

## Társas háló és a társas támogatás szerepe leendő pedagógusok sportolási szokásaiban

### Role of Social Network and Social Support in Sporting Motivation of Prospective Teachers

Pinczés Tamás<sup>1</sup>, Pikó Bettina<sup>2</sup>

<sup>1</sup> Debreceni Református Hittudományi Egyetem, Kölcsey Ferenc Tanítóképzési Intézet, Debrecen

<sup>2</sup> Szegedi Tudományegyetem ÁOK, Magatartástudományi Intézet, Szeged

**Absztrakt:** Tanulmányunk elsődleges célja, hogy a leendő pedagógusok sportolási motivációit feltárjuk és rámutassunk azokra a szereplőkre, akik fontos szerepet játszanak a sportolási szokásaik kialakításában. A vizsgálat résztvevői kiemelt funkciót töltenek be a diákok sportolással kapcsolatos attitűdjeinek megteremtésében. Adatgyűjtésünkhöz egy önkitöltéses kérdőívet alkalmaztunk (N=179) pedagógusok és hallgatók (tanító, óvodapedagógus) körében. Eredményeink rámutatnak, hogy a leendő pedagógusok jelentős része fizikailag inaktív életet él, akik pedig sportolnak, azok leginkább a kikapcsolódás miatt teszik azt. A szülők korábbi aktív sportolása mellett a szülő sportolást ösztönző hatása kiemelkedő, de a család és a kortárscsoport is erőteljesen befolyásolja a sporttal kapcsolatos pozitív attitűdök kialakulását. Ahhoz, hogy a felnövekvő nemzedék tudatosabb életvitelt folytasson, a társas befolyást gyakorló személyek igen komplex rendszert alkotnak, amire azonban egyelőre a mintaadó személyek (család, pedagógus, kortárscsoport) nem biztos, hogy készen állnak. Éppen ezért lenne fontos, hogy a felsőoktatási intézményekben, mint a képzési rendszer egyik utolsó lépcsőfokán kellő komolyságot és hangsúlyt kapjon a sporttal (mozgással) kapcsolatos kompetenciák kialakítása.

**Kulcsszavak:** társas támogatás, társas háló, pedagógus

**Abstract:** The primary objective of this study was to explore the sporting motivations of prospective teachers and to point to those people who play an important role in the formation of sports habits. The participants of the study have a significant role in forming the attitudes of students in relation to sport. For our data collection we used self-filled questionnaires (N=179) distributed among student educators (teachers, kindergarten teachers). Our results indicate that a significant number of prospective teachers live a physically inactive life, and those who play sport do it mostly for entertainment. In addition the former active pursuit of sports by parents, the stimulative effect of parents related to sport is outstanding, but the family and the peer group may also have strong influence on the development of positive attitudes towards sport. To conduct a more conscious lifestyle, the young generation is influenced by a group of people, forming a very complex social system; nevertheless, the people setting a role model may not be ready for it. That is why it is important that higher education institutions as a last step of the training system put a great emphasis on forming competencies related to sports and moving.

**Keywords:** social support, social network, educator

#### Bevezetés

Elgondolkodtató és egyben szomorú az a reprezentatív kutatási eredmény (*Eurobarometer*, 2010), miszerint a magyar népesség 77 százaléka mozgásszegény, fizikailag inaktív életet él. Ez az eredmény

azt mutatja, hogy az egészségmagatartási formák közül a társadalomra inkább jellemző az egészségkockázati (dohányzás, alkoholfogyasztás), mint az egészségvédő magatartásformák (fizikai aktivitás, táplálkozás) előfordulása. Továbbá fontos megjegyezni, hogy ez a fajta életmód (szemléletmód)

számos olyan további negatív folyamatot generál, ami kihat az ember egészségben megélt éveire. A detektált helyzet megváltoztatása érdekében szükségünk van arra, hogy a felnövekvő nemzedék sporttal (mozgással) kapcsolatos attitűdjeit pozitív irányba változtassuk meg. Ez azért élvez prioritást, mert a sport (mozgás) számos tekintetben járul hozzá nemcsak a testi, hanem a lelki egészséghez is, és biztos alapot szolgáltat a felnőttkori jó életminőséghez (Kiss, 2003).

