

**XXXII. OTDK Testnevelés- és  
Sporttudományi Szekció**

**Hegy- és sportmászók motivációs  
vizsgálata**

## 1. Bevezetés

Az emberek személyiségét a különböző külső és belső tényezők, hatások folyamatosan alakítják. Ezen hatásokra döntéseket hozunk, kialakul egyfajta attitűdünk, szemléletmódunk a világgal kapcsolatban. Ez a beállítódás pedig igen nagy hatással van egész életünkre, annak minden egyes percére. Ezek a faktorok formálják személyiségünket, ezek alakítanak olyanná, amilyenek vagyunk. Legyen szó negatív, vagy pozitív eseményről. Ezekről lesz minden egyes ember egyedi. De milyen emberek is vagyunk? Milyenné válhatunk? Milyenné válunk?

Sajnos a mai urbanizálódó világunkban egyre elterjedtebb az úgynevezett „ülő életmód”. Egyre közhelyesebben alkalmazzuk ezt a kifejezést. A fejlett, modern háztartási berendezések, a csillogó gépjárművek, valamint az internet és a mobiltelefon térhódításának köszönhető, felgyorsult kapcsolatteremtés hihetetlen mértékben kényelmessé tette a mai ember életét. Már az általános iskolás gyerekek is a szobájukban ülve kommunikálnak, a szomszédban szintén a számítógép előtt görnyedő „barátjukkal”, a rengeteg közismert közösségi háló valamelyikén. Viszont e példák alól a felnőttek sem kivételek, hiszen már a postára sem kell sietni, mivel leveleinket akár egyetlen gombnyomással elküldhetjük e-mailben. A mindennapi ételeinket sem vagyunk kötelezőek fáradtságos munka árán megtermelni magunknak, hiszen elég a sarki közértbe, vagy még rosszabb esetben sietve egy gyorsétterembe elugranunk.

Soha nem látott módon felgyorsultak mindennapjaink, és ezzel egyetemben elkezdtek megjelenni a fizikai tétlenség árnyoldalai is. Viszont, akik ebben a rohanással és zajjal telt világban mégis fölszabadítanak egy kis helyet és időt a csendnek; akik igényesen töltik el szabadidejüket, azoknak az életére ez a csöppnyi kiszakadás a világból is nagy hatást gyakorol.

De miért is döntenek úgy az emberek, hogy sportoljanak? Az egészségük megőrzésének érdekében? A társadalom, a barátok hatására? Vagy pusztán egy belülről fakadó késztetést éreznek a már-már kórossá váló semmittevés legyőzésére? Biztos vagyok benne, hogy ez az ok minden ember életében más és más, mivel minden egyes ember más és más.

Ha csupán az előbbieken felsorolt néhány okot vesszük is figyelembe, akkor azok eléréséhez nem kell nagy és bonyolult dolgokba belegondolni: eljárunk rendszeresen futni, összehívjuk a barátokat egy-egy délutáni focira. Az egyszerű fittség eléréséhez nem vagyunk rászorulva speciális eszközökre. Viszont van a társadalomnak egy olyan, egyelőre szűk, viszont egyre bővülő rétege, mely ennél is többre vágyik. Ezek az emberek ki vannak éhezve arra, hogy egyre nagyobb eufórikus érzést nyújtó élményeket éljenek át.

Manapság viszont szinte minden a biztonságról szól.

„Mai világunk kulcsszava a biztonság, de sokszor érezzük, hogy pár pillanatra jó lenne egy kicsit talán kevésbé steril környezetben is létezni.” (Farkas, 2010)

Az extrém sportok éppen ezt kínálják. Azok az emberek, akik ezeket a sportokat űzik hajlandóak ezért az érzésért lemondani a biztonságról, hajlandóak kilépni ebből a totális sterilitást nyújtó környezetből. Az ő esetükben még érdekesebb felvetni a kérdést: Mi készíteti őket arra, hogy levessék magukat egy toronyról ejtőernyővel a hátukon? Egy gördeszkást arra, hogy egy trükköt fájdalmas esésekkel tarkítva addig gyakoroljon, amíg végre sikerül? Vagy egy hegymászt pedig arra, hogy egy hosszadalmas, fárasztó, kemény megterheléssel járó expedíció során egy hegycsúcsot meghódítson? Ők nem csupán egy hétköznapi élmény átélésére kíváncsiak, hanem annál sokkal-sokkal többre. Arra, hogy felfedezzék azt a területet, mely a teljesítőképességük határain túl helyezkedik el. „Csupán azok, akik megkockáztatják, hogy túl messzire mennek, tudják valószínűleg kideríteni, hogy milyen messzire is mehetnek el.” (T.S. Eliot)

## **2. Célkitűzés**

Vizsgálatom legfőbb célja az volt, hogy fényt derítsek arra, hogy mégis mely az a motivációs erő, amely az extrém sportolókat arra készíteti, hogy a sportból adódó veszélyeket is felvállalva ilyen jellegű tevékenységeket folytassanak? Igyekeztem megtalálni az ok-okozati összefüggésben a döntési folyamatot elindító és befolyásoló okokat, kifejezetten a hegy- és sportmászók körében.

## **3. Anyagok és módszerek**

Dolgozatomat Pólusné Thiry Éva vizsgálata ihlette. Ő hegymászókat, barlangászokat, valamint falmászókat vizsgált. Az én esetemben csupán a hegymászók és sportmászók vizsgálatáról lesz szó, viszont a sportmászókat további két csoportra osztottam: sziklamászókra és teremben mászókra. Az anyaggyűjtéssel kapcsolatban egyik legfontosabb célkitűzésem a magas elemszám elérése volt, mivel ennek növelésével még pontosabb eredményekre derülhet fény, és közelebb juthatunk ahhoz, hogy egyértelmű következtetéseket vonhassunk le a feldolgozandó problémával kapcsolatban. Az adatgyűjtést kérdőíves módszerrel végeztem. A kérdőív nagyrészt zárt kérdésekből állt, és tartalmazott egy darab nyílt kérdést is, amelynek lényege az volt, hogy a sportolók nyíltan kifejtthessék egy adott problémával kapcsolatban saját véleményüket. Ezzel szert tehettem olyan információkra is, melyekre egy átlagos, zárt kérdésekkel teli kérdőívvel nem lettem volna képes. A

