

A szociális-problémamegoldás jellemzői a sporttudományi képzési területen tanulmányokat folytató hallgatók körében

Features of social problem-solving among sport
science students

Polcsik Balázs¹, Kasik László², Perényi Szilvia³

¹Magyar Testnevelési és Sporttudományi Egyetem Sporttudományok Doktori Iskola, Budapest

²Szegedi Tudományegyetem Bölcsészettudományi Kar, Neveléstudományi Intézet, Szeged

Szegedi Tudományegyetem Szociális Kompetencia Kutatócsoport, Szeged

Magyar Tudományos Akadémia, Szegedi Tudományegyetem, Iskolai Kudarok Megelőzése Kutatócsoport, Szeged

³Magyar Testnevelési és Sporttudományi Egyetem Sportmenedzsment Tanszék, Budapest

E-mail: polcsik.balazs@gmail.com, kasik@edpsy.u-szeged.hu, sperenyi@hotmail.com

Összefoglaló

Nemcsak társas kapcsolataink alakulása, pszichés jóllétünk, hanem szakmai-tanulmányi sikerességünk is nagymértékben függ attól, hogyan viszonyulunk társas problémáinkhoz és miként oldjuk meg azokat. Mivel a testnevelésórák, a sportedzések és a sportszervezések a társas problémák kiemelt megjelenési színterei, és módszertanukat tekintve hatással vannak a szociális és az érzelmi fejlődésre, ezen belül a szociális-problémamegoldás alakulására, ezért vizsgálatunk célja annak feltárása volt, mi jellemzi e téren a jövő sportszakembereit. Az online kérdőíves vizsgálatban a hazai felsőoktatási intézmények sporttudományi képzéseiben a 2020–2021-es tanévben aktív hallgatói jogviszonnyal rendelkező hallgatók (N=435) vettek részt. A kérdőíveket a sportkutatas.hu zárt online platformon érték el, önkéntes alapon és anonim módon töltötték ki. A szociális-problémamegoldás mérésére az SPSI-R-t (D’Zurilla és mtsai, 2004; magyarul: Kasik és mtsai, 2010) és a NEGORI-t (Kasik és mtsai, 2018) használtuk. A faktorok szerinti különbségeket a szakok (testnevelő tanár, sportszervező, edző), a sportágcsoport (egyéni, csapat), valamint a rendszeres sportolással eltöltött évek száma mentén tártuk fel. Mindkét kérdőív megfelelő megbízhatósági mutatókkal rendelkezett. Az alminták közül a sportszervező szakos hallgatókra jellemző leginkább a társas problémák megoldásának elkerülése. A problémához és a problémamegoldáshoz való negatív viszonyulás nagyobb

mértékben jellemző az egyéni sportot űzőkre, mint a csapatsportolókra. A sportban eltöltött évek számának növekedésével csökken a problémákhoz és a problémamegoldáshoz fűződő negatív viszonyulás, illetve a társas problémákkal kapcsolatos negatív énhatékonyság érzése. Az eltérő szakos hallgatók közötti különbségek más-más társas problémákkal kapcsolatos attitűdöt és megoldási stílust tükröznek, mely eltérések kompenzálását célzott képzési programokkal lehetne segíteni.

Kulcsszavak: sportszakos hallgatók szociális-probléma-megoldása, SPSI-R, NEGORI

Abstract

Our professional and academic success, the development of our social relationships and our psychological well-being largely depend on how we approach and solve our social problems. Given that physical education classes, sports training and sport management processes are primary settings for the emergence of social problems and have a methodological impact on social and emotional development, including the development of social problem-solving, the aim of our study was to explore features of future sports professionals in this area. Students (N=435) in sport science programmes at domestic higher education institutions with active status in the 2020–21 academic year participated in an online questionnaire survey. The questionnaires were accessed via the closed online platform 'sportkutatas.hu' and completed voluntar-

ily and anonymously. The SPSI-R (D’Zurilla et al., 2004; Kasik et al., 2010) and NEGORI (Kasik et al., 2018) questionnaires were used to measure social problem-solving. Differences were explored by factor according to course of study (physical education, sport management and coaching), type of sport and number of years of regular participation in sport. Both questionnaires have good reliability indicators. Among the sub-samples, sport management students are the most likely to avoid solving social problems. Negative attitudes to problems and problem-solving are more prevalent among participants in individual sport participants than among their peers in team sports. As the number of years in sport grows, negative attitudes to problems and solutions and a negative sense of self-efficacy with respect to social problems drop. Differences between students in different courses of study reflect different attitudes and coping styles with regard to social problems, which could be compensated for by targeted training programmes.

Keywords: social problem-solving among sports students, SPSI-R, NEGORI

Bevezetés

A nemzetközi vizsgálatok (Senduran és Amman, 2015; Sone és mtsai, 2017) szerint a testnevelés-órák és a sportfoglalkozások egyrészt a társas problémák egyik kiemelt megjelenési színterei, másrészt ezen órák és foglalkozások módszertanukat tekintve pozitív hatást gyakorolnak a szociális és az érzelmi képességek fejlődésére, ezen belül a szociális-problémamegoldás alakulására. A testnevelésórákon kívül az edzések és a sport szervezeti és szervezési területei szintén kínálnak olyan helyzeteket, amelyek a társas problémák hatékony kezelését kívánják meg a sportszakemberektől. Mindezek alapján kiemelt jelentősége van annak, miként történik a sporttudományi képzési területen tanulmányokat folytató hallgatók felkészítése a munkájuk során esetlegesen kialakuló problémahelyzetek kezelésére, hogyan alakul problémamegoldásuk fejlesztése. A folyamat feltárásának egyik feltétele annak ismerete, hogy mi jellemzi a képzésben résztvevők szociális-problémamegoldását.

Tudomásunk szerint a hazai testnevelés- és sporttudományi területeken tanulmányaikat folytató hallgatók körében nem tárták még fel a leendő testnevelő tanárok, edzők és sportszervezők szociális-problémamegoldásának jellemzőit. Ezért jelen kutatás célja egyrészt az volt, hogy megismerjük a jövő sportszakembereinek szociális-problémamegoldását, másrészt feltárjuk az alminták közötti kü-

lönbségeket szocio-demográfiai (nem, életkor, képzési forma) és sportszakmai (rendszeres sportolással eltöltött évek száma, sportágcsoport) változók mentén is. Ezen adatok nagymértékben segíthetik majd a leendő sportszakemberek e területen történő képzését és képzésük fejlesztését.

