

GOMBOCZ JÁNOS – GOMBOCZ ORSOLYA

A család mint támasz az egészséges életre való felkészülésben a sportra nevelés példáján

TANULMÁNY

DOI: 10.56699/MT.2023.4.4

ABSZTRAKT

A tudomány fejlődése, a gépesítés és sok más tényező együttes eredményeképpen a világ fejlettebb régióiban az embert az ülő, kényelmes életmód jellemzi. Homo sedenssé vált a korábban évezredekken át kenyerét testi erőfeszítéssel előteremtő Homo sapiens. Az egészség fenntartásához mozgásra is szüksége van szervezetünknek. Ez az élet természetes tevékenységeiben ma már alig valósul meg, ezért fontos a stilizált feladathelyzetek (sportolás) megteremtése. Ahhoz, hogy felnőttkorban (is) aktív életet éljünk, már gyermekkorban szükséges a sportmozgás elsajátítása, illetve a sportolás iránti igény kialakítása. Ebben a kérdésben a családnak fontos szerepe van. A kisgyermekkorban elkezdett sportolás csak kitartó családi támogatással válik, válhat a majdani felnőtt életébe is beépülő, az egészséges életet szolgáló, működő tevékenységfaktorrá. A tanulmány a szakirodalom és egy egyetemisták körében elvégzett vizsgálat segítségével rámutat, miképpen értelmezhető a család támaszfunkciója a fenti kérdéssel kapcsolatban.

KULCSSZAVAK: család, támogatás, sport

A család a mindennapi élet információzuhatagában előtérben áll, fontos szereplő. A közbeszéd és a média éppen úgy, mint a tudomány nyilvánossága napirenden tartja: értelmezi, elemzi, véleményt mond állapotáról, fejlesztési javaslatokat fogalmaz meg vele kapcsolatban. Híreket hallunk a családról mint a népesség fogyásának potenciális megállítójáról (Sági–Lentner, 2020), a nevelésben játszott megkerülhetetlen szerepéről, a nyugodt, kiegyensúlyozott élet támaszául szolgáló funkciójáról (Kopp–Kovács, 2006; Kopp–Skrabski, 2006). Ha jól működik. S ha rosszul vagy sehogy sem működik, akkor hiányáról, a betöltetlen szerepből adódó bajokról hallhatunk. A csa-

láddal foglalkozó tudományos munkák megfogalmazzák, hogy a társadalom alapsejtje, a család folyamatosan változik (Smock–Schwartz, 2020). Több évezredre nyúló története során a mindenkori élet valódi szükségleteihez való alkalmazkodás kényszerében mindig megújul. A társadalom életében betöltött pótolhatatlan szerepét változásaiban is állandó jelenléte igazolja. Az európai család funkciói utóbbi évtizedekben beállott változásainak legfontosabb tendenciáit bemutatja a nemzetközi és hazai szakirodalom (Buda, 1994). Nem veszi azonban számba azokat a módosulásokat, melyek igen jól láthatóan jelen vannak a mindennapi élet gyakorlatában, de a család lényegi vonásait nem rajzolják át. Ezek közé tartozik a gyerekek sportolását támogató erőfeszítés, mely ma az egészséges életre való felkészítés igen fontos akciójává lép elő, s bizony jelentős (időráfordításban is mérhető) munkát igényel. Erre a támogatásra irányítjuk most a figyelmünket.

A CSALÁD TÁMOGATÓ FUNKCIÓJA

A családi támogatás mint fogalom értelmezési keretét a pszichológiai és szociológiai szakirodalom alapján alakítottuk ki. Mindkét megközelítésben hangsúlyos szerepet játszik a családban nyerhető erőforrásnak a személyhez (még hozzá a közel álló személyiséghez vagy személyiségekhez) kötöttsége. Természetesnek vettük, hogy a családi támogatás működése nem elszigetelt jelenség, hanem a családon kívüli, azaz a tágabb környezet szereplőit is gyakran bevonó, azzal esetleg együttműködő hatásrendszerrel van szó. Azt is láttuk, hogy a fókuszban lévő problémával kapcsolatba hozható társas támogatás a serdülőkorban és a korai ifjúkorban esetenként nagyobb hangsúllyal jelenik meg a családon kívüli társas közegben, a kortárs csoportban, konkrétan az iskolai vagy a sportegyesületi közösségben. Igen találónak, jónak tartjuk a szakirodalomban fölbukkanó erőforrás-karaván (Kahn–Antonucci, 1980) kifejezést, mely láttatóan jeleníti meg a többszereplős támogatórendszert, amely az egyént nem csupán érzelmekkel lendíti, segíti előre, hanem nagyon gyakran gyakorlatias tanácsokkal, megoldási javaslatokkal is.

