

Kovács Klára

Adjunktus, Debreceni Egyetem, Egészségügyi Kar;

Kutató, Felsőoktatási Kutató és Fejlesztő Központ (CHERD-H)

Intézményi tényezők a debreceni egyetemisták sportolásában egy kvalitatív kutatás tükrében

Institutional effects in sport activity of students at the University of Debrecen from the point of view of a qualitative research

Absztrakt

A tanulmányban arra keressük a választ, hogyan vélekednek a debreceni egyetemisták a sportolás szerepéről, milyen jelentőséggel bír az életükben. A kutatás kiinduló pontja annak feltérképezése, hogy mi állhat a magas hallgatói inaktivitás mögött, miért nem sportolnak (eleget) a hallgatók a felsőoktatási intézményekbe lépve, miközben itt utoljára van lehetőségük szervezett testedzési formákban részt venni, amihez – jobb esetben – az intézmények infrastrukturális lehetőségei és programjai is hozzájárulnak. További kutatási kérdésünk volt ehhez kapcsolódón a társas és intézményi környezetnek a feltárása. E kérdések megválaszolásához fókuszcsoportos interjúkat készítettünk 2015 őszén az egyetem különböző karain. A fókuszcsoportos interjúk tanulsága szerint az egyetemi programok inkább csak azokat képesek megszólítani, akiknek korábban is fontos szerepet játszott életében a sportolás (elsősorban a szabadidős sportolókat, hiszen a versenysportolók napirendjébe már ritkán férnek be ezek a pluszprogramok), s csak abban az esetben, ha nem ütköznek óráikkal, de akiknek sportszocializációja nem volt megfelelő, ők sokszor a kötelező testnevelés kurzusok teljesítését is teherként élik meg. Az ilyen típusú hallgatókat és azokat, akik abbahagyták a sportolást, elsősorban a sportos, barátokon, hallgatótársakon, közösségeken (kollégiumi, szakkollégiumi, vallásos formális/informális kiscsoportokon) keresztül lehet megszólítani. A kutatás eredményeit összevetettük korábbi, a hallgatók körében végzett kérdőíves felmérésünk eredményeivel.

Kulcsszavak: sport, felsőoktatás, intézményi hatás, fókuszcsoport, esettanulmány

Abstract

The aim of the study is to explore the opinion of the students at the University of Debrecen about the role and importance of sport activity in their life. The starting point of the research was to map the explanation of students' inactivity and why they do not do (enough) sport after entering the university, although they have the last chance to do physical activity in organized framework, which the infrastructure possibilities and programs of higher education institutions contribute to. Further research question was to explore the social and institutional environment related to students' sport activity. To find answers to these questions we made focus group interviews at different faculties of the university in autumn 2015. According to the results the university sport programs can motivate students in whose life sport played an important role before their university studies (primarily for leisure sporty students, because the competitive

athletes have less free time for additional leisure sport programs), and if the sport programs did not conflict with students' courses. But if the sport socialization of students was not appropriate, the compulsory physical education courses would be so stressful for them. The inactive and those students who stopped to do sport could be firstly motivated by their sporty friends, peers, and communities (dormitory, special college, formal/informal religious groups etc.). Research results were compared to results of our previous survey made among students.

Key words: sport, Higher Education, institutional effects, focus group interview, case study

Bevezetés¹

A hallgatók sportolási szokásainak vizsgálata több szempontból is fontos. Korábbi kutatási eredmények igazolták, hogy a középiskola befejezésével csökken a sportolás gyakorisága és a sportolók aránya (Fábrí 2002; Perényi 2013; Keresztes, Pikó 2006; Kovács 2015a), miközben a felsőoktatási intézmények sportkínálata, programjai és infrastruktúrája az utolsó lehetőséget biztosítja a diákok számára az egészséges életmódhoz szükséges rendszeres fizikai aktivitás beépítését az életvitelbe mielőtt a munkaerő-piacra lépnének. A dolgozó, vagy éppen az inaktív státusz pedig tovább rontja a sportoláshoz kapcsolódó esélyeket (Perényi 2013). Emellett többek között pécsi kutatási eredmények bizonyították, hogy a hallgatók közérzete és általános egészségi állapota rendkívül negatív, s viszonylag kevesen vannak, akik tesznek, vagy tenni szándékoznak ez ellen. A negatív önértékelésben fontos szerepet játszik, hogy nagy részük nem, vagy alig végez fizikai aktivitást (Tóth et al. 2009). Egy országos, a felsőoktatási intézmények egészségfejlesztő koncepciójának megújítását célzó projektben hét hazai egyetemen/főiskolán végeztek hallgatói vizsgálatokat.² Ennek eredményei szerint a Budapesti Műszaki Egyetemen kívül az összes intézményben a rekreációs céllal végzett sportoló hallgatók becsült aránya rendkívül alacsony, 10 és 20, a versenysportolóké pedig három és hat százalék között van.³