Elméleti háttér

A társas probléma (*social problem*) Chang (2002) szerint eredhet az egyéntől (saját gondolatát, cselekedetét, helyzetét tekinti problémának), forrása lehet egy másik személy (annak viselkedése, gondolkodása), illetve egy csoportbeli esemény (például: osztálykirándulás megszervezése) vagy a környezet jellemzője is (például: feszült légkör). Chang és munkatársai (2004) szerint, társas probléma lehet minden olyan – a múltban, a jelenben vagy a jövőben értelmezhető – társas feladat, helyzet vagy viszony, amit az egyénnek érdemes megoldania hatékony társas működése, boldogulása, a környezethez való optimális alkalmazkodása, céljai elérése érdekében (Kasik, 2015; Kasik és Gál, 2017).

A társas problémák olyan komplex (motivációs, kognitív, emocionális, viselkedéses) és többnyire tudatos folyamatot indítanak el, amelynek alapvető célja a probléma megoldása, illetve a probléma okozta kellemetlen, negatív érzések és gondolatok csökkentése, megszüntetése (D’Zurilla és mtsai, 2002). E folyamatot tekintjük szociális-problémamegoldásnak (*social problem-solving*), melynek legtöbbször egy orientációs és egy megoldói részfolyamatát különítik el (Chang, 2002; Chang és mtsai, 2004). Az orientációs részfolyamat a probléma iránti érzékenységet, a megoldás iránti elköteleződést, illetve az énhatékonyt foglalta magában, ami lehet pozitív (adaptív) vagy negatív (diszfunkcionális). Maydeu-Olivares és D’Zurilla (1996) a negatív orientáción belül három, a pozitív orientáción belül öt dimenziót különített el. A negatív orientációba tartozik a negatív énhatékonyt; a problémamegoldás pesszimista megközelítése és az alacsony frusztrációs tolerancia. Ennek markáns megjelenése eredményezheti azt, hogy valaki nem akar foglalkozni a problémával, vagyis a problémamegoldás nem kizárólag azt jelenti, hogy foglalkozunk a problémával (Kasik és Gál, 2017). A pozitív orientáción belül öt dimenziót határoztak meg: a probléma kihívásként való értelmezése; a pozitív végkimenetelben való bizakodás; pozitív énhatékonyt; pozitív gondolatok a megoldásra fordított idővel és a befektetett energiával kapcsolatban; az énbe vetett hit arra vonatkozóan, hogy szükség van a megoldásra, azt nem lehet elkerülni. A megoldói részfolyamat során definiáljuk a prob-

lémát, alternatív megoldási módokat keresünk, értékeljük ezeket a lehetséges következmények mentén, majd döntünk, melyiket valósítjuk meg, végül ezt követi a kivitelezés (megoldás) – ám ezt bármikor nem tudatos folyamatok szakíthatják meg, illetve irányíthatják, melyek alapjai a problémamegoldás környezetből (például: család, kortársak, pedagógusok, média) vett mintái (Frauenknecht és Black, 2010).

Az, hogy miként viszonyulunk a problémához, illetve hogyan bánunk problémás helyzetben az információkkal és az érzésekkel, meghatározza megoldói stílusunkat, mely lehet *racionális*, *impulzív* és *elkerülő*. Ezeket általános problémamegoldó stílusoknak tekintik, melyek különböző formában jelenhetnek meg viselkedéses szinten (D’Zurilla és mtsai, 2002). Az általában pozitív orientációval bíró *racionális* problémamegoldó a tényeket helyezi előtérbe és azokat mindvégig a középpontban tartja, több alternatív lehetőséget gondol végig, számol a következményekkel, érdeklődik partnere nézőpontja és véleménye, sokat kérdez, saját álláspontja mellett kiáll, asszertívan kommunikál, és képes elismerni, ha téved. Az *impulzív* és az *elkerülő* stílus alapja legtöbb esetben negatív viszonyulás a problémás helyzethez. Az *impulzív* a megoldást segítő tények közül csak néhányat vesz figyelembe, érzelmei – gyakran negatív érzelmei – erőteljesen befolyásolják a tények kiválasztásában és a megoldás kivitelezésében, gyorsan dönt, kapkod, elsősorban saját érdekei érvényesítésére törekszik, valamint a másikat gyakran ellenfélnek tekinti. Az *elkerülő* problémamegoldó a megoldást a szükségesnél hamarabb fejezi be, illetve azt másokra hárítja, vagy el sem kezdi, és legkevesbé ő vállalja a felelősséget tetteiért (Aburezeq és Kasik, 2021; D’Zurilla és mtsai, 2004; Kasik, 2015).

Számos kutatás bizonyítja, hogy a rendszeres testmozgás meghatározó tényező több pszichológiai változóban, például pozitív hatást gyakorol a jólétre (Chatzisarantis és Hagger 2005) és a hangulatra (Cox, 1998), hozzájárul a mentális és pszichés egészséghez (Senduran és Amman, 2015), melynek része, hogy megfelelően tudjuk kezelni sok esetben negatív érzelmekkel járó, frusztrációt okozó társas problémáinkat. Sone és munkatársai (2017) egyetemi hallgatók körében összefüggést találtak a rendszeres fizikai aktivitás és a szociális-problémamegoldás között, ami alátámasztotta Senduran és Amman (2015) kutatásának eredményeit: a rendszeresen sportoló diákok átgondoltabban, kreatívabban és hatékonyabban oldották meg társas problémáikat, mint a nem sportoló társaik. Sozen (2012) középiskolások körében vizsgálta a sporto-

lás és a problémamegoldás közötti kapcsolatot, és az eredmények ugyancsak azt mutatták, hogy a sportoló diákokra hatékonyabb szociális-problémamegoldás jellemző. Aktas és Balcikanli (2018) testnevelő tanárokkal végzett vizsgálata alapján a sporttal eltöltött évek számának növekedésével nő a pozitív énhatékonyságot tükröző pozitív orientáció mértéke; ugyanakkor a férfi tanárookra jellemzőbb az elkerülő megoldói stílus; és jelentős különbség volt az egyéni és a csapatsportolók szociális-problémamegoldásában is, miszerint a csapatsportolók alcsoportjában nagyobb arányban voltak *elkerülő* problémamegoldók.

Anyag és módszer

Jelen vizsgálatban a hazai felsőoktatási intézmények sporttudományi képzéseiben a 2020–2021-es tanévben aktív hallgatói jogviszonnyal rendelkező hallgatók – testnevelő tanár (n=199), edző (n=118) és sportszervező (n=118) – vettek részt (N=435). A három szak mintába kerülését, azok elkülönítését, a munkaerőpiaci kimenet által lehatárolt feladatok, munkájuk célja és célcsoportjai, valamint működésük szervezeti különbözőségei indokolták.