A megküzdési stratégiák a kritikus helyzetekben működő, gyakran a támogató környezet segítségével élő személyiség döntéseit, alkalmazott megoldásait s a nyomukban lehetségessé váló társadalmi adaptációs módokat írják le (Kapitány–Kapitány, 2007). Richard Lazarus és Susan Folkman nyomán a problémaközpontú és érzelmekközpontú megküzdési formákon belül nyolcféle stratégiát különíthetünk el, ezek egyike a társas támogatás keresése, amely a társas környezet részéről rendelkezésre álló erőforrások, támogatások keresését és használatát jelenti (Margitics–Pauwlik, 2006). Fontos szem előtt tartanunk, hogy a család és a kortárs csoport támogató szerepe sok tekintetben eltér egymástól (vö. Horváth–Szabó–Dávid, 2013). A szakirodalom egybehangzóan állítja, hogy a család gyerekekkel kapcsolatos támogató működése folyamatos, nem függ tanulmányi és munkateljesítményektől, azaz a gyermekek (kortól függetlenül) viszonylag stabil, állandó szolidaritást élhetnek át. A mi társadalmi és kulturális föltételeink között a szeretetet, a meghittséget, az elismerést és bizalmat iránti elementáris emberi szükségletek

kielégítése csak a család keretei közt lehetséges. Minden egyéb szociális környezet csak parciális, idő és cél behatárolta szociális kapcsolatot tűr meg (Giesecke, 1991).

Számos faktort ölel fel, ezért a személyiség megküzdési kapacitásánál többet foglal magában a reziliencia konstrukta. A reziliencia széles körű fogalma szerint az egyén szélsőséges változások vagy fenyegetettség esetén is képes pozitívan alkalmazkodni. Ma már integrált alkalmazkodórendszerként értelmezik a kutatók ezt a vészrugalmasságot, és kialakításával kapcsolatban tíz különösen jelentős integrált területet neveznek meg. Ezek között szerepel a család rendszere, az egyenrangú társas rendszerek, a kötődési kapcsolatok a szülőkkel, barátokkal és másokkal (biztonságos kötődés) (Urbán–Kovács, 2016).

A CSALÁDI TÁMOGATÁSSAL MEGOLDANDÓ PEDAGÓGIAI PROBLÉMA BEMUTATÁSA

Testünk mozgásigénye

Testünk nem a mai, hanem a tízezer évvel ezelőtti életre szerveződött, amikor az élelem megszerzése és az élet pusztá védelme is folyamatos testi erőfeszítésre készítette az embert. Menekülés az erős vadállat elől, futás a gyengébb, az élelemnek megszerezhető után, harc a rivális emberrel: ezek voltak a mindennapi élet jellemző eseményei. S nemcsak a ködbe vesző több ezer éves múltban, de az elmúlt évszázadokban is az emberek döntő többségének a kemény testi munka jelentette az életben való megkapaszkodás lehetőségét és mindennapi gyakorlatát. A ma emberének ezek sokszor szinte ijesztő elvárások és körülmények, de testünk erre a küzdelmes, valódi fizikai erőfeszítést igénylő életre teremtődött. Testünk ma is azt várja, hogy – lehetőleg változatos – mozgással terheljük (Gombocz, 2019). „Az izom – ami az ember legnagyobb tömegű szervrendszere – követeli a maga jussát. Ezt pedig testmozgással oldhatjuk meg, és minél technicizáltabb a környező világunk, annál inkább meg kell teremteni a mozgás lehetőségét. [...] saját pusztulásunkat okozhatja a test, a biologikum elhanyagolása” (Takács, 1991: 8). Bár testünk elvárná, hogy mozgással is jóllakhasson, a modern világ egyre inkább lehetővé teszi a kényelmes életet, és nem kényszerít minket arra, hogy mozogjunk. Automatizált világunk hőse a homo sedens. Nem lehet azonban következmények nélkül a természet rendjével „szembeszegülve” élni életünket, kockáztatni egészségünket. Ráadásul nemcsak a saját, de utódaink egészségéért is felelősséggel tartozunk: meg kell teremtenünk a testmozgás lehetőségét, és a felnövekvő generációt ezen a téren is támogatnunk kell.

