



BUDAPESTI MŰSZAKI ÉS GAZDASÁGTUDOMÁNYI EGYETEM
Gazdaság- és Társadalomtudományi Kar
Szociológia és Kommunikáció Tanszék

**Milák Kristóf verbális és nonverbális
kommunikációja a 2024-es párizsi olimpiát
vizsgálva**

Készítette: Szilas Kinga
komm. szakos hallgató

Konzulens: Kincses Gábor

Országos Tudományos Diákköri Konferencia
Budapest, 2024

Tartalom

1.	BEVEZETÉS.....	1
2.	KOMMUNIKÁCIÓ ÉS A SPORT.....	2
2.1.	A KOMMUNIKÁCIÓ FOGALMA.....	2
2.2.	A KOMMUNIKÁCIÓ JELLEMZŐI.....	2
2.3.	A KOMMUNIKÁCIÓ TÉNYEZŐI.....	3
2.4.	A SPORTKOMMUNIKÁCIÓ FOGALMA.....	4
2.5.	VERBÁLIS KOMMUNIKÁCIÓ.....	5
2.5.1.	<i>A beszéd.....</i>	<i>6</i>
2.5.2.	<i>Az írás.....</i>	<i>6</i>
2.5.3.	<i>A sport szaknyelve.....</i>	<i>7</i>
2.6.	NEM VERBÁLIS (NONVERBÁLIS) KOMMUNIKÁCIÓ.....	7
3.	MILÁK KRISTÓF ESETTANULMÁNYA.....	9
3.1.	A KÖZÖSSÉGI MÉDIA.....	11
3.2.	A VOLT EDZŐK INTERJÚJA.....	12
3.3.	MILÁK KRISTÓF.....	12
4.	ÖSSZEFOGLALÁS.....	17
5.	IRODALOMJEGYZÉK.....	18

Ábrajegyzék

1. ÁBRA:	JAKOBSON-FÉLE KOMMUNIKÁCIÓS MODELL.....	3
2. ÁBRA:	PEDERSON ÉS MTSAI FÉLE MEGHATÁROZÁS.....	4
3. ÁBRA:	MILÁK KRISTÓF KÖSZÖNETET MOND.....	12
4. ÁBRA:	MILÁK KRISTÓF REAKCIÓI	13
5. ÁBRA:	MILÁK KRISTÓF BEVONULÁSA.....	14
6. ÁBRA:	MILÁK KRISTÓF GYŐZELMI KARLENDÍTÉSEI.....	14
7. ÁBRA:	MILÁK KRISTÓF FOGADJA A GRATULÁCIÓKAT.....	15

1. BEVEZETÉS

Egész fiatalkoromban foglalkoztatott a kommunikáció ezerféle arca, amely mindig, mindenhol jelen van a hétköznapijaink során, verbális és nonverbális formában. Az egyetemi kommunikáció szakos tanulmányaim mellett sem vált unalmassá a kommunikációt mindenféle témában vizsgálni, bármilyen kontextusban jelent is meg. Így érkezünk el a dolgozatom témájához, ami a kommunikáció megjelenése a sportban.

Amióta az eszemet tudom, mindig sportoltam valamit. Két évesen kezdtem úszni, általános iskolában áttértem a néptáncra, amit pár év múlva akrobatikus rock and rollra, majd később lovaglásra váltottam. Ez utóbbi tudatosította bennem a leginkább a sportban való kommunikáció fontosságát, verbális és nonverbális szinten egyaránt.

Persze amit én tapasztaltam, az csak egyike a sportkommunikáció számtalan aspektusának. Dolgozatomban megkísérlek egy átfogó képet nyújtani a sportkommunikáció fogalmáról, és kiemelten foglalkozom a verbális és nonverbális kommunikáció megjelenésével a sportban.

Kutatásom a nyári olimpia időszakára mutat vissza. Milák Kristóf pályafutásának története évekkel azelőtt kezdődött, amikor hírnevet szerzett magának, mint a fiatal tehetség, aki megdöntötte Michael Phelps 10 éves világcsúcsát. Azóta is folyamatosan bizonyít – magának, az úszóvilágnak, a rajongóknak, a világnak. A versenyeken legalábbis biztos. Mi történik a szürke hétköznapiokon? Az olimpiát megelőző évben mindenki ezt találgatta.

Valószínűleg a sportoló nyilatkozatainak hiánya sem segített mindenféle pletykáknak elejét venni, az embereknek pedig meg is volt a véleményük, és ki ki ott hirdette, ahol tudta: közösségi média posztokban, kommentekben, más platformokon. A tetőfokára hágott a történet, amikor Milák megkezdte olimpiai szereplését, ami ellentmondásosan alakult: a fő számának tartott 200 méteres pillangó döntőjében címvédőként indulva második helyet szerzett Magyarországnak, később azonban hatalmas hajrával megnyerte a 100 méteres pillangóúszás versenyszámát, ezzel megszerezve második olimpiai bajnoki címét.

Ami engem a leginkább megfogott a történetében, az a fiatal sportoló kommunikációja volt – vagyis épphogy nem volt. Nem nyilatkozott, nem adott interjút, nem posztolt, teljes némaság volt tőle a reakció mindarra, ami körülötte ment. De tényleg néma maradt? Ilyen esetekben nő meg a nonverbális kommunikáció szerepe. Kutatásomban röviden kitérek a környezetének verbális kommunikációjára, és mélyremerően elemzem Milák Kristóf nonverbális jelzéseit is.

2. KOMMUNIKÁCIÓ ÉS A SPORT

2.1. A kommunikáció fogalma

Ahhoz, hogy a kommunikáció sportra való vetületét, ennek a két területnek a kapcsolatát átfogóan vizsgálhassam, először is magával a kommunikáció fogalmával, aspektusaival kell foglalkoznom.

Sok szakértő foglalkozott már a kommunikáció fogalombeli meghatározásával, és ami mindegyikben közös, az az a tény, hogy a kommunikáció egy olyan folyamat, amiben két vagy több fél vesz részt, és köztük valamilyen módon információ áramlása történik. A legelterjedtebb értelmezés szerint is így szól a meghatározás: „az információk jelekkel történő átadása, közzététele” (Balázs és mtsai, 2013). Így megállapítható, hogy a kommunikáció mint fogalom leginkább információelméletileg ragadható meg, mert kommunikációnak számít minden, amiben bármilyen jelben, jelrendszerben vagy kódban információ továbbítása, átadása történik (Buda, 1988).

