

UTÁNPÓTLÁS LABDARÚGÓK SPORTOLÁSI MOTIVÁCIÓJA

– nemzetközi kitekintéssel

SPORT MOTIVATION OF JUNIOR FOOTBALLERS

-with international outlook

Bács Zalán Mihály

Debreceni Egyetem, Sporttudományi Koordinációs Intézet, Debrecen

Összefoglaló

Kutatásom fő célkitűzése, hogy megismerjem az utánpótláskorú labdarúgók sportolási motivációját, és azt, hogy mik a céljaik a sporttal, valamint, hogy ezen eredményeimet nemzetközi kutatási eredményekkel összevegyem. Kutatásomat a magyar labdarúgás utánpótlás rendszerének mind a 3 szintjén elvégeztem, egy amatőr, megyei csapatnál (DASE), egy tehetségközpontnál (DEAC), illetve egy akadémiánál is (DVSC-DLA). A különböző korosztályok és bajnoki szintek közötti motivációs eltérések vizsgálatával arra keresem a választ, hogy mik a különbségek ugyanazon korosztályokban, de eltérő bajnoki osztályokban sportoló játékosok között, illetve ugyanazon bajnoki osztályban, de más korosztályban futballozók között. Elsősorban arra keresem a választ, hogy idősebb korban és magasabb bajnoki osztályokban mennyire válnak fontossá az anyagi juttatások, hogy külső vagy belső motiváció hatására végzik a vizsgált csoportok a sportolást, illetve, hogy napjaink utánpótlás játékosai számára mennyire fontosak az iskolai tanulmányaik. Vizsgálati módszerként kérdőíves vizsgálatot választottam. Mérészközüm első része demográfiai, második része szakmai kérdéseket tartalmazott, melybe beépítettem Paic et. al. (2018) H-SMS sportmotivációs skáláját. 117 válaszadótól online formában kaptam választ. A válaszok begyűjtése célzott volt, a vizsgált csapatok edzéseire kilátogatva egy általam generált QR kód segítségével gyűjtöttem be a válaszokat. Legfőbb eredményem, hogy a magyar utánpótláskorú sportolókat jelen mintában főként egy külső hajtóerő, az introjekció készletű sportolásra, azaz egy korábban külső hajtóerő internalizálódik és belső nyomásként indít sportolásra. A motiváló faktorok rangsorában ezt azonban már belső motívumok követik. Ebben külföldi (szerb/montenegrói és orosz utánpótlás játékosoktól különböznek sportolóink, mert ezen két nemzet fiatal játékosai első sorban belső motivációval rendelkeznek. Öröndetes viszont, hogy a magyar fiatalok sportolási amotivációja a legkisebb értékű a két másik mintával összevetve. Jelen kutatásban kimutatható volt, hogy a külső szabályozók közül az anyagi juttatások motivációja leginkább az

akadémiai szinten játszó fiatalokra jellemző. Biztató összegző eredményem, hogy a vizsgálati mintám szerint a debreceni utánpótlás játékosok egészségtudatos életvitelt folytatnak és a sport mellett fontosnak tartják a továbbtanulást is, ami a sportolói kettős karrier lehetőségét teremtheti meg számukra.

1. BEVEZETÉS

Dolgozatom témájának utánpótlás sportolók sportolási motivációjának felmérését választottam, a magyar utánpótlás labdarúgás 3 különböző szintjén, úgy mint megyei, tehetségközpont és akadémiai szinten. Kutatásomat 3 különböző csapatnál és 3 különböző korosztályban végeztem el, ezek a csapatok a DASE, a DEAC és a DVSC-DLA, valamint az U14, U16, U19-es korosztályok voltak.

Témaválasztásomat elsősorban az indokolta, hogy korábban én is labdarúgó voltam, illetve fő érdeklődési köröm is a labdarúgás. Az utóbbi évtizedek tendenciáit megfigyelve azt vettem észre, hogy Magyarországról rendkívül kevés tehetséges labdarúgó kerül a nemzetközi futball élmezőnyébe tartozó klubokhoz, aki pedig mégis eljut a futball elitjéig az már általában utánpótlás korában is külföldi akadémiákon pallérozódott. Ennek valószínűsíthetően megvannak a sportszakmai okai, azonban jelen tanulmányban inkább a hozzáállásbeli, motivációs különbségeket vizsgálom külföldi példákkal összevetve, ugyanis az említett folyamatban véleményem szerint ezek is legalább annyira fontos - ha nem fontosabb - tényezők, mint maga az utánpótlás futballisták sportszakmai képzése.

2. CÉLKITŰZÉS

Kutatásom célja a különböző utánpótlás nevelési szinten lévő debreceni labdarúgóklubok utánpótlás sportolóinak motivációs összehasonlító vizsgálata.

A vizsgálat során szeretném feltárni a debreceni labdarúgóklubok utánpótlás sportolóinak belső és külső motivációs tényezőit, valamint azt, hogy ez a sportolásuk szintjének és az életkoruk függvényében hogyan változik. Kérdőíves vizsgálattal kívánom feltérképezni a DASE, DEAC, valamint a DVSC-DLA sportklubjainak U14, U16 és U19-es csapatait a játékosok motivációinak tekintetében, majd ezeket össze kívánom hasonlítani külföldi példákkal. Kísérletet teszek továbbá további motiváló tényezők megismerésére és a sportolók számára káros hatású tényezők beazonosítására.

Reményeim szerint eredményeimet a vizsgált labdarúgóklubok hasznosítani tudják majd utánpótlásnevelésükben.

2.1. A KUTATÁS KÉRDÉSEI

Kutatási kérdéseim megfogalmazásakor arra törekedtem, hogy megismerjem az utánpótlás labdarúgók intrinzik (belső) és extrinzik (külső) motiváló tényezőit, valamint ezeknek a változásait az életkor előrehaladtával. A kérdésekre adott válaszok reményeim szerint lehetőséget teremtenek arra, hogy különböző életkorban, de azonos szinten futballozó sportolók, valamint azonos életkorban, de különböző szinten játszó játékosok motivációit összehasonlítsam.

Ez alapján kutatásom során az alábbi kérdésekre keresem a választ:

1. Mik az utánpótláskorú labdarúgók legfőbb motiváló tényezői sportolásuk során?
2. Inkább belső (intrinzik), vagy külső (extrinzik) tényezők motiválják őket?
3. A különböző életkorú, 14 év, 16 év és 19 év alattiak korosztályaiban azonosak, vagy különbözőek a belső és a külső motivációs tényezők?
4. A különböző típusú, szintű - akadémia, tehetségközpont, megyei amatőr – sportszervezetekben versenyző játékosok motivációja azonos-e, vagy különböző?

2.2. A KUTATÁS HIPOTÉZISEI

Kutatási kérdéseim alapján a következő hipotéziseket fogalmazom meg:

H1: Feltételezem, hogy a magyar utánpótlás sportoló gyerekek motivációi eltérőek lesznek a külföldi sporttársaikéhoz képest, különböző szocio-kulturális háttérük miatt.

H2: Feltételezem, hogy a magasabb osztályban játszó sportolók számára nagyobb motivációt jelentenek a pénz és a juttatások, külső motiváló tényezők, melyek az életkor előrehaladtával egyre inkább felerősödnek.