A kutatás során alkalmazott kérdőíveket a sportkutatás.hu zárt online platformon érték el a résztvevők, kitöltésük önkéntes alapon és anonim módon történt. A szociális-problémamegoldás jellemzőit az SPSI-R-rel (Social Problem-Solving Inventory-Revised, D’Zurilla és mtsai, 2004; magyar változat: Kasik és mtsai, 2010) vizsgáltuk, a negatív problémaorientáció mérését a NEGORI-val (Negatív Problémaorientáció Kérdőív, Kasik és mtsai, 2018) végeztük.

SPSI-R: A kérdőív 25 kijelentést tartalmaz, öt faktor mentén méri a szociális-problémamegoldás jellemzőit: *pozitív orientáció* (például: Meg tudom oldani a problémáimat.) és *negatív orientáció* (például: Túl sokat aggódom a problémáim miatt.), valamint *racionális* (például: Megpróbálok minél több megoldási lehetőséget keresni.), *impulzív* (például: Ideges vagyok problémamegoldás közben.) és *elkerülő* (például: Húzom-halasztom a problémák megoldását.) stílus, melyek jellemzőit a tanulmány elméleti háttérben ismertettük. A kijelentéseket ötfokú skálán kell megítélni (0 = egyáltalán nem jellemző rám – 4 = teljes mértékben jellemző rám).

NEGORI: A negatív problémaorientáció részletes mérésére alkalmas NEGORI kérdőív 21 tételből áll, melyek hat faktorba csoportosulnak, a kijelentések az „Azért nem oldom meg a társas problémáimat, mert...” befejezései: *problémahárítás* (például: ...mert nem én szoktam lenni a hibás.), *negatív következmény* (például: ...attól tartok, hogy rossz vége

1. táblázat. A szociális-problémamegoldás (SPSI-R, NEGORI) szakok szerinti jellemzői és különbségei
Table 1. Characteristics and differences in social problem-solving (SPSI-R and NEGORI) by course of study

| Faktorok | Testnevelő tanár | Sportszervező | Edző | ANOVA | Alminták közötti különbség |
|----------------------|------------------|---------------|-------------|-------------|----------------------------|
| | M (SD) | M (SD) | M (SD) | F (p) | |
| SPSI-R | | | | | |
| Pozitív orientáció | 3,53 (0,58) | 3,32 (0,61) | 3,58 (0,62) | 1,85 (0,04) | (S) < (T, E) |
| Negatív orientáció | 1,94 (0,58) | 2,01 (0,70) | 1,97 (0,71) | 0,76 (0,46) | n.s. |
| Racionalitás | 3,74 (0,75) | 3,60 (0,80) | 3,64 (0,82) | 1,88 (0,15) | n.s. |
| Impulzivitás | 2,38 (0,70) | 2,39 (0,68) | 2,40 (0,63) | 0,21 (0,97) | n.s. |
| Elkerülés | 1,67 (0,65) | 1,84 (0,73) | 1,65 (0,70) | 3,89 (0,02) | (T, E) < (S) |
| NEGORI | | | | | |
| Problémahárítás | 1,14 (0,87) | 1,28 (0,86) | 1,01 (0,90) | 4,59 (0,01) | (T, E) < (S) |
| Negatív következmény | 0,95 (0,81) | 1,14 (0,87) | 0,81 (0,82) | 6,33 (0,02) | (T, E) < (S) |
| Pozitív következmény | 0,62 (0,78) | 0,77 (0,85) | 0,72 (0,90) | 2,07 (0,12) | n.s. |
| Negatív éhatékonyság | 0,45 (0,66) | 0,55 (0,72) | 0,42 (0,64) | 2,30 (0,10) | n.s. |
| Szokás/minta | 0,49 (0,66) | 0,57 (0,64) | 0,40 (0,70) | 3,01 (0,04) | (E) < (T, S) |
| Várakozás | 0,70 (0,76) | 0,79 (0,82) | 0,57 (0,75) | 3,24 (0,04) | (E) < (T, S) |

Megjegyzés: <szignifikánsan ($p < 0,05$) nagyobb érték n.s.: nem szignifikáns az eltérés T=Testnevelő tanár, E=edző, S=Sportszervező

lesz.), *pozitív következmény* (például: ... így leszek nyugodt.), *negatív éhatékonyság* (például: ... biztosan nem tudom megoldani a problémát.), *szokás/minta* (például: ... nálunk otthon ez a szokás.), *várakozás* (például: ... majd valahogyan megoldódik.). A kijelentések megítélése e kérdőív esetében is a már ismertetett ötfokú skálán történik.

Az SPSI-R és a NEGORI faktorai szerinti különbségeket a szakok (testnevelő tanár, edző, sportszervező), a sportágcsoporthoz (egyéni, csapatsport), valamint a rendszeres sportolással eltöltött évek száma (nem sportol, 0–5, 6–10, 11–15 és 15-nél több éve) mentén tártuk fel. Az adatokat SPSS (24) programmal (ANOVA, páros *t*-próba, regresszióelemzés) elemeztük. Mindkét kérdőív megfelelő megbízhatósági mutatóval (Cronbach-alfa) rendelkezik a teljes és a szakok szerinti részmintákon is faktoronként (SPSI-R: 0,74–0,79; NEGORI: 0,81–0,87).

Célok és hipotézisek

A kutatás célja annak feltárása volt, hogy mi jellemzi a leendő testnevelő tanárokat, az edzők és a sportszervezők szociális-problémamegoldását, és van-e eltérés az alminták között a vizsgált faktorok mentén, illetve az SPSI-R által mért jellemzőket milyen mértékben magyarázzák a NEGORI-faktorai, a demográfiai (nem, életkor) és a sportszakmai (rendszeres sportolással eltöltött évek száma, sportágcsoporthoz: egyéni vagy csapatsport) változók.

A hazai, nem sportszakmai képzésben részt vevő fiatal felnőttek körében végzett vizsgálatok (Kasik, 2015; Kasik és mtsai, 2019) alapján a fiatal felnőttekre a serdülőkhöz (16-18 évesekhez) képest ki-

sebb mértékben jellemző az impulzív és az elkerülő problémamegoldás, pozitívabban látják problémás helyzetüket, és általában magas a racionális problémamegoldás gyakorisága. A vizsgálatunkban részt vevő hallgatók körében az életkori jellemzők mentén feltételeztük (1) a problémás helyzetek pozitívabb megítélését, valamint a racionalitás gyakoribb előfordulását, amit a nemzetközi, sporttal kapcsolatos kutatások (Senduran és Amman, 2015; Sone és mtsai, 2017) eredményei is megerősítenek.