Az iskolai testnevelésnek ilyen értelemben nincs alternatívája. Hosszú küzdelem után, talán még a hazai testnevelői kar számára is meglepetést okozó váratlansággal tíz évvel ezelőtt Magyarországon törvényt hoztak a mindennapos testnevelés valamennyi iskolafok minden osztályába való bevezetéséről. Nagyszerű döntés volt ez, nemzetközi mércével mérve is úttörő ezen a téren a magyar köznevelés. Sajnos azonban még ez sem elegendő biztosíték arra, hogy a majdani felnőtt megfelelő testi terheléssel szolgálja a maga egészségét.

A sport elsajátítása

A mozgásos cselekvéseket csak tényleges gyakorlásukkal lehet elsajátítani. A kívánatos megoldás, hogy ki-ki a személyiségének, testének leginkább megfelelő sportágban szerezzen alkalmas sporttudást, és kialakuljon benne az igény e sportág folyamatos, felnőttkori űzésére is. Az iskola – minden igyekezet ellenére – ennek alig-alig tud megfelelni. (Ezt jól illusztrálják társadalmunk és ebben gyermekeink, fiataljaink egészségi mutatói.) Ennek számos okát ismeri a sportpedagógia, a legfontosabbak közé infrastrukturális és emberi tényezőket sorolhatunk. Nem mindenütt áll rendelkezésre a változatos sportmozgás elsajátítására alkalmas felszereltségű, méretű és számú helyszín (Morvay-Sey-Rétsági, 2017). A testnevelés tantárgy státusza nem éri el más tantárgyakét (Hamar et al., 2016), a pedagógusok közti támogatottsága nem egyértelmű (Urbinné, 2016; Borbély, 2019), illetve a neveltek motivációjának mértéke (Szakály et al., 2019) is jelenthet akadályt. Egy sportág felnőttkorban is kitartó űzésére leginkább akkor van esély, ha a sportággal már kisiskoláskorban, sportegyesületi keretek közt találkozik az egyén, elsajátítja és gyakorolja. A sportban való részvétel azonban több, mint a sportmozgás elsajátítása: a sport a valódi élet gyakorlóterepe is. Átéltethők benne konfliktushelyzetek, a siker és a kudarc élménye, az egyén önismerete is fejlődik általa. Lehetőséget teremt a sportoló erkölcsi és esztétikai nevelésére, terepe a közösségi életnek. Az egész személyiséget gazdagítja a benne való szereplés, a részvétel. Emellett élvezetet okoz, kiváló kikapcsolódást és feltöltődést is jelent.

A sport azonban nemcsak ad, követel is magának: csak az tud benne részt venni, aki áldozatot is hoz érte. A felkészületlen, ha mégis beveszik maguk közé a sportolók, játékrombolóvá válik, kellemetlen teher önmagának és a többieknek. A neveléstudomány megállapítja, hogy ugyan a felnőtt ember is nevelhető, de a nevelés lehetősége az életkor előrehaladtával beszűkül. Ez a redukálódás nem egyformán éri a különböző emberi szférákat. A testnevelők, edzők széles körű gyakorlatában megtapasztalható és tudományosan is igazolható tény, hogy legkorábban a motoros képességek fejlesztésének lehetősége esik vissza. Huszonöt éves kor körül már csak igen nehezen lehet új sportmozgásokat megfelelő szinten megtanítani, hacsak nincs neveltünknek sokoldalúan kifejlesztett mozgásműveltsége. A sportágak többségében tehát akkor kell betagozódni a sporttanulás műhelyeibe, amikor a mozgástanulás szenzitív korszaka lehetővé teszi a gyors és alapos jártasság- és készségtanulást. A (kis)gyermekkorban elkezdett sportolás – főleg nagyobb városokban – azonban csak kitartó családi támogatással válik, válhat a majdani felnőtt életébe is beépülő, az egészséges és szép életet szolgáló működő tevékenységrendszeré.

Gondolatmenetünkben nem hagyhatjuk említetlenül, hogy amikor a sportolás egészségvédelmi s a személyiség fejlesztésében és védelmében betöltött nélkülözhetet-

A sport azonban nemcsak ad, követel is magának: csak az tud benne részt venni, aki áldozatot is hoz érte.

lenül fontos szerepéről beszélünk, akkor nem tekintjük, nem tekinthetjük homogén médiumnak a sportot. Elismerjük ugyan, hogy minden sportágnak van, lehet értéke a fentiekkel összefüggésben, és azt is fontosnak tartjuk, hogy mindenki megtalálja a neki leginkább megfelelő sportágot, azonban egyes sportágak látható többletpotenciállal rendelkeznek. Mindenekelőtt a labdajátékokat látjuk kiemelkedőnek ebben a szerepben. Amikor összehasonlítjuk a számításba vehető sportágakat, akkor nyilvánvalóan előnyt élveznek azok, amelyek az életkor előrehaladtával is sokáig űzhetőek, amelyek közösségi együttműködésben valósítják meg a sportélményt, s amelyek nem igényelnek nagyobb terhet jelentő anyagi ráfordítást, illetve feltételrendszert (terem, eszköz), azaz a társadalom széles rétegei számára lehetővé teszik a hozzáférést.