H3: Feltételezem, hogy mivel utánpótlás sportolókat vizsgálók, a belső motiváció sokkal fontosabb lesz, mint a külső.

H4: Feltételezem, hogy az utánpótlás labdarúgók számára a tanulmányaik hasonlóan fontosak lesznek, mint a sport.

3. SZAKIRODALMI ÁTTEKINTÉS

A szakirodalmi áttekintés során motiváció fogalmi lehatárolását teszem meg, majd a sportfogyasztás fajtáin belül azonosítom az általam vizsgált célcsoportot. Ezt követően a sportmotiváció fogalmát is definiálom, ami után az eddig alkalmazott sportolási motivációs skálákat mutatom be. A bemutatott témák kiválasztásakor a kutatásom szempontjából releváns információk megszerzésére törekedtem hazai és külföldi források felhasználásával.

3.1. MOTIVÁCIÓ FOGALMA

Az ember élete során mindent valamilyen motiváció hatására tesz, ebbe beletartozik a játék, tanulás, munka és a sport is. A motiváció nem más, mint készítés valamilyen cselekvés végrehajtására. Ennek háttérében egy kielégítetlen szükséglet feltételezhető, amely olyan belső feszültséget kell, ami tevékenységre ösztönöz. A motiváció definiálható úgy is, mint egy „pszichológiai erő, amely meghatározza az egyén erőfeszítésének irányát és az ember kitartásának szintjét az akadályokkal szemben” (Kanfer 1990).

Az, hogy mennyire vagyunk motiváltak egyes tevékenységekben rengeteg tényezőtől függ (Démuth 2012). Abraham Maslow piramisának legfelső, hetedik foka az önmegvalósítás, ami annyit jelent, hogy az egyén kihozza magából a legtöbbet, a legjobbat, azzá válhat, amivé mindig is szeretett volna, esetünkben labdarúgóvá, amivel az egyéni lét igazi értelmét tudja megmutatni (Andorka 2006). Azonban ahhoz, hogy az önmegvalósítást elérhessük tennünk kell és itt mutatkozik meg maga a motiváció, mint a személyiség és a személyiségfejlődés egyik fontos építőköve, amely által az ember megtalálhatja helyét a világban, az ide vezető úton pedig a motivációja fogja befolyásolni a megnyilvánulásait, magatartását, ami által kijelenthetjük, hogy az emberi magatartás ezáltal szándékos (Allport 1980).

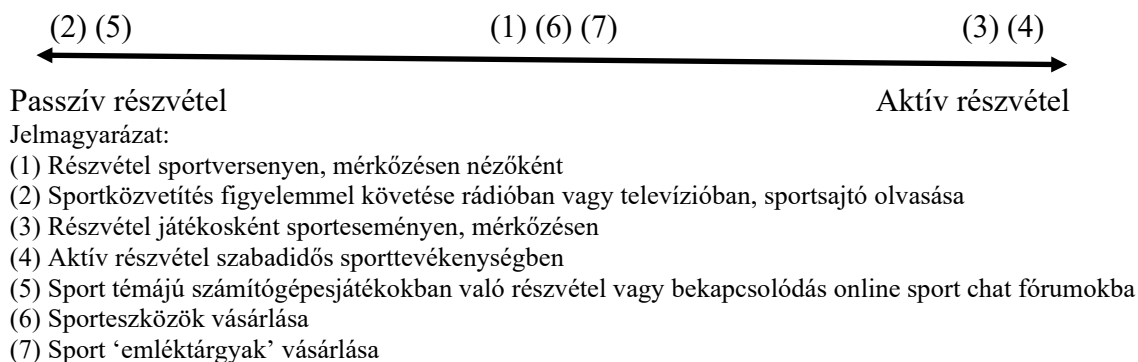
„A motivációnak két alap típusa különböztethető meg, az extrinzik, külső és az intrinzik, belső motiváció. Az első esetében valamilyen külső tényező a készítő erő (jutalom megszerzés, büntetés elkerülés), míg az intrinzik motívum esetében, amit teszünk, azt magáért a cselekvésért tesszük, mert az pozitív életérzéssel tölt el bennünket, legyen bármilyen nehéz is az adott feladat, szívesen fogjuk végezni” (Rázsó 2021).

Utánpótlás labdarúgók esetében extrinzik motivációnak vehetjük a szülők vagy edzők által adott jutalmakat, dicséretet, a szponzori szerződéseket, illetve a sportklubbal kötött szerződéseket. Az extrinzik módon motivált tevékenység azonban rendszerint csak addig megy végbe, amíg a jutalmazás vagy büntetés lehetősége fennáll, ezzel szemben az intrinzik módon ösztönzött cselekmény egész életünket végigkísérheti (Pelletier et al, 1995). Amennyiben egy intrinzik motivációval rendelkező egyént elkezdjük jutalmazni az nagyobb negatív hatást válthat ki, mint pozitívat, ugyanis onnantól kezdve saját munkavégzésének eredményét nem feltétlenül fogja jutalomként megélni a korábbiakkal ellentétben.

3.2 CÉLCSOPORT LEHATÁROLÁS - ASPORTFOGYASZTÁS FAJTÁI

Kutatásomban a debreceni labdarúgóklubokban sportoló utánpótlás játékosok sportolási motivációját vizsgálom. Neulinger (2007) alapján határozom meg a megfigyelt sportfogyasztói

csoportot. Neulinger (2007) egy skálán ábrázolta a sportfogyasztókat sportfogyasztásuk aktivitása, illetve passzivitása alapján. A skálát az 1. ábra mutatja.



1. ábra: A sportrészvétel aktivitási foka
Forrás: Neulinger, 2007

„A sportfogyasztás az aktív – passzív skála végpontjai között mozog. A lepasszívvabb sportfogyasztást a sporthírek fogyasztása és az interaktív sportjáték vagy kommunikáció (számítógépes sportjáték, online chat) jelenti. A nézői sportfogyasztás, a sporteszközzvásárlás vagy a sport emléktárgyak vásárlása ennél nagyobb mértékű aktivitást követel meg az egyéntől. A részvétel akkor a legaktívabb, ha az egyén magában a sportolásban, azaz a fizikai aktivitásban vesz részt. Ezt teszi, ha szabadidejében vagy hivatásszerűen sportol. Ezek a tevékenységek követelik meg a legnagyobb mértékű erőfeszítést, ráfordítást (Neulinger, 2007).”

Neulinger (2007) tipizálása alapján a szabadidős sporttevékenységeken való részvétel (edzés) és a mérkőzésen játékosként való jelenlét aktív tevékenységet jelent, így kijelenthetjük, hogy a vizsgálatom célcsoportjába aktív sportfogyasztók tartoznak.

3.3. A SPORTMOTIVÁCIÓ FOGALMA

A sikeres és rendszeres fizikai aktivitás fenntartásában fontos szerepe van a külső, és a belső motivációnak is (Buckworth et al. 2007). Aaltonen és munkatársai (2012) megállapították, hogy a külső befolyásoló tényezők csökkenésével a belső motiváló tényezők felerősödnek, azonban ennek az ellenkezőjét is igaz, amikor a külső motívumok növekedésével egyenesen arányosan a belső tényezők fokozatosan háttérbe szorulnak.

