, mint nekem.	1	2	3	4	5
27	Igyekszem ápolni lenni.	1	2	3	4	5
28	Általában kételkedem magamban a hétköznapi apró tennivalóimat illetően is.	1	2	3	4	5
29	Nagyon fontos számomra, hogy mindig csinos/elegáns legyek.	1	2	3	4	5
30	Napi feladataim során jobb teljesítményt várok el magamtól, mint a legtöbb ember.	1	2	3	4	5
31	Összeszedett vagyok.	1	2	3	4	5
32	Hajlamos vagyok elmaradni a munkáimmal, mivel a dolgoknak újra és újra nekilátok.	1	2	3	4	5
33	Sok időmbe telik, hogy valamit „jól” csináljak.	1	2	3	4	5
34	Minél kevesebbet hibázom, annál több ember kedvel majd.	1	2	3	4	5
35	Sohasem éreztem úgy, hogy meg tudnék felelni a szüleim elvárásainak.	1	2	3	4	5