A sportpedagógia közismert tapasztalata szerint a hat-tíz éves korban elkezdett rendszeres sportolás révén szerzett sporttudás jelentősen meghatározza a mai fiatal felnőtt nemzedék sportolási szokásait. Ebben a korcsoportban azonban többnyire nem a gyerek, hanem a szülő választja a sportágot. A sportolás megkezdésével a gyerek számára kiterjeszkednek a tapasztalás területei. Nemcsak új tevékenységeket tanul, de az addigiakhoz képest másképpen működő új szociális környezetbe és ezzel egy számára új érték- és normarendszerbe kerül, illetve legalább az addig megismert értékek új, korábban nem ismert összefüggésrendszerben jelennek meg előtte. Az új környezet, az új közösség új szereplehetőségeket kínál, és a gyermeknek meg kell tanulnia új típusú konfliktusokkal is megbirkózni. Az új élményeket fel kell dolgozni, alkalmazkodni kell az új környezethez, és ennek kényszere hatással van a személyiségre (Gombocz, 2010). A család támogató funkciója Gerald Caplan (1976) megközelítése szerint ezen a téren is érvényesülhet, többek között azáltal, hogy a támogató család eligazít és segít a problémák megoldásában az új környezetben is, illetve a konfliktusokkal való megküzdést a családi támogatás által erősödő érzelmi teherbírást is könnyebbé teszi. A családi támogatás abban is megnyilvánul, hogy az egyén világgépet és életfilozófiát is kap, amely adott esetben az egészséges élet, a sportos élet mint érték világgépet is jelentheti.

A sportolás pedagógiai potenciáljának többletét a más tevékenységekkel való összehasonlításban jól ábrázolja, hogy a sporttevékenységben nem csupán élvezetet talál az ember, nemcsak személyisége fejlődését várhatja tőle, de általa megtanulja jóllakatni a testét a biologikuma megkövetelte mozgásos tevékenységgel. Ez egyértelmű, látható többlet, az ambiciózus családok jól értik, meg is próbálnak élni vele.

A sport melletti érvelésünk arról sem feledkezhetünk meg, hogy a magyar társadalom egészségi állapota kedvezőtlen képet mutat, az egészségtelen táplálkozás, a dohányzás, illetve az alkoholfogyasztás mellett nagy arányban jellemző a fizikai inaktivitás is. Igaz ez a gyerekek körében is, különösen a hátrányos helyzetű társadalmi rétegekben. „Bármely indikátort tekintjük is, a szegény gyerekek hátrányai igen nagyok. Egyszerűen megfogalmazva: a szegény gyerekek kevés egészséges ételt és sok egészségtelen ételt fogyasztanak, keveset mozognak, gyakori közöttük a túlsúly és elhízás” (Hajdu–Kertesi, 2021: 31). Társadalmi szintű változásra ezen a téren csak akkor van

remény, ha a felnövekvő generáció táplálkozási, sportolási szokásaira kellő hatást tudunk gyakorolni.