2.2. A kommunikáció jellemzői

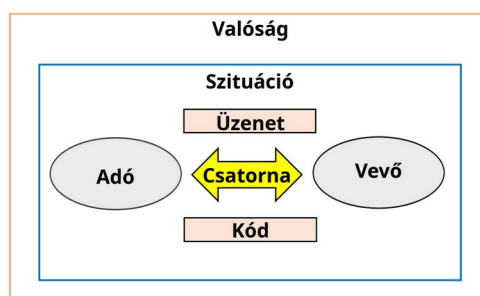
Forgó (2010) összeszedi a kommunikáció legfőbb jellemzőit, amelyek közül több szorosan a sport kommunikációjához is köthető.

- Szükségszerűség: azt jelenti, hogy kénytelenek vagyunk embertársainkkal kommunikálni. Nem lehet nem kommunikálni, mert akkor is kommunikálunk, amikor nem tesszünk semmit. A nem cselekvés is kivált reakciót, ezt pedig Milák Kristóf esettanulmányában is látni lehet majd.
- A kölcsönösség elve: ezen elv uralkodása alapján a kommunikációban részt vevő egyik fél megnyilvánulása szükségszerű feltétele a másik fél megnyilvánulásának.
- Folyamatjellegűség: minden kommunikáció közös vonása, hogy valaki valamiről valamit valamilyen céllal, módon és eredménnyel valakivel közölni akar.
- Irányultság: ebből a szempontból a kommunikáció lehet közvetlen, amikor a felek térben és időben jelen vannak, vagy közvetett, amikor a felek tér- és/vagy időbeli elválasztottsága miatt valamilyen eszköz, médium közvetíti az információt. Ez az alapja az online kommunikációnak, ami a sport kommunikációjának is meghatározó színtere.
- Eszköz- és csatornaigényes: a beérkező információk értelmezéséhez, dekódolásához, továbbításához eszközök és érzékszervi csatornák szükségesek. Különböző csatornákon keresztül dolgozzuk fel a kommunikáció egyes elemeit.

- Társadalmi mértékek szerint eltérő: megkülönböztethetünk személyes, csoportos és tömegkommunikációt. A sportról való közvetítések ez utóbbiba tartoznak, általában rádión, tévén, online platformokon keresztül.
- Rendszerenként eltérő sajátosságok: itt két szintet különíthetünk el. A direkt közlés szándékolt, míg az indirekt közlés nem szándékos közlés, amely minősíti, hitelesíti vagy tagadja a verbális kommunikáció tartalmát, de azzal szabályszerű összefüggésben áll (általában nonverbális kommunikáció, metakommunikáció).

2.3. A kommunikáció tényezői

A kommunikáció tényezőit legkönnyebben a Jakobson (1960) által megalkotott rendszer alapján lehet bemutatni. Én ehhez egy ábrát használok:



1. ábra: Jakobson-féle kommunikációs modell
 Forrás: Jakobson, R. (1960). *Linguistics and Poetics*.

A kommunikáció jelenségeinek közös összetevői, amelyek minden rendszerben felfedezhetők, a következők:

- Valóság: ez azt jelenti, hogy a résztvevők közös előismeretekkel rendelkeznek a világról. Más néven kontextusnak nevezik. Különböző nagyságrendjeit lehet vizsgálni, legközvetlenebb értelmezése szinte azonos a szituációval. A kommunikáció történései a kontextustól csak korlátozott mértékben, a szituációtól pedig szinte sosem választhatók el. (Buda, 1988)
- Szituáció: a közvetlen emberi kommunikáció jellemzői közül kiemelendő a társadalmi jelleg, ami azt jelenti, hogy a kommunikáció mindig társadalmi szituációban valósul meg. A viszony jellemzőit a felek alakítják, lehet tartós vagy időleges, állandó vagy időszakokra érvényes, személyes vagy nyilvános, illetve függhet a kommunikáció helyétől, környezetétől, terétől. (Forgó, 2010)

- Adó (közlő) és vevő (befogadó): kiemelendő képességük a közlemény létrehozása, kódolása és dekódolása, amely különböző mértékű lehet. A kommunikáció során folyamatosan cserélődnek ezek a szerepek, ezért jellemzőik általában azonosak, de a céljaik és szándékaik eltérhetnek. (Forgó, 2010) A sport kommunikációjának kontextusában fontos megjegyezni, hogy ott bizonyos esetekben nyilvános kommunikáció történik (például az interjúknál vagy a kommentátorok munkájánál), ezért ilyenkor az adó és a vevő szerepei nem cserélődnek.
- Üzenet: a közlés tartalma, amit az adó küld a vevőnek (Jakobson, 1960).
- Kód: az a jelrendszer, amelyen keresztül a kommunikáló felek folytatják a kommunikációt. Változatai függenek a csatornától, amelyet a közlő használ, azonban elengedhetetlen a hatékony kommunikációhoz, hogy a kód közös legyen mindkét résztvevő számára (Forgó, 2010).
- Csatorna: olyan fizikai közeg és/vagy pszichológiai kapcsolat, amely az adó és a vevő számára lehetővé teszi, hogy belépjenek és benne maradjanak a kommunikációs kapcsolatban (Jakobson, 1960). Az igénybe vett csatorna alapján megállapítható, hogy milyen típusú kódot használnak a kommunikáció résztvevői: ilyen lehet a nyelvi kód vagy a nem verbális kommunikáció valamely kódja (Buda, 1988).

2.4. A sportkommunikáció fogalma

A kommunikáció fogalmának, jellemzőinek és tényezőinek általános áttekintése után vizsgáljuk meg a kommunikációt a sport kontextusában is! Egy átfogó definíció érdekében nézzük meg H. Tomesz (2018) megfogalmazását: „a sportkommunikáció olyan folyamat, amelyben a sportolók vagy a sporttal valamilyen kapcsolatban állók interakcióik során szimbólumok cseréjével jelentéseket hoznak létre”. Pedersen és munkatársai (2016) ezt ilyen ábrán mutatták meg:



2. ábra: Pedersen és mtsai féle meghatározás
 Forrás: Pedersen és mtsai (2016). *Strategic Sport Communication*.