A belső motivációs struktúra jelentős változásokon megy keresztül az életkor előrehaladtával (Campbell et. al. 2001). Gyerekkorban a motivációs tényezők között egyaránt fellelhetők külső és belső motivációk, a felnőtt kor felé haladva vagy a belső, vagy a külső motivációk túlsúlyba kerülnek. Általánosságban a belső motiváló faktorok maradnak meg a sportolás kapcsán, ugyanis ha az egyén nem válik élsportolóvá abban az esetben a sport csak élvezeti vagy

egészségmegőrző szerepet játszik életében (Campbell et al 2001). Ritkább esetben azonban, ha az egyén élsportolóként hivatásszerűen végzi a választott sportágát az már munkaként felfogható sportolás, a megélhetés előfeltétele. Így ebben az esetben a külső motiváló tényezők kerülnek előtérbe.

Amikor a sportolásra, mint tevékenységre gondolunk javarészt szabadidő-eltöltési tevékenység jut az eszünkbe (Perényi 2011), amely cselekmény alatt időt töltünk, energiát adunk le, akár pénzt is költünk. A sportolási tevékenységen belül meg kell, hogy különböztessünk egy olyan kategóriát, amely a megélhetés, egzisztencia biztosításához kötődik. „Ez a tevékenység persze már a munka kategóriájába esik, vagyis ennek érdekében ugyanúgy rendszeres, hosszabb ideig tartó, nem feltétlenül mindig örömet okozó, fizetett cselekvés-sort kell végezni, mint bármely keresőtevékenység során” (Csóka, Törőcsik 2019).

3.4 SPORTOLÁSI MOTIVÁCIÓT MÉRŐ SKÁLÁK ÉS EREDMÉNYEIK BEMUTATÁSA

A sportolói motiváció vizsgálata évtizedek óta központi kutatási téma, hiszen szoros kapcsolatban állhat a sportolói teljesítménnyel. Megismerésére számos tanulmány született. Deci (1975) és Deci & Ryan (1985, 1991) intrinzik, és extrinzik tényezőket, illetve az amotivációt különítették el az emberi tevékenység mozgatórugóiként. Ez az elméleti megközelítés jelentős számú kutatást generált a sport területén is (Brière et al., 1995; Deci & Ryan, 1985; Fortier et al., 1995; Vallerand et al., 1987 idézi Pelletier et al., 1995). A sport motiváció modern mérőeszközeként egy Deci és Ryan elméletére épülő kérdőívet alkottak meg. A skálát eredetileg Brière és munkatársai (1995) francia nyelven fogalmazták meg, melyet angol nyelven Pelletier és munkatársai (1995) validáláltak. A skála hét alskálából állt, amelyek a motiváció különböző formáit mérték. A skálát az 1. táblázat mutatja be.

1. táblázat: Az eredeti SMS skála hét faktora és magyar fordítása

Motiváció fajtája	SMS in English	SMS magyar fordítása
Intrinsic Motivation (IM) Belső motiváló tényezők	IM to Know	Tudás motiváció
	IM to Accomplish Things	Teljesítménymotiváció
	IM to Experience Stimulation	Érzelem vezérelt motiváció
Extrinsic Motivation (EM) Külső motiváló tényezők	External regulation, ,	Külső szabályozás
	Introjection	Introjekció
	Identification	Azonosítás
	Amotivation	Amotiváció

Forrás: saját szerkesztés

Röviden bemutatom az SMS skálában szereplő motivációs faktorokat, melyek a kérdőívben több itemből, kérdésből alakultak ki, Pelletier és munkatársai (1995) magyarázata alapján:

Intrinzik (belső) motiváció (IM) egy olyan tevékenységben való részvételre utal, amelyet pusztán a tevékenység végzéséből származó öröm és elégedettség miatt végez valaki (Deci, 1975). Az így motivált személy önkéntesen, anyagi jutalmak vagy külső kényszer nélkül cselekszik (Deci-Ryan, 1985). Azok a sportolók, akik azért járnak edzésre, mert érdekesnek találják, szeretnek új ismereteket szerezni sportágukról, vagy önmagukat akarják felülmúlni, intrinzik motiváltak.

„Intrinzik motiváció a tudásra”: új dolgok tanulása, felfedezése vagy a megértése során tapasztalt öröm és az elégedettség készteti a személyt egy tevékenység elvégzésére. A sportolók amikor új edzési technikákat, gyakorlatokat sajátítanak el pusztán az örömért, amit akkor tapasztalnak, amikor valami új dolgot megtanulnak, így motiváltak.

„Intrinzik motiváció a teljesítményre”: valamilyen dolgot, teljesítményt eredményez az elvégzett tevékenység, és az ehhez kapcsolódó öröm és elégedettség készteti cselekvésre az egyént. Ez hozzájárul, hogy a cselekvést végző kompetensnek érezze magát. A sportolók, akik saját képességeik határát feszegetik, így motiváltak.

Az „ösztönző érzések megtapasztalására irányuló intrinzik motiváció” akkor jelentkezik, amikor valaki azért vesz részt egy tevékenységben, hogy stimuláló érzéseket, esztétikai élményt, valamint szórakozást vagy és izgalmat érezzen. A flow dinamikus és holisztikus érzésével kapcsolatos kutatások is igazolták a belső motiváció ezen formáját. A játék öröméért sportolók így motiváltak.

Extrinzik motiváció esetében az emberek valamilyen külső jutalmazó eszköz elnyeréséért vágnak bele a tevékenységbe. Deci és Ryan munkatársaikkal (1990) az extrinzik motiváció három típusát, szintjét határozták meg :

Külső szabályozás: olyan viselkedés, amelyet külső tényezők irányítanak, például anyagi jutalmak vagy mások által előírt korlátozások. Azok a sportolók, akik azért vesznek részt a sportban, hogy dicséretben részesüljenek edzőjüktől, vagy szüleik hatására sportolnak, így motiváltak.

Introjekció: a korábban külső motivációs forrás internalizálódik, így a tényleges jelenléte már nem szükséges a viselkedés elindításához, ehelyett ezek a viselkedések belső nyomáson keresztül erősödnek meg, mint például a büntudat vagy a szorongás. Azok a sportolók, akik azért vesznek részt a sportban, mert egy belső nyomás miatt esztétikailag jó megjelenésűek szeretnének lenni, szégyenkeznek, amikor nem a legjobb formában vannak, ők az introjektált szabályozás szerint motiváltak.

Azonosítás: az egyén egy viselkedést fontosnak ítéli meg, és ezért végzi azt. A tevékenységet továbbra is külső okok indítják be, de ez egyben belsőleg szabályozott és önmeghatározó erő is lesz. A sportolók akik azért vesznek részt a sportban, mert úgy érzik, hogy részvételük hozzájárul a személyiségük fejlődéséhez, így motiváltak.

Amotiváció: a motivációnak ez a formája nagyon hasonlít a tanult tehetetlenség fogalmához, vagyis az amotivált egyének nem érzékelik az összefüggéseket a cselekedeteik és a cselekedeteik eredményei között. A hozzá nem értés és a hiány érzését tapasztalják meg. Nem rendelkeznek sem belső, sem külső motivációval. Amikor a sportolók ilyen állapotban vannak, már nem találnak semmilyen jó okot arra, hogy az edzést folytassák, abba is hagyhatják a sportolást (Pelletier et al., 1995).

