

KIRE JELLEMZŐ A SENZOROS ÉLMÉNYKERESÉS? EXTRÉM SPORTOLÓK ÉS EGYETEMI HALLGATÓK VIZSGÁLATA

MAYER KRISZTINA¹, LUKÁCS ANDREA², DR. BARKAI LÁSZLÓ²

Összefoglalás: Az élménykereső személyeknek több ingerre van szükségük ahhoz, hogy jól érezzék magukat, és hogy optimálisan tudjanak teljesíteni egy feladathelyzetben. Ezen emberek az élet minden területén szeretik a kihívásokat, a kalandokat. Kutatásunk célja, hogy feltérképezzük az egyetemi hallgatókat a szenzoros élménykeresés aspektusából, valamint hogy megvizsgáljuk, hogy az extrém sportokkal foglalkozók jobban ingerkeresők-e, mint a hallgatók. Vizsgálatunk módszere Zuckerman SSS-skálájának IV. változata. Az eredmények láthatóvá teszik, hogy a kockázatos sporttal való időtöltés együtt jár a szenzoros élménykeresés személyiségvonásával. Egyetemi oktatóként a hallgatókkal való közös munka mindennapjaink jelentős részét képezi, ezért különösen fontosnak tartjuk, hogy róluk minél szélesebb spektrumú képpel rendelkezünk.

Kulcsszavak: szenzoros élménykeresés, ingerkeresés, kockázatos sport, egyetemi hallgató

Az ingerkereső személyek folytonosan új, összetett, változatos, izgalmas arausal emelő élményeket keresnek. Általában gyorsabban vezetnek autót, előnyben részesítik az izgalmas, kockázattal járó sportokat, hajlamosak veszélyes foglalkozást választani, és nagyobb valószínűséggel élnek droggal vagy alkohollal (Carver és Scheier, 1998).

Az ingerkeresés Marvin Zuckerman nevéhez fűződik, ő fejlesztette ki az ingerkeresés skáláját, a Sensation Seeking Scale-t, azaz az SSS-t (Szakács, 1988).

A szenzoros élménykeresés pozitív kapcsolatban van a szexualitáshoz való permisszívebb viszonyulással, a partnerek számával és a heteroszexuális viselkedés szélesebb skálájában való részvétellel, és negatív kapcsolatban van az első szexuális együttlét előtti ismeretség időtartamával és azzal az életkorral, amikor az első szexuális együttlét megtörtént (Henderson, Henessy, Barret és mtsai. 2005).

A szenzoros élménykeresés olyan személyiségvonás, mely megbízhatóan előre jelez különböző izgalmas tevékenységeket, mint a bungee jumping, ejtőernyőzés, sárkányrepülés, hegymászás, gyorsajtás és kockázatos vezetés (alkoholos befolyásoltság alatti vezetés is), szerencsejáték, horrorfilmek preferálása, illetve 18 év felettieknek való filmek kedvelése. Mindemellett a szenzoros élménykeresést olyan széles körű izgalomkereső viselkedéssel is társítják, mint a dohányzás, fokozott alkoholfogyasztás és droghasználat. Az izgalmas élmények dopamin-kiválasztáshoz vezetnek, ez pedig – a szerotoninnal és a norepinefrinnel együtt – megadja a kémiai jutalmat, amely a nagymértékű szenzoros élménykeresőknél pozitív érzelmi választ produkál. A szenzoros élménykeresőknek az ilyen izgalomkereső tevékenységben való részvétel „futó és gyors dopamin-hullámot” stimulál, és a mezolimbikus DA (dopamin) jutalmi pályának fokozott működését lehet megfigyelni (Stephenson, Velez, Chalela és mtsai. 2007).

¹ Miskolci Egyetem, Egészségügyi Kar, Testnevelési Tanszék

² Miskolci Egyetem, Egészségügyi Kar, Elméleti Egészségtudományi Tanszék

Kutatások sora bizonyította, hogy az élménykeresés kapcsolatban van a sportban való részvétellel. A magas kockázati sportokkal foglalkozó tanulmányok következetesen pozitív korrelációt mutatnak ki a kockázatos sportban való részvétel és az élménykeresés között (Zarevski, Marusic, Zolotic és mtsai. 1998). Goma-i-Freixanet (1991) összehasonlított alpinistákat és egyéb kockázatos sportban résztvevő sportolókat kontrollszemélyekkel, akik nem vettek részt semmilyen kockázatos tevékenységben. Azt találta, hogy a sportolók szignifikánsan magasabb pontokat értek el a kontrollcsoportnál az Izgalom és Kaland keresés skálán, az Élménykeresés skálán és az összpontszámban (Goma-i-Freixanet, 1991).