kérdőívemben alapvető demográfiai adatokra voltam kíváncsi. Ilyenek voltak a nem, a családi állapot, a születési év és a lakóhely. Ezeken felül a mászással, és motivációval kapcsolatban tettem fel nekik kérdéseket. Szerettem volna megtudni, hogy mely az a sport a hegymászás, a sziklamászás és a falmászás közül, amelyet a leginkább üznek. Kíváncsi voltam, hogy a szabadban, vagy inkább termekben másznak-e szívesebben. Itt megkértem őket egy nyílt kérdés formájában, hogy röviden fejtsék ki, hogy mivel indokolják válaszukat. Viszont a dolgozatommal kapcsolatos legfontosabb kérdések még hátra vannak. Felsoroltam külső és belső motivációs tényezőket. Ilyenek voltak például a szülők, a család, a barátok hatása, vagy a szabadság átélése, az egészségmegőrzés, a táborok, tanfolyamok hatása, stb. Arra kértem a kitöltő alanyokat, hogy jelöljék ezek közül azokat, amelyek a leginkább befolyásolták, és befolyásolják őket abban, hogy elkezdték, és még ma is folytatják a kiválasztott sportágat.

Az adatgyűjtést 2013. október 26-tól 2013. december 18-áig végeztem. Olyan sportegyesületek segítségét kértem ebben a folyamatban, melyek tagjai a Magyar Hegy- és Sportmászó Szövetségnek. Ezzel biztosan olyan sportolók véleményét kérhettem ki, akik valóban komolyan üzik valamelyik sportot a három közül. Azokban a körökben, ahová el tudtam jutni, ott személyesen töltöttem ki a kinyomtatott kérdőíveket. Mindezek mellett nagyon nagy segítségemre volt a Google Drive online kérdőívvel kapcsolatos ingyenes szolgáltatása. Ezen rendszer óriási mértékben megkönnyítette az információk tömeges begyűjtését. Ezen kívül alkalmi résztvevőket is bevontam a vizsgálatba. Ennek a három módszernek az alkalmazásával tehettem szert arra a 273 fős mintára, mely alapján számításaimat végeztem, és amely adathalmazból levont következtetések alapján az eredményeket a következő fejezetben be is fogok mutatni. Az adatok feldolgozását az SPSS nevű program 16.0 verziójával végeztem. Az ábrák és táblázatok elkészítésében pedig a Microsoft Office Excel 2003-mas verziója volt segítségemre. Feldolgozási módszereim között alapstatisztikák és különböző kereszttáblák szerepeltek. A 273 fős mintából három nagy csoportot alkottam, ezeket a sportágak szerint különböztettem meg. A sportági megoszlás a következő volt: 83 fő volt hegymászó, 87 fő volt sziklamászó, és 103-an voltak azok, akik teremben, műfalon másztak. A hegymászók és a sziklamászók két csoportjának elemszáma nagyjából azonos volt, kiugró értéket csak a műfalon mászóknál figyelhettünk meg, akik 20-szal többen voltak a hegymászóktól, és 16-tal többen a sziklamászóktól. Ez a kiugró érték talán arra is visszavezethető, hogy a felmérés időpontja a téli időszakra esett, amikor jelentősen megnő a mászótermek forgalma a kinti időjárás viszontagságai miatt. Ezeket az adatokat az 1. táblázat szemlélteti (1. függelék).

#### 4. Eredmények és megbeszélés

Kíváncsi voltam az alapvető demográfiai adatok alakulására. Azon belül is kifejezetten arra, hogy az egyes sportágakban milyen nemű dominanciát tapasztalhatunk. Készítettem egy keresztábrát, mely szépen szemlélteti az alanyok nembeli és sportág szerinti eloszlását. (1. függelék).

A teljes 273 fős mintában összesen 169 férfi volt, és 104 nő. Ez alapvetően megmutatja, ha mindezt levetítjük a csupán megbecsülhető alapsokaságra, hogy az extrém sportokban a férfiak aktívabban, nagyobb létszámmal vesznek részt. A teljes mintának 61,9%-a volt férfi és a nők csupán a minta 38,1%-át tették ki. Pólusné Thiry Éva eredményeiben pedig a minta 43%-át tették ki nők, mely viszonylag magas létszámot jelent. Már itt is megmutatkozik a kérdőívet kitöltők megnövelt számának haszna. Viszont vessünk egy pillantást arra is, hogy ez az arány az egyes sportágakban miként oszlik meg.

A hegymászók esetében 58 fő (70%) volt férfi, és 25 fő (30%) volt nő. A nők létszáma még a 30%-ot is alig érte el a férfiakhoz képest.

Ha megnézzük a sziklamászókat ugyanebből az aspektusból, akkor látszik, hogy a nők jelenléte itt már jelentősebb, viszont még mindig nem egyenlő a férfiakéval. Ebben a sportágban a 87 főből 51 férfi volt, és 36 volt nő. Ezek 59-41%-ban aránylanak egymáshoz.

A teremben mászók nemek szerinti aránya áll egymáshoz a legközelebb, de ennél a csoportnál is nagy különbség figyelhető meg. A falmászók létszáma a legmagasabb a három csoport közül. A 103 főből 60 fő volt férfi, és 43 fő volt nő. Itt a nők aránya 42% volt, viszont a férfiak 58%-os jelenléte a csoportban még mindig meghatározónak számít.

Mindhárom csoport esetében a férfiak létszámbeli dominanciája jelenik meg. Mind a három sportágban nagyjából egyharmad-kétharmad arányban a férfiak vannak nagyobb arányban jelen.