Példa a családi támogatásra

Tanulmányunk kiindulópontját a szerzőpáros egyik tagjának egy korábbi munkája szolgáltatta. Budapesten akkoriban igen jól működött egy asztmás gyerekek terápiájával foglalkozó testnevelőkből és orvosokból szerveződött csoport. Ennek körében alkalmazták a dr. Gyene István testnevelő által jegyzett koncepciót, amely az úszás laikusok számára is könnyen érthető előnyeire épült. Az uszoda pormentes levegőjében a jól szabályozható úszásterheléssel szép lassan, évek türelmes munkájával a fizikai terhelést megfelelően bíró, edzett testet építenek fel, mely később már másfajta sportágak (síelés, atlétika stb.) űzésére is képessé teszi a korábban agyonóvott, a roham elkerülése érdekében minden terheléstől féltett gyereket. A kiválóan működő programot sportszakmai szempontból testnevelők, egészségügyi szempontból pedig a betegséghez jól értő orvosok folyamatos vizsgálatokkal ellenőrizték. Felvetődött az igény a pedagógiai vizsgálatra is, erre kaptunk megbízatást (Gombocz–Jády, 1988). A pedagógiai kutatás egyik figyelemre méltó megállapítása volt, hogy a sokéves programot szinte kizárólag azok a családok viszik végig (azaz a más sportágakra való áttérés lehetőségét adó megerősödés szakaszát azok várják be), akik műveltségük, értelmiségi szemléletük révén belátják a hosszú erőfeszítés értelmét, szükségességét, és rendelkeznek a szükséges családi erővel (anyagiak, illetve a nagy időráfordítás – szállítás, kísérés, felügyelet – képessége). Tehát az a szelekciós folyamat, amely az élet minden területén, így az iskolai pályafutásban is egyeseket előnyben részesít, mással pedig hátrányokat szenvedtet el, még egy ilyen speciális területen is működik.

A bemutatott példában kifejezetten beteg gyerekek sportolási támogatását láthatjuk. Tanulmányunk egy olyan tevékenységgörre fókuszál, amely nagyon hasonló a beteg gyerekek úszásterápiájához, bevonja a családokat, és igénybe veszi a család támaszfunkcióját. A megoldandó feladat kiterjedtsége révén érdemel figyelmet, ugyanis a gyereket nevelő családok nagy részét érinti. A sport korábbi pedagógiai propagandájában többek között a sportélmény hozzáférhetőségének demokratikus voltára hívták föl a figyelmet. A jó testi képességek és az ügyesség eloszlása a társadalom minden rétegében egyforma, itt származásától, anyagi helyzetétől függetlenül érvényesülhet mindenki, a társadalomnak ez a szeglete igazságosan működik – hangzott a biztatás. A családoknak a gyerekeik sportolásában betöltött támaszadó szerepét vizsgálva feltételezhetjük, hogy ez az optimizmus nem egészen indokolt. Ugyanis a sport áldásos hatása jóformán csak támogató szülői (családi) hozzáállással és áldozatvállalással bontakozhat ki. Gondolatmenetünkhöz jól illeszkedik, ahogy a serdülőkorúak egészség-magatartásáról fogalmaz egy szociálpedagógus: „Az egyre elégtelenebbül funkcionáló szocializációs színterek már nem biztosítanak számukra biztos fogódzót, a folyton rohanó, önmagukkal sem törődő felnőttek pedig már nem partnerek az egészségnevelésben, egészségfejlesztésben” (Ember, 2018: 22).

A VIZSGÁLAT

A gyerekek sportolásával kapcsolatos szülői bevonódást, illetve a családi támogatórendszer működését egy nagyobb volumenű projektben vizsgáljuk. Tanulmányunkban alapvetően a szülői támogatásra és nem a teljes szülői bevonódásra vonatkozó kutatási tapasztalatainkat mutatjuk be. „A szülői bevonódás egy többdimenziós konstruktként határozható meg, amely tartalmazza a gyermek aktivitásához kapcsolódó gondolatokat és érzéseket, és gyakran jelenik meg támogató (szülői támogatás) vagy elváró (szülői nyomás) viselkedés formájában” (Kovács et al., 2020: 209). Tanulmányunk befejező részében a folyamatban lévő kutatás anyagából ismertetünk néhány részletet, hogy ezzel is rámutathassunk a pedagógiai probléma jellegzetességeire.

Vizsgálatunkba két magyarországi felsőoktatási intézmény hallgatóit vontuk be. Az egyik csoport továbbtanulásának fókuszában a sport áll (a továbbiakban a könnyebb nyomon követhetőség érdekében *sport szakos hallgatókként* hivatkozunk rájuk), a másik csoportot pedig *bölcsészkar tanár szakos hallgatók* alkotják. A sport szakos egyetemi hallgatók aktívan sportol (tehát sikeres sportolóvá nevelési processzuson átesett) személyek, sportolói múltjuk pedagógiai elemzése folyamatban van. Ez a vizsgálat minden lényeges mozzanatra kiterjedő analízis, melyben fontos helyet foglal el a család szerepének fölmérése, a családi támogatás bemutatása. Adataink egy részét az említett egyetemi hallgatók saját sportmúltjukról írt fogalmazványaiból merítjük. Ebből a gyűjteményünkől válogattunk ki száz önvallomást a 2021/22-es, illetve a 2022/23-as tanévből. A válogatásnál arra törekedtünk, hogy döntően labdajátékot űzők kerüljenek a mintánkba (korábban utaltunk rá, hogy a sokáig űzhetőség és más előnyök tekintetében ezek pedagógiai szempontból kiemelt jelentőségű sportágak), és hogy a két nem egyenlően képviseltesse magát.