Az egészségmagatartás meghatározó tényezői közé sorolandók a társas háló egészségattitűdjei és viselkedései is, amelyek nagy szerepet töltenek be a fiatalok sporthoz (mozgáshoz) kapcsolódó mintáinak kialakulásában (Young és Medic, 2011). A társas háló alatt nemcsak a családot, a barátokat, a kollégákat értjük, hanem tágabb értelemben véve az egészségügyben dolgozókat is. Ezek közül a legfontosabb szerepe a család támogató magatartásának van (Repetti, Taylor és Seeman, 2001), de megkérdőjelezhetetlen szerep hárul az iskolai légkörre és a pedagógusokra is. Nem szabad azonban megfeledkeznünk a kortárs csoport befolyásoló erejéről sem (Keresztes, Pluhár és Pikó, 2005). Látható, hogy ez egy igen komplex terület, és a területi korlátok miatt a szakirodalmi áttekintés csak az iskolai légkör és a pedagógus szerepének a megismerésére korlátozódik.

A társas támogatás megjelenésének egyik kiemelt helyszíne az iskola, amely ismeret- és érték-átadó, valamint érték-meghatározó szocializációs terep. Az oktatás-nevelési intézmény légkörének és minőségének meghatározásában központi elemként jelenik meg a pedagógus személyisége (Barahate, 2014). Az egészségmagatartással kapcsolatos ismeretek, információk az oktatási intézmény pedagógiai programjában találhatók, aminek segítségével igyekszik a pedagógus hatékonyabbá tenni közvetett befolyásoló erejét. Az egészségnevelés koncepciója mögött húzódik egy „rejtett tanterv” is, ami maga az intézmény infrastruktúrájának, kapcsolatrendszerének, környezetének és szellemiségének köszönhetően informálja a tanulót (Brettner, 2006). Sajnálatos módon a legtöbb program csak a testi egészség kérdés köré csoportosítja az ellátandó feladatokat, elfelejtve a lelki eredetű problémák kezelését. A hatékonyság növelése érdekében nagyon fontos lenne, hogy az egészségnevelési koncepció kialakítása során nagy hangsúlyt kapjon a lelki egészségnevelés is. Egy 2004-es vizsgálat (Paksi,

Felvinczi és Schmidt, 2004) során, amit az Oktatási Minisztérium kezdeményezett, ezer pedagógust kérdeztek meg az egészségfejlesztés mértékéről és tartalmáról. Az eredmény szerint az egészségfelfogás holisztikus (testi-lelki-szociális tényezők) szemlélete hiányzik a magyar közoktatásból. Egy másik vizsgálat eredménye is ezt támasztja alá, ugyanis a kérdőívvel felmért gyermekek 95%-a számára volt biztosított a mindennapos testmozgás, míg a lelki egészségvédelem mindösszesen 5%-ban volt jelen (Kaposvári, 2007).

A pedagógiai programok holisztikus megvalósítása mellett fontos tisztázni a pedagógus szerepét az egészségnevelés folyamatában. A pedagógusnak tudatában kell lennie saját testi-lelki egészségének, és hogy miként tudja befolyásolni saját egészségét, növelni életminőségét. Abban az esetben, ha ezeket a tényezőket figyelmen kívül hagyja, csökkenti a program hatékonyságát, mivel csupán a feladat végrehajtóként determinálja magát a folyamatban. Ellenben, ha együttműködő szerepet tölt be, akkor mintaadó személyiséggé válhat, aminek köszönhetően igen markánsan befolyásolhatja a serdülők egészségmagatartását és ezzel kapcsolatos egészségattitűdjeit. De vajon megfelelnek-e a pedagógusok a mintaszemélyek elvárásainak? A választ egy korábbi vizsgálatból kapjuk meg, ahol a tanárjelöltek fizikai aktivitására vonatkozó kérdésre átlagosan 74%-uk válaszolta, hogy naponta vagy hetente többször is mozog, ami izzadással vagy a pulzusszám emelkedésével járó tevékenységet jelent, míg 18%-a egyszer egy héten, 8%-a csak havonta vagy még annál is ritkábban mozog (Balajti, Bíró és Ádány, 2013).

Tanulmányunk elsődleges célja, hogy a leendő pedagógusok sportolási motivációit feltárjuk és rámutassunk azokra a társas befolyást gyakorló szereplőkre, akik fontos szerepet játszanak sportolási szokásaik kialakításában.