Ha áttérünk a minta életkor szerinti vizsgálatára, akkor megfigyelhetjük, hogy a legfiatalabb résztvevő 17, a legidősebb pedig 58 éves volt. 20 év alatti sportoló 4 volt, hárommal több, mint Pólusné vizsgálatában, és a 40 év felettiek is 43-an voltak, nem csupán húszan. Ebből is láthatjuk, hogy sokkal szélesebb körökben is elterjednek ezek a sportok, mind a fiatalok, mind az idősebbek körében. Életkor szerinti eloszlás tekintetében megfigyelhettük, hogy 20-tól 25 éves korig 52 fő volt a mintában, 25-től 30 éves korig 64 válaszadó volt, 30-tól 35 éves korig 63-an szerepeltek, és 35-től 40 éves korig pedig 43 fő adott választ. Az átlagéletkor 32 év volt, a minta módusza, pedig a 31 volt, mely a minta leggyakrabban szereplő eleme. Ez azt mutatja, hogy a 31 évesek szerepeltek a legtöbbször, szám szerint 19-szer. Többségükben a 22 és a 35 év közöttiek azok, akik ezeket az extrém sportokat űzik (2. függelék). Ez az ábra azt is

szemlélteti, hogy az egyes korosztályokban milyen arányban fordulnak elő a férfi és a nő nemű sportolók. Megfigyelhetjük, hogy a nők előfordulása leginkább a fiatalabb korosztályra jellemző, míg az idősebb kort jelentő években néhol hiányzik is a nők jelenléte.

Családi állapotukat tekintve nagyrészt függetlenség jelenik meg a mintában. A válaszadók több mint kétharmada, pontosan 183 fő nőtlen vagy hajadon, 15 fő elvált, 75-en voltak házasok, özvegy pedig nem szerepelt a vizsgálatban résztvevők között. Ha összeadjuk a nőtlenek, hajadonok, és az elváltak számát, akkor 198-at kapunk. Ez 72,5%-a a mintának. Ezek az adatok alátámasztják azt, hogy az extrém sportolók nagy részét olyan egyének alkotják, akik önálló egzisztenciával rendelkeznek. Sokkal nagyobb mértékű önállóságot mutatnak az adatok, mint az előző felmérés eredményei.

A kérdőívemben felsoroltam különböző külső és belső motivációs tényezőket. Arra kértem a válaszadókat, hogy jelöljék meg azokat, amelyekről azt gondolják, hogy befolyásolta őket az adott sport elkezdésében, és ma is motiválja őket abban, hogy továbbra is folytassák azt. Az adatok feldolgozása után az eredményeket áttekintve látható, hogy a belső tényezők sokkal nagyobb hangsúlyt kaptak a motivációban (3. függelék).

A három csoport összesített átlagát tekintve láthatjuk, hogy a legfőbb motivációs tényező a sportolónak az az igénye, mely saját határainak megismerésére irányul. Ez a faktor a minta 75,82%-át (207 fő) ösztönzi. A férfiak 61,35%-át (127 fő) és a nők 38,65%-át (80 fő) hajtja előre ez a tényező. A legnagyobb mértékben a 38 éven aluliak azok, akiknek ez fontos, viszont az idősebb korosztályban is akad egy-két egyén, akik a koruk ellenére még mindig hajthatatlanok, és kíváncsiak, hogy mire képesek még.

Második helyen végzett az a tényező, mely a mászás nyújtotta eufórikus érzés átélésére irányul. A teljes elemszám 74%-át (202 fő) érinti ez az élménykeresésre vonatkozó faktor. Ezen belül a férfiak 61,4%-át (124 fő) és a nők 38,6%-át (78 fő). Nagyon szoros az első két faktor közötti eredmény, nem tapasztalhatunk túl nagy különbségeket.

174 főnek volt jelentős a szabadság átélése, ez a minta 63,74%-át tette ki. Ez bizonyítja, hogy az extrém sportolók nagy része önálló egzisztenciával rendelkező egyén, nem szereti a kötöttségeket, szeret kiszabadulni a mindennapok gondjai közül, és erre az extrém sportokat használja eszközül. Ennek a 174 főnek a 60,9%-a volt férfi és 39,1%-a volt nő.

A negyedik helyen végzett a három sportág egészségmegőrző szerepe. Ez nagyon meglepő, mivel az extrém sportolók vállalják azt a veszélyt, mely esetenként nagy egészségkárosodással járhat. Itt egyfajta ellentmondásba ütközünk. Viszont nyilván a vizsgálatban résztvevők a rendszeres testmozgás jótékony hatásait, a sportot, mint a testet

megedző és egészségessé nevelő eszközöként értelmezték ebben az esetben. Ezt a tényezőt a 22 és 38 év közöttiek jelölték be a legtöbben, az idősebb korosztályra is jellemző az egészségmegőrzés fontosságának szem előtt tartása, viszont sokkal kevésbé. 40 év fölött minden korosztályban csupán 1-2 ember jelölte ezt meg, mint számára fontos faktort. Ez is elgondolkodtató lehet, viszont ebben az esetben szükséges egy százalékos arányt is megtekintenünk, mivel az idősebbek kisebb létszámban is vettek részt a felmérésben. Az idősebb korosztály kis létszáma miatt viszont nem lehet egyértelmű következtetéseket levonni még a százalékos eredményekből sem.

142 ember szeretne barátokra, társaságra szert tenni a sporton keresztül. Ez a szám a teljes minta 52%-át jelenti. A szociális kapcsolatok kiépítése a férfiak 57%-ának (81 fő) és a nők 43%-ának (61 fő) volt fontos. Ahhoz képest, hogy ezek a sportolók általában önálló egzisztenciával rendelkeznek, a szociális kapcsolatok a fél társaság számára igen nagy jelentőséggel bírnak.

A belső motivációs tényezők közül a vonzó külső elérése volt a sportolókra a legkisebb hatással. Akadt még egy külső faktor is, mely fontossági sorrendben megelőzte. Mindössze 49-en jelölték be ezt, mint belső ösztönző faktort. Ez csupán a 18%-át jelenti a mintának. Ami még nagyon érdekes ezzel a tényezővel kapcsolatban, az a nemi eloszlása: 26 férfi (53,1%) és 23 nő (46,9%) számára jelent ösztönzést a fizikai külső, az esztétikum ebben a három sportágban. Tehát a férfiak számára nagyobb jelentőséggel bír a vonzó külső elérése, mint a nők számára. Ezek szintén elgondolkodtató adatok.