Franques és munkatársai (2003) tanulmányukban arra az eredményre jutottak, hogy a szenzoros élménykeresés közös jellemzője a veszélyes és kockázatos sportot űző sportolóknak és a drogfogyasztóknak (Franques, Auriacombe, Piquemal és mtsai. 2003).

Módszer

Vizsgálati személyek

Összesen 305 (19 és 24 év közötti) fiatal lányt kérdeztünk meg, melyből 100 extrém sportoló, 205 egyetemi hallgató volt. Átlagos életkoruk $22,37 \pm 2,4$ év volt. A két csoport között az életkor tekintetében nincs szignifikáns eltérés: $F(2,303) = 6,043$; $p > 0,05$.

Az 1. csoport tagjai (100 fő) hobby szinten űznek valamilyen kockázatos sportot, és nem tanulnak semmilyen felsőoktatási intézményben. Ez a csoport ejtőernyősökből, siklóernyősökből, sárkányrepülősekből, sziklamászókból, falmászókból és vadvízi evezősökből áll. A 2. csoport tagjai a Miskolci Egyetem hallgatói, akik semmilyen kockázatos sporttevékenységgel nem foglalkoznak. A vizsgált személyek életkor szerinti eloszlását az 1. táblázat mutatja.

1. táblázat.

A vizsgált minta életkor szerinti eloszlása (átlag, szórás)

	Elemzés	Életkor
Extrém sportoló	100	$22,72 \pm 2,413$
Egyetemi hallgató	205	$22,15 \pm 2,474$
Összesen	305	$22,37 \pm 2,462$

Szenzoros élménykeresést vizsgáló kérdőív

A szenzoros élménykeresést Zuckerman SSS-skálájának IV. változatával néztük, mely 72×2 állításból áll. A vizsgálati személyeknek a 2 állítás közül a rá jobban jellemző állítást kell kiválasztani. A kérdőív alskálái a következők: *Izgalom és Kalandkeresés* (Thrill and Adventure Seeking, TAS). Az elért értékek a szabadban űzhető, nem verseny jellegű, kockázatos elemeket tartalmazó sport és más, hasonló tevékenység iránti vágyat fejezik ki. (Pl.: repülés, ejtőernyőzés, motorozás, hegymászás stb.) A második alskála az *Élménykeresés* (Experience Seeking, ES). Ennek értékei új gondolati és érzéki élmények keresését, valamint konvencióktól mentes, rendhagyó életstílus utáni vágyat fejeznek ki. A harmadik alskála a *Gátlásoldás* (Disinhibition, Dis). Ez az alskála a gátoltság alkohol általi feloldását,

valamint a bulik iránti érdeklődést és a szexuális változatosság igényét fejezi ki. A negyedik alskála az *Unalomra való hajlam* (Boredom Susceptibility, BS), mely az élmény mindenféle ismétlődése, a rutinmunka, a könnyen kiismerhető, egyszerű vagy unalmas emberek iránti ellenszenvet, valamint az állandó egyformaság okozta nyugtalanságot fejezi ki.

Statisztikai módszerek

A kérdőív kitöltése után minden válaszlaponál összeszámoltuk a különböző alskálákon elért pontokat. SPSS 19.0 programcsomag segítségével elvégeztük a normalitás vizsgálatot a Kolmogorov–Szmirnov-teszt segítségével. A normalitásnak megfelelően független mintás t-próbát, illetve Mann–Whitney-tesztet alkalmaztunk.

Hipotézis

Feltételeztük, hogy azok a személyek, akik szabadidejükben valamilyen kockázatos sportot űznek (ejtőernyőzés, siklóernyőzés, sárkányrepülés, sziklamászás, falmászás, vadvízi evezés) jobban ingerkeresők, mint azok az egyetemi hallgatók, akik nem foglalkoznak kockázatos sporttevékenységgel. Feltételezzük, hogy az extrém sportolók valamennyi alskálán magasabb pontot érnek el, mint az egyetemisták.