A sikeres családi támogatásban részesülők „sportba növése” történetének tanulmányozásával a folyamat kényes pontjaira s az egyes családi szereplők eredményesnek bizonyuló hozzáállására mutathatunk rá. Úgy véljük, hogy e fordított logikájú, közvetett megközelítéssel is láttatni tudjuk, hogy döntően a család kitartó támogatásával érheti el a mai körülmények között felnövekvő nemzedék, hogy működőképes sporttudást és motivációs bázist szerezzen a felnőttkori sportoláshoz. S egyúttal azt is érzékeltetjük, hogy az e támogatást nem élvezők milyen veszteséget szenvednek el ebben a tekintetben.

A bölcsész tanár szakos hallgatók köréből is adatokat gyűjtöttünk. Az ő esetükben a szülői támogatás mibenlétére különböző témákban kérdeztünk rá a 2022/23-as akadémiai év során több alkalommal. Míg előbbiektől a teljes sportmúltjukra kiterjedő fogalmazványt kértünk, addig a bölcsészekről 2023 tavaszán kizárólag a sportban való támogatásról szerettünk volna információt kapni néhány kérdéssel irányított szabad fogalmazás formájában. A sport szakos egyetemi hallgatók és a bölcsész egyetemi hallgatók adatgyűjtése tehát némiképp eltért egymástól, de úgy gondoltuk, a téma azonossága megteremti az összehasonlítás alapját. A bölcsészekről a sporttal

kapcsolatos elkötelezettséget tekintve kisebb egyértelműséget vártunk, s egyúttal a variációk nagyobb különbségeit. Az egyik egyetem egy közel teljes bölcsész tanár szakos évfolyamának hallgatóságát kérdeztük meg, és negyvenhat fogalmazványt dolgoztunk fel. A témát („A sport és én – szülői támogatás a sportolásom történetében”) és néhány segítő kérdést (Ki támogatta, hogyan, mivel?) kivetítettünk a hallgatókkal való személyes találkozás során, de más instrukciót nem adtunk. A férfi-nő arány nem állapítható meg egyértelműen (a nemüket nem feltétlenül tüntették fel a válaszadók), arra kizárólag az évfolyam összetételéből tudunk következtetni.

A mintáinkban szereplő egyetemi hallgatók családjai láthatóan fontosnak tartották gyermekeik sportolását. A szülők által hangoztatott indokok igen sokarcúak a bölcsészek esetében. A jól ismert egészségérvek mellett a „valamit kezdeni kell az ember idejével”, a „fontos a változatosság az ember életében”, „a sport sok mindenre megtanít”, „a felesleges energiákat le kell kötni”, „hogyan legyen rendszer az életedben” jó és kevésbé jó érvelésekre emlékeznek a bölcsészek. A sport szakos hallgatók szülei is hangoztatták a sport és az egészség összefüggéseit, de esetükben a „sportolni jó”, „sportolni érdemes, mert örömet szerez, élményt nyújt” érvelés is igen gyakran megjelent. Ez a szempont nem volt látható a bölcsészek szüleinek érvrendszerében.

A szülők gyermekeik sportolása iránti érdeklődése az idő folyamán változott. A sport szakos hallgatók esetében az érdeklődés és támogató viselkedés tartósnak bizonyult, és fennmaradt a gyermekek serdülőkoráig, sőt azon túl is. A bölcsész tanárjelöltek esetében óvodás-kisiskolás korban többnyire működött, középiskoláskorra azonban visszaesett, sőt az esetek nagy részében megszűnt. (Érdemes utalnunk arra, hogy a serdülőkor különösen nagy kihívást jelent a sportolói motiváció fenntartásában, ebben az időszakban nagyarányú a sportolást különböző okokból abbahagyó fiatalok száma (vö. Kormos-Tasi, 2018). A serdülőkori fizikai aktivitásnak számtalan kedvező hozadéka van az önértékelés, a szociális kapcsolatok vagy az iskolai teljesítmény stb. vonatkozásában, ezért a családi támogatásnak ebben az időszakban is nagy szerepe van (Németh-Költő, 2016). A sport szakos hallgatóknál sportágváltás előfordult ugyan, de ez nem gyakori, nem jellemző, a többség kitartott az eredetileg választott sportágnál, mintánkban általában labdajátéknál, s a versenysport utánpótlásrendszerében folytatta sportpályafutását. A bölcsészeknél először legtöbben az úszást választották, úgy is mondhatnánk, hogy úszótanfolyamra írták be őket a szülők, s egy részük – rövidebb-hosszabb időre – „ott ragadt” az uszodában. Többen a kisiskoláskori néptáncos és balettos élményeket is a sport kategóriába sorolták. A későbbiekben – hozzávetőlegesen a mintánk felében – pró-