A külső tényezők elenyésző mértékben jelentek meg a belső faktorokhoz képest. Külső faktorként a barátok ajánlása volt az egyedüli, amely fontossági sorrendben – kis mértékben ugyan, de - meghaladta az egyik belső tényezőt, a vonzó külső elérését. 50 ember számára volt fontos, mely a minta 18,32%-át jelenti. A barátok ajánlása egyenlő mértékben volt fontos mind a két nem számára.

Az ezt követő külső tényező a tanfolyamok hatása volt. Összesen 22 főnek jelent meg fontos faktorként. Ez mindössze 8,06%-a volt a teljes mintának. Viszont akinek ez fontos volt, azon látszik, hogy a mászást, mint tevékenységet, sportot a lehető legbiztonságosabb keretek között szeretné üzni. Általában kezdők, és sok mindennel nincsenek tisztában. Szeretnék a mászás technikáját hozzáértő szakemberektől megtanulni, hogy a lehető legkisebb kockázattal hódolhassanak kedvenc szabadidős tevékenységüknek.

A szülők befolyásoló hatása elenyésző mértékű, csupán 12 főnél, a sportolók 4,4%-ánál jelent meg. Ezek szerint kevés a száma azoknak a szintén mászósportot űző szülőknek, akik a

gyermekeiknek bemutatnák a testkultúra ezen ágának a szépségét, vagy csak egyszerűen maguk a szülők sem ezeket a sportokat üzik, vagy egyáltalán nem folytatnak semmilyen sporttevékenységet sem. Itt a nők nagyobb aránya jelenik meg 58,33%-kal (7 fő), míg a férfiak 41,67%-ának (5 fő) meghatározó a szülők motivációja.

Táborok is csupán a válaszadók 3,3%-ára voltak hatással. Tehát elsősorban vagy nem szervezett keretek között, nem táborok alatt tettek szert a mászás élményére, vagy a táborok színvonala nem volt megfelelő, így nem hagyott nyomot a résztvevőkben. Ez a 3,3% mindössze 9 főt jelent, melyből 6 fő volt férfi, és 3 fő volt nő.

A hirdetések hatására pedig csupán egyetlen női falmászó kezdett el sportolni. Ezek az adatok a függelékben számszerűsítve is megtekinthetők, nemek szerinti bontásban (4. függelék).

Korábbi feltételezésem fényében érdekes lehet megvizsgálni azt is, hogy a mintán belül milyen arányban, és hányan szeretnek a résztvevők a természetben, és mászóteremben mászni. Elsősorban nem az a csoport érdekelt, mely a szabadban mászik szívesebben, mert számomra egyértelmű, hogy a természet szépsége, és annak vonzó ereje az a hatás, mely mint egy mágnes kivonzza az embereket a szabadba. Inkább azt a csoportot szeretném szemügyre venni, mely a teremben való mászást preferálja. Ennek érdekében tettem fel a kérdést a kérdőívben is, és ezért éreztem szükségesnek az erre vonatkozó nyílt kérdésre való válaszadást. Így a válaszadók saját szavaikkal tudják kifejezni, hogy miért is tartják jobbnak, vagy legalábbis számukra kedvezőbbnek a mászótermek szolgáltatásainak igénybevételét.

230 fő, mely a minta 84,2%-át jelenti, szeret inkább a szabadban sporttevékenységet végezni. Ebből 142 fő volt férfi, és 88 fő volt nő. A maradék 43 fő volt az, akik inkább a termekben másznak. Ők csupán a minta 15,8%-át tették ki 27 fő férfival és 16 fő nővel (5. függelék).

Szemléletesen kirajzolódik az ábrán, hogy mennyivel kevesebben vannak azok, akik szívesebben választják a termeket a mászásra. Viszont azok, akik teremben másznak szívesebben, mivel indokolják választásukat? Az erre vonatkozó nyílt kérdésre adott válaszokból kiderül, hogy leginkább a kényelem és a biztonság az, mely legfőbb indokként megjelenik a teremben való mászás előnyben való részesítésével kapcsolatban. Ez érthető is, mert a nagyobb városokban élő egyéneknek könnyebben megközelíthetőek ezek a helyek. Nem kerül nagy szervezési munkálatokba, egyszerűbben megoldható a sportolás. Akár munka, vagy iskola után is könnyen eljuthatnak egy-egy helyre, és előfordul, hogy nem igényli aktív mászótárs jelenlétét a megfelelően kialakított termekben. Megjelenik az a fajta elkényelmesedés, ami a mai urbanizált világban élő tömegeket jellemzi. Másrészt a biztonság

is fontos tényező volt, mert ellenőrzött körülmények biztosítják a sérülések elkerülését. Ami még nagyon befolyásolta őket a választásban az, hogy a mászótermek az időjárási körülményektől függetlenül, egész évben igénybe vehetők. Ezeken kívül kisebb mértékben ugyan, de megjelent például a munka okozta elfoglaltság, az időhiány, a megszokás, valamint az állandó társaság és hangulat is. Ezek azok a legfőbb tényezők, melyek a mászók teremben való sportolását ösztönzik.

Öt kérdés fogalmazódott meg bennem a vizsgálat, és az adatgyűjtés megkezdése előtt.

Az első kérdésfeltevés az volt, hogy:

„Az egyes sportágakban is megfigyelhető lesz a férfiak létszámbeli dominanciája?”

Az eredmények egyértelműen megmutatják, hogy az egyes sportágakon belül is a férfiak vannak többségben. A hegymászók 70-30%-os arányban oszlottak meg a nemek tekintetében, a sziklamászók 59%-a volt férfi és 41%-a volt nő, míg a falmászók 58-42%-os arányt mutattak.

A második kérdésfeltevés a következőképpen szólt:

„Melyik lesz az a sportág, amelyet a legtöbben űzik?”

Legtöbben a falmászást űzik leginkább. Ez az a sportág a három közül, melyet a leginkább gyakorolják a mintából. Ennek a valószínűsíthető oka az, hogy az adatfelvétel a késő őszi, téli hónapokra esett. Ekkor már nehéz a szabadban hódolni kedvenc sportunknak.