Különösen fontos a kutatásunk alapját képező régió (Észak-Alföld) intézményeinek szerepét vizsgálni a térség sportéletében, mivel Ács kutatása szerint hazánkban erőteljes területi egyenlőtlenségek vannak a sport-versenyképesség tekintetében. A szerző az ország megyéit három klaszterbe sorolta, melyek közül a legjobb helyzetben a nyugati megyék vannak (a legmagasabb a sport-versenyképességgel bírnak): a sporteredményességben, a gazdaságban, a társadalmi mutatók alapján előkelő a rangsorolásuk. Ezzel szemben a keleti határvidék megyéi a versenyképesség szempontjából a leszakadó kategóriába tartoznak, melyet magas népesség, közepes eredmények és gyenge infrastrukturális, illetve gazdasági mutatók jellemeznek (Ács 2007). Ugyanakkor látnunk kell, hogy az utóbbi években jelentős beruházások és fejlesztések zajlanak a térségben is, melyek – a felsőoktatási intézményekkel együttműködve – jelentősen hozzájárulnak az infrastrukturális igények kielégítéséhez. De mindezek a fejlesztések mit sem érnek, ha a nem megfelelő sportszocializáció révén nem épül be a rendszeres fizikai aktivitás, és ennek megfelelően az egészségmegőrzés fontossága az értékrendbe. Ezeket a szocio-

¹ A tanulmány a Bolyai János Kutatási Ösztöndíj támogatásával készült.

² Budapesti Corvinus Egyetem, Budapesti Műszaki Egyetem, Debreceni Egyetem, Dunaujvárosi Főiskola, Óbudai Egyetem, Pécsi Egyetem, Szegedi Tudományegyetem.

³ Forrás: http://projektek.egeszseg.hu/documents/161600/168581/hazai_tanulmany__TAMOP611_20141126.pdf

kulturális, esetlegesen műveltségi hátrányokat képesek pótolni a felsőoktatási intézmények sportprogramjai és kínálata.

Ugyanakkor azt is látnunk kell, hogy az egyetemi sport nem illeszkedik kellőképpen a magyar sportstruktúrába, éppen ezért az egyetemi sport rendszerének átgondolása és áttervezése lényeges, hiszen kiemelkedő szerepet tölthetnek be az össznépeséget érintő egészségfejlesztő programokban. Ebben a tekintetben (is) a régióban sajátosan kiemelkedő szerepet tölt be a Debreceni Egyetem társadalmi, gazdasági, s hosszútávon akár globális szinten is (Nagy 2010).

Korábbi elemzéseinkben megvizsgáltuk az objektív társadalmi és a sportos környezeti tényezők hatását a hallgatók sportolásának gyakoriságra és sportolási szokásaira, s körvonalazódni látszott a társadalmi és társas tényezőkön kívül egy ún. intézményi hatás, intézményi társadalmi tőke, amely szintén befolyással bírt a hallgatók sportolására. Ilyen tényezők voltak többek között az intézmények sportinfrastruktúrája, az oktatók és hallgatók sportolása (Kovács 2013; 2015b). Ezekben további kutatási irányként megfogalmaztuk az intézményi, s ehhez kapcsolódó társas hatások vizsgálatának szükségességét.

Legutóbbi magyarországi, kárpátaljai, felvidéki, erdélyi és partiumi, valamint vajdasági, elsősorban kisebbségi magyar felsőoktatási intézmények hallgatóit vizsgáló kutatásunkban arra voltunk kíváncsiak, hogy miként befolyásolja a sportoláshoz, sportos szabadidő eltöltéshez kapcsolódó kari miliő azt, hogy egy hallgató többet vagy kevesebbet sportol, mint az társadalmi háttere alapján elvárható lenne. Ezzel tulajdonképpen az intézményi környezet hozzáadott értékét szerettük volna felmérni a hallgatók egészségtudatos magatartására vonatkozóan, ezen belül is kiemelve a fizikai aktivitás fontosságát. Eredményeink szerint a hátrányos társadalmi helyzetben lévő és kevésbé sportos kari miliővel jellemezhető hallgatóknak nagyobb esélyük arra, hogy többet sportoljanak. Ugyanakkor a legfontosabb, egyébként pozitív hatással az olyan sportmotivációknak van, mint az egészségmegőrzés és versenyzés (Kovács et al. 2016).