Az egyes elemeket röviden kifejtem a szerzők (2016) munkája és H. Tomesz (2018) összefoglalása alapján.

- Folyamat: a sportkommunikáció, ahogy minden más kommunikáció is, üzenetek, információk létrehozásának és valamilyen módon, eszközzel, vagy csatornán való továbbításának folyamataként írható le. Ez egy dinamikus folyamat, változói lehetnek például az adó és a vevő személyisége, szakértelme, előzetes ismeretei, tudásszintje, illetve a kommunikációs helyzet vagy a közlés tartalma is.
- Résztvevők: a sportkommunikáció résztvevői közé nemcsak a sportoló és a sportkommentátor tartozik, hanem ugyanúgy az adott sportág, sportesemény iránt érdeklődők, a szurkolók, a sportszakemberek (edzők), stb.
- Sport, sportcselekmény, sportesemény: Pedersenék (2016) tanulmánya három területre tagolja ezt a részt: a sport személyközi és szervezeti kommunikációja, a sport média-kommunikációja, és a sport kommunikációját támogató tevékenységek. H. Tomesz (2018) ezt három további felvetéssel egészíti ki: a kultúraközi kommunikációval, a politika és a sport kapcsolatának kommunikációs vonatkozásával, és a globalizáció sportra gyakorolt hatásának vizsgálatával.
- Szimbólumok kialakítása: a szimbólumok, másnéven jelképek, a sportban többféleképp megjelenhetnek. Így például olyan történetként, „legendaként” akár, amelyek egy sportágnak, klubnak, egész nemzetnek az öntudatát erősítik (Puskás Öcsi és az Aranycsapat története). Ugyanúgy szimbólumként viselkedhetnek egy sportágnak, sporteseménynek a saját szaknyelve, megszokásai, hagyományai és logói, színei (az olimpia megnyitása vagy a mindenki által közzismert szimbólumként az öt karikája).
- Jelentések megosztása: a szimbólumok közösséget alkotnak azon emberek, rajongók között, akik ismerik, használják őket. A szimbólumokban megtestesülő jelentések hatására az emberek egységet, összetartozást fedeznek fel a csoportjukon belül.

2.5. Verbális kommunikáció

A kommunikáció, ahogy már korábban említettem, többcsatornás. A verbális csatornán közvetítjük a nyelvi jeleket, a nem verbális csatornán pedig a beszédet kísérő egyéb, nem szóbeli megnyilvánulásainkat.

Az ember legspecifikusabb kommunikációs módja a verbális csatornán keresztül történő kommunikáció (Buda, 1988), éppen ezért különösen meghatározó szerepe van: az érintkezésben, az ismeretek megszerzésében, közvetítésében, illetve a gondolkodás során is a legha-

tékonyabb eszközünk (Balázs és mtsai, 2013). A kommunikációs csatornák közül a legbonyolultabb kóddal rendelkezik, a nyelvvel (Buda, 1988), mivel ez a gondolataink és az érzelmeink, hangulatunk közlésére használatos tényező, ami csakis az emberi fajra jellemző (Forgó, 2010). A nyelv és a gondolkodás elválaszthatatlanok egymástól: a nyelvhasználat miatt vagyunk képesek a fogalmi gondolkodásra, így a nyelv alapegysége, a szó, és a gondolat alapegysége, a fogalom, is elkülöníthetetlenek egymástól (Balázs és mtsai, 2013). A nyelv jelrendszere a verbális kommunikációban alkalmazható az akusztikus (beszéd) és a vizuális csatornán (írás) keresztül (H. Tomesz, 2021).

2.5.1. A beszéd

Ez a verbális kommunikáció közvetlen formája, amelyet térbeli és időbeli proximitás jellemmez, azaz a beszélgetésben részt vevő partnerek általában térben és időben jelen vannak (H. Tomesz, 2021). Legfontosabb jellemzői a következők: dinamikus, kontextusfüggő (mondani-valónkat a célhoz és a szituációhoz igazítjuk), egyszeri és szubjektív (az egyén hozza létre magától az adott helyzetben – ezzel ellentétben a nyelv objektív, kodifikált, szabályok mentén használjuk), valamint lehetséges, hogy kifejtetlen, tagolatlan (főleg spontán szóbeli közlések esetében) (H. Tomesz, 2021, Balázs és mtsai, 2013).

A sportban elengedhetetlen szerepe van: a tanulás folyamatában, edzéseken az új dolgokat az edzők legelső sorban beszéden keresztül magyarázzák el a sportolóknak. Az információk átadása mellett pedig a visszajelzés is így történik. A mérkőzéseken időkérés esetén is az edző szóban tart taktikai megbeszélést a sportolójának, csapatának. (H. Tomesz, 2021)

2.5.2. Az írás

A beszéd rögzítésére jött létre az írás, ami így vizuális módon jeleníti meg a szóbeli kommunikációt, azonban épp emiatt különbözik is tőle: közvetett kommunikációs formájú, teret és időt áthidalni képes, azaz a közlő és a befogadó (az író és az olvasó) nincsenek közvetlen kapcsolatban a kommunikáció során (Balázs és mtsai, 2013). Strukturálisan összetettebb megfogalmazásra vagyunk képesek írásban (például hosszabb, választékosabban összeállított mondatokat alkalmazunk), nyelvileg is kidolgozottabban írunk (míg beszédben gyakrabban előfordul az egyeztetésbeli pontatlanság), szófajilag sokszínűbben fejezzük ki magunkat (a szókincsünket kiterjedtebben használjuk), ám például vannak személyes jellegzetességeink, amelyek eltűnnek írásos formájú kommunikáció közben (a hanglejtésünk, gesztusaink, stb.) (Andó, 2010).

A sportsajtóban (nyomtatott és online változatban is) nagy jelentőségű az írás. A közösségi médiában sportolók vagy sportegyesületek által közzétett nyilatkozatok, közlemények esetében pedig tetten érhető a strukturális és nyelvi kidolgozottság egy spontán szóbeli helyzethez viszonyítva. Megfigyelhető, hogy mennyivel választékosabban, körültekintőbben vannak összeállítva, megfogalmazva, mint például egy szóban tett interjú esetében.