„Az átdolgozott SMS, amit SMS2-ként tartanak számon (Pelletier et al., 2013) már tartalmazza az önmeghatározott külső motiváció egyik alapvető faktorát, az integrált szabályozást is. Továbbá az intrinzik motivációkat (tanulás, tapasztalatszerzés és tudás) egy összevont faktorként értelmezték a kutatók. Ezeken kívül – az eredeti SMS-hez hasonlóan – az identifikált szabályozás, az introjektált szabályozás, a külső szabályozás és az amotiváció tényezőit vonták továbbra is elemzés alá (Fehér et al., 2020).” Az SMS2 összesen 18 itemet tartalmazott.

2016-ban ezt a Sportmotivációs Skálát (SMS2) Paic és munkatársai (2018) magyar viszonyokra igazítva validálták. Az eredeti megközelítést és motiváló faktorokat megtartva készítették el a H-SMS, magyar nyelvű sportmotivációs skálát. A skála adaptálásakor kapott eredmények a korábbi nemzetközi eredményektől néhány ponton eltértek, például abban, hogy ez a skála 19 tételt foglal magába, ugyanis Paic és munkatársai (2018) a tudáshoz kapcsolódó faktort két alfaktorra, a Kognitív és az Effektív alfaktorra bontották az illeszkedési vizsgálataik alapján. Kutatásomban ezt a skálát alkalmazom én is.

3.5. KÜLFÖLDI SPORTOLÁSI MOTIVÁCIÓT MÉRŐ KUTATÁSOK UTÁNPÓTLÁS LABDARÚGÓK KÖRÉBEN

Egy 2011-es tanulmányban orosz, valamint szerb és montenegrói utánpótlás labdarúgókat vizsgáltak SMS skálával. Mladenović, és Marjanović (2011) összesen 178 fiatal labdarúgó kérdőívét elemezte. A legszembetűnőbb különbség a két vizsgálati minta között az volt, hogy a szerb és montenegrói fiatal focisták valamennyi motivációs faktor hatását magasabbra értékelték orosz társaiknál. Pozitív eredményként megállapítható, hogy valamennyi megkérdezett esetében a belső, intrinzik motiváló tényezők erősebbek voltak a külsőknél. Az orosz utánpótláskorú játékosok legmeghatározóbb motiváló ereje a tudásmotiváció volt, azaz számukra a legfontosabb az volt, hogy minél többet megtudjanak saját sportágukról, minél jobban megismerjék a labdarúgást. A szerb és montenegrói gyerekek viszont teljesítmény

motiváltak voltak inkább. A külső motiváló tényezők esetében az introjekciót értékelték a legmagasabb értékűnek. A szerb és montenegrói fiatalok esetében jelentősen magasabb értékűek a külső motiváló faktorok, vagyis számukra az edzők, szülők, kortársak befolyásoló ereje dominánsan megjelenik. Életkori tekintetben a fiatalabbaknál a belső motiváló tényezők közül a tudásmotiváció volt a meghatározó, míg a kor előre haladtával az érzelmi mozgató rugó jutott nagyobb szerephez (Mladenović-Marjanović, 2011).

Az SMS skálát nagyobb részt felnőtt mintákon validálták, adaptálták több európai országban. A görög validálása során Doganis (2000) férfiak és nők eredményeit elemezte. Mivel ez a kutatás kizárólag férfiakra vonatkozik, így csak a férfiak eredményeire térek ki. A görög sportolók motivációjában is a belső motivációs faktorok voltak magasabb értékűek, a külsőkhöz képest. A leginkább az érzéseket stimuláló mozgatóerő jelent meg motiváló faktorként a görög sportolóknál. A legkesvesbé a külső szabályozás volt készítő erejű ennél a nációnál. Valamivel kisebb értékekkel, de ugyanez az eredmény alakult ki cseh felnőtt férfiak esetében Komarc és munkatársai (2020) kutatásában. Némileg ettől eltér, hogy Nunez és munkatársai (2006) spanyol férfi sportolók esetében extrinzik hajtóerő dominanciáját állapították meg. Az introjekció került a spanyol mintában első helyre, az érzést stimuláló intrinzik hajtóerő pedig a másodikra. Lengyel mintán Malgorzata és, Tomczak (2019) validálta az SMS skálát. Az általuk vizsgált mintával kapcsolatban az derült ki, hogy a csapatsportokat űzők intrinzik motivációja magasabb az egyéni sportolókénál. A rekreációs sportplóknál a teljesítmény és az érzelmeket stimuláló késztetések erősebbek, mint a versenysportolóknál. Extrinzik motiváció tekintetében szignifikánsan magasabb értékek jellemezték a férfiakat.

4.ANYAG ÉS MÓDSZER

Kutatási módszeremnek a kérdőíves vizsgálatot választottam. Kérdőívem első része demográfiai adatok felmérésére szolgál (a válaszadók életkora, lakhelye, családi állapota, testvéreik száma).

Mérőeszközöm második része sportolási motivációt mérő szakmai kérdésekből áll. Ebbe a részbe beépítettem Paic et. al. (2018) által adaptált és validált H-SMS kérdőív kérdéseit saját kérdéseim mellé. Kérdőívemet a DASE, DEAC és DVSC-DLA sportolóihoz egy általam generált QR kóddal juttattam el, online formában. 117 válaszadótól gyűjtöttem be az adatokat. A vizsgált csapatok 1-1 edzését meglátogattam, ahol a játékosok kitöltötték a kérdőívemet. Ez a módszer jól működött a megfelelő célcsoport elérése, illetve az adatbázis összegyűjtésére.

A kapott adatokat statisztikai módszerekkel, SPSS27 programmal elemeztem. A változók normális eloszlásakor paraméteres, nem normális eloszlásakor nem paraméteres tesztet alkalmaztam. Szignifikáns különbségként a $p < 0,05$ értéket értelmeztem.

Mivel csak férfi utánpótlás csapatoknál töltötték ki a kérdőívet, így a minta teljes egészében csak férfiakkól áll. A kérdőív kitöltésekor pedig összességében a három klubot figyelembe véve, legtöbben az U16-os korosztály képviselői voltak, szám szerint 54-en, azaz a kitöltők 46,9%-a. A minta demográfiai jellemzését a 2. táblázat tartalmazza.

2. táblázat: A minta demográfiai jellemzői

		%	Fő
Nem	Férfi	100	117
Korosztály	U19	20,8	24
	U16	46,9	54
	U14	32,3	39
Családi állapot	1 fővel	5,1	6
	2-4 fővel	92,3	106
	5+ fővel	2,6	3
Lakhely	Tanya	0	0
	Község	3,4	4
	Falu	8,5	10
	Város	57,3	67
	Megyeszékhely	29,9	35
	Főváros	0,9	1
Család anyagi helyzete	Átlag feletti	11,1	13
	Átlagos	86,3	99
	Átlag alatti	2,6	3
Testvérek száma	0	12,8	15
	1	52,3	61
	2	27,2	32
	3	3,4	4
	3+	4,3	5

Forrás: saját szerkesztés

A minta összetétele alapján megállapíthatjuk, hogy a sportolók nagyrészt valószínűsíthetően Debrecen környéki településekről származnak (város, falu, község), összesen 69,2%-ban, 29,9%-ban feltehetően debreceniek (megyeszékhely), 1 fő (0,9%) pedig a fővárosban lakik. A vizsgált sportolók családjainak anyagi helyzete többnyire átlagos (86,1%), de többüknek átlag feletti (11,3%), mint amennyiüknek átlag alatti (2,6%).