## Módszerek

A felmérést 2016. év elején végeztük Debrecenben (Debreceni Református Hittudományi Egyetem, Kölcsey Ferenc Tanítóképzési Intézet) és Hajdúböszörményben (Debreceni Egyetem Gyermeknevelési és Felnőttképzési Kar). A tanítóképzési intézetben a tanító szakos hallgatók, míg a Gyermeknevelési és Felnőttképzési Karon az óvodapedagógus hallgatók vettek részt a vizsgálatban. Összesen 179 fő eredményét értékeltük, akik közül 83 fő (46,4%) tanító szakos és 96 fő (53,6%)

óvodapedagógus hallgató volt. Az életkori átlag 20,8 év. A nemek aránya a minta sajátosságát egyértelműen mutatja, hiszen 95,5%-a nő és 4,5%-a férfi (az arányok miatt nemek szerinti elemzést nem végeztünk).

Mérőeszközként önkitöltéses kérdőívet alkalmaztunk, amely a szociodemográfiai adatokon túl kiterjedt a sporttal kapcsolatos kérdésekre, valamint a pedagógusjelöltek társas hálójának és társas támogatottságának a sporttal kapcsolatos jelentőségére. Ezek a kérdések részben korábbi kutatásokból, részben külföldről adaptált más, hazai kutatásokból származtak (Biróné, 1994; Carr, 2009; Hamar, 2005; Keresztes, Pluhár és Pikó, 2005; Vilhjalmsson és Thorlindsson, 1998). A kérdőív társas hálóra vonatkozó részében megkérdeztük a fiatalokat, sportoltak-e valaha a szüleik (apa, anya külön), illetve sportolnak-e jelenleg és tagjai-e valamilyen sportklubnak. Az aktív sportolással kapcsolatban arra is rákérdeztünk, hogy „Előfordul-e, hogy az egész család részt vesz valamilyen közös sporttevékenységben?”. Az inaktív sportszeretet, azaz érdeklődés keretében pedig olyan kérdéseket tettünk fel, hogy a szülők követik-e a sporteseményeket, akár a helyszínen, akár tévében, újságban. Rákérdeztünk továbbá a testvérek és barátok sportolására is.

A társas háló felől érkező társas támogatást szintén felmértük. Ennek keretében arra kérdeztünk rá, hogy a szülők ösztönzik-e a gyerekeiket a sportolásra, elvárják-e eredményt tőlük a sportban, illetve szeretik-e, hogy sportolnak, támogatják-e őket. Kíváncsiak voltunk arra is, hogy a szülők kezdeményezték-e a sportolást, és hogy a szülőkhöz kívül más családtag (pl. nagynéni, nagyszülő) ösztönözte-e őket a sportolásra.

A válaszok dichotóm kategóriák voltak (igen/nem), az adatok feldolgozása kereszttáblák segítségével történt, Chi-négyzet próbával tesztelve a statisztikai szignifikanciát a csoportbeli eltérésekre vonatkozóan ( $p < 0,05$ ).

### Eredmények

Az 1. táblázatban láthatjuk a pedagógusjelöltek sportolási aktivitását. Az eredményekből érzékelhető, hogy csak a minta 39,9%-a sportol aktívan, ők is leginkább kikapcsolódásból (60,2%). Iskolai környezetben 26% szakszerűen irányított miliőben, azaz edzésen pedig 14% végez fizikai aktivitást. Az alminták közötti átlagok vizsgálatakor nem találtunk szignifikáns különbséget.

**1. táblázat.** Pedagógusjelöltek sportolási aktivitása [Forrás: saját szerkesztés]

	Minta (%)	Tanító (%)	Óvodapedagógus (%)	Chi <sup>2</sup> -próba
Aktívan sportolsz?				
Igen	39,9	36,1	43,2	Pearson Chi <sup>2</sup> =0,9 (df:1)
Nem	60,1	63,9	56,8	
Ha igen, akkor kikapcsolódásból?				
Igen	60,2	60,0	60,3	Pearson Chi <sup>2</sup> =0,001 (df:1)
Nem	39,8	40,0	39,7	
Ha igen, akkor az iskolában?				
Igen	26,0	25,0	26,8	Pearson Chi <sup>2</sup> =0,04 (df:1)
Nem	74,0	75,0	73,2	
Ha igen, versenyszerűen?				
Igen	14,0	11,4	16,3	Pearson Chi <sup>2</sup> =0,47 (df:1)
Nem	86,0	88,6	83,7	

Megjegyzés: a Chi<sup>2</sup>-próbával történő elemzés során egyik esetben sem kaptunk szignifikáns különbséget.