Eredmények

Vizsgálatunk eredménye alapján azt találtuk, hogy az extrém sportolók szignifikánsan magasabb pontokat értek el az általános skálán (Extrém sportolók: $15,15 \pm 2,02$ vs. Hallgatók: $9,10 \pm 3,40$; $p = 0,000$). Megvizsgáltuk az egyes alskálákon is a különbségeket a két csoport között, és azt tapasztaltuk, hogy az Élménykeresés tekintetében (ES) is az extrém sportolók szignifikánsan magasabb értékeket értek el, mint a hallgatók (Extrém sportolók: $10,68 \pm 2,67$ vs. Hallgatók: $7,44 \pm 2,80$; $p = 0,000$). Az Izgalom és Kalandkeresés (TAS) esetén is ezt a különbséget kaptuk, tehát az extrém sportolók szignifikánsan magasabb értékeket mutattak, mint a hallgatók (Extrém sportolók: $12,04 \pm 1,72$ vs. Hallgatók: $7,47 \pm 3,10$; $p = 0,000$). Az Unalomfogékonyság (BS) esetén is az extrém sportolók szereztek magasabb pontokat (Extrém sportolók: $9,69 \pm 2,58$ vs. Hallgatók: $5,21 \pm 2,61$; $p = 0,000$). A gátlásoldás (Dis) tekintetében a két csoport között nincs szignifikáns eltérés (Extrém sportolók: $6,03 \pm 1,47$ vs. Hallgatók: $5,87 \pm 3,09$; $p > 0,05$). Az eredményeket a következő táblázat teszi jobban áttekinthetővé. (2. táblázat)

2. táblázat

A vizsgálati csoportok egyes alskálákon elért értékei (átlag, szórás)

Alskálák	Elérhető pontok száma	Extrém sportoló	Egyetemi hallgató	p-érték
Ált SSS	22	$15,15 \pm 2,02$	$9,10 \pm 3,40$	0,000
ES	18	$10,68 \pm 2,67$	$7,43 \pm 2,80$	0,000
TAS	14	$12,04 \pm 1,72$	$7,47 \pm 3,10$	0,000
Dis	14	$6,03 \pm 1,47$	$5,87 \pm 3,09$	0,632
BS	18	$9,69 \pm 2,58$	$5,21 \pm 2,61$	0,000

Megbeszélés

A vizsgálati eredmények megerősítik feltételezéseinket, hogy a nagy kockázati értékkel rendelkező, veszélyes sportokat űző személyeket jellemzi az ingerkeresés mint személyiségvonás. Az általános skálán és a három alsóskálán is az extrém sportolók érték el a magasabb pontokat. Egyeznek a tapasztalataink számos kutatóval, akik azt találták, hogy azok, akik magas kockázati értékű sportokban vesznek részt, magas pontot értek el az SSS valamennyi alsóskáláján. Például az ejtőernyősökről már Hymnbraugh és Garrett kimutatta, hogy magasabb pontszámokat érnek el az SSS-en, mint a kontroll személyek (Jack és Ronan, 1998). Az egyetemi hallgatók az azonos életkorú sportoló társaikhoz képest jobban tűrik az unalmas helyzeteket és kevésbé vágnak a konvencióktól mentes életstílus után, valamint a különböző kockázatos sporttevékenységek is kevésbé vonzóak a számukra.