2.5.3. A sport szaknyelve

A sportnyelv az egyes sportágakhoz kapcsolódó szaknyelv, amelynek használata csak a társadalom egy bizonyos csoportjára jellemző, azokra, akik a sportból élnek (sportolók, edzők), a sporttal foglalkoznak (sportkommentátorok, szakértők), vagy a sport iránt érdeklődnek (rajongók) – így ez az ő számukra, a specifikus beszédszándékukra kifejlesztett külön nyelvváltozat (Kurtán, 2003). Három részre, bizonyos rétegekre különíthető el (Mátis, 2009):

- felső réteg: a sporttudomány nyelve (például tudományos cikkek, előadások)
- középső réteg: a sportújságírás nyelve (például sportközvetítések)
- alsó réteg: a sportszlang nyelve (egy sportághoz kapcsolódó, hétköznapi nyelvhasználatban megjelenő kifejezések, amelyek nem hivatalosak, például ökölvívás-bunyó).

Mindennapi szóhasználatunkban találkozhatunk a sport világa által ihletett kifejezésekkel (például „kicselezte”, „magas labda”, „lecsapta a labdát”), és ugyanez fordítva is igaz, a sport szaknyelve is vett át a hétköznapi nyelvezetből (például „irányító”, „talpal”) (H. Tómesz, 2021).

2.6. Nem verbális (nonverbális) kommunikáció

A „nonverbális” vagy „nem verbális” kifejezés azokat a megnyilatkozásokat jelenti, amelyeket az írás és a beszéd szavakkal megtett kommunikációján kívül közvetítünk (Forgó, 2010). Ezeket meghatározza a kultúra, ahol szocializálódunk, és a közvetlen környezetünk, közegünk – ezeken a szocializációs színtereken (elsődleges és másodlagos) ismerjük meg ezt a közös kódrendszert, amelynek értelmezésére, megértésére és közvetítésére így mi is képessé válunk (Balázs és mtsai, 2013). Három forrása nevezhető meg: ösztönös, tanított és utánozott (Forgó, 2010).

A verbális és nonverbális kommunikáció alapjáraton egységet alkot egymással: előbbi minden esetben kíséri az utóbbit, és amikor összhangban vannak egymással, az kongruenciának nevezzük – ez az alapfeltétele a kommunikáció sikerességének (Balázs és mtsai, 2013). Amikor a kimondott szavak és a testbeszéd között inkongruenciát érzékelünk,

olyankor ezek eltérő üzenetet közvetítenek felénk (Eggert, 2019), és ilyenkor a beszélő nonverbális jelzései játszanak döntő szerepet (Mehrabian, 1971).

A nonverbális kommunikációnkon keresztül szoktuk nagyobb általánosságban kifejezni a társas életben az értékeinket, hangulatunkat, érzéseinket, érzelmeinket, attitűdünket, és további személyes reakcióinkat. Az ilyen jelzéseket gyorsabban fogadjuk és küldjük is, jelentésüket hitelesebbnek tartjuk, kevésbé kell tudatosan koncentrálni rájuk, mint a verbális kommunikáció esetében. (Balázs és mtsai, 2013)

A nem verbális jelrendszereket több kutatási terület vizsgálja (Aczél és Bencze, 2007):

- Kinezika: a mozgásos kommunikációval foglalkozik. Nagy szerepet tulajdonít a tekintetnek, mimikának (arc kifejezéseknek), gesztusoknak (végtagok mozdulatainak) és a testtartásnak (H. Tomesz, 2021). Sportban a gólöröm során megjelenő önfeledt moosolynál, ünneplő mozdulatoknál vagy a bírói jelzéseknél találkozhatunk ezzel.
- Paralingvisztika: a vokális jelzéseket, vagy a beszéd nem verbális összetevőit foglalja magába, így például a hangerőt, hangszínt, beszédtempót, dinamikát, akcentust, csendtartást, stb. A szóbeli közlési folyamat „hogyanjára” koncentrál. Az edző elhallgatása vagy a hangerejének megemlése is figyelemfelkeltő a sportoló számára.
- Kronemika: a kommunikáció időviszonyait vizsgáló terület, ugyanúgy a beszédre, mint ahogy a csend, szünet időtartamára is vonatkozik. A sportban a játékidőhöz kapcsolható.
- Taktilika: a nem verbális kommunikáció érintéssel kapcsolatos aspektusa. A sport viszonylatában a sportpedagógiában van kiemelkedő szerepe.
- Proxemika: a kommunikáció közben megjelenő személyes és társadalmi tér használatával foglalkozik. A térközszabályozásban különböző szintek figyelhetők meg, így a bizalmi (intim), személyes, társalgási és nyilvános távolság (Hall, 1987). Különböző sportágakra különböző távolságok jellemzőek (például küzdősportoknál, társastáncnál az intim, míg nagyobb játékterű labdajátékoknál a társalgási szintet „használják”).
- Ikonika: a kommunikáció vizuális reprezentációját, képvilági jellemzőit foglalja magába. A sportban a csapatokat, klubokat egymástól megkülönböztető mezek, öltözékek színe, a klubcímerek, egyes események meghatározó, szimbolikus jelei tartoznak ide.

3. MILÁK KRISTÓF ESETTANULMÁNYA

„Ember legyen a talpán, aki érti, mi történik az uszodában – Milák Kristóf körül” – hirdeti a Nemzeti Sport egy cikkének első bekezdése még az olimpia előttről, 2024 júniusából (Kovács, 2024). Ez az egy mondat jellemezhetné az úszás rajongóinak, Milák drukkereinek, de talán nem túlzás, ha azt mondom, a magyar nemzet nagy százalékának hozzáállását híres úszónkhoz és a róla terjengő hírekhez a 2024-es párizsi olimpiával kapcsolatban.

2017-ben még mindenki pozitív értelemben figyelt fel a fiatal tehetségre. Onnatól az úszás sportágában pályafutásának útja győzelmekkel, világ-, országos, Európa-és olimpiai csúcsokkal volt kikövezve, és kimagasló eredményeinek elérése közben attól sem ódzkodott, hogy interjút adjon, sőt kifejezetten készségesnek bizonyult a sajtó irányába.