A 2. táblázatból ismerhetjük meg a társas befolyásolást a pedagógusjelöltek körében. A szülők esetén kijelenthetjük, hogy az apukák régen gyakrabban sportoltak (74,6%), mint az anyukák

(53,4%). Nem jellemző, hogy a szülők jelenleg is aktívan sportolnak (19,8%). Az inaktív sportszeretet leginkább a tv-ben történő sportrendezvények (58,9%) nyomon követésével, illetve a nyomtatott

sajtó (40,95%) olvasásával valósul meg, míg a sportrendezvények személyes látogatása csak a szülők 35,4%-ára jellemző. Az aktív családi sporttevékenység (50,95%) csaknem minden második családra jellemző. A megkérdezett pedagógusjelöltek 41,7%-a nyilatkozta azt, hogy a testvére sportol és 38,9%-a, hogy a barátai sportolnak. A két al minta

elemzését követően kijelenthetjük, hogy nincs szignifikáns különbség egyik változó esetén sem. Ugyanakkor tendenciózus eredményről számolhatunk be jelenlegi sportoló szülő alternatíva esetén a tanító szakos hallgatók javára.

**2. táblázat.** Társas befolyás előfordulása a pedagógusjelöltekénél [Forrás: saját szerkesztés]

	Minta (%)	Tanító (%)	Óvodapedagógus (%)	Chi <sup>2</sup> -próba
Apa régebben sportolt				
Igen	74,6	78,3	71,3	Pearson Chi <sup>2</sup> =1,1 (df:1)
Nem	25,4	21,7	28,7	
Anya régebben sportolt				
Igen	53,4	53,0	53,8	Pearson Chi <sup>2</sup> =0,1 (df:1)
Nem	46,6	47,0	46,2	
Valamelyik szülő sportol-e jelenleg?#				
Igen	19,8	25,6	14,7	Pearson Chi <sup>2</sup> =3,2 (df:1)
Nem	80,2	74,4	85,3	
Valamelyik szülő tagja-e sportklubnak?				
Igen	7,9	10,8	5,3	Pearson Chi <sup>2</sup> =1,9 (df:1)
Nem	92,1	89,2	94,7	
Valamelyik szülő néz-e sportrendezvényeket?				
Igen	35,4	33,7	36,8	Pearson Chi <sup>2</sup> =0,2 (df:1)
Nem	64,6	66,6	63,2	
Valamelyik szülő néz-e sportot a tévében?				
Igen	59	57,8	60,0	Pearson Chi <sup>2</sup> =0,08 (df:1)
Nem	41	42,2	40,0	
Szülők olvassák-e a sporthíreket az újságban?				
Igen	41,2	36,6	45,3	Pearson Chi <sup>2</sup> =1,4 (df:1)
Nem	58,8	63,4	54,7	
Családi sporttevékenységek				
Igen	50,6	56,6	45,3	Pearson Chi <sup>2</sup> =2,3 (df:1)
Nem	49,4	43,4	54,7	
Testvér sportol-e?				
Igen	41,7	44,8	39,0	Pearson Chi <sup>2</sup> =0,5 (df:1)
Nem	58,3	55,2	61,0	
Barátok sportolnak-e?				
Igen	38,9	41,5	36,6	Pearson Chi <sup>2</sup> =0,4 (df:1)
Nem	61,1	58,3	63,4	

Megjegyzés: ahol a Chi<sup>2</sup>-próba elemzés szignifikánsnak bizonyult azt \*-gal jelöltük (p<0,05), a #-el jelölt esetekben az eredmények tendenciózusak (p=0,07).