Jelen esettanulmány célja bemutatni a hallgatók sportról alkotott véleményét, sportolás iránti attitűdeit, s az ezeket befolyásoló, elsősorban intézményi hatásokat. Korábbi vizsgálatainktól eltérően szerettük volna konkrétan a hallgatóktól megtudni véleményüket, tapasztalataikat, így kvalitatív kutatási módszert választottunk. Ennek keretében három fókuszcsoporthoz interjút készítettünk debreceni egyetemistákkal annak érdekében, hogy feltárjuk a sportolás szerepét és az erre vonatkozó intézményi hatásokat a hallgatók életében. Mit tesz, és mit tehet az egyetem, hogy a hallgatók sportoljanak?⁴ A módszer sajátosságaiból fakadóan az eredmények nem általánosíthatók, de jól kiegészítik a korábbi, régió hallgatói körében végzett kérdőíves felmérésünk eredményeit, illetve támpontot adhatnak az intézmény sportfejlesztési koncepciójához. Az esettanulmány további részében úgy mutatjuk be az interjúk kutatás során kapott tapasztalatokat, hogy utalunk a korábbi kérdőíves felmérés eredményeire is.

Módszerek

⁴ Az interjúk megszervezésében és lebonyolításában Kovács Karolina Eszter volt segítségemre, melyet ezúton is köszönök neki.

2015 november-decemberében három fókuszcsoporthoz interjút készítettünk debreceni egyetemisták körében. Ezek célja az volt, hogy feltárjuk a hallgatók egészség-magatartásának mintázatait, s az e mögött álló társas, személyes és intézményi tényezőket. Az első fókuszcsoporthoz kilenc Egészségügyi,⁵ a másodikban és harmadikban hét-hét Bölcsészettudományi, Népegészségügyi és Műszaki Karon tanuló hallgató vett részt. A következő szakok képviseltették magukat: mentőtiszt, ápoló, egészségügy-szervező, szociális munkás, ifjúságsegítő fsz., pszichológus, gyógytornász, neveléstudomány MA, gépészmérnök. Minden fókuszcsoporthoz interjút az alanyok között voltak nők és férfiak és minden évfolyamról az elsőől és hatodikig. A következő sportágak és sportolási szintek képviseltették magukat: korábban versenyszerűen futballozó, most szabadidejében teniszező, kondizó fiú, de olykor amatőr versenyek is elindul; a Debreceni Egyetemi Akadémia Club színeiben kézilabdázó fiú és lány, aki most már kapusedzőként dolgozik az egyesületnél; nemzetközi és hazai versenyeken kiemelkedő eredményeket elérő ökölvívónő; rendszeresen szabadidejében futó fiú, aki amatőr versenyek is szokott indulni; rendszeresen vagy alkalmanként futó bicikliző, sétáló, tornázó lányok (három fő). A többiek életében vagy régebben fontos szerepet játszott a rendszeres fizikai aktivitás, vagy akkor sem, de jelenleg nem sportolnak (kilenc lány és három fiú), ebből ketten jelezték, törekednek rá, hogy újra beépítsék napi/heti rendjükbe a testmozgást. Természetesen a kvalitatív eredmények nem általánosíthatók, s e tanulmány keretei nem is engedik, hogy bemutassuk részletesen ezeket.

A debreceni egyetemisták sportolásának néhány jellemzője

Sportolási szokások

A továbbiakban bemutatjuk, hogy milyen sportoláshoz kapcsolódó attitűdökkel és szokásokkal jellemezhetők a hallgatók, s ezekben milyen tényezők játszanak szerepet. Természetesen az interjúalanyok egyöntetűen értettek egyet abban, hogy az egészség megőrzéséhez nélkülözhetetlen a rendszeres fizikai aktivitás, s szinte mindenki be tudott számolni korábbi sporttevékenységről, tapasztalatokról. Azonban az egyetemi tanulmányok megkezdésével a sokszor középiskolában, vagy amellet, szervezett keretek között végzett edzés elmaradt. Megpróbáltuk kitapintani, hogy mi állhat emögött, miközben jelenleg is élsportoló hallgatók tapasztalatait is feltártuk a tanulás és sport összeegyeztethetőségéről.