A serdülőkori fizikai aktivitásnak számtalan kedvező hozadéka van az önértékelés, a szociális kapcsolatok vagy az iskolai teljesítmény stb. vonatkozásában, ezért a családi támogatásnak ebben az időszakban is nagy szerepe van.

bálcokoztak új sportágakkal. Sokféle sporttevékenységet választottak a sakktól a jazzbalettig, a labdajátékok közül pedig – valószínűleg a középiskola hatására – a kosárlabdát. Néhányan fociztak, de nem egyesületi szervezésben. Alkalomszerűen ma is kosaraznak, fociznak néhányan. Népszerűek voltak körükben a keleti önvédelmi (budó) sportok, de a többség számára csak egy-két évig tartott ez a próbálkozás. Versenysportban – kivételként – csak két női hallgató vett részt, még egyetemi tanulóik elején is élvonalbeli kézilabdajátékosok voltak. A lányok középiskolás koruktól a táncok különböző válfajait, a fitness körébe sorolható zenés mozgásformákat, illetve az erősítő termi (alakformáló) gyakorlatokat részesítették előnyben. Sporttevékenységük egyértelműen a második sportrendszer szervezeti formáiban, szabadidős klubokban vagy más fizetős keretek között zajlott. Néhányan szervezeti kereten kívül futottak, futnak. A bölcsész tanárjelöltek válasza alapján a szakirodalomból is ismert gondolatot véltük felismerni: „A sportról alkotott kép a köztudatban sokkal tágabb jelentéssel bír, mint a szakmai berkekben. Kis túlzással mondhatjuk, a fiatalok egy tízperces, alkalomszerűen végzett mozgást is sportolásnak neveznek” (Fügedi et al., 2019: 48).

A sport szakos hallgatók és a bölcsész tanárjelöltek családi támogatása a sport vonatkozásában első látásra sok hasonlóságot mutat. Mindkét csoportban többnyire mindkét szülő támogatónak bizonyul, az anyák mutatkoznak aktívabbnak és kitartóbbnak. A kezdeményező szerepet is általában ők játsszák (beíratás, utánajárás, szervezés), és a lelki támogatásban is egyértelmű a pozitív hozzáállásuk. A szállítás, kísérés, a hétvégi családi programokat földülő bolyongás a nagyváros korábban ismeretlen, külvárosi vidékein, a hosszúra nyúlt meccsek, a vasárnapi ebédidőbe belenyúló sportprogramok valóban fárasztók, fegyelmet, kitartást igényelnek. De az ilyenkor szerethető meghitt percek, az őszinte, jó hangulatú beszélgetések ideje is ez, s a gyerekünk látványa egy különös feladathelyzetben, a sporttevékenységben semmi mással nem pótolható élmény. Tudatos, felelős szülők, főleg anyák a mérlegnek mindkét serpenyőjét látják. (Az anyák többségének ebbéli aktivitása, okos felelősségvállalása már nem okoz meglepetést. A szerzőpáros egyik tagja a Központi Sport- és Ifjúsági Egyesület megalakulásakor, a hatvanas évek végén részt vett az első nagy rekrutáció pedagógiai felmérésében. Kiderült, hogy a sportiskolai jelentkezés motorját a családok döntő többségében már akkor is az anyák jelentették, amikor még a szakemberek a sport világának ezt a részét is a férfiak kizárólagos terepének tekintették.)

A két vizsgált egyetemistacsoport legszembevetőbb különbsége, hogy a gyerek sportolásával kapcsolatos érdeklődés és támogatás mértéke, intenzitása más és más volt a családokban. A sportolói csoportban tapasztalható nagyobb támogatás valószínűleg összefügg a gyerekek – szüleik számára is megtapasztalható – sportbeli sikerességével, a sportszereplés ígéretességével. Két vonatkozásban is kapukat nyit ez az ígéretesség. Jelentheti a család társadalmi pozíciójának dinamizálását, a család felfelé mozdulását (amennyiben az élsportoló ma is a társadalom kivételezettje, anyagi és erkölcsi szem-

pontból egyaránt), s esetleg jelenthet pályaválasztási lehetőségeket is. Mindkettő vonzó, különösen a feltörekvő családokban tapasztalható fogékonyság erre.