Harmadik kérdésfeltevés az volt, hogy:

„Vajon mely lesz az a motivációs tényező, amely a leginkább befolyásolja ezeket a sportolókat?”

A „Saját határait megismerése” nevű belső faktor volt az, amely a leginkább ösztönözte a mászókat sporttevékenységük elkezdésében, és annak gyakorlásában. A minta mintegy 75,82%-át motiválta ez a faktor, mely 207 főt jelent.

Negyedik feltevés a következő volt: „Vajon mely lesz az a motivációs tényező, amely a legkevésbé befolyásolja ezeket a sportolókat?”

Erre a kérdésre a válasz a „hirdetések hatása” nevű tényező. Ez csupán egy női falmászóra gyakorolt hatást.

Az ötödik, és egyben utolsó kérdésfeltevés pedig az volt, hogy: „A teremben szívesebben mászók milyen tényezőkre fognak hivatkozni választásukkal kapcsolatban?”

Leginkább a kényelem és a biztonság az, mely legfőbb indokként megjelenik a teremben való mászás előnyben való részesítésével kapcsolatban. Másrészt a biztonság is fontos tényező volt, mert ellenőrzött körülmények biztosítják a sérülések elkerülését. Ami még nagyon

befolyásolta őket a választásban az, hogy a mászótermek az időjárási körülményektől függetlenül, egész évben igénybe vehetők. Ezeken kívül kisebb mértékben ugyan, de megjelent például a munka okozta elfoglaltság, az időhiány, a megszokás, valamint az állandó társaság és hangulat is. Ezekre a kérdésekre adott válaszok nagy segítséget nyújthatnak a sportvállalkozásoknak abban, hogy egyre nagyobb tömegeket mozgassanak meg, és csábítsanak maguk köré. Beszélhetünk itt táborok szervezésével és lebonyolításával foglalkozó vállalkozásokról, de a mászótermekről, mint vállalkozói tevékenységet folytató létesítményekről is. Ismerve a mászók motivációs tényezőit a vállalkozások felhasználhatják, és beépíthetik őket a már meglévő marketingjükbe kiegészítésként, vagy akár ez alapján teljes mértékben át is szervezhetik azt.

Az első hipotézisem a következő volt:

„Feltételezem, hogy a mintában a férfiak létszámbeli dominanciája lesz megfigyelhető.”

Ezt a feltételezésemet megtartom, mivel a függelékben bemutatott táblázat is ezt bizonyítja. A teljes minta 61,9%-a volt férfi, 169 férfi vett részt a vizsgálatban 104 nővel szemben. Ez jelentős többséget jelent a férfiak részéről. Pólusné vizsgálatához képest a nők aránya majdnem 5%-os csökkenést mutat. Tehát az a tendencia, miszerint a nők lassan felzárkózni látszanak létszámban a férfiakhoz, megfordulni látszik.

Második hipotézisem így szólt:

„Feltételezem, hogy ellentétben Pólusné eredményeivel, az extrém sportok mellett történő választásban a külső tényezők a dominánsabbak.”

Ezt a hipotézisemet el kell vetnem, mivel az elemszám megnövelésének ellenére az eredmények egybecsengenek a Pólusné által vizsgált minta eredményeivel. Viszont nem csupán megerősítik, hanem pontosítják is azt. A belső faktorok nagyságrendekkel megelőzik a külső faktorokat a motiváció terén.

A harmadik, és egyben utolsó hipotézisem pedig az volt, hogy:

„Feltételezem, hogy többen választják a szabadban való mászást a teremben való mászással szemben.”

Ez a feltételezésem az elsőhöz hasonlóan szintén beigazolódott. A függelékben megjelenő grafikon (5. függelék) szemlélteti, hogy azoknak a sportolóknak a száma, akik a szabadban szeretnek mászni jelentősen meghaladja azokét, akik inkább a mászótermeket preferálják. Hiszen a minta 84,2%-a szeret a szabadban sportolni.

A harmadik hipotézisemet igazoló eredmény egy további kérdést vetett fel bennem. Így fogalmazódott meg még egy, a kérdésfeltevések közé sorolható kérdés. Az adatok szerint arra

a kérdésre, hogy: „Hol mászik szívesebben?” a minta 84,2%-a adta azt a választ, hogy a szabadban. Arra a kérdésre pedig, hogy „Mely sportot űzi leginkább?” a válaszadók 30,4%-a adta azt a választ, hogy hegymászás, és 31,87%-a adta azt, hogy sziklamászás. A három sportág közül ez a két szabadban végzett tevékenység. Összeadva a minta 62,27%-át jelentik. Ha a 84,2%-ot és a 62,27%-ot, mint százalékos adatot kivonjuk egymásból, akkor 21,93%-ot kapunk. Ez azt jelenti, hogy a minta 21,93%-a nem ott végez sporttevékenységet, ahol szeretne. Ez több mint a minta egyötödét jelenti. Meg akartam tudni, hogy ennek mi lehet az oka. Ennek okáért újrapvizsgáltam a kérdőívben feltett nyílt kérdésekre adott válaszokat, és arra a következtetésre jutottam, hogy a mászók 21,93%-a, akik a szabadban végeznének szívesebben testmozgást, a mászótermekbe kényszerülnek. Ennek pedig a legfőbb okai az anyagi nehézségek, az ezekből fakadó felszerelési hiány, valamint az utazással járó problémák. Ez a probléma, melyre fényderült, további kutatásokat tesz lehetővé, és úgy gondolom, hogy szükséges is foglalkozni ezzel, mivel érdekes témát vetettek fel a fent említett számok. Dolgozatom elsődleges témája nem ez volt, ezért nem is foglalkozok ezzel ebben a dolgozatban tovább. Ennek ellenére nem hagyhattam, hogy észrevétlenül elhaladjak mellette. Ennek a problémának a pontos vizsgálatához nincsen megfelelő mennyiségű információ, így ezt a kérdést nyitva hagyom. Ezen kívül a résztvevők által szolgáltatott válaszok sem teljesen egyértelműek. A probléma további boncolgatásához szükség lenne új adatok gyűjtésére.