Az alminták sportszakmai jellemzői alapján azt is feltételeztük (2), hogy az orientáció és/vagy a megoldói stílus mentén eltérés van a három alminták (testnevelő tanár, edző, sportszervező) között, továbbá, a tanárok és az edzők jellemzői – munkakörükből fakadóan – hasonlóbbak.

Az ismertetett nemzetközi kutatások (Aktas és Balcikanli, 2018; Senduran és Amman, 2015) eredményei alapján azt a hipotézist (3) is megfogalmaztuk, hogy az egyéni sportot űzőkre – szaktól függetlenül – kevésbé az elkerülő megoldói stílus, inkább a racionális problémamegoldás jellemző.

Eredmények

Elsőként a szakok szerinti alminták (testnevelő tanárok, edzők, sportszervezők) szociális-problémamegoldását vetettük össze. Az **1. táblázat** tartalmazza az SPSI-R és a NEGORI faktorain elért átlagokat (M) és szórásokat (SD), valamint az ANOVA eredményei (F, p) szerinti különbségeket.

Az SPSI-R faktorain elért eredmények (**1. táblázat**) alapján a sportszervező szakosokra kisebb

2. táblázat. Regressziós modellek szakok szerint (függő változó: SPSI-R-faktor, független változó: NEGORI-faktorok, nem, életkor, sportolással eltöltött évek, sportágcsoport)

Table 2. Regression models by profession (dependent variable: SPSI-R factor; independent variables: NEGORI factors, gender, age, years in sport, and sport)

| Szak | SPSI-R-faktor (függő változó) | R ² | R ² adj. | F | p |
|------------------|-------------------------------|----------------|---------------------|-------|-------|
| Testnevelő tanár | pozitív orientáció | 0,33 | 0,28 | 6,49 | 0,001 |
| | negatív orientáció | 0,51 | 0,47 | 13,74 | 0,001 |
| | racionalitás | 0,39 | 0,34 | 8,51 | 0,001 |
| | impulzivitás | 0,33 | 0,28 | 6,57 | 0,001 |
| | elkerülés | 0,56 | 0,52 | 16,79 | 0,001 |
| Sportszervező | pozitív orientáció | 0,32 | 0,29 | 10,13 | 0,001 |
| | negatív orientáció | 0,51 | 0,46 | 20,18 | 0,000 |
| | racionalitás | 0,31 | 0,28 | 9,66 | 0,001 |
| | impulzivitás | 0,18 | 0,14 | 4,59 | 0,001 |
| | elkerülés | 0,55 | 0,53 | 26,20 | 0,000 |
| Edző | pozitív orientáció | 0,35 | 0,27 | 4,09 | 0,001 |
| | negatív orientáció | 0,60 | 0,55 | 11,99 | 0,001 |
| | racionalitás | 0,47 | 0,40 | 6,56 | 0,001 |
| | impulzivitás | 0,33 | 0,24 | 11,90 | 0,001 |
| | elkerülés | 0,61 | 0,56 | 11,90 | 0,001 |

3. táblázat. A regressziós modellek szignifikáns független változói (testnevelő tanár)

Table 3. Significant independent variables in the regression models (physical education teacher)

| Függő változó (SPSI-R) | Független változó | B | SE | β | t (p) |
|------------------------|-----------------------|-------|------|-------|--------------|
| Pozitív orientáció | negatív orientáció | 0,28 | 0,08 | 0,24 | 2,88 (0,04) |
| | racionalitás | 0,32 | 0,45 | 0,42 | 5,98 (0,00) |
| | impulzivitás | -0,23 | 0,06 | -0,27 | -3,92 (0,00) |
| | elkerülés | -0,34 | 0,07 | -0,38 | -4,44 (0,00) |
| Negatív orientáció | elkerülés | 0,34 | 0,06 | 0,38 | 5,27 (0,00) |
| | negatív énhatékonyság | 0,23 | 0,06 | 0,26 | 3,77 (0,00) |
| | negatív következmény | 0,20 | 0,04 | 0,30 | 4,59 (0,00) |
| | nem | 0,18 | 0,06 | 0,15 | 2,86 (0,00) |
| | sportolás éve | 0,06 | 0,03 | 0,12 | 2,09 (0,03) |
| Racionalitás | pozitív orientáció | 0,49 | 0,08 | 0,38 | 5,98 (0,00) |
| | impulzivitás | -0,51 | 0,06 | -0,47 | -7,77 (0,00) |
| Impulzivitás | negatív orientáció | 0,33 | 0,08 | 0,27 | 3,92 (0,00) |
| | racionalitás | -0,48 | 0,06 | -0,52 | -7,77 (0,00) |
| Elkerülés | pozitív orientáció | -0,28 | 0,06 | -0,25 | -4,44 (0,00) |
| | negatív orientáció | 0,38 | 0,07 | 0,34 | 5,27 (0,00) |
| | szokás/minta | 0,14 | 0,06 | 0,15 | 2,15 (0,03) |
| | várakozás | 0,20 | 0,05 | 0,24 | 3,86 (0,00) |
| | nem | -0,28 | 0,06 | -0,21 | -4,34 (0,00) |

mértékben jellemző a pozitív orientáció (S < T, E), illetve nagyobb mértékben az elkerülő problémamegoldó stílus, mint a leendő testnevelő tanároknál és az edzőkre (T, E < S). Ezt megerősítik a negatív

orientációt részletesebben mérő NEGORI-faktoroknál azonosított különbségek: a problémahárítás (úgy gondolja, nem ő a hibás, ezért nem kezdeményezi a megoldást) és a vélt negatív következmények miatti problémamegoldás hiánya a leendő sportszervezőkre jellemzőbb (T, E < S). Ugyanakkor a problémamegoldás környezet (család, kortársak, pedagógusok) adta minták hiánya és a várakozó viselkedés („majd megoldódik magától” – vagyis nem tesz lépéseket az egyén) az edző szakosokra kevésbé jellemző, mint a leendő testnevelőkre és sportszervezőkre (E < T, S). A szórásértékek minden faktor esetében magasak, ami arra utal, hogy az almintákon belül jelentősek az egyéni különbségek.