2023 júniusában robbant az első bomba: kiderült, hogy Milák Kristóf kihagyja a fukuokai világbajnokságot (B. D. K., 2023). Közleményét reményteli üzenettel zárta: „Ne féltsetek: hamarosan visszatérek!” Ott kezdődtek a nyilvánosság számára a kétségek, mikor a beígért szeptemberi kezdés elmarad, és egymás után bukta el szponzori megállapodásait, mert nem volt hajlandó megjelenni nyilvános eseményeken (Varga, 2023). Elszabadult a pokol a Milák-ügyben a médiában: minél több cikk született a témában, annál több kérdés merült fel vele kapcsolatban, és miközben mindenki (úszóvilágon belül és kívül) jogosultnak érezte magát, hogy elmondja a véleményét a helyzetről, a főszereplő teljes némaságba burkolózott. Ahogy az őszi úszó világkupa elmúlt, mindenki a tehetség újabb olimpiai szereplését látta elveszni. Ezért is keltett reményt, amikor kiderült, hogy Milák Kristóf az olimpia évének januárjában ismét edzésbe állt. Tavasszal egy év kihagyás után a versenyzés világába is visszatért, az országos bajnokságon kimagasló eredményeket ért el. Ekkor már azon ment a találgatás, hogy volt képes ilyen teljesítményre ilyen felkészülési időszak után.

Mikor elutazott Párizsba, Milák úgy hagyta itthon magyar közönségét, hogy senki sem tudta, mire lehet képes, míg ki nem állt, és meg nem mutatta a világnak. Az olimpiai szereplése hozott hideget, meleget: fő számának, a 200 méteres pillangónak előfutamán elsőprő győzelmet aratott, végig tartva a vezetést. A szám döntőjében hidegzuhanyként ért mindenkit, amikor az utolsó 50 méteren Léon Marchand francia úszónak sikerült megelőznie. A második helyezésének láttára-hallatára ismét fellángoltak a kedélyek, röpködtek a kritikus „ha rendszeren edzett volna, nyert volna” kommentek. Milák a tőle eddigre megszokottá vált módon továbbra sem nyilatkozott, viszont a 100 méteres pillangón nyújtott teljesítményével végleg visszavágott a felette ítélkezőknek: hihetetlen teljesítményt nyújtott, negyedikként fordulása

után elképesztő hajrát lenyomva megnyerte az olimpiai címet. A magyarok pezsgőt bontottak, a rajongók ünnepeltek, a mellette mindvégig kiállók mondogathatták az „én megmondtamokat”, ám Milák továbbra sem nyilatkozott.

Feltehető a kérdés: mennyire tudhatjuk meg, mit gondol, érez a másik csupán a kimondott szavaira (vagy azok hiányára) és a testbeszédének elemzésére támaszkodva? Tehetek-e pontos megállapításokat a hangulatáról és a hozzáállásáról bizonyos eseményekhez úgy, hogy csak a nyilatkozatai, az interjúadás megtagadása és a nonverbális jelei biztosítanak számomra alapot?

Miután mélyremenően és átfogóan foglalkoztam a kommunikáció verbális és nonverbális aspektusaival, úgy gondolom, ezekre a kérdésekre a válasz igen. Szerintem anélkül, hogy előzetesen ismernénk egy illetőt, odafigyelve a kommunikációjára, kontextusba helyezve azt, fel lehet mérni olyan jellemzőit, amiket tudattalanul nem enged adekvátan megmutatkozni, esetleg rejtegetni is akar (legyen szó verbális vagy nem verbális csatornáról).

Azt is hozzá kell tenni ugyanakkor, hogy főleg a nonverbális közlések értelmezése meglehetősen szubjektív irányzata a kommunikációkutatásnak. Vannak univerzális jelek, amik jelentése ugyanaz mindenki számára, más apróbb, személyes jellemzőként ható mozdulatok, mozzanatok meghatározása viszont már kevésbé egyértelmű, vagy egy mélyebb kapcsolatot igényel a helyes dekódolásuk. Ezen szubjektivitástól a következőkben tekintsünk el, de tartasuk észben, hogy a kommunikációja minden embernek sajátos.

A kutatásom során bemutatásra kerülnek a közösségi médiákból említést érdemlő információk: Instagramról Milák Kristóf oldala, Facebookról pedig Gyurta Dániel Milákról szóló posztja és kommentelők véleményei. Ezután rövid áttekintést adok a volt edzőinek interjújáról Milákkal kapcsolatban. Azután pedig az olimpiáról származó képek segítségével a nonverbális kommunikációját fogom vizsgálni.

3.1. A közösségi média

Milák Kristóf nem szereti a nyilvános szerepléseket, ez egyértelmű. Sokkal inkább az introvertáltabb típusnak tűnik, aki jó abban, amit csinál, de az azt körítő formális kötelezettségeket inkább kihagyná. Emiatt nem is olyan meglepő, hogy a közösségi média oldalait sem használja.

Vegyük példának a hivatalos Instagram oldalát! A neve „swimilak”, ami egy ötletes szójáték az angol „swim” (úszni) igének és a vezetéknevének az összevonásával. A kutatásom elvégzésekor legutóbbi saját bejegyzése 2024 májusában került ki, ami egy reklámvideó a Cob-

ra Edge márkájú úszószemüvegről. Azóta csak megjelölt posztokon szerepelt, például a Budapesti Honvéd Sportegyesület vagy a 2024-es párizsi olimpia hivatalos oldalának posztjain, illetve Kós Hubert egy bejegyzésében. Milák maga nem osztott meg képeket az olimpiai szerepléséről. A kommentek ezeken a posztokon nagyrészt pozitív hangvételűek, ugyanakkor nem lehetünk biztosak benne, hogy az oldalak kezelői nem töröltek-e negatív vagy kritikus hozzászólásokat.

Facebookon az olimpia ideje alatt számtalan poszt és komment született Milák Kristóffal és a teljesítményével kapcsolatban. A kutatásomba Gyurta Dániel úszónk bejegyzését választottam ki, amit gratulációként tett ki Milák 200 méteres pillangón második helyet szerző úszását követően. Ekkor sokan érezték szükségét a közösségi médiában kifejeíteni gondolataikat az úszóról, és bár a posztban nincs erre közvetlen utalás, aki akkor látta ezt a bejegyzést, tudta, hogy Gyurta a magyarok ezüstéremre adott válaszreakciójának margójára írta szavait.