Korábbi, a magyar-román határ menti régió (Partium) hallgatóinak sportolási szokásait kérdőívvel vizsgálva klaszteranalízissel négy sportolói típust különítettem el a sportolás iránti attitűdök, a sportolás gyakorisága és a versenysport változók bevonásával. Ezek a következők: 1. *élménykereső verseny-*, 2. *rendszeres, rekreációs szabadidő-*, 3. *alkalmi, a társak kedvéért sportolók*, s 4. *nem sportolók*.⁶ A társadalmi háttérváltozók hatását vizsgálva azt tapasztaltuk, hogy a férfiakra inkább jellemző a versenysportolás, mint a nőkre, a nők inkább szabadidejükben sportolnak, de magas körökben a nem sportolók aránya is. Hasonlóképpen a romániai hallgatók között magasabb a versenysportolók, míg a magyarországiak körében a

⁵ A kar sajátossága, hogy Nyíregyházán van.

⁶ A klaszterek részletes bemutatását l. Kovács K. (2015a) Magyarországi és romániai hallgatók sportolási szokásait meghatározó szocio-kulturális tényezők. In: Kozma T.; Kiss V. Á.; Jancsák Cs.; Kéri K. (szerk.) *Tanárképzés és oktatáskutatás*. Debrecen: Magyar Nevelés- és Oktatáskutatók Egyesülete. 673-685.

szabadidő-sportolók aránya. Bourdieu elméletével összhangban azt láthatjuk, hogy a magasabb objektíven és szubjektíven mért gazdasági és kulturális tőkével (azaz a szülők iskolai végzettségével) jellemezhető hallgatók a rendszeresen sportolók közé kerülnek: a legmagasabb pontszámokat a versenysportolók érték el, őket követik a szabadidő-sportolók, majd az alkalmi és nem sportolók következnek. Az egyetemisták esetében sem a társadalmi tényezők, sem az őket körülvevő milió nem határozza meg, hogy a versenysportolók közé kerüljenek, azonban a közeli családtagok, barátok és a középiskolai tanárok sportolása, mint követendő minta viszont igen. Az egyénhez legközelebb álló személyek (szülők, testvérek, legjobb barátok) sporttevékenysége (esetlegesen versenyszerűen végezve) a nem után a leginkább járul hozzá a hallgatók versenysportolóvá válásához, de mellettük a középiskolai tanároknak is kitüntetett szerepük van (Kovács 2015b).

Kvalitatív kutatási eredményeink is alátámasztják, hogy a középiskolai versenysport hozzájárul ahhoz, hogy ezt folytassa az egyén az egyetem kapuin belépve is, akár az intézmény színeiben. Ebben elsősorban a korábban szerzett sportolás iránti elköteleződés játszik szerepet, a versenyeken való megmérettetés lehetősége és átélt élmények ösztönzőleg hatnak a sportolás folytatására, s leginkább arra, hogy képes legyen összeegyeztetni a tanulmányokhoz kapcsolódó kötelezettségeket az edzéseken, versenyeken való rendszeres részvétellel. Az ehhez kapcsolódó szervezőkészség, időmenedzsment kialakítása már a középiskolában is fontos volt, s hozzájárul ahhoz, hogy jól osszák be idejüket az egyetemen is ahhoz, hogy mindkét területen helyt tudjanak állni. Kiemelkedő szerep jut a csapattársaknak és edzőknek is, akiknek szintén felelőséggel tartoznak azzal, hogy rendszeresen részt vesznek az edzéseken, mivel a csapat tagjaként így tudnak leginkább hozzájárulni a sikerekhez. Az edzőnek különösen fontos szerepe van abban, hogy össze tudják egyeztetni a tanulást és a sportolást, az ő támogatása, az óraterhelések, -rendek figyelembe vétele hozzájárul ahhoz, hogy a tanulmányi kötelezettségek miatt ne kelljen abbahagyni a sportpályafutást.