117 válaszadó közül 112 fő (95,7%) soha nem próbálta még ki a dohányzást, 4-en már kipróbálták és 1 fő rendszeresen, napi szinten dohányzik. Alkoholfogyasztásukat tekintve 67 fő

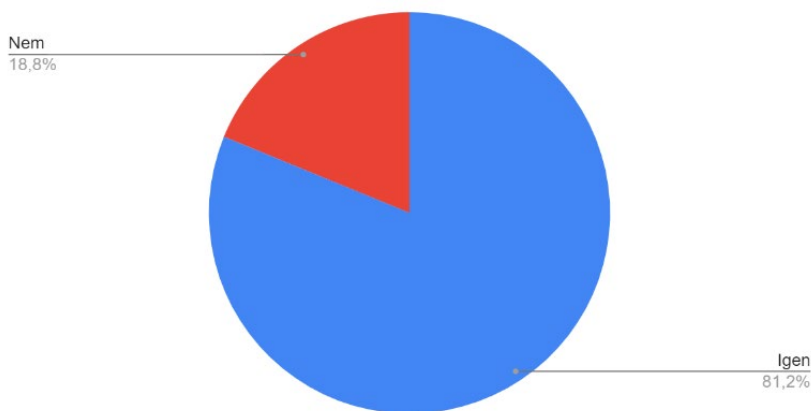
soha nem ivott még alkoholt, 37-en már kipróbálták, 8 fő havi rendszerességgel fogyaszt alkoholt, 2 fő hetente, hárman pedig nem kívántak válaszolni erre a kérdésre.

A válaszadók fizikai állapotukat nagyjából jónak minősítették, 112 fő hatosnál magasabb értéket adott ennek a tényezőnek, ami a teljes minta 95,7%-át jelenti. Közel azonos eredményt kaptam a mentális állapotuk megítélésére, ezt eggyel több válaszadó minősített jónak, ami a teljes minta 96,5%-a.

5. EREDMÉNYEK

Az eredmények kiértékelését a sportolók tanulási hajlandóságának elemzésével kezdem, mivel az összes többi szakmai kérdés már a sportolásukhoz kapcsolódik.

A minta életkorából fakadóan jelenleg minden válaszadó közoktatási intézmény, azaz általános, vagy középiskolai tanuló. Öröndetes eredmény, hogy az összes válaszadó 81,2%-a szeretne felsőoktatási intézménybe jelentkezni, ahogy azt a 2. ábra szemlélteti. A felsőoktatási képzésre való jelentkezési hajlandóság minden UP szinten magas, azonban egyenes arányban csökken a labdarúgás szintjének növekedésével (megyei 93,3%, tehetséggözpont 83,3%, akadémia 71,1%). Tanulmányi eredményeiket tekintve saját bevallásuk szerinti jegyeiket átlagolva, a minta átlaga 4,29. A válaszadókat megkértem, hogy egy 1-5-ig terjedő skálán értékeljék, hogy mennyire fontosak számukra iskolai tanulmányaik, amelyre minden kitöltő választ figyelembe véve 4,21-es átlag értéket kaptam.



2. ábra: Felsőoktatási képzésre való jelentkezési hajlandóság a mintában

forrás: saját szerkesztés

Ugyancsak tanulmányaik szempontjából volt releváns kérdés, hogy humán vagy reál beállítottságúak-e a kitöltők, amelyre azt a választ kaptam, hogy 41%-ban reál, 31,6%-ban humán beállítottságúak, míg 27,4% nem tudta eldönteni.

A labdarúgás előtt a válaszadók 17,1%-a kipróbált másik csapatsportot, 26,5%-uk egyéni sportot űzött, míg 56,4%-uk nem sportolt a labdarúgás előtt. Az összes válaszadó eddigi sportolási időtartamát átlagolva 8,41 év lett az eredmény, azaz átlagosan ennyi ideje űzik a labdarúgást a megkérdezett játékosok. Sportbeli eredményeiket tekintve, a kitöltők között 17 utánpótlás országos magyar bajnokot és 17 magyar országos utánpótlás bronz vagy ezüstérmest találunk.

A válaszadók családját figyelembe véve egy több választási lehetőséget adó kérdést tettem fel, arra irányulón, hogy a válaszadók családtagjai sportolnak-e. 19 főnek (16,2%) nem sportol senki a családjában, 79 főnek (67,5%) a testvérei, 69 főnek (58,9%) az édesapja, 40 főnek (34,1) pedig az édesanyja űz valamilyen sportágat.

A válaszadó fiatalok legtöbbször, 52 főt (44,4%) családja, 46 főt (39,3%) egy példakép sportoló, 32 főt (27,4%) egy sporthoz köthető élmény, 26 főt (22,2%) barátai motiváltak a sportolás elkezdésére.

A minta sportolási motivációját először saját magam által szerkesztett kérdésekkel mértem fel, melyekre 1-5-ig terjedő likert skála segítségével kellett válaszolniuk a kérdőívet kitöltőknek. Olyan tényezőkre kérdeztem rá, melyeket hiányoltam a később alkalmazott H-SMS skálából. A vizsgált tényezőket a 3. táblázat szemlélteti. Látható, hogy legmagasabb motivációs tényezőnek azt a kijelentést választották, a megkérdezettek, hogy az életük része a sport. Második helyre az egészség megőrzése, harmadik helyre pedig saját korlátaik legyőzése került. Legkevésbé mások elismerése volt motiváló, míg a közösséghez tartozás, a jövedelem és az esztétikus külső motivációi közepes értéket értek el.

3. táblázat: Sportolási motiváció felmérése a mintában saját kérdésekkel

Tényező	Átlag (n=117)	Szórás
Mások elismerése	3,43	1,18
Sportolók magas jövedelme	3,54	1,26
A sport az élete része	4,88	0,38
Saját korlátok legyőzése	4,51	0,73
Egészség	4,63	0,73
Esztétikus külső	3,89	1,09
Közösséghez tartozás	3,5	1,33

Forrás: saját szerkesztés

A 4. táblázat szemlélteti a sportolók válaszainak átlagos értékét az általam feltett kérdésekre klubonként lebontva. A táblázat alapján láthatjuk, hogy vannak hasonlóan motiváló faktorok, amelyek hasonlóan hatnak a játékosokra szinttől függetlenül, ilyen például mások elismerése,

az, hogy a sport az életük része ($p<0,05$), az egészség vagy az esztétikus külső. Vannak azonban akadémiai szinttől megyeiig csökkenő, illetve megyeitől akadémiai szintig növekvő tendenciák. Csökkenő például a közösséghez tartozás fontossága, tehát megyei szinten ez a motiváció erősebb, mint a tehetségközpontok vagy az akadémiák szintjén. A sportolók magas jövedelme iránti igény növekszik a megyei szinttől felfelé elindulva. Megyei szinten csak 2,9-es értéket ért el ez a motiváció, a tehetségközpontoknál már 3,48-ennek a motivációnak az átlagos értéke, míg akadémiáknál 4,02, amely szignifikáns ($p<0,05$) eltérést jelent.