Az utóbbi évtizedekben megfigyelhető volt az életstílusnak egy olyan minőségbeli változása, melynek következtében a sebesség, az időfaktor, és a mennyiségi fogyasztás mára döntően átalakult a speciális tevékenységek irányába. A jelenkor egzisztenciális félelemben élő, teljesítménykényszeres emberei közül sokan az életminőséget rontó civilizációs kihívásokra az élmények fokozott keresésével reagálnak, új, szokatlan, izgalmas élményekbe menekülnek. Az élménytársadalmakban, azaz ott, ahol interkulturális összehasonlításban nagyobb szerepet tulajdonítanak az élményeknek, az emberek egyre nagyobb csoportját már nem csupán a létfenntartás és a megélhetés gondja, hanem az életük értelemmel és élményekkel történő megtöltése is foglalkoztatja. A passzív szubjektumok aktív szereplőkké válnak, akik az élményeket már nemcsak befogadják, hanem maguk is kreatív részesei a folyamatoknak, céljuk az érzékelhető, átélhető élmények növelése. Az élmények már nemcsak kísérőjelenségei a cselekvéseiknek, hanem cselekvésük fő tárgyát képezik, másfajta érzéseket, aktivitásokat generálnak (Schulze, 2000). Látható az eredmények alapján is, hogy leginkább a szenzoros élménykeresés és a határok feszegetése, az izgalom megteremtése a legfőbb,

legmeghatározóbb motivációs tényező. Majd ezt követően a szabadságnak, az egészségnek és a barátok ajánlásának volt jelentős hatása.

Az extrém sportok, több évtizedes múltra visszatekintő sikereiknek köszönhetően, mára már Magyarországon is tömegeket vonzó sportokká fejlődtek. Ezek a sportok egyrészt, mint szabadidős tevékenységek, másrészt, mint az önmegvalósítás eszközei, céljukat tekintve elsősorban az egyéni teljesítmény és képesség szabta határok megismerését szolgálják (Pólusné, 2013).

A mászósport is lehet a tökéletes élmény megnyilvánulásának egy formája. Ezen tevékenység során olyan élményeket élnek át a sportolók, melynek óriási a jutalomértéke. Az emberek pedig hajlamosak csupán emiatt végezni ezt a tevékenységet. Nem érdekli őket, hogy mi hasznuk lesz belőle még akkor sem, amikor ez nehéz, vagy veszélyes. (Csíkszentmihályi, 2010).

Továbbá kimondja azt is, hogy a legtöbb tevékenység, melyet űzünk, - beleértve ezeket az extrém sportokat is, - nem csupán autotelikusak, és nem is teljesen exotelikusak, hanem ennek a kettőnek a kombinációja, keveredése.

Ebben az esetben viszont azt hiszem, egyértelműen kijelenthetjük, hogy a mászósportban autotelikus tevékenységekről beszélhetünk.

## **5. Összefoglalás**

Sajnos a mai elvárosiasodott világunkban egyre elterjedtebb az úgynevezett „ülő életmód”. Ezzel egyetemben soha nem látott módon felgyorsultak mindennapjaink. A modern technikára hagyatkozva egyre jobban elkényelmesedünk, és mindent gyorsabban, és könnyebben akarunk elvégezni, elhanyagolva ezzel a fizikai aktivitást is. Ez vonatkozik a nagy átlagra. Ezzel szemben egyre növekszik a társadalomnak egy olyan, egyelőre szűk rétege, mely nem csupán szemben áll az előbb leírt urbanizált ember képével, és sportol az egészségéért, hanem még a fizikai aktivitástól is többre vágyik. Ezek az emberek ki vannak éhezve arra, hogy egyre nagyobb eufórikus érzést nyújtó élményeket éljenek át. Az extrém sportok éppen ezt kínálják. Azok az emberek, akik ezeket a sportokat űzik hajlandóak ezért az érzésért lemondani erről a totális biztonságról, mely mai napjaink kulcsszava. Érdekes felvetni a kérdést, hogy: Mi készíteti őket arra, hogy lemondjanak a biztonságról? Ők nem csupán egy hétköznapi élmény átélésére kíváncsiak, hanem annál sokkal-sokkal többre. Arra, hogy felfedezzék azt a területet, mely a teljesítőképességük határain túl helyezkedik el. Mégis mi az a motivációs erő, mely erre készíteti őket? Ez a dolgozat erre a kérdésre igyekszik

válaszolni, megtalálni az ok-okozati összefüggésben a döntési folyamatot elindító és befolyásoló, külső és belső okokat, kifejezetten a hegy- és sportmászók körében.

A témával kapcsolatban a következő kérdések fogalmazódtak meg bennem:

- 1) Az egyes sportágakban is megfigyelhető lesz a férfiak létszámbeli dominanciája?
- 2) Melyik lesz az a sportág, melyet a legtöbben űzik?
- 3) Vajon mely lesz az a motivációs tényező, amely a leginkább befolyásolja ezeket a sportolókat?
- 4) Vajon mely lesz az a motivációs tényező, amely a legkevésbé befolyásolja ezeket a sportolókat?
- 5) A teremben szívesebben mászók milyen tényezőkre fognak hivatkozni választásukkal kapcsolatban?

A dolgozatomban saját tapasztalataim alapján a következőket feltételeztem:

- 1) Feltételezem, hogy a mintában a férfiak létszámbeli dominanciája lesz megfigyelhető.
- 2) Feltételezem, hogy ellentétben Pólusné eredményeivel, az extrém sportok mellett történő választásban a külső tényezők a dominánsabbak.
- 3) Feltételezem, hogy többen választják a szabadban való mászást a teremben való mászással szemben.

Dolgozatomat Pólusné Thiry Éva vizsgálata ihlette. Ő hegymászókat, barlangászokat, valamint falmászókat vizsgált. Az én esetemben csupán a hegymászók és sportmászók vizsgálatáról van szó, viszont a sportmászókat további két csoportra osztottam: sziklamászókra és teremben mászókra. Az adatgyűjtést kérdőíves módszerrel végeztem.