Az Izzalom és Kalandkeresés tekintetében – ami a szabadban űzhető, nem verseny jellegű, kockázatos sporttevékenységek preferálását jelenti –, természetesen beigazolódott a hipotézisünk, hogy az extrém sportolók inkább előnyben részesítik az izgalmat és a kalandot a sporttevékenységekben, mint az egyetemisták. Az Élménykeresés tekintetében – azaz az új gondolati és érzéki élmények keresésében, valamint a konvencióktól mentes életstílus utáni vágyban –, szintén az extrém sportolók értek el magasabb pontokat. Ennek hátterében állhat a két csoport eltérő életvitele, életstílusa. Míg az egyetemisták napjai órarendjük által meghatározottak, életüket szervezettség jellemzi, mindennapjaikat a határidők és a teljesítendő feladatok sora szövi át, addig a felsőoktatásban nem résztvevő extrém sportolók nagyobb szabadsággal rendelkeznek. Az extrém sportolók jobban vonzódnak a nonkonform életstílushoz, nem véletlen, hogy nem az iskolapadban képzelik el a jövőjüket, nem ott látják boldogulásuk útját. Személyiség szerveződésük miatt valószínűleg nem is éreznék jól magukat az egyetem falai között, és nagyobb nehézséget jelentene számunkra az elvárásoknak való megfelelés. Hasonló eredményeket kaptunk az Unalomra való hajlam tekintetében is, mely az élmény ismétlődése, a rutinmunka, az unalmas emberek iránti ellenszenvet, az állandó egyformaság okozta nyugtalanságot fejezi ki. A vizsgálat eredményei alapján azt tapasztaltuk, hogy a Gátlásoldás – azaz a bulik, a hazardírozás és a szexuális változatosság preferálása – tekintetében az extrém sportolók és az egyetemisták nem különböztek egymástól. Valószínűleg ennek hátterében az áll, hogy a bulizás és a szórakozás az egyetemisták számára kitüntetett fontosságú, és kiszakadva a középiskolák szigorúbb szabályai és a szülői ház kontrollja alól, elérhető lehetőségként képezik a mindennapjaik részét.

Köszönetnyilvánítás

Jelen munka a TÁMOP-4.2.1.B-10/2/KONV-2010-0001 jelű projekt részeként – az Új Magyarország Fejlesztési Terv keretében – az Európai Unió rész támogatásával, az Európai Szociális Alap társfinanszírozásával valósult meg.

Irodalomjegyzék

- [1] Carver, Ch. S., Scheier, M. F.: *Személyiségpszichológia*. Bp., 1998, Osiris Kiadó
- [2] Szakács F.: *Személyiséglélektani szöveggyűjtemény IV./1.* Személyiségdimenziók mérése. Bp., 1988, Tankönyvkiadó
- [3] Henderson, V. R., Henessy, M., Barret, D. W., Curtis, B., Mccoy-Roth, M., Trentacoste, N., Fishbein, M.: When risky is attractive: sensation seeking and romantic partner selection. *Personality and Individual Differences*, 2005, 38, 311–325. p.
- [4] Stephenson, M. T., Velez, L. F., Chalela, P., Ramirez, A., Hoyle, R. H.: The reliability and validity of the Brief Sensation Seeking Scale (BSSS-8) with young adult Latino workers: implications for tobacco and alcohol disparity research. *Society for the Study of Addiction*, 2007, 79–91. p.
- [5] Zarevski, P., Marusic, I., Zolotic, S., Bunjevac, T., Vukosav, Z.: Contribution of Arnett's inventory of sensation seeking and Zuckerman's sensation seeking scale to the differentiation of athletes engaged in high and low risk sports. *Personality and Individual Differences*, 1998, 25, 763–768. p.
- [6] Goma-I-Freixanet, M.: Personality profile of subjects engaged in high physical risk sports. *Personality and Individual Differences*, 1991, 12, 1087–1093. p.
- [7] Franques, P., Auriacombe, M., Piquemal, E., Verger, M., Brisseau-Gimenez, S., Grabot, D., Tignol, J.: Sensation seeking as a common factor in opioid dependent subjects and high risk sport practicing subjects. A cross sectional study. *Drug and Alcohol Dependence*, 2003, 69, 121–126. p.
- [8] Jack, S. J., Ronan, K. R.: Sensation seeking among high and low-risk sports participants. *Personality and Individual Differences*, 1998, 25, 1063–1083. p.

Kiadja a Miskolci Egyetem Tudományos és Nemzetközi Osztálya
A kiadásért felelős: Prof. Dr. Dobróka Mihály rektorhelyettes
Műszaki szerkesztő: Balatoni Enikő
A kéziratot gondozta a Miskolci Egyetemi Kiadó
A kiadó felelős vezetője: Burmeister Erzsébet
Készült a Miskolci Egyetem Sokszorosító Üzemében, Miskolcon
A sokszorosításért felelős: Kovács Tibor üzemvezető
Példányszám: 100
TU. 2012 – 160 – ME

ISSN 2063-2142