4. táblázat: Sportolási motiváció felmérése a mintában saját kérdésekkel különböző utánpótlás szintű szervezetek megoszlásában

	DVSC- DLA (n=45)	SZÓRÁS	DEAC (n=42)	SZÓRÁS	DASE (n=30)	SZÓRÁS
Mások elismerése	3,4	1,14	3,54	1,17	3,33	1,27
Sportolók magas jövedelme	4,02*	0,92	3,48	1,29	2,9*	1,37
A sport az élete része	5*	0	4,83	0,44	4,77*	0,5
Saját korlátok legyőzése	4,64	0,61	4,33	0,79	4,57	0,77
Egészség	4,69	0,78	4,5	0,8	4,73	0,45
Esztétikus külső	3,9	0,97	3,76	1,3	4,03	0,93
Közösséghez tartozás	3,4	1,37	3,58	1,36	3,87	1,17

*= $p<0,05$

forrás: saját szerkesztés

A 5. táblázat korosztályonként lebontva mutatja a saját kérdéseimre kapott válaszok átlagértékét. A klubonkénti, azaz utánpótlás szintenkénti bontáshoz hasonlóan itt is vannak hasonló erősségű motiváló tényezők, amiket nem befolyásol a különböző korosztály, úgy, mint az egészség, az esztétikus külső, a közösséghez tartozás vagy az, hogy a sport az életük része. Kisebb eltérés fedezhető fel a mások elismerésével kapcsolatos motivációban, értéke U14-es korosztály után csökken, majd U19-es korosztályra ismét erősödik. U14-es korosztálytól egészen U19-ig csökken a jövedelemre irányuló motiváció erőssége is, ellenben a saját korlátok legyőzésével kapcsolatos elem értéke épp ellenkezőleg növekszik.

5. táblázat: Sportolási motiváció felmérése a mintában saját kérdésekkel különböző életkori csoportokban

Korosztály	Mások elismerése	Sportolók magas jövedelme	A sport az élete része	Saját korlátok legyőzése	Egészség	Esztétikus külső	Közösséghez tartozás
U14 (n=39)	3,53	3,85*	4,82	4,46	4,64	4,08	3,51
SZÓRÁS	1,21	1,14	0,45	0,79	0,71	0,98	1,52
U16 (n=50)	3,34	3,4	4,94	4,46	4,6	3,7	3,48
SZÓRÁS	1,19	1,16	0,24	0,71	0,78	1,2	1,3
U19 (n=28)	3,43	3,36*	4,86	4,68	4,68	3,96	3,54
SZÓRÁS	1,17	1,52	0,45	0,67	0,67	1	1,14

*=p<0,05

forrás: saját szerkesztés

H-SMS SKÁLA EREDMÉNYEI A MINTÁBAN

A továbbiakban a Paic és munkatársai (2018) által adaptált és validált H-SMS skála alkalmazásával elért eredményeimet szeretném ismertetni. Először az összes vizsgált sportoló értékeit elemzem, amelyhez kapcsolódóan az adatokat a 6. táblázat tartalmazza. A legmagasabb értéket a külső motivációt jelentő introjektált szabályozás itemeinek átlaga érte el, második helyen a belső motivációt képviselő kognitív intrinzik szabályozás tételei végeztek. Harmadik helyen az intrinzik szabályozás összevont tényezői végeztek. Elmondható a vizsgált labdarúgókról, hogy legkevésbé az amotiváció, amotiváltság jellemző rájuk, amely után a külső szabályozás eredményei végeztek az utolsó előtti 2. helyen. Az identifikált szabályozás, az effektív intrinzik tényezők, és az integrált szabályozás elemei közepes eredményt mutattak.

6. táblázat: A H-SMS skála átlag értékei a mintában

	ÖSSZES VIZSGÁLT (n=117)	SZÓRÁS
INTRINZIK	5,53	1,38
KOGNITÍV INTRINZIK	5,78	1,28
EFFEKTÍV INTRINZIK	5,28	1,43
INTEGRÁLT	5,22	1,34
IDENTIFIKÁLT	5,52	1,35
INTROJEKTÁLT	5,89	1,37
EXTRINZIK SZABÁLYOZÁS	2,6	1,78
AMOTIVÁLT	2,15	1,76

forrás: saját szerkesztés

A 7. táblázat a klubonkénti (szintenkénti) bontást mutatja, amelyből kiderül, hogy a külső szabályozás a skála eredményei szerint csak minimális értékben befolyásolja a vizsgált utánpótlás játékosokat, azonban az akadémiai növendékekre nagyobb hatással van, mint a tehetségközpontokban vagy megyei bajnokságban játszó társaikra. A legalacsonyabb amotivációs értéke a DVSC-DLA labdarúgónak van, tehát ők a legmotiváltabbak a sport folytatására. Az integrált szabályozáson kívül mindenhol a DVSC-DLA sportolói érték el a legmagasabb értéket, ami nem meglepő, hiszen ők sportolnak a kérdőívben résztvevők közül a legmagasabb szinten. Ami viszont érdekes, hogy a megyei bajnokságban szereplő DASE labdarúgói magasabb értékeket értek el a faktorok többségében, mint a tehetségközpontban, azaz a DEAC-ban futballozó társaik, azaz majdnem minden területen motiváltabbak. A DEAC sportolóinál egyedül a külső szabályozás értékei magasabbak, illetve kevésbé amotiváltak. A DASE azzal is kiemelkedik a többi szervezeti csoport közül, hogy játékosainál nem extrinzik, hanem intrinzik a leginkább motiváló tényező, még pedig a kognitív, effektív faktor, azaz a sportág ismeretének fejlesztéséből származó mozgatóerő.

7. táblázat: A H-SMS skála átlag értékei a mintában különböző szintű utánpótlás szervezet megoszlásában

	DVSC-DLA	SZÓRÁS	DEAC	SZÓRÁS	DASE	SZÓRÁS
INTRINZIK	5,66	1,41	5,4	1,32	5,52	1,4
KOGNITÍV INTRINZIK	6	1,26	5,49	1,28	5,84	1,23
EFFEKTÍV INTRINZIK	5,32	1,47	5,31	1,36	5,19	1,48
INTEGRÁLT	5,34	1,22	4,87	1,4	5,52	1,36
IDENTIFIKÁLT	5,72	1,3	5,25	1,33	5,61	1,4
INTROJEKTÁLT	6,13	1,21	5,73	1,46	5,74	1,44
EXTRINZIK SZABÁLYOZÁS	2,88	1,96	2,58	1,68	2,31	1,61
AMOTIVÁLT	2,1	1,82	2,17	1,72	2,2	1,76

forrás: saját szerkesztés

A 8. táblázat korosztályonként vizsgálja az érintett sportolók összességét. Hasonló értékeket vélhetünk felfedezni a táblázatban a kognitív intrinzik szabályozás területén, hiszen 3 század különbségen belül vannak az itt kapott értékek. Az intrinzik szabályozás összessége, az effektív – és kognitív intrinzik szabályozás, az identifikált szabályozás, az extrinzik szabályozás és az amotiváció területén, tehát a vizsgált 8 faktorból 6 területen figyelhetjük meg, hogy az U14-es kor után jelentősen alacsonyabb értékeket kapunk az U16-os korosztálynál, majd U19-ben újra magas értékek jönnek ki, míg az introjektált és integrált szabályozásoknál ennek az ellenkezőjét figyelhetjük meg, U14-es alacsonyabb értékek után hirtelen felerősödés U16-ban és újra alacsony értékek U19-ben. Az említett folyamat valószínűsíthetően az életkori sajátosságokhoz

köthető, a tinédzser korra jellemző „lázáshoz” és a 15-16 éves korosztályra sokszor jellemző értékválsághoz.