A 3. táblázatból ismerhetjük meg a társas támogatás előfordulását. A pedagógusjelölteket a szülők többsége ösztönzi a sportolásra (63,95%), ahol szignifikáns különbséget kaptunk a két al minta esetén a tanító szakosok javára. Ugyanakkor a szülők nem várnak el eredményt (93,6%) a hallgatóktól. Ennél a változónál szintén tendenciózus

eredményről számolhatunk be a tanító szakos hallgatók javára. Az ösztönzés mellett a támogatás (78,7%) is jellemző a szülőkre. Ellenben a szülők nem kezdeményezték (81,6%) a sportolást, viszont más családtag ösztönzése (41,65%) megjelenik a sportolási attitűd kialakulásánál.

**3. táblázat.** Társas támogatás előfordulása pedagógusjelöltekénél [Forrás: saját szerkesztés]

	Minta (%)	Tanító (%)	Óvodapedagógus (%)	Chi <sup>2</sup> -próba
Szülők ösztönöznék a sportra.*				
Igen	63,5	71,1	56,8	Pearson Chi <sup>2</sup> =3,9 (df:1)
Nem	36,5	28,9	43,2	
Szülők eredményt várnak a sportban.#				
Igen	6,2	9,6	3,2	Pearson Chi <sup>2</sup> =3,2 (df:1)
Nem	93,8	90,4	96,8	
Szülők támogatnak a sportban				
Igen	78,7	82,9	75,0	Pearson Chi <sup>2</sup> =1,6 (df:1)
Nem	21,3	17,1	25,0	
Szülők kezdeményezték-e a sportot?				
Igen	18,4	15,9	20,7	Pearson Chi <sup>2</sup> =0,6 (df:1)
Nem	81,6	84,1	79,3	
Más családtag ösztönzött-e a sportra?				
Igen	41,7	39,8	43,5	Pearson Chi <sup>2</sup> =0,25 (df:1)
Nem	58,3	60,2	56,5	

Megjegyzés: ahol a Chi<sup>2</sup>-próba elemzés szignifikánsnak bizonyult azt \*-gal jelöltük (p<0,05), a #-el jelölt esetekben az eredmények tendenciózusak (p=0,07).

## Megbeszélés

Kijelenthetjük, hogy a pedagógusjelöltek egy jelentős része inaktív életet él (39,9%), ami ráadásul alacsonyabb egy négy évvel ezelőtti kutatás eredményénél ahol még 74% jelezte, hogy fizikailag aktív életet él. Az aktívan sportolók motivációs hátterében a kikapcsolódás, feltöltődés áll. Az eredményekből az is kiderül, hogy intézményes kereteken belül (felsőoktatás) nem igazán jellemző a sportolás.

A szülők esetében kevésbé a jelenlegi aktivitás, hanem inkább a korábbi aktív sportolás lehet meghatározó pozitív attitűd a gyermekeik számára. A (negatív) kortárshatás ebben az esetben is igazolható, hiszen a megkérdezettek barátai csak igen kis százalékban sportolnak, ahogy a testvér sportolása

sem jellemző. Mindemellett az inaktív sportszereket (sportesemények nyomon követése) sem igazán mutatkozik befolyásoló tényezőnek a vizsgált mintán. A hallgatók sporttal kapcsolatos élményei elsődlegesen szülői ösztönzés hatására alakultak ki, ahol szignifikáns különbség mutatkozik a két vizsgált csoport között. Hasonlóan fontos szerepe van a többi családtag támogató hozzáállásának.

Láthatjuk tehát, hogy a pedagógusjelöltekre az elvárthoz képest csak kevésbé jellemző az aktív sportolás, mindamellett csökkenő tendenciát is találtunk. A sportolási szokásokra is a belső társas hálóban szereplő személyek bírnak komoly befolyásoló erővel, sajnos azonban ez a hatás a legtöbb esetben közömbös vagy negatív irányú. A folyamatban fontos szerepet kapó személyeknél (szülők) kevésbé a jelenlegi aktivitás, mint inkább a korábbi