Gyurta a Milákot úszás közben ábrázoló képhez többek között ezt írta: „egy ezüst is óriási eredmény, és büszkeség az országnak, ezt ne feledjük”. Ahogy a kommentelők is megjegyezték, „azt az „is” szócskát kellene elfelejteni végre” – valóban az volt a leginkább árulkodó jel arra, hogy Gyurta is látja, hallja a hazai szurkolók felháborodását.

A hozzászólások nagy része ennél a posztnál is a gratulációs, büszkeséget sugárzó. Többen elismerték, hogy bár Milák felékszülése nem volt szokásos, „bízunk rá azt a tempót, azt az edzésformát, amivel ilyen gyönyörű eredményeket tud elérni”. Viszont találhatók keserűbb szájízú kommentek is, például amiben valaki kifejti, hogy „nem edzett úgy, ahogyan kellett volna, emiatt gyengébb időt teljesített, mint amit tudott volna, és ami a győzelemhez kellett”. A kommentek kétfélesége, az adok-kapok viták az egymás véleményére válaszolók között bemutatja, mennyire két táborra váltak a magyar szurkolók Milák Kristóf témájában ekkoriban.

3.2. A volt edzők interjúja

Selmeci Attila 2014 és 2021 között dolgozott együtt Milák Kristóffal, Virth Balázs a tokiói olimpia után vette át a sportoló edzését, a párizsi olimpia után azonban már ők is külön folytatják. A két volt edző „A nagy mű” (2024) nevű műsorban vendégeskedett október elején, és ott nyíltan, bizonyos kommentelők megfogalmazása szerint már „méltatlanul” őszintén beszéltek Milák Kristófról és az őt érintő régi és új hírekről. Abban mindketten egyetértettek, hogy Milák nem csak simán tehetséges, de egyenesen zseni. Viszont arra irányuló véleményüket is felvállalták, hogy az a szint, amelyen Milák nem irányítható más személyek által, már a tiszteletlenség határát súrolja.

Nyilvánvaló, hogy az edző-sportoló kapcsolat nagyon meghatározó löketet ad a sportoló felkészülésében, gyakorlásában. Ha ők ketten jól megértik egymást, jól működik a kapcsolatuk, az a sportolót nagyban segítheti a sikerei elérésében. A beszélgetést végighallgatva egyértelművé vált, hogy Milák Kristóf eleinte mindkét edzőjével optimális kapcsolatban állt, olyan partnerségre alapuló viszonya volt velük, ami segítette őt a céljai elérésében. Azonban egy idő után ezek megkoptak, már nem ugyanúgy látták a dolgokat, és váltani kellett.

A beszélgetéshez tartozó komment szekció kivételnek számít a Milák Kristóffal kapcsolatos hírekhez, nyilatkozatokhoz, médiamegjelenésekhez kapcsolódó hozzászólás részlegek között. A legtöbb posztnál felfedezhető az a bizonyos két tábor, akik az úszó ellen vagy mellett állva képviselik a véleményüket, de ennél az interjúnál minden hozzászóló az úszó pártját fogta abban, hogy ez a beszélgetés igazságtalan volt. Igaz, ahogyan a két edző beszél róla, abból érzékelhető a sértettség. Habár látszott rajtuk, hogy mindig próbálnak odafigyelni arra, amit mondanak, sőt többször rövidebb-hosszabb szünetet tartottak egy-egy kérdésre adott válaszuk előtt, hogy biztosan a lehető legjobban fogalmazzanak, még így is sok olyan dolog hangzott el, aminél rezgett az a bizonyos léc.

3.3. Milák Kristóf

Magának az ügy főszereplőjének a nyilatkozatait aligha lehet mélyrehatóan elemezni, mivel egy kézen meg lehet számolni, hányszor közölt bármit a sajtóval nyilvánosan az elmúlt egy-két évben.

Egyetlen, hivatalosan a nyilvánosság felé intézett szavai az olimpia témájában 2024 augusztusában, Párizsból való hazatérte után estek meg, miután a verseny ideje alatt többször előfordult, hogy egyenesen elsétált a tőle interjút remélő újságírók mellett. Az olimpikonokat fogadó ünnepségen Milák röviden köszönetet mondott az őt támogatóknak. A beszéde verbális és nonverbális szempontból is vizsgálható.



3. ábra: Milák Kristóf köszönetet mond
Forrás: Nemzeti Sport Online (2024). YouTube.

Először is figyeljük meg, hogyan tartotta a kezét! Az egyik karjával átnyúlt a teste előtt, és átfogta a másik csuklóját. Ezt részleges kar védőkorlátnak hívjuk – lehetséges, hogy a teljesen összefont kar gesztussal túlságosan nyíltan leleplezte volna a védekezését, ezért ennek egy nehezebben azonosítható változatát használta (Pease, 1989). A karba tett kezét sokan tévesen úgy értelmezik, hogy megközelíthetlenséget sugall, valójában gyakran csak megnyugtatóan hat (Navarro, 2022).

Amikor a mikrofont a szája elé tartották a válaszára várva, Milák elnevette magát. Ez egyetemes megnyilvánulása a jókedvnek és örömmek, közben csökken a stressz és a fájdalom, ezért érdekes felvetés, hogy az evolúcióban éppen védekezésre alakult ki bennünk a nevetésre való hajlam (Navarro, 2022). A nevetésnél fontos figyelembe venni a szituációt, mivel nagyon sok eltérő nevetés létezik. Milák ebben a helyzetben a zavarát leplezte vele, ahogy azt a rövid elfordulása is mutatta. A ventrális, hasi terület az emberi test egyik legsérülékenyebb része (létfontosságú szerveinknek a zöme ott található), ezért amikor elfordulunk valakitől, az jelezhet egy enyhe feszengést. Milák emellett össze is görnyedt, ami szintén egyfajta kicsinyítést, védekezést jelenthet érzelmileg megterhelő helyzetben (Navarro, 2022), nála viszont ez feltehetőleg csak azt jelezte, hogy nem szeret a figyelem középpontjában lenni.