8. táblázat: A H-SMS skála átlag értékei a mintában különböző korosztályokban

Korosztály	INTRINZIK	EFFEKTIV INT	KOGNITIV INT	INTEGRÁLT	IDENTIFIKÁLT	INTROJEKTÁLT	EXTRINZIK SZAB.	AMOTIVIZÁCIÓ
U14	5,52	5,26	5,78	5,03	5,62	5,92	2,79	2,09
SZÓRÁS	1,36	1,42	1,25	1,27	1,4	1,32	1,9	1,72
U16	5,48	5,19	5,77	5,38	5,41	6,05	2,3	1,85
SZÓRÁS	1,4	1,44	1,3	1,32	1,38	1,15	1,54	1,48
U19	5,64	5,48	5,8	5,18	5,58	5,45	2,87	2,8
SZÓRÁS	1,37	1,43	1,3	1,45	1,35	1,78	1,95	2,1

forrás: saját szerkesztés

EREDMÉNYEIM KÜLFÖLDI KUTATÁSOKKAL ÖSSZEVETVE

9. táblázat: A H-SMS skála átlag értékei a mintában és orosz, illetve szerb utánpótlás játékosok esetén

	SZERB/MONTENEGRÓI	OROSZ	MAGYAR
INTRINZIK	5,6	5,62	5,53
EFFEKTIV INTRINZIK	5,77	5,14	5,28
KOGNITIV INTRINZIK	5,75	5,43	5,78
INTEGRÁLT	-	-	5,22
IDENTIFIKÁLT	5,29	3,85	5,52
INTROJEKTÁLT	5,50	4,29	5,89
EXTRINZIK SZABÁLYOZÁS	4,34	2,82	2,6
AMOTIVÁLT	2,47	2,31	2,15

forrás: saját szerkesztés

Kutatásomat Mladenovic és Marjanovic (2011) orosz és szerb/montenegrói mintát elemző kutatásával hasonlítom össze, mivel ők hozzám hasonlóan utánpótlás játékosokat vizsgáltak. A szerb/montenegrói és orosz fiatal sportolók legfőbb motiválója belső indíttatású. A szerb/montenegróiaké az effektív intrinzik hajtóerő (ismeret), míg az oroszoké a tudás-érzelem-teljesítmény összевont belső késztetése. Ezzel szemben az általam vizsgált magyar utánpótlás sportolók mintáját leginkább egy külső hajtóerő, az introjektáció irányítja. Második helyen a hazai mintánál is belső motiváció, a kognitív intrinzik hajtóerő áll, akárcsak harmadik helyen az összевont belső késztetés. A három mintát összevetve megállapítható, hogy a 2 külföldi vizsgálattal szemben a magyar utánpótlás labdarúgók a legkevésbé amotiváltak.

6. MEGBESZÉLÉS ÉS KÖVETKEZTETÉSEK

Kutatásomból kiderült, hogy többnyire jó fizikai (95,7%) és mentális (96,5%) állapotban voltak a kérdőívet kitöltők, ami feltehetően a sportnak köszönhető. Ezen kívül fontosnak tartom megemlíteni, hogy 117 kitöltőből 112 még soha nem dohányzott és az alkoholfogyasztás sem jellemzi a vizsgált csapatokat, hiszen 67-en még soha nem fogyasztottak alkoholt, 37-en pedig csak kipróbálták, amelyek alapján megállapítható, hogy nem csak jó fizikai és mentális állapotban vannak a jövő labdarúgó játékosai, de életmódjuk egészségtudatosnak is tűnik. Sportolásukban valószínűleg pozitívan befolyásolta a megkérdezetteket valamelyik családtagjuk sporttevékenysége.

Eredményeim alapján a következőképpen értékelem a hipotéziseimet:

H1 hipotézisemet, miszerint a magyar utánpótlás sportoló gyerekek motivációi eltérőek a külföldi sporttársaikéhoz képest, különböző szocio-kulturális háttérük miatt *elfogadom*, mivel az összehasonlításban bemutatott orosz és szerb/montenegrói mintáktól merőben eltérő eredményeket kaptam. Míg a külföldi utánpótlás sportolókat leginkább belső, addig az általam vizsgált magyar fiatal játékosokat első sorban külső motívum indítja sportolásra. Öröndetes ebben az összevetésben, hogy a magyar minta amotiváltsága a legalacsonyabb.

H2 hipotézisemet, miszerint a magasabb osztályban játszó sportolók számára nagyobb motivációt jelentenek az anyagi juttatások, külső motiváló tényezők, melyek az életkor előrehaladtával egyre inkább felerősödnek *elvetem*, mivel bár a H-SMS skála mutat egy minimális növekedést a külső szabályozás esetén (2,79->2,3->2,87), ellenben saját kérdéseimből kiderül, hogy kifejezetten az anyagi juttatások motivációja éppen hogy gyengül az idősebbeknél (3,85->3,4->3,36). Egyértelműen látszik azonban a H-SMS skála segítségével kapott eredményeimen, hogy a külső motivációk erősebben hatnak az akadémián sportolókra (2,88), mint a nem akadémián játszókra (2,58; 2,31), illetve saját juttatásokkal kapcsolatos kérdésekre (4,02) is jelentősen magasabb értéket értek el az akadémiai labdarúgók, mint az alacsonyabb szinteken futballozó társaik (2,9; 3,48).

H3 hipotézisemet, miszerint mivel utánpótlás sportolókat vizsgállok, a belső motiváció sokkal fontosabb lesz, mint a külső *elvetem*, mivel a teljes minta tekintetében az introjektált szabályozás, külső motiváló faktor érte el a legmagasabb értéket. Uyanakkor az is igaz, hogy a második (kognitív intrinzik) és harmadik helyre (intrinzik kognitív+effektív szabályozás) már belső motiváló tényezők kerültek.

H4 hipotézisemet, miszerint az utánpótlás labdarúgók számára a tanulmányaik hasonlóan fontosak lesznek, mint a sport, *elfogadom*, mivel a kutatásban résztvevő labdarúgók a sportolás szintjétől függetlenül magas százalékban szeretnék a jövőben felsőoktatási intézménybe jelentkezni (81,2%), valamint a sportolók számára saját bevallásuk szerint is fontosak tanulmányi eredményeik, 5-ös skálán 4,21-es átlagos értéket értek el a tanulmányok fontosságára irányuló kérdésemnél. A 117 kitöltő a jelenlegi tanulmányi eredményeikre irányuló kérdésemnél ugyanígy 5-ös skálán 4,29-es értéket ért el.