aktív sportolás, valamint az inaktív sportszeretet, a sporthoz fűződő pozitív attitűd a meghatározó, de más családtag ösztönző erejéről sem szabad elfelejtkezni. A családon és a kortárscsoporton kívül a pedagógusoknak is meghatározó szerepe lehet a diákok egészségnevelésére, egészségmagatartására, azonban ezeknek a mintaadó személyeknek ténylegesen ismerniük kell saját testi-lelki egészségüket, és annak szinten-tartási és fejlesztési lehetőségeit. Jelen vizsgálat eredményei sajnálatosan arról tesznek tanúbizonyságot, hogy ezekkel a kompetenciákkal nem igazán rendelkeznek a pedagógusjelöltek. Éppen ezért a felsőoktatási intézményeknek prioritásként kellene kezelni, hogy a képzési rendszer egyik utolsó lépcsőfokán olyan pozitív attitűdöket alakítsanak ki, amiket a későbbiekben átruházhatnak a diákokra, gyerekeikre, vagy amiket saját életükben is képesek tudatosan alkalmazni.

### Irodalom

- Barahate, Y.S. (2014): Role of a teacher in imparting value-education. *IOSR Journal of Humanities and Social Science*. <http://http://iosrjournals.org/iosr-jhss/papers/ICAET-2014/volume-1/4.pdf> (Letöltés ideje: 2014.12.12.)
- Biróné Nagy Edit (1994): *A szelektív motoros stimulusok hatása a tanulók mozgásos aktivitására, az életstílus befolyásolására*. Kutatási zárójelentés. Magyar Testnevelési Egyetem, Budapest.
- Brettner Zsuzsanna (2006): *A testi és lelki egészségfejlesztés lehetőségeiről az iskolában*. <http://www.szocialismunka.hu/script/media.php?id=38>. (Letöltés ideje: 2014.12.12.)
- Carr, S. (2009): Adolescent-parent attachment characteristics and quality of youth sport friendship. *Psychology of Sport and Exercise*, 10: 653-661. <http://dx.doi.org/10.1016/j.psychsport.2009.04.001>
- Eurobarometer 74 Autumn 2010: Public Opinion in the European Union*.
- Hamar Pál (2005): A rendszeres testedzés helye és szerepe a serdülőkorú lányok életvitelében. *Új Pedagógiai Szemle*, 55(10): 68-75.
- Kaposvári Júlia (2007): *Az iskolai egészségnevelés és környezetnevelési programok megvalósulása a 2004-2005-ös tanévben*. [www.ogyei.hu/anyagok/iskolaegeszsegugyi\\_felmeres.pdf](http://www.ogyei.hu/anyagok/iskolaegeszsegugyi_felmeres.pdf) (Letöltés ideje: 2014.12.12.)
- Keresztes Noémi, Pluhár Zsuzsa és Pikó Bettina (2005): Társas hatások a serdülők fizikai aktivitási magatartásában. *Mentálhigiéné és Pszichoszomatika*, 6: 35-51. <http://dx.doi.org/10.1556/mental.6.2005.1.3>
- Kiss Éva (2003): Fizikai aktivitás – Fittség – Prevenció. *Budapesti Népegészségügy*, 3: 241-247.
- Paksi Borbála, Felvinczi Katalin és Schmidt Andrea (2004): *Prevenció/Egészségfejlesztési tevékenység a Közoktatásban. Kutatási jelentés az Oktatási Minisztérium megbízásából*. [www.nefmi.gov.hu/2005/prevencios-tevekenysegek](http://www.nefmi.gov.hu/2005/prevencios-tevekenysegek) (Letöltés ideje: 2015.01.20.)
- Repetti, R.L., Taylor, S.E. és Seeman, T.E. (2002): Risky families: Family social environments and the mental and physical health of offspring. *Psychological Bulletin*, 128(2): 330-366. <http://dx.doi.org/10.1037//0033-2909.128.2.230>
- Young, B. és Medic, N. (2011): Examining social influences on the sport commitment of masters swimmers. *Psychology of Sport and Exercise*, 12: 168-175. <http://dx.doi.org/10.1016/j.psychsport.2010.09.004>
- Veres-Balajti Ilona, Bíró Éva, Ádány Róza és Kósa Karolina (2013). Tanárjelöltek egészségi állapota és egészségszemlélete. *Educatio*, 22(2): 201-212.
- Vilhjalmsson, R. és Thorlindsson, T. (1998): Factors related to physical activity: A study of adolescents. *Social Science and Medicine*, 47: 665-675. [http://dx.doi.org/10.1016/s0277-9536\(98\)00143-9](http://dx.doi.org/10.1016/s0277-9536(98)00143-9)