„Mindenben támogatnak, másrészt a csapat felől is támogatás van, mert én úgy kerültem be, úgy igazoltak le, hogy pozitívumnak vették, hogy én egyetemre szeretnék jönni. És ez által ők is támogatnak, és nem veszik zokon, ha kések, vagy nem tudok edzésre jönni, mert órám van, vagy tanulni kell, vagy valami. De nyilván az edző is úgy alakította az edzésprogramokat, hogy ne ütközzenek órákkal. És így igazából nincs konfliktus az egyetem és a kézilabda között.”
(földrajztanár fiú)

A szabadidő-sportolás esetében előző kvantitatív vizsgálatunkban azt tapasztaltuk, hogy az egyetemisták esetében a klasszikus osztályspecifikus tényezők nem határozzák meg, de a szubjektív, saját döntéseken, választásokon alapuló társadalmi háttérváltozók, mint az értékrend, szabadidő-eltöltés, kultúrafogyasztás, közösségi tagságok erőteljesen meghatározzák, hogy egy hallgató élete fontos részét képezze a rendszeres, rekreációs céllal végzett testmozgás. A legjobb barát és a partner sportolásának pozitív hatása jól mutatja a szabadidősport társas jellegét: a barátok és a partner rendszeres mozgásos tevékenysége ösztönzőleg hat az egyénre (Kovács 2015b). A fókuszcsoporthoz tartozók interjúkban is megfogalmazódott a jó társaság, mint ösztönző a testedzésre. Az egy közösségbe, például szakkollégiumba tartozó diákok a szabadidejüket is gyakran együtt töltik, s együtt végeznek pihentető, rekreatív tevékenységeket, mint amilyen a sportolás bizonyos formái is. Az ilyen

közösségek olyan hallgatókat is képesek motiválni a sportolásra, akik korábban nem végeztek fizikai aktivitást, s talán ennek hatására is már ilyen fiatalon egészségügyi problémákkal küzdenek:

„- Nekem is volt gerincferdülésem, de jártam tesi órákra, és érzem, hogy hiányzik. Én is egyébként ott vagyok a kampuszon, és az ottani szakkollégiumos lányok próbálnak bevonni, még eddig nem sikerült, de felkeltette az érdeklődésemet, meg a múltkor kipróbáltam a pilatést.” (egészségügyi szervező lány)

„Nekem régen nagyon sokat jelentett a sport. Nagyon benne volt az életemben, de ez így a tanulás miatt elég kiszorult. Én is szeretném, ha ez így vissza tudna jönni, vagy tudnék valamit most is rendszeresen sportolni. Inkább olyasmit szeretnék választani, amit társaságban lehetne csinálni, tehát nem egyéni sportot. Mert az így most jó lenne.” (pszichológus lány1)

A fókuszcsoportos interjúk során is megtapasztaltuk a párkapcsolat fontosságát a versenysportolásban: két interjúalanyunk versenyző kézilabdázó (a lány sérülés miatt most már kapusedzőként tart foglalkozásokat). Mivel mindketten megtapasztalták a versenysport fáradságait, de emellett a mindennapi életük részét képezik a napi edzések, ez egy olyan közös pont az életükben, ami örökre összeköti őket, s támogatják egymást a nehézségek leküzdésében a sportot illetően is. A harmonikus, jól működő párkapcsolat egyik fontos alapeleme, hogy mindkét fél hasonló értékrenddel, életvitellel, prioritásokkal rendelkezzen. Ha ebben szerepet kap a testedzés is, akkor ez egy olyan közös pont lehet, ami a mindennapok szerves részeként, közös szabadidős tevékenységként és élmények forrásaként közelebb hozhatja a pár két tagját egymáshoz.

Az alkalmi, társak kedvéért sportolás esetében is jól érzékelhető a korábban is fontos szerepet játszó két demográfiai változó (nem, ország) hatása előző kvantitatív kutatásunkban. Ebben az esetben a férfiak és a romániai hallgatók élveznek „előnyt”. Ha mindhárom sportolási szokást vizsgáljuk, akkor markánsan elkülönülnek a két csoport jellemzői mind a nem, mind az ország változói mentén. A férfiak jellemzően vagy verseny-, vagy alkalmi sporttal foglalkoznak inkább, míg a nők inkább szabadidősporttal, vagy egyáltalán nem sportolnak. A romániaiak is inkább verseny-, vagy alkalom adtán sportolnak, a magyarországiakra pedig inkább a szabadidősport jellemző. Meg kell jegyeznünk, hogy az esélykülönbségek más társadalmi háttérváltozók hatására csökkennek a rendszeres sportolási formák esetében, így elsősorban a szubjektív és társas tényezők, mint a sportos miliőbe tartozás és a sportos barátok, családtagok nivellálhatják a nemek és országok közötti eltéréseket. Fontos kiemelni az alkalmi sportolás tekintetében az oktatók szerepét: sportolásuk pozitívan járul hozzá ahhoz, hogy a hallgatók legalább alkalmoszerűen mozogjanak.

Intézményi tényezők

Ebben a vizsgálatban nem mértük az intézmények sportolási lehetőségeinek, programjainak, infrastruktúrájának hatását, de a fókuszcsoportos interjúkban megkérdeztük ezekről a hallgatókat. Azt tapasztalhatjuk, hogy lényeges kari különbségek vannak: a debreceni kampuszokon rengeteg sportolási lehetőség van, a kötelező testnevelést is számos formában lehet teljesíteni, pezsgő versenysport élete van az egyetemnek. Akiknek van affinitása, kedve

és fontos számára a sport, azok érdeklődnek e sportolási lehetőségek iránt és igénybe is veszik a különböző szolgáltatásokat. Akiknek viszont korábban sem játszott fontos szerepet életében a sportolás a nem megfelelő sportszocializáció miatt (a családban, középiskolában nem kapott elég erős megerősítést arra, hogy miért fontos sportolni, nem volt megfelelő minta előtte, s a testnevelés óra is csak egy kötelező nyűg volt a számára), azok még az egy-két kötelező félévnyi testnevelést is tehernek élik meg. A hozzáállásban nem, de a lehetőségeket tekintve más képet kapunk azon karok esetében, amelyek távol vannak az egyetemi központtól, mint az Egészségügyi Kar. Itt alig van választási lehetőség a kötelező testnevelés teljesítéshez és sportprogramokat sem szervez a HÖK, ami hozzájárul ahhoz, hogy egy korábban sportoló fiatal abbahagyja ezt egyetemi tanulmányai alatt:

„- Nekem a sportolás az most nagy hiányosság, mert én egyetem, főiskola előtt versenyszerűen úsztam, kicsit kézilabdáztam, meg röplabdáztam is, csak valahogy itt abbamaradt.

K: De miért maradt abba?

- Itt nem is nagyon volt sportolási lehetőség, ez is hiányosság itt.” (szociális munkás, fiú)”

Komoly viták alakultak ki a fókuszcsoporthoz tartozó interjúk során, hogy lehet-e elegendő mennyiségben sportolni az egyetemi tanulmányok mellett. Ezzel kapcsolatban eltérő véleményen voltak azok, akik rendszeresen, akár versenyszerűen sportolnak, és akik megfelelő mennyiségű idő hiányában jelenleg nem mozognak. A versenysportolók saját példájukkal igazolták, hogy ha igazán akarják, s kellőképpen elkötelezettek, akkor képesek mindennapos napirendjükbe beépíteni a napi edzéseket és a hétvégi versenyeket. Ezzel meg is győzték az egyik, egy hónapja nem sportoló hallgatót, aki úgy véli, hogy az inaktív életmód egyéni döntés és megfelelő belső motiváció kérdése, hiszen a lehetőségek adottak.

„- Nekem így konkrétan nem befolyásolja, a műszakinak van tornaterme, meg konditerme is, de én nem szoktam járni. Van lehetőség kézilabdázni, és kosarazni is.

K: És miért nem?

- Most ez egy kifogás lenne, hogy időhiány, de ha nagyon akarnék, akkor biztos tudnék időt szakítani rá, hogy elmenjek.” (gépészmérnök fiú)

A másik tábor képviselői szerint viszont maga az egyetemista, hallgatói lét nem kedvez az egészségtudatos életmód kialakításában és követésében. A stresszes életmód, az állandó rohanás órákról órákra, a teljesítménykényszer miatt nehezen tudják beépíteni a rendszeres testmozgást (többen jelezték, hogy korábban életük része volt a mozgás, de ez szinte teljesen elmaradt, amikor megkezdték felsőfokú tanulmányaikat), étkezést és a mentális egészségükre is rossz hatással van.

„Hát az egyetem nem kedvez sem a helyes táplálkozásnak, sem az idejében való evésnek, sem a mozgásnak... A rengeteg stressz, ugye az sem túl egészséges. Szerintem az egyetem az minden csak nem egészséges. Aki egyetemre jár az..., itt nagyon nehezen tudsz egészségesen élni, egészséges életmódot folytatni, úgyhogy tényleg nagyra értékelendő, ha valaki ezt meg tudja valósítani, én nem tudom. Nekem egyáltalán nem sikerül, úgyhogy én a mentális egészségre

helyezem egyelőre a hangsúlyt. Aztán ahogy lehet vagy, ahogy tehetem, a többire is, de a másik részét nekem nem nagyon sikerül megvalósítanom., (pszichológus lány2)

Felmerült az ötlet, sőt igényként is megfogalmazódott, hogy több félévnyi testnevelés kurzust kelljen teljesíteni, s így azok számára is kötelező jelleggel legalább heti szinten biztosítva lenne a testmozgás, akiknek egyébként nem fér bele az idejébe. Azonban más interjúalanyok szerint ez nagy felháborodást keltene a hallgatók nagy többsége körében, s még inkább tehernek tekintenék a testedzést, véglegesen elmenne a kedvük a sportolástól, igaz ennek ellenkezőjére is találhatunk példát.

„- ... mondjuk én még abba is belegondoltam, hogy lehetne több kötelező óraszám a testnevelésben. Félévente van, másfél óra ugye, és azt is alapszakon 3 év alatt kettőt kell teljesíteni. Én már túl vagyok rajta, de szívesen teniszeznék még.” (neveléstudomány MA, fiú)

„- Jó ötlet tényleg, de nem lenne befogadókészség.” (pszichológus lány3)

„- Én is azt tudom mondani, hogy nem lennének rá annyira vevők a diákok” (gyógytornász lány)

„- Én meg az ellentettjét tudom mondani, nálam a csoporttársak nagyon szeretik, lehet választani, kondi, foci stb. és szinte mindegyik várja, hogy végre menjünk, mert jó lesz. Engem nem érint, mert kiválthattam kézilabdával, de úgy tudom, hogy a fiúk szeretik, és csinálják is.” (földrajztanár fiú)

Tehát azt láthatjuk, hogy azon hallgatók esetében, akiknek középiskolás korukban fontos szerepet játszott a sportolás, fogékonyabbak az egyetem biztosította programokra, testedzési lehetőségekre, de ehhez fontos, hogy ezeket be tudják építeni napirendjükbe (tehát az időpontokat a hallgatói életmódhoz kell igazítani), elérhetőek és az ő érdeklődési körüknek megfelelőek legyenek ezek a programok, s ezáltal belsőleg motiváltak legyenek a részvételre. Különösen nagy hangsúlyt kell fektetni sportolás társas jellegére: baráti, hallgatói, szakmai csoportokat megszólítani, amelyek révén elérhetőek azok a diákok is, akik abbahagyták a rendszeres testmozgást, vagy soha nem is sportoltak. Ehhez szükségesek a megfelelően reprezentatív hallgatói igényeket felmérő vizsgálatok. Ugyanis sok példát találhatunk arra is, hogy ha kellőképpen elkötelezettek az egészségtudatosság és sportolás iránt, akkor akár versenyszerűen is lehet ezt végezni a tanulmányok folytatása mellett. Mindenképpen hangsúlyoznunk kell, hogy az intézmények nyújtotta lehetőségek nagyon fontos előnyt jelentenek a sportolásban, de a testedzéshez nem szükséges ezek igénybevétele, hiszen vannak olyan sportolási formák, amit önállón, akár otthon lehet végezni. Ezért a sportprogramok, infrastruktúra használatának széleskörű biztosítása mit sem ér, ha nem alakul ki az igény és olyan szintű akarat, ami a megfelelő motivációt adhat a sportolásra akkor is, ha fáradtak, kimerültek a nap végén. Ehhez szükségesek az egészségfejlesztő programok, a megfelelő baráti, családi, hallgatótársi, s közösségi támogatás.

Következtetések

Korábbi kérdőíves és a jelen tanulmányban ismertetett kvalitatív kutatásunk eredményei rávilágítanak arra, hogy a sportolási szokásokban a klasszikus osztályspecifikus társadalmi

háttérváltozók hatását képes ellensúlyozni a sportos családi, baráti, iskolai/egyetemi közeg, de a kutatás egyik újszerűsége, hogy emellett a tágabban vett, szubjektív választásokon, értékrenden alapuló környezeti tényezők alapján körülírható miliő is felülírhatja a társadalmi háttérből fakadó hátrányokat a hallgatók esetében. Tehát a sport és társadalom összefüggéseinek vizsgálatán túl kell lépni a tőkeelméletek érvényességnek vizsgálatán, be kell emelni a kulturális, szocializációs, és társas tényezőket, elméleteket, konceptualizálva ezek hatásainak mérési lehetőségeit. Azt is látnunk kell, hogy a sportolás mint társadalmi konstrukció nem mérhető csupán ennek végzésével és gyakoriságával, hiszen más és más formája, szerepe van, éppen ezért a különböző formákat, szokásokat más és más tényező befolyásolja.

A hallgatótársakhoz és egyetemi oktatókhoz kapcsolódóan szót kell ejtenünk az intézményi hatásról. Az intézmények egyrészt sportrendezvényeik, másrészt oktatóik sportolásának népszerűsítésével járhatnak hozzá hallgatók testedzésre való motiválásához. A fókuszcsoporthoz tartozók tanulsága szerint azonban az egyetemi programok inkább csak azokat képesek megszólítani, akiknek korábban is fontos szerepet játszott életében a sportolás (elsősorban a szabadidős sportolókat, hiszen a versenysportolók napirendjébe már ritkán férnek be ezek a pluszprogramok), és kellőképpen elkötelezettek a sportolás iránt, de akiknek sportszocializációja nem volt megfelelő, ők sokszor a kötelező testnevelés kurzusok teljesítését is teherként élik meg. Az ilyen típusú hallgatókat elsősorban a sportos, barátokon, hallgatótársakon, közösségeken (kollégiumi, szakkollégiumi vallásos formális/informális kiscsoportokon) keresztül lehet megszólítani. Ez azonban nem jelenti azt, hogy az intézmények nem képesek közvetlenül sportolásra motiválni, hiszen azokon a karokon, ahol sokkal szűkebbek a lehetőségek, nincsenek ilyen programok, azok a hallgatók is könnyebben abbahagyják a sportolást, akiknek középiskolás korukban fontos szerepet játszott életében a rendszeres fizikai aktivitás. Figyelembe kell venni a hallgatók napirendjét és igényeit is a programok kialakításánál, ezekhez alkalmazkodva kell tervezni és szervezni.

Hivatkozott irodalom

Ács P. (2007): A magyar sport területi versenyképességének vizsgálata többváltozós statisztikai módszerekkel. *Tér és Társadalom* 21. évf., 2. 117-126.

Fábri I. (2002): A sport, mint a fiatal korosztályok életmódjának meghatározó eleme. In: Bauer B., Szabó A.; Laki L. (szerk.) *Ifjúság 2000 Tanulmányok I.* Budapest: Nemzeti Ifjúságkutató Intézet. 159–171.

Keresztes N.; Pikó B. (2006): A dél-alföldi régió ifjúságának fizikai aktivitását meghatározó szociodemográfiai változók. *Magyar Sporttudományi Szemle* 1. 7-12.

Kovács K. (2013): Bourdieu, Hradil és Bandura elméleteinek vizsgálata a sportra vonatkozóan. A társadalmi, környezeti és egyéni tényezők hatása a partiumi régió hallgatóinak sportolására. *Társadalomkutatás* 2. 175-193.

Kovács K. (2015a): Magyarországi és romániai hallgatók sportolási szokásait meghatározó szocio-kulturális tényezők. In: Kozma T.; Kiss V. Á.; Jancsák Cs.; Kéri K. (szerk.) *Tanárképzés és oktatáskutatás*. Debrecen: Magyar Nevelés- és Oktatáskutatók Egyesülete. 673-685.

Kovács K. (2015b): *A sportolás, mint támogató faktor a felsőoktatásban*. Oktatókutatók könyvtára 2. Debrecen, CHERD. (ISBN: 978-963-473-810-7)

Kovács K., Kovács K. E. & Nagy B. E. (2016): Intézményi hatások a hallgatók egészségtudatos magatartásában. In: Pusztai G., Ceglédi T. & Bócsi V. (szerk.): *A felsőoktatás (hozzáadott) értéke*. Közelítések az intézményi hozzájárulás empirikus megragadásához. Nagyvárad-Debrecen: Partium Press, Új Mandátum Könyvkiadó. 174-190.

Nagy Á. (2010): The Possible Future Plan of Hungarian Higher Education (University and College) Sports, its innovative tools and role in the framework of Hungarian Sport, through the example of the sports programme of the University of Debrecen. *EDUCATIO ARTIS GYMNASITICAE* 2, pp. 3-17.

Perényi Sz. (2013): Alacsonyan stagnáló mozgástrend: a fizikai inaktivitás újratermelődése. In: Székely L. (szerk.) *Magyar Ifjúság 2012*. Budapest: Kutatópont. 229—249.

Tóth Á; Rétsági E.; Szovák E. (2009): Fizikai aktivitás, parciálisan egészséges és wellness egyetemisták körében. *Magyar Sporttudományi Szemle* 37. 19-24.