A kutatásban részt vevő hallgatók 96%-a rendszeresen sportol (legalább heti három alkalom intézményi keretek között), ennek 2%-a egyéni és csapatsportot is űz. A tanulmányi szaktól függetlenül (a mintából kizárva a csapat és egyéni sportokat is űzőket) nincs az egyéni és a csapatsportot űzők között szignifikáns különbség sem az SPSI-R, sem a NEGORI faktorain. A szakokra bontott almintákban összehasonlítva az egyéni és a csapatsportot űzőket, a leendő testnevelő tanárok és sportszervezők esetében nincs számottevő különbség egyik faktoron sem. Az edzők közül az egyéni sportolók magasabb értéket értek el az SPSI-R racionalitás faktorán (egyéni sport: $M \pm SD = 3,77 \pm 0,85$, csapat: $M \pm SD = 3,50 \pm 0,78$, $t = 1,74$; $p = 0,04$) és alacsonyabb átlagértéket az impulzivitás faktorán (egyéni: $M \pm SD = 2,27 \pm 0,59$, csapat: $M \pm SD = 2,51 \pm 0,67$, $t = -2,07$; $p = 0,03$).

Megvizsgáltuk azt is, hogy az egyéni vagy a csapatsportban eltöltött évek száma szerinti alcsoportok (0–5 éve, 6–10 éve, 11–15 éve, 15-nél több éve sportol) között van-e szignifikáns különbség a problémamegoldás mért területein. Együtt kezelve a vizsgálatban részt vevő hallgatókat, a NEGORI-

számok (0–5 éve, 6–10 éve, 11–15 éve, 15-nél több éve sportol) között van-e szignifikáns különbség a problémamegoldás mért területein. Együtt kezelve a vizsgálatban részt vevő hallgatókat, a NEGORI-

faktorokon egyik eltérés sem számottevő. A SPSI-R negatív orientáció faktorán alacsonyabb értéket értek el a 15 vagy több éve sportolók, mint az ennél kevesebb ideje sportolók (0–5: $M \pm SD = 2,22 \pm 0,67$; 6–10: $M \pm SD = 2,20 \pm 0,65$; 11–15: $M \pm SD = 2,18 \pm 0,85$; 15-nél több éve: $M \pm SD = 2,02 \pm 0,57$, $F = 4,76$; $p = 0,01$). Szakonként összehasonlítva a sportéletkorok négy kategóriáját, a sportszervezők körében nincs egyik faktor mentén sem jelentős eltérés. A leendő testnevelő tanárok közül szintén az SPSI-R negatív orientáció faktorán alacsonyabb értéket értek el a 15 vagy több éve sportolók, mint a többi csoportba tartozók (0–5: $M \pm SD = 2,12 \pm 0,53$; 6–10: $M \pm SD = 2,06 \pm 0,59$; 11–15: $M \pm SD = 2,02 \pm 0,61$; 15-nél több éve: $M \pm SD = 1,90 \pm 0,59$, $F = 2,69$; $p = 0,03$).

A leendő edzőknél két SPSI-R-faktornál és egy NEGORI-faktornál különülnek el a sportolással eltöltött évek szerinti csoportok. A pozitív orientáció a 15 vagy több éve sportolókra jellemzőbb (0–5: $M \pm SD = 3,62 \pm 0,51$; 6–10: $M \pm SD = 3,59 \pm 0,52$; 11–15: $M \pm SD = 3,64 \pm 0,56$; 15-nél több éve: $M \pm SD = 3,82 \pm 0,54$, $F = 6,02$; $p = 0,001$), illetve a racionális problémamegoldó stílus leginkább a 15 vagy több éve, ennél kevésbé a 11–15 éve és legkevésbé a 11 évnél kevesebb ideje sportolókra (0–5: $M \pm SD = 3,55 \pm 0,51$; 6–10: $M \pm SD = 3,49 \pm 0,77$; 11–15: $M \pm SD = 3,61 \pm 0,70$; 15-nél több éve: $M \pm SD = 3,81 \pm 0,79$, $F = 2,87$; $p = 0,03$). Az edzőknél a NEGORI által mért negatív következmény faktoron a pozitív orientációval ellentétben a csoportok elkülönülése, hiszen az, hogy nem oldják meg a problémát annak esetlegesen negatív következményei miatt, a 15 vagy több éve sportolókra kevésbé jellemző, mint a sportolással eddig kevesebb időt eltöltőkre (0–5: $M \pm SD = 1,32 \pm 0,65$; 6–10: $M \pm SD = 1,12 \pm 0,59$; 11–15: $M \pm SD = 1,21 \pm 0,47$; 15-nél több éve: $M \pm SD = 0,53 \pm 0,32$, $F = 3,52$; $p = 0,01$).

Szakok szerint külön-külön lineáris regresszióelemzéssel tártuk fel, hogy az SPSI-R faktorokat (függő változók) milyen mértékben magyarázzák a független változók: az SPSI-R- és a NEGORI-faktorok, a demográfiai adatok (nem, életkor), valamint a sporttal eltöltött évek (0–5 éve, 6–10 éve, 11–15 éve, 15-nél több éve sportol) és a sportágcsoport (egyéni, csapatsport) mint két sportszakmai vál-

4. táblázat. A regressziós modellek szignifikáns független változói (sportszervező)

Table 4. Significant independent variables in the regression models (sport management)

| Függő változó (SPSI-R) | Független változó | B | SE | β | t (p) |
|------------------------|-----------------------|-------|------|---------|--------------|
| Pozitív orientáció | racionalitás | 0,27 | 0,05 | 0,35 | 6,67 (0,00) |
| | impulzivitás | -0,18 | 0,07 | -0,20 | -3,87 (0,00) |
| | elkerülés | -0,29 | 0,05 | -0,35 | -5,10 (0,00) |
| | sportág | -0,10 | 0,05 | -0,10 | -2,12 (0,03) |
| Negatív orientáció | elkerülés | 0,40 | 0,05 | 0,42 | 7,41 (0,00) |
| | negatív énhatékonyság | 0,14 | 0,06 | 0,14 | 2,21 (0,02) |
| | negatív következmény | 0,24 | 0,04 | 0,32 | 5,44 (0,00) |
| Racionalitás | nem | 0,25 | 0,06 | 0,17 | 3,93 (0,00) |
| | pozitív orientáció | 0,47 | 0,07 | 0,36 | 6,67 (0,00) |
| | impulzivitás | -0,38 | 0,05 | -0,32 | -6,54 (0,00) |
| Impulzivitás | negatív orientáció | 0,27 | 0,07 | 0,24 | 3,87 (0,00) |
| | racionalitás | -0,33 | 0,05 | -0,39 | -6,54 (0,00) |
| Elkerülés | pozitív orientáció | -0,27 | 0,05 | -0,23 | -5,10 (0,00) |
| | negatív orientáció | 0,38 | 0,05 | 0,37 | 7,41 (0,00) |
| | negatív énhatékonyság | 0,18 | 0,06 | 0,18 | 3,10 (0,00) |
| | negatív következmény | -0,10 | 0,04 | -0,12 | -2,21 (0,02) |
| | várakozás | 0,30 | 0,04 | 0,33 | 6,92 (0,00) |
| | nem | -0,21 | 0,06 | -0,14 | -3,48 (0,00) |

tozó. A **2. táblázat** tartalmazza a szakok szerinti szignifikáns regressziós modelleket.