A tapsvihar már elült, viszont Milák Kristóf nem szólalt meg azonnal. Sokan gondolják úgy, hogy amikor valaki késleltetett választ ad, akkor az illető épp egy hazugságot talál ki, de ez valójában nem feltétlen így van (Navarro, 2022). Ebben a helyzetben sem hihető, hogy Milák épp hazudna arról, hogy hálás azok támogatásáért, akik mindvégig kiálltak mellette az olimpiáig vezető úton, valószínűleg a legjobb megfogalmazáson töprengett pár másodpercet. Amikor aztán elkezdett beszélni, beszédtempója egyenletes volt, beszéde folyamatos, nem haddart, és felesleges töltelékhangokat sem használt. Néhány szóismétlést tett, de ez általában előfordul azokkal, akik hirtelen kerülnek olyan helyzetbe, ahol nyilvánosság előtt kell felkészületlenül beszélniük.



4. ábra: Milák Kristóf reakciói

Forrás: M4Sport (2024), Eurosport (2024), Eurosport Magyarország (2024). YouTube.

A következőkben jön kiemeltebben képbe a testbeszéd, ami arcjáték, gesztikuláció, mozdulatok és testtartás révén fejeződik ki (Eggert, 2019). Ezek a képek Milák Kristófot ábrázolják, balról jobbra: a 200 méteres pillangó előfutam győzelme után, a 200 méteres pillangó döntő második helyezése után, és a 100 méteres pillangó döntő győzelme után. Nehéz az arcáról bármit is leolvasni, inkább a szemei alapján lehetséges megállapítani, mit érez. Ahogy a mondás is tartja, a szem a lélek tükré, habár ezeken a képeken még ez sem tűnik annyira kifejezéstelnek. Az elcsigázott és a szomorú szemek esetében is a szem környéke kimerült, elgyötört és a felső szemhéjak elernyednek, egymáshoz nagyon hasonló módon (Navarro, 2022). Milák szemei mindhárom képen ezen két érzelem valamelyikét tükrözik.



5. ábra: Milák Kristóf bevonulása
Forrás: Eurosport (2024). YouTube.

Ezen a képen Milák Kristóf bevonulásából láthatunk egy részletet a 100 méteres pillangó döntőjére. Kihúzott háta, enyhén felszegett álla, magasra emelt feje, egyenesen tartott vállai mind-mind egyfajta pimasz magabiztosságról tesznek tanúságot (Eggert, 2019). Minél magasabb valaki, annál inkább hatalmat, erőt és tekintélyt sugároz, az egyenes tartás és a lazán a test mellé engedett karok pedig erre ráerősítenek. A vállak széttárása gyakran megfigyelhető sportolóknál, a vezető szerepet jelzi (Navarro, 2022). Ami a képen nem látható, hogy Milák kimért léptekkel, cseppet sem sietve sétált oda a medence széléhez, ami szintén az önbizalom látszatát kölcsönzi neki (Eggert, 2019).



6. ábra: Milák Kristóf győzelmi karlendítései
Forrás: Eurosport Magyarország (2024), M4Sport (2024). YouTube.

Ezt a mozdulatot tette Milák Kristóf percekkel azután, hogy megnyerte a 100 méteres pillangót, ezzel kétszeres olimpiai bajnokká válva, illetve rögtön azután, hogy fellépett a dobogó legfelső fokára. Bár az első képen arca továbbra sem árulkodik kitörő örömről, ami lehet a kimerültségtől, a második képen egy szerény mosolyt már megenged magának. A felfelé nyújtott karjai és nyitott tenyere diadalmat mutatnak. Az ujjongás és győzelem megnyilvánulásai mindig szembemennek a gravitációval, a mozdulat a testhez képest kifelé és felfelé mutat (Navarro, 2022). A sportversenyeken nagyon gyakori a nyerteseknél a levegőbe lendített kar, ez egy univerzális jel, ami pozitív érzelmeket rejt magában. Rögtön ezután pedig Milák meg is hajolt az őt ünneplő szurkolók felé, ami pedig alázatot és köszönetet jelent.



7. ábra: Milák Kristóf fogadja a gratulációkat
Forrás: M4Sport (2024). YouTube.

Miközben Gyurta Dániel a nyakába akasztotta az érmet, Milák Kristóf a kezeit a háta mögött tartotta. Ezt fejedelmi tartásnak is nevezik – a brit uralkodóház legtöbb tagjára jellemző mozdulat (Navarro, 2022). A bal oldali képen azt a pillanatot láthatjuk, amikor Gyurta kézfogással gratulál a nyertes Miláknak, miközben bal kezével megérinti a csuklóját. Ez a sima kézfogásnál intimebb érintés, és bensőségebb kapcsolatra utalhat (Eggert, 2019). A jobb oldali képen pedig Schmidt Ádám sportért felelős államtitkár a kézfogás után ölelésbe húzza a fiatal sportolót. Ez a legőszintébb és legszélesebb mosoly, amit Milák arcán fel lehet fedezni onnantól, hogy megnyerte a 100 méteres pillangó számát. Hogy kapcsolatuk eltér a sima sportoló-sportvezető viszonytól, az egyértelműen megnyilvánul ebben az ölelésben. Ennek a mozdulatnak általánosan egyébként is egy meghitt, jó érzéssel eltöltő jellege van (Navarro, 2022), és ha figyelembe vesszük hozzá Milák mosolyát és szorosan tartó karját, nyilvánvalóvá teszi, hogy a két férfi jó barátságot ápol egymással.

4. ÖSSZEFOGLALÁS

A kommunikáció az élet minden területén megtalálható, mivel az embereknek ez egy folyamatos, állandósult tevékenysége, még akkor is, amikor nem tudatosan teszik. Ugyanígy a kommunikáció megjelenik a sport világában is.

Attól függően, hogy mely kommunikációs csatornát használjuk a megnyilvánuláshoz, elkülönítjük a verbális és a nonverbális kommunikációt. Előbbi a legspecifikusabb kommunikációs mód, magába foglalja a beszédet és az írást, kódja pedig a nyelv. Utóbbi a szavakkal tett kommunikáción kívül való információközvetítést jelenti. Ezen kétféle kommunikációs mód egymással párhuzamosan és összhangban működik.