Dolgozatom elsődleges célja az volt, hogy az elemszám jelentős mértékű megnövelésével megcáfoljam Pólusné Thiry Éva eredményeit, mert személyes tapasztalataim ellentmondásba kerültek velük. 273 főt gyűjtöttem össze, melyből 169 volt férfi, és 104 volt nő. Sportág szerint pedig 83 hegymászó, 87 sziklamászó és 103 falmászó vett részt a vizsgálatban. Ezen kívül szerettem volna megtudni, hogy a résztvevők milyen arányban szeretnek a szabadban és a termekben mászni.

Az eredmények Pólusné eredményeit igazolták, és pontosították is azokat. A belső motivációs tényezők sokkal hangsúlyosabbak, mint a külső faktorok. Leginkább saját határaiknak a megismerése érdekében sportolnak, és a hirdetések hatása volt a legelenyészőbb mértékű motivációs tényező.

Továbbá az extrém sportokat nagyobb arányban űzik a férfiak, mint a nők, és ez az arány az egyes sportágakon belül is megfigyelhető.

Ezekon kívül az eredmények azt mutatták, hogy a mászósportokban résztvevő egyének inkább a szabadban másznak szívesebben, viszont nem mindenkinek van lehetősége ott sportolni, ahol szeretne. A három sportág közül a falmászók voltak a legtöbben, és ők leginkább a biztonság, a kényelem miatt másztak a termekben.

## **6. Irodalomjegyzék**

- CSÍKSZENTMIHÁLYI M. (2010): *FLOW Az áramlat - A tökéletes élmény pszichológiája*. Akadémia kiadó, Budapest, 371.
- FÁBIÁN GY., ZSIDEGH M. (1998): *A testnevelési és sporttudományos kutatás módszertana*. MTE, Budapest. 265-281.
- HÉJJAS B. (2006): Korunk civilizációja: a posztmodern embertípus megalkotása. In: *Társadalomkutatás*: **24**. 261-283.
- HARSÁNYI L., TIHANYI J., MÓNUS A. (1992): *Sporttudományos közlemények készítése*. OTSH, Budapest, 145.
- KECSKEMÉTI L., IZSÓ L. (2005): *Bevezetés az SPSS programrendszerbe*. ELTE Eötvös Kiadó, Budapest, 459.
- LONG, S. (2008): *A sziklamászás kézikönyve – A biztonságos és izgalmas sziklamászás átfogó útmutatója*. Scolar kiadó, Budapest, 192.
- NEULINGER, Á. (2009): A szabadidősport iránti érdeklődés Magyarországon. In: *Magyar Sporttudományi Szemle*: **3-4**. 29-32.
- OLÁH A. (2006): *Pszichológiai alapismeretek*. Bölcsész Konzorcium, Budapest, 766.
- PINTÉR J., ÁCS P. (2007): *Bevezetés a sportstatisztikába*. Dialóg Campus Kiadó, Budapest-Pécs, 164.
- PÓLUSNÉ THIRY É. (2011): Extrém sportok szelekciós modelljei: motivációk és választások az élménytársadalmakban. In: *Magyar Sporttudományi Szemle*: **1**. 16-20.
- PÓLUSNÉ THIRY É. (2013): Élmény vagy gazdagság – Az extrém sportolók értékorientációja. In: *Magyar Sporttudományi szemle*: **1**. 35-39.
- SCHULZE, G. (2000): Élménytársadalom. A jelenkor kultúrszociológiája. A mindennapi élet esztétizálódása. In: *Szociológiai Figyelő*: **1-2**. 135-157.
- WINKLER, K., BREHM, H-P., HALTMEIER, J. (2011a): *Hegymászás nyáron*. CSER kiadó, Budapest, 314.
- WINKLER, K., BREHM, H-P., HALTMEIER, J. (2011b): *Hegymászás télen*. CSER kiadó, Budapest, 268.

## **7. Köszönetnyilvánítás**

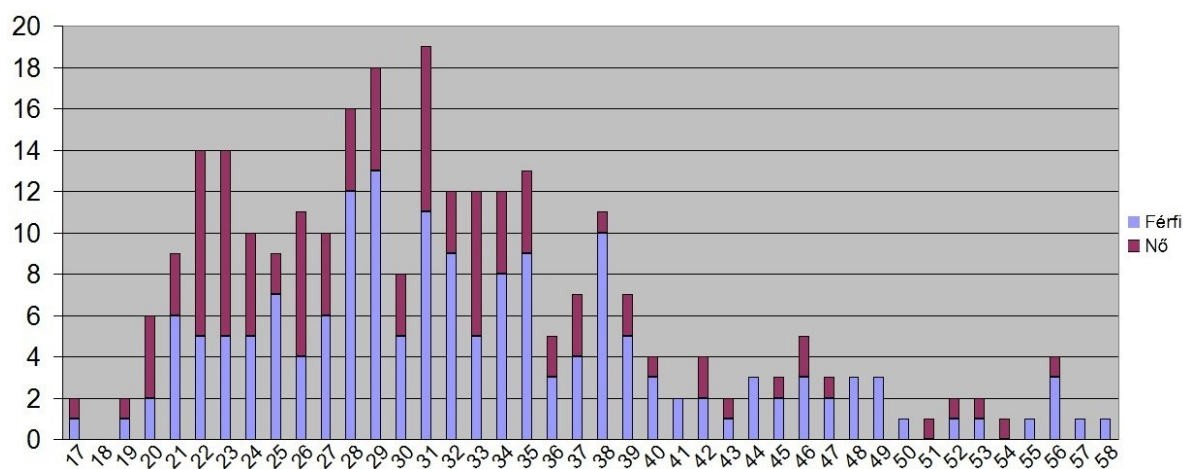
Szeretném köszönetemet kifejezni mindazoknak, akik segítettek, támogattak, és inspiráltak abban, hogy elkészülhessem ez a dolgozat, kifejezetten