ÖSSZEGZÉS

Kutatásom fő célkitűzése, hogy megismerjem az utánpótláskorú labdarúgók sportolási motivációját, és azt, hogy mik a céljaik a sporttal, valamint, hogy ezen eredményeimet nemzetközi kutatási eredményekkel összevegyem. Kutatásomat a magyar labdarúgás utánpótlás rendszerének mind a 3 szintjén elvégeztem, egy amatőr, megyei csapatnál (DASE), egy tehetségközpontnál (DEAC), illetve egy akadémiánál is (DVSC-DLA). A különböző korosztályok és bajnoki szintek közötti motivációs eltérések vizsgálatával arra keresem a választ, hogy mik a különbségek ugyanazon korosztályokban, de eltérő bajnoki osztályokban sportoló játékosok között, illetve ugyanazon bajnoki osztályban, de más korosztályban futballozók között.

Elsősorban arra keresem a választ, hogy idősebb korban és magasabb bajnoki osztályokban mennyire válnak fontossá az anyagi juttatások, hogy külső vagy belső motiváció hatására végzik a vizsgált csoportok a sportolást, illetve, hogy napjaink utánpótlás játékosai számára mennyire fontosak az iskolai tanulmányaik.

Vizsgálati módszerként kérdőíves vizsgálatot választottam. Méréseszközöm első része demográfiai, második része szakmai kérdéseket tartalmazott, melybe beépítettem Paic et. al. (2018) H-SMS sportmotivációs skáláját. 117 válaszadótól online formában kaptam választ. A válaszok begyűjtése célzott volt, a vizsgált csapatok edzéseire kilátogatva egy általam generált QR kód segítségével gyűjtöttem be a válaszokat.

Legfőbb eredményem, hogy a magyar utánpótláskorú sportolókat jelen mintában főként egy külső hajtóerő, az introjekció készteti sportolásra, azaz egy korábban külső hajtóerő internalizálódik és belső nyomásként indít sportolásra. A motiváló faktorok rangsorában ezt azonban már belső motívumok követik. Ebben külföldi (szerb/montenegrói és orosz utánpótlás

játékosoktól különböznek sportolóink, mert ezen két nemzet fiatal játékosai első sorban belső motivációval rendelkeznek. Öröndetes viszont, hogy a magyar fiatalok sportolási amotivációja a legkisebb értékű a két másik mintával összevetve. Jelen kutatásban kimutatható volt, hogy a külső szabályozók közül az anyagi juttatások motivációja leginkább az akadémiai szinten játszó fiatalokra jellemző.

Biztató összegző eredményem, hogy a vizsgálati mintám szerint a debreceni utánpótlás játékosok egészségtudatos életvitelt folytatnak és a sport mellett fontosnak tartják a továbbtanulást is, ami a sportolói kettős karrier lehetőségét teremtheti meg számukra.

IRODALOMJEGYZÉK

1. Aaltonen S, Leskinen T, Morris T, Alen M, Kaprio J, Liukkonen J, Kujala UM. (2012): Motives for and barriers to physical activity in twin pairs discordant for leisure time physical activity for 30 years. *Int J Sports Med*, 3: 157–163. pp.
2. Allport G. W. (1980): A személyiség alakulása. Gondolat Kiadó, Budapest.
3. Andorka Rudolf és mtsai. (2006): Bevezetés a szociológiába. Osiris Kiadó, Budapest.
4. Buckworth J, Lee RE, Regan G, Schneider LK, DiClemente CC. (2007.): Decomposing intrinsic and extrinsic motivation for exercise: Application to stages of motivational readiness. *Psychol Sport Exerc*; 8: 441–461. p.
5. Campbell P.G., Macauley, D., Mccrum, E. & Evans, A. (2001): Age differences in motivating factors for exercise. *Journal of Sport & Exercise Psychology*; 23, 191-199. p.
6. Csóka László, Töröcsik Mária (2019): A sportfogyasztás és a sportmotivációt mérő skálák. *Marketing&Menedzsment*, EMOK különszám.
7. Démuth Ágnes (2012): Amit a hallgatónak tudni illik: a motivációról, SZEK – Juhász Gyula Felsőoktatási Kiadó, Szeged.
8. Doganis G. (2000): Development of a Greek version of the Sport Motivation Scale. *Percept Mot Ski.*; 90: 505-512. DOI: 10.2466/pms.2000.90.2.505.
9. Fehér, A., Bácsné, B. É., Müller, A., Szakály, Z. (2019): Fizikai aktivitás motivációival kapcsolatos modellek rendszerezése I. – Szakirodalmi áttekintés. In: Fehér, András; Szakály, Zoltán (szerk.) *Egészségpiaci kutatások, Debrecen, Magyarország : Debreceni Egyetem Gazdaságtudományi Kar* (2019) pp. 152-163. , 12 p.
10. Kanfer, R. (1990): Motivational theory and industrial psychology. In M. D. Dunnette & L. M. Hough (Eds.), *Handbook of industrial and organizational psychology* (2nd ed., pp. 75–170). Palo Alto, CA, Consulting Psychologists Press.
11. Komarc M, Harbichová I, Scheier LM (2020): Psychometric validation of Czech version of the Sport Motivation Scale. *PLoS ONE* 15(1): e0227277. <https://doi.org/10.1371/journal>
12. Malgorzata W., Tomczak M. (2019): Validation of the Polish version of Sport Motivation Scale
13. (SMS). Effect of gender, level of participation. and sport type on intrinsic and extrinsic motives *SPORT SCIENCES* Vol. 26(4) 187-195

14. Mladenović M., Marjanović A. (2011): Some differences in sports motivation of young football players from Russia, Serbia and Montenegro. *SportLogia* 2011, 7(2), 145–153
15. Neulinger Á. (2007) Társas környezet és sportfogyasztás. A folyamatos megrősítést igénylő tanult fogyasztás. Doktori (PhD) értekezés, Budapesti Corvinus Egyetem
16. Nunez JL, Martin-Albo J, Navarro JG, Gonzalez VM. (2006) Preliminary validation of a Spanish version of the Sport Motivation Scale. *Percept Mot Skills*. 2006; 102: 919-930. DOI: 10.2466/pms.102.3.919-930.
17. Rázsó (2021): A sport és sportmotiváció jellegzetességeinek vizsgálata a fegyveres rendvédelmi szervek személyi állományának körében. Doktori (PhD) értekezés, Nemzeti Közszerzői Egyetem (pp28-34)
18. Paic R. – Kajos A. – Meszler B. – Prisztóka Gy. (2018), „A magyar nyelvű Sport Motivációs Skála (H-SMS) validációja és eredményei”, *Magyar Pszichológiai Szemle*, 73 2, pp. 159-182
19. Pelletier L.G., Fortier M.S., Vallerand R.J., Tuson K.M. (1995): Toward a new measure of intrinsic motivation, extrinsic motivation, and amotivation in sports: The Sport Motivation Scale (SMS). *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 1995; 17(1), 35-53. p
20. Pelletier G.L. – Rocchi M.A. – Vallerand R.J. – Deci E.L. – Ryan M.R. (2013): Validation of the revised sport motivation scale (SMS-II). *Psychology of Sport and Exercise*. 14 (3) 329-341. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2012.12.002>
21. Perényi Sz. (2011), „Sportolási szokások: Sportolási esélyek és változástrendek” in: Bauer B., Szabó A. (szerk), *Arctalan(?) Nemzedék*, Budapest: Nemzeti Család- és Szociálpolitikai Intézet, 159-84

Dolgozat lezárva: 2022.11.28.