Mindegyik szak esetében szignifikánsak a regressziós modellek (**2. táblázat**). A megmagyarázott varianciák 18 és 61% közöttiek, a legkisebb a sportszervezők impulzivitás faktoránál (18%), és 50% feletti mindegyik szak esetében a negatív orientáció és az elkerülés faktornál. A megmagyarázott varianciák ellenére a regressziós modellekbe bevont független változók nem mindegyike tekinthető statisztikailag szignifikáns előrejelzőnek. A függő változókra végzett regresszióelemzés modelljeinek szignifikáns független változóit szakok szerint a **3-5. táblázat** (3.: testnevelő tanárok; 4.: sportszervező, 5.: edző) tartalmazza.

A regresszióelemzés eredményei (**3-5. táblázat**) jelentős hasonlóságot mutatnak a szakok szerinti almintáknál, főként a testnevelő tanár és a sportszervező szakosoknál azonosak a szignifikánsan előrejelző változók. A pozitív orientációt mindegyik szak esetében jelentősen magyarázza a racionális megoldói stílus. Teljes mértékben egyeznek mindhárom szaknál a negatív orientáció előrejelzői (elkerülő megoldói stílus, negatív énhatékonyság, negatív következmény, a hallgató neve). A racionalitást a pozitív orientáció és negatívan az impulzivitás magyarázza mindegyik szaknál; míg az impulzivitást negatívan a racionális megoldói stílus mind

5. táblázat. A regressziós modellek szignifikáns független változói (edző)

Table 5. Significant independent variables in the regression models (coaching)

| Függő változó (SPSI-R) | Független változó | B | SE | β | t (p) |
|------------------------|-----------------------------|-------|------|---------|--------------|
| Pozitív orientáció | racionalitás | 0,26 | 0,07 | 0,36 | 3,51 (0,00) |
| | elkerülés | 0,31 | 0,09 | 0,31 | 3,26 (0,00) |
| Negatív orientáció | negatív énhatékonyság | 0,30 | 0,10 | 0,27 | 2,93 (0,00) |
| | negatív következmény | 0,27 | 0,07 | 0,34 | 3,95 (0,00) |
| | nem | 0,21 | 0,09 | 0,15 | 2,25 (0,02) |
| Racionalitás | pozitív orientáció | 0,39 | 0,11 | 0,29 | 3,51 (0,00) |
| | impulzivitás | -0,44 | 0,10 | -0,34 | -4,21 (0,00) |
| | elkerülés | -0,28 | 0,13 | -0,24 | -2,14 (0,03) |
| | negatív énhatékonyság | -0,32 | 0,13 | -0,25 | -2,34 (0,02) |
| Impulzivitás | racionalitás | -0,33 | 0,07 | -0,43 | -4,21 (0,00) |
| Elkerülés | negatív orientáció | 0,29 | 0,09 | 0,30 | 3,26 (0,00) |
| | racionalitás | -0,15 | 0,07 | -0,17 | -2,14 (0,03) |
| | várakozás | 0,37 | 0,08 | 0,40 | 4,43 (0,00) |
| | nem | -0,22 | 0,09 | -0,16 | -2,42 (0,01) |
| | sportolással eltöltött évek | -0,11 | 0,04 | -0,16 | -2,45 (0,01) |

a három szak esetében. Az elkerülést mindegyik szaknál a negatív orientáció, a várakozás, valamint negatívan a hallgató neme jelzi előre. A sportolással eltöltött évek száma és a sportágcsoport csak néhány faktor esetében és csekély mértékben magyarázza a problémamegoldás negatív és pozitív orientációját és elkerülő stílusát.

Megbeszélés, következtetések

Mind a hazai (Bodnár és Perényi, 2016; Kovács és Perényi, 2014), mind a nemzetközi (Aktas és Balcikanli, 2018; Perényi, 2010; Senduran és Amman, 2015) kutatások eredményei meggyőzően bizonyítják, hogy maga a sportolás és ennek szociális körülményei (kikkel, hogyan, milyen keretek, szabályok között zajlik) a kognitív területek (például: figyelem, koncentráció) mellett számos szociális és érzelmi képesség (például: együttműködés, versengés, szabálytudat, segítség, problémamegoldás, felelősség) fejlődésére pozitívan hat. E fejlődésnek a segítése kiemelt feladata az oktatási-nevelési intézményekben dolgozó testnevelő tanároknak, illetve más sportszakembereknek. Annak érdekében, hogy ezt a feladatukat minél hatékonyabban végezzék, megfelelő felkészítésben kell részesülniük felsőfokú tanulmányaik során, mely felkészítés – akárcsak egy fejlesztőprogram esetében – akkor igazán hatékony és eredményes, ha ismertek az érintettek jellemzői a fejlesztendő területen.

A jelen kutatás egy hosszú távú projekt része, melynek célja speciális kollégiumok és szakirányú továbbképzések kidolgozása különböző szociális-érzelmi képességek fejlesztésére sportszakemberek számára. A szociális-problémamegoldás e képességek közé sorolható, és a bemutatott kutatás célja e pszichikus terület jellemzőinek feltárása volt a hazai felsőoktatási intézmények sporttudományi képzésin aktív hallgatói jogviszonnyal rendelkező testnevelő tanár, edző és sportszervező szakosok körében. A minta nem reprezentatív, így a feltárt jellemzők és összefüggések a kutatásban részt vevő hallgatókra érvényesek, ugyanakkor számos olyan eredményt tártunk fel, amely megegyezik korábbi, sportszakemberek körében végzett nemzetközi kutatások eredményei-

vel, ezért úgy véljük, felhasználhatók a tervezett programok kidolgozása során.