- konzulensemnek, Seregi Ernőnek az szakértő útmutatásaiért
- a Nyíregyházi Főiskola Testnevelés és Sporttudományi Karán oktató összes tanáromnak, akik segítették előrehaladásomat
- az Ujjerő Boulder Clubnak a vizsgálatban való lelkes részvételért
- valamint a szüleimnek, akik végig mellettem álltak, és támogattak célom elérésében

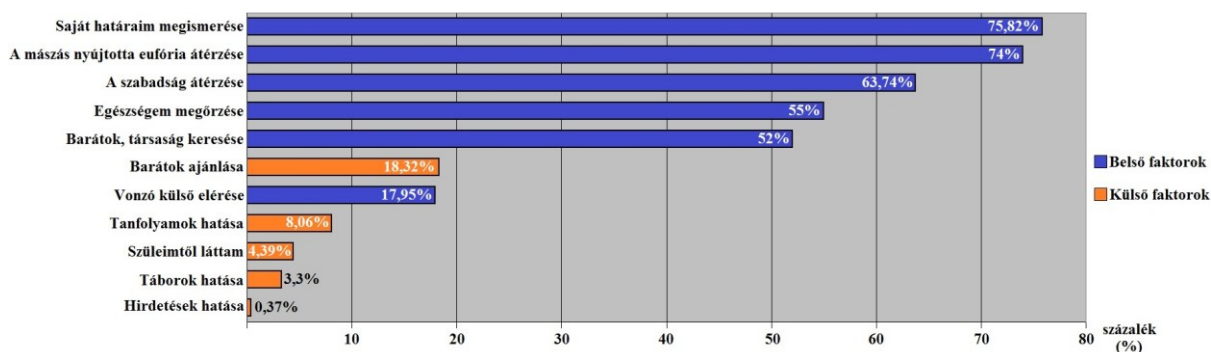
## 8. Függelék

1. függelék. A sportolók sportágak és nemek szerinti megoszlása

|          | Hegymászás | Sziklamászás | Falmászás teremben | Összesen |
|----------|------------|--------------|--------------------|----------|
| Férfi    | 58         | 51           | 60                 | 169      |
| Nő       | 25         | 36           | 43                 | 104      |
| Összesen | 83         | 87           | 103                | 273      |



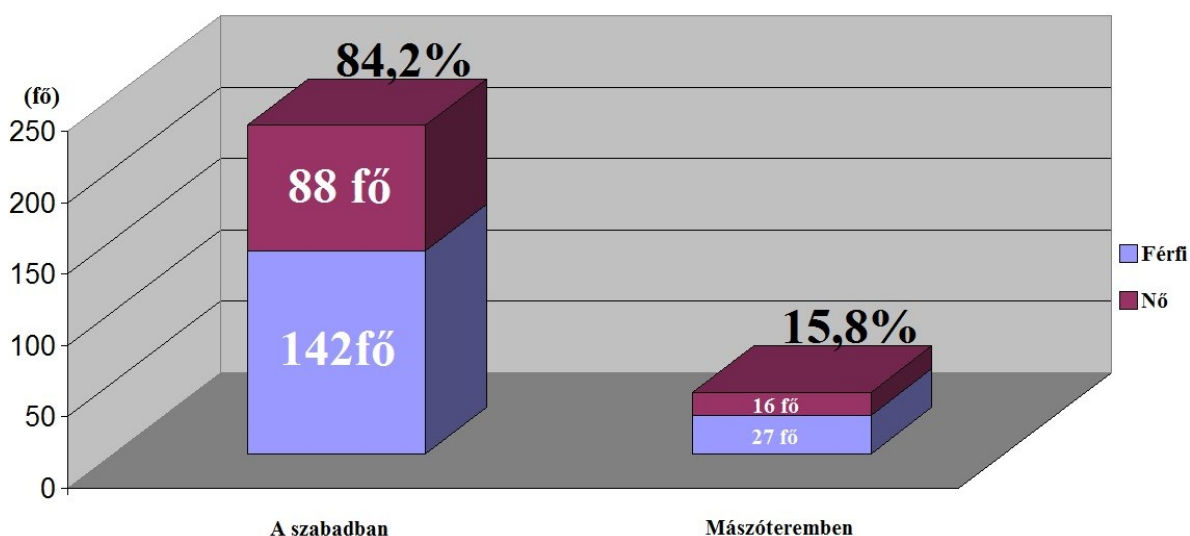
2. függelék. A sportolók életkor szerinti eloszlása



3. függelék. A külső és belső motivációs tényezők százalékos megoszlása

4. függelék. A motivációs tényezők hatása nemek szerinti bontásban

|                                            |      | Férfi | Nő  | Összesen |
|--------------------------------------------|------|-------|-----|----------|
| Határait megismerése                       | Igen | 127   | 80  | 207      |
|                                            | Nem  | 42    | 24  | 66       |
| Barátok, társaság keresése                 | Igen | 81    | 61  | 142      |
|                                            | Nem  | 88    | 43  | 131      |
| Egészségem megőrzése                       | Igen | 88    | 62  | 150      |
|                                            | Nem  | 81    | 42  | 123      |
| Vonzó külső elérése                        | Igen | 26    | 23  | 49       |
|                                            | Nem  | 143   | 81  | 224      |
| A mászás nyújtotta eufórikus érzés átélése | Igen | 124   | 78  | 202      |
|                                            | Nem  | 45    | 26  | 71       |
| A szabadság átérése                        | Igen | 106   | 68  | 174      |
|                                            | Nem  | 63    | 36  | 99       |
| Szüleimtől láttam                          | Igen | 5     | 7   | 12       |
|                                            | Nem  | 164   | 97  | 261      |
| Barátaim ajánlása                          | Igen | 25    | 25  | 50       |
|                                            | Nem  | 144   | 79  | 223      |
| Hirdetések hatása                          | Igen | 0     | 1   | 1        |
|                                            | Nem  | 169   | 103 | 272      |
| Tanfolyamok hatása                         | Igen | 16    | 6   | 22       |
|                                            | Nem  | 153   | 98  | 251      |
| Táborok hatása                             | Igen | 6     | 3   | 9        |
|                                            | Nem  | 163   | 101 | 264      |



5. függelék. A szabadban és a mászóteremben sportolók megoszlása