A családi támogatórendszer fontos szereplője a szülőkön túl az idősebb testvér. Az idősebb fiú vagy lány sporttal kapcsolatos tapasztalatait hihetően, elfogadhatóan tudja megosztani, továbbadni. Olyan kérdésekben is beavatott, és képes tanácsot adni, amelyekben a szülő értelemszerűen nem lehet tájékozott. Az idősebb testvér többnyire a terep, a helyszín és a szereplők jó ismerője, ő maga már bejárta a fiatalabbra váró utat, ezért hiteles tanácsadó.

A családi támogatás rendszere a sport szakos hallgatók csoportjában abban is eltér a bölcsészektől, hogy itt szervesen kapcsolódik a kortárs támogatórendszerhez, ha nem is a személyek kapcsolata révén, de a támogatás irányában mindenképpen. Serdülőkorban a (család, a barátok, az egyesületi kortárscsoport alkotta) támogatói karavánhoz csatlakozhat a jó edző is, aki igen nagy hatású támogatóvá léphet elő a hatékonysági rangsorban, s a legtehetségesebbek esetében meghatározó szerepet tölthet be a sportkarrierben. Az élvonal sportjának utánpótlásbázisain a vetélytársként is ösztönző hatású sporttársak egyike-másika baráti szerepben is hatékony segítő lehet. A sporttevékenységével jól identifikálódó fiatal sportoló számára a vele azonos szerepűek alkotta csapat fontosabb más kortárscsoportoknál (az iskolai osztálynál, egyéb szerveződéseknel), legalábbis a sportolásra biztatás, a sportpályafutás támogatása szempontjából.

A KUTATÁS LIMITÁCIÓI

Kutatásunk során azt tapasztaltuk, hogy míg a sport szakos hallgatók alapos, részletekbe menő tájékoztatást adtak sportmúltjukról, addig a bölcsészkar hallgatók nagyon szűkszavúan válaszoltak a kérdésekre és mutatták be tapasztalataikat. Ez összefügghet az adatgyűjtés módjával is, de tapasztalatunk szerint másban keresendő az ok. (A hallgatók a továbbtanulási támogatásra irányuló korábbi kérdésre ugyanezzel az adatfelvételi módszerrel részletes tájékoztatást adtak.) Adatfelvételünket ezért az ő esetükben csoportos szóbeli kikérdezéssel egészítettük ki, de a válaszadási hajlandóság ezzel a módszerrel is szerénynek bizonyult. Úgy éreztük, inkább a téma iránti közömbösség jellemzi a válaszadók hozzáállását. További nehézség, hogy adatfelvételünk kizárólag a hallgatók véleményére és élményeire támaszkodik. Problémát jelent az is – és ez részben a válaszok szűkszavúságára vezethető vissza –, hogy a szakirodalomban megjelenő családi, szülői támogatásra nehezen tudunk reflektálni a megszületett eredmények alapján.

ÖSSZEZÉS

A családnak nagy szerepe van az egészséges, aktív életre és a sportra nevelésben. Ezt a feladatát több módon is betöltheti, betöltheti, egyebek mellett példamutatással, értékek átadójaként, illetve a gyermek sportolásának támogatásával. Tanulmányunkban

csak ez utóbbival foglalkoztunk két felsőoktatási intézmény hallgatóinak mintáján keresztül. A szakirodalmi tapasztalatot, miszerint a szülői támogatás fontos tényező a sportolás terén, kutatásunk igazolja ugyan, de további vizsgálatok elvégzése szükséges ahhoz – más módszerekkel, több érintettre (szülők, edzők, testnevelők) kiterjedő minták feldolgozásával –, hogy a szülői támogatásról a kérdés iránt érdeklődők pontosabb információkhoz jussanak.

S még egy fontos szempont: a jövőben különös gondot kellene fordítani azokra a fiatalokra, akiknek az élet minden területén gyengének vagy erőtlennek bizonyuló családjai biztosan nem képesek ellátni a sportba való betagozódás feladatait.

Felhasznált irodalom

- BORBÉLY SZILVIA (2019): A mindennapos testnevelés implementációjának megítélése az Észak-Alföld régióban, *Új Pedagógiai Szemle*, 69. évfolyam, 2019/3–4., 37–57., <https://folyoiratok.