Egy korábbi, bölcsészeti- és természettudományi szakokra járó egyetemistákkal végzett kutatás (Kasik, 2015) a nemzetközi adatokkal (Chang és mtsai, 2004) hasonló változásokat tárt fel a szociális-problémamegoldás terén: a 15-18 évesekhez képest a fiatal felnőttekre magasabb ($M < 3,2$ felett) pozitív orientáció és racionalitás jellemző, illetve – a negatív orientáció alacsonyabb szintjéből fakadóan – az impulzív és elkerülő megoldói stílus kevésbé jellemző rájuk ($M < 2,5$ alatt). A jelen kutatás eredményei – az 1. hipotézisnek megfelelően – megerősítik ezt, ám mindenképpen figyelembe kell venni, hogy a csoportátlagok közötti eltérések mellett nagyok az egyéni különbségek a szórásértékek alapján.

Ugyanakkor – a 2. hipotézissel szintén megegyezően – a sportszervező szakosok SPSI-R-en mért pozitív orientációja alacsonyabb a testnevelő tanár és az edző szakosokénál, vagyis a problémákkal és azok megoldásával kapcsolatos énhatékonyságuk alacsonyabb, kevésbé bíznak önmagukban. Szintén a sportszervezőkre jellemző a társas problémák megoldásának gyakoribb elkerülése, aminek számos viselkedésbeli megnyilvánulása (pl. negligálás, annulálás) létezik, ám lehetséges, hogy van közöttük olyan, akinél ez az elkerülés a nem azonnali problémamegoldás kezdeti fázisa, vagyis az elkerülés az erőgyűjtés céljából történik, aminek az alapja egy jól átgondolt döntés (ezt tekintjük racionális el-

kerülésnek) – ennek mélyebb feltárása érdekében érdemes lesz az elkerülő stílus részletesebb vizsgálata (Kasik és mtsai, 2016). Mivel a NEGORI-faktorai közül a sportszervezők – alátámasztva a problémákhoz való kisebb mértékű pozitív viszonyulást – magasabb értéket értek el a problémahárítás és a negatív következmény faktoron, vagyis gyakrabban gondolják úgy, hogy nem nekik kell kezdeményezni a probléma megoldását, és jobban tartanak a megoldási folyamat negatív következményeitől (például: visszautasítás, intenzívebb negatív érzés, megoldatlanság), feltehető, hogy magas a körükben azoknak a száma, akik nem az erőgyűjtés céljából kerülnek a problémák megoldását, mely felvetést a regresszióelemzés is megerősít (4. táblázat). Ha a szakmai felkészítés felől értelmezzük ezeket a különbségeket, a testnevelő tanárok és az edzők minden bizonnyal több olyan, sokszor azonnal megoldandó sporttal vagy sportolás közbeni helyzetet élnek át, amit szükséges megoldani a szakmai munka folytatása érdekében, mint a sportszervezők. A NEGORI két faktorán más szak szerinti elkülönüléseket is feltártunk. A problémamegoldás környezeti minták miatti hiánya (vagyis erre láttak gyakran példát) és a várakozás, mint problémamegoldó viselkedés (majd megoldódik magától, nem tesz lépéseket az egyén) az edző szakosokra kevésbé jellemző, mint a leendő testnevelő tanárookra és sportszervezőkre. Ebben az esetben is lehetséges, hogy az edzői munkához kapcsolódó általános attitűd magyarázza ezt a különbséget: a kiváló teljesítmény elérése jóval fontosabb cél, mint a társas problémák megoldása, és a célirányos munka miatt kevésbé szeretnék a problémákkal foglalkozni. Az elkerülő viselkedést náluk magyarázza leginkább (5. táblázat) a sportolással eltöltött évek száma, ami sok-sok, először ezt kialakító, majd megerősítő tapasztalatot adhatott.

A csapatsport esetében – természetéből fakadóan – igen magas fokú alkalmazkodásra, együttműködésre, hatékony, mindegyik fél számára kielégítő és megnyugtató problémamegoldásra van szükség, ami viszont nem jelenti azt, hogy erre ne lenne szükségük az egyéni sportot űzőknek is. A nemzetközi kutatások (Aktas és Balcikanli, 2018; Senduran és Amman, 2015) szerint az egyéni sportot űzőkre kevésbé az elkerülő, inkább a racionális megoldói stílus jellemző, amit kutatásunkban – és csak részben – kizárólag az edzők eredményei erősítettek meg (3. hipotézis). Az egyéni sportolók valóban magasabb értéket értek el a racionalitás faktoron, ám nem az elkerülésük gyakorisága kisebb, hanem az impulzivitásuké. Ez a két

viselkedés szükségszerű kizárólagosságát meggyőzően szemlélteti. Az pedig, hogy a csapatsportolók-nál alacsonyabb a racionális és magasabb az impulzivitás értéke, fontos fejlesztési célra hívja fel a figyelmet, hiszen a negatív hangulat romboló hatással lehet a közös és egyéni teljesítményre egyaránt, tehát a teljesítmény szempontjából is érdekükben áll minél hatékonyabban megoldani a problémás helyzeteket. A problémához való pozitív (tudom kezelni, van megoldás) attitűd kialakítása, a tudatosítás előtérbe helyezése mellett az együttműködés erősítése tompíthatja a problémamegoldás negatív következményekkel járó folyamatait, illetve a csoportban kialakult szorosabb érzelmi kapcsolatok, esetleg barátságok (Kasik és mtsai, 2022; Long és mtsai, 2017) szintén csökkenthetik a problémás helyzetek kialakulását, valamint azok nem hatékony kezelését.

A sportolás problémamegoldásra gyakorolt, több nemzetközi kutatás (Senduran és Amman, 2015; Sone és mtsai, 2017) által feltárt kedvező hatására utalnak e kutatás eredményei a leendő testnevelő tanárok és edzők esetében. Az adatok alapján minél több éve sportol a tanárjelölt, feltehetően annál kisebb mértékben jellemző rá a problémákhoz és azok megoldásához való negatív viszonyulás. A 15 vagy több éve sportoló edző szakos hallgatókra magasabb pozitív viszonyulás jellemző, ők kevésbé tartanak a problémamegoldás negatív következményeitől, illetve gyakrabban élnek a racionális megoldói stílussal.