A sport világában a kommunikációnak verbális és nonverbális oldala is megtalálható. Verbális csatorna használatával történik például a sport tanítása és a taktikai megbeszélések, illetve a sportsajtónak is nagy jelentősége van az írásos sportkommunikációban. A nonverbális kommunikáció többféle területe köthető a sporthoz, például a kinezika, paralingvisztika, kronemika, taktilika, proxemika és ikonika.

Kutatásommal azt mutattam be, hogy az olimpiára rejtélyes felkészülés után érkező Milák Kristóf, kétszeres olimpiai bajnokunk, és környezete miként használta a kommunikáció verbális és nonverbális csatornáit. Az ő példája nyomán láthatjuk, hogy a verbális kommunikáció hiánya mekkora hatással van a nyilvánosságra. Azonban az is kiderült, hogy a nonverbális jelzések által sem lehet teljes bizonyossággal megállapítani, mit gondol az illető – ahogy láthatuk, Milák arckifejezése és tekintete egy nyertes és egy sokak által (talán még önmaga által is) vesztesnek ítélt úszás után sem mutatott meghatározható különbséget (6. ábra).

Elemeztem közösségi média posztokat és kommenteket, interjúk nyilatkozatokat és képek alapján az úszó testbeszédének jellemzőit és ezek feltételezett jelentéseit. Ezzel azt próbáltam bemutatni, hogy előzetes ismeretség nélkül is sok minden megállapítható csupán annyival, hogy megfigyeljük valaki kommunikációját.

A jövőre nézve további kutatási szempontként érdekes lenne nemcsak Milák Kristóf, hanem másik úszónak, illetve akár másik sportág sportolójának a verbális és nonverbális kommunikáció alapján való elemzése. Vajon ők hogy mutatják ki a győzelmüket vagy csalódottságukat egy-egy verseny, akár olimpiai szám után? Nyilatkoznak-e a sajtónak, és ha igen, vajon ez meghatározó különbséget jelent-e a teljesítményükkel kapcsolatos megítélésben a közvélemény számára? Ezek a kérdések utat nyitnak a fentebb bemutatott kutatásom mélyebbre menő kibontására.

5. IRODALOMJEGYZÉK

- Aczél, P. & Bencze, L. (2007). *Hatékonyág és meggyőzés a kommunikációban*. L'Harmattan Kiadó, Budapest.
- Andó, É. (2010). E-nyelv – netbeszéd. Az elektronikus kommunikáció nyelvi jellemzői. *Tudományos Közlemények*, 23, 31-46.
- B. D. K. (2023, június 21). Milák Kristóf kihagyja a fukuokai világbajnokságot – hivatalos. *Nemzeti Sport*. [elérhető itt](#)
- Balázs, L., H. Tomesz, T., H. Varga. Gy. (2013). *A kommunikáció elmélet és gyakorlata*. Gramma Kiadó, Eger.
- Buda, B. (1988). *A közvetlen emberi kommunikáció szabályszerűségei*. Tömegkommunikációs Kutatóközpont, Budapest.
- Eggert, M. (2019). *Testbeszéd*. Scholar Kiadó, Budapest.
- Eurosport (2024, július 31). *Men's swimming 200m Butterfly Highlights* [Video]. YouTube. [elérhető itt](#)
- Eurosport (2024, augusztus 3). *Men's swimming 100m Butterfly Highlights* [Video]. YouTube. [elérhető itt](#)
- Eurosport Magyarország (2024, augusztus 3). *Milák Kristóf aranyérme 100 pillangón* [Video]. YouTube. [elérhető itt](#)
- Forgó, S. (2010). *Kommunikációelmélet – üzleti kommunikáció*. Líceum Kiadó, Eger.
- Gyurta, D. (2024, július 31). Milák Kristóf egyedülálló sportoló [Facebook poszt]. Facebook. [elérhető itt](#)
- H. Tomesz, T. (2018). A sportkommunikáció elmélete. *Acta Universitatis de Carolo Eszterházy Nominatae. Sectio Linguistica Hungarica*, LXIV, 161-171.
- H. Tomesz, T. (2021). *Bevezetés a sportkommunikációba*. Líceum Kiadó, Eger.
- Hall, E. T. (1987). *Rejtett dimenziók*. Gondolat Kiadó, Budapest.
- Jakobson, R. (1960). *Linguistics and Poetics*. In Sebeok, T. A. (Ed) *Style in Language*. 350-377. MIT.
- Kadarkai, E. (2024, október 6). *A nagy mű – Miben rejlik Milák Kristóf zsenialitása?* [Video]. YouTube. [elérhető itt](#)
- Kovács, E. (2024, június 2). Milák Kristóf két tizedet javult 100 pillangón. *Nemzeti Sport*. [elérhető itt](#)
- Kurtán, Zs. (2003). *Szakmai nyelvhasználat*. Nemzeti Tankönyvkiadó, Budapest.

Mátis, B. (2009). *Sportnyelvünk változásai a 21. század elején – labdajátékok szókészletének összehasonlító elemzése*. (Disszertáció, Eötvös Lóránd Tudományegyetem, Budapest).

Mehrabian, A. (1971). *Silent Messages*. Wadsworth Publishing Company.

M4Sport (2024, július 31). *Milák Kristóf a legjobb idővel jutott a 200 pillangó döntőjébe* [Video]. YouTube. [elérhető itt](#)

M4Sport (2024, augusztus 4). *Óriási hajrá: Milák Kristóf olimpiai bajnoki címet érő úszása* [Video]. YouTube. [elérhető itt](#)

Navarro, J. (2022). *A testbeszéd kézikönyve*. Libri Könyvkiadó, Budapest.

Nemzeti Sport Online (2024, augusztus 12). *Milák Kristóf hazajött Párizsból és megszólalt* [Video]. YouTube. [elérhető itt](#)

Pease, A. (1989). *Testbeszéd*. Park Könyvkiadó, Budapest.

Pedersen, P. M., Laucella, P., Kian, E., Geurin, A. (2016). *Strategic Sport Communication*. Human Kinetics.

swimilak oldala. *Instagram*. [elérhető itt](#)

Varga, T. R. (2023, október 25). *Milák Kristóf fél év felkészüléssel akar olimpiai aranyat nyerni, de nincs edző, aki szerint ez összejöhet neki. Népszava*. [elérhető itt](#)