
FEJES NIKOLETTA

niki.fejes@gmail.com

Pszichológia

BA, 5. félév

Pécsi Tudományegyetem

Bölcsészettudományi Kar

Témavezető:

Dr. Járai Róbert

egyetemi adjunktus, PTE BTK

**Határozottság, eltökéltség, megküzdés. (A grit és a coping kapcsolatának vizsgálata
élsportolói és nem sportolói mintán)**

Elméleti háttér: A grit jelensége egy olyan újonnan megjelent fogalom, amely még nem rendelkezik széleskörű irodalmi háttérrel. A 20. században kezdték el kutatni a sikeresség, eredményesség egyéni különbségeit, azokat a személyiségjegyeket, melyek hozzásegítik az egyént az eredményesebb teljesítéshez. A grit az egyik ilyen meghatározó tényező, mely által az egyén kitartó, elkötelezett céljával kapcsolatban, melyet szenvedéllyel ér el akár hosszú évek küzdelme árán is. A célok elérése során igen sok megpróbáltatással kell szembenéznie az egyéneknek, melyek tolerálásában, kihívásként való értelmezésében a szívósság, mint vonás segít az érdekében, hogy a felmerülő problémából megoldandó feladat, előrejutási lehetőség, tehát valódi megküzdés adódjon. A jelen kutatás részletesen tárgyalja a grit megjelenését, a szívósság, mint összekötő elem esszenciáját, valamint a stresszhelyzetekkel való különböző megküzdési folyamatokat. Célkitűzés: Vizsgálatom célja, hogy választ kapjak arra, (1) van-e kapcsolat a grit, mint határozottság és a coping, mint megküzdés között; (2) továbbá arra, van-e különbség az élsportolók és nem sportolók gritességében; (3) illetve van-e eltérés élsportolók között e vonás milyen mértékben való birtoklásában. Módszer: A határozottságot (gritet) Duckworth és munkatársai által kifejlesztett Grit Scale nevű kérdőívvel, a megküzdési stílusokat az Endler-Parker-féle CISS-48 nevű kérdőívvel vizsgáltam, amelyeket 235 fő (123 élsportoló, 112 nem sportoló) töltött ki, akik 14-64 év közöttiek voltak. Eredmények: (1) A kapott eredmények azt mutatják, hogy minél magasabb pontszámot ér el az egyén a grit skálán, annál jellemzőbb lesz rá a feladatközpontú megküzdés; valamint annál kevésbé fogja a tompító vagy elkerülő megküzdést választani. (2) A vizsgált csoportok között eltérés figyelhető meg a grit tekintetében: miszerint az élsportolókra sokkal inkább jellemző, mint a nem sportolókra. (3) Az élsportolók csoportján belül nem mutatkozott különbség a gritességben. Ennek hátterében nem feltétlen a pontosabb célkitűzés, vagy a stresszhelyzetekkel való gyakori találkozás, megedződés áll, hanem maga a személyiségvonás birtoklása, illetve e vonás fejleszthetőségének lehetősége, melyről feltételezhető a sportoló hozzásegítése a sportolásban való bennmaradáshoz, magához az élsporthoz.