A szociális-problémamegoldással kapcsolatos kutatási eredmények értelmezésekor mindenképpen figyelembe kell venni, hogy egyrészt nem gyűjtöttünk adatokat arról, milyen interperszonális problémákkal küzdenek a kutatásban résztvevők, illetve a kérdőívvel az általános, nem a személyspecifikus (például: kortárssal, tanárral) problémamegoldást tártuk fel – vagyis más-más személyre gondolhattak, amikor megírták a kijelentéseket. Az egyéni különbségek a különböző csoportok közötti átlagok közötti eltéréseket nagymértékben magyarázhatják, ugyanakkor a szakmai csoportokról korábban feltárt főbb tendenciák és összefüggések jól azonosíthatók e kutatás alapján is. Mindazonáltal úgy gondoljuk, hogy ennek a felmérésnek az eredményei hozzájárulhatnak olyan programok, képzések és képzésrészek, esetleg továbbképzések kialakításához, illetve már meglévők fejlesztéséhez, amelyek segítik a társas problémák tanórai, edzői és szervezői munka során való hatékonyabb kezelését.

Köszönetnyilvánítás

A tanulmány „Az Innovációs és Technológiai Minisztérium ÚNKP-20-3 kódszámú Új Nemzeti Kiválóság Programjának a Nemzeti, Kutatási, Fejlesztési és Innovációs Alapból finanszírozott szakmai támogatásával készült.”

Felhasznált irodalom

- Aburezeq, K., Kasik, L. (2021): The social problem solving inventory–revised as a measurement of individuals’ social problems solving: Review of modern literature. *Romanian Journal of Psychological Studies*, **9**: 1. 14-25.
- Aktas, I., Balcikanli, S.G. (2018): The levels of empathy and social problem solving skills of physical education and sports teacher candidates. *Journal on Educational Psychology*, **11**: 4. 8-14.
- Bodnár I., Perényi Sz. (2016): *Értékháló az iskolai testnevelés körül*. In: Kovács Klára (szerk.) *Értékteremtő testnevelés: Tanulmányok a testnevelés és a sportolás szerepéről a Kárpát-medencei fiatalok életében*. Debreceni Egyetemi Kiadó, 101-110. 246.
- Chang, E.C. (2002): Examining the link between perfectionism and psychological maladjustment: Social problem solving as a buffer. *Cognitive Therapy and Research*, **26**: 5, 581-595.
- Chang, E.C., D’Zurilla, T.J., Sanna, L.J. (2004): *Social problem solving. Theory, research, and training*. American Psychological Association.
- Chatzisarantis, N.L., Hagger, M.S. (2005): Effects of a brief intervention based on the theory of planned behavior on leisure-time physical activity participation. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, **27**: 4. 470-487.
- Cox, R.H. (1998): *Sport Psychology: Concepts and Applications*. Boston: McGraw-Hill.
- D’Zurilla, T.J., Nezu, A., Maydeu-Olivares, A. (2002): *Social Problem – Solving Inventory – Revised (SPSI-R)*. Technical Manual. North Tonawanda, New York: Multi-Health Systems.
- D’Zurilla, T.J., Nezu, A.M., Maydeu-Olivares, A. (2004): *Social Problem Solving: Theory and Assessment*. In: Chang, E.C., D’Zurilla, T.J., Sanna, L.J. (press). *Social problem solving. Theory, research, and training*. Washington DC: American Psychological Association. 5-28.
- Frauenknecht, M., Black, D.R. (2010): Is it social problem solving or decision making? Implications for health education. *American Journal of Health Education*, **41**: 2. 112-123.
- Kasik L., Nagy Á., Fűzy A. (2010): *Szociális-problémamegoldás kérdőív*. SZTE BTK Neveléstudományi Intézet. Szeged.
- Kasik L. (2015): *Személyközi problémák és megoldásuk*. Budapest: Gondolat Kiadó. 222.
- Kasik, L., Gáspár, Cs., Guti, K., Zsolnai, A. (2016): Relationship between social problem solving, anxiety and empathy among adolescents in Hungarian context. In: Newton, K. (Ed.): *Problem-Solving: Strategies, Challenges and Outcomes*. 177-196. New York: NOVA Science Publishers, Inc.
- Kasik L, Vidákovich T., Gáspár Cs., Tóth E. (2017): Az SPSI–A hazai adaptálásának eredményei. *Magyar Pszichológiai Szemle*, **72**: 2.
- Kasik L., Gál Z. (2017): Társas problémák és megoldásuk az osztályteremben. *Educatio*, **26**: 3. 484-496.
- Kasik L., Gál Z., Tóth E. (2018): A negatív problémaorientációt mérő kérdőív (NEGORI) kidolgozása és pszichometriai mutatói. *Alkalmazott Pszichológia*, **18**: 2. 131-151.
- Kasik L., Gál Z., Jámbori S., Fejes J. B., Nagy, K., Szabó Hangya, L. (2019): Középszintű szociálisprobléma-megoldásának nem szerinti különbségei. *Iskolakultúra*, **29**: 6. 49-61.
- Kasik L., Jámbori S., Tóth E., Gál, Z. (2022): Problémamegoldás barátok és nem barátok között serdülők körében. *Magyar Pszichológiai Szemle*, **77**: 1. 29-52.
- Kovács K., Perényi S. (2014): A sportolás és egészség: Kapcsolatok a fiatalok fizikai, mentális és szociális jóllétének szubjektív szintjével. In: Nagy Á; Székely L (szerk.): *Másodkézből: Magyar ifjúság, 2012*. Budapest, Magyarország: Ifjúságügy Szakértőinek Társasága Alapítvány (2014). **18**: 245-262.
- Long, E., Barrett, T.S., Lockhart, G. (2017): Network-behavior dynamics of adolescent friendships, alcohol use, and physical activity. *Health Psychology*, **36**: 6. 577.
- Maydeu-Olivares, A., D’Zurilla, T.J. (1996): A factor-analytic study of the Social Problem-Solving Inventory: An integration of theory and data. *Cognitive Therapy and Research*, **20**: 2. 115-133.
- Perényi, S. (2010): The relation between sport participation and the value preferences of Hungarian youth. *Sport in Society*, **13**: 6. 984-1000.
- Senduran, F., Amman, T. (2015): Problem-solving skills of high school students exercising regularly in sport teams. *Physical Culture and Sport. Studies and Research*, **67**: 1. 42-52.

- Sone, T., Kawachi, Y., Abe, C., Otomo, Y., Sung, Y.W., Ogawa, S. (2017): Attitude and practice of physical activity and social problem-solving ability among university students. *Environmental Health and Preventive Medicine*, **22**: 1. 1-8.
- Sozen, H. (2012): The effect of physical education and sports school training on problem solving skills of the athletes. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, **46**: 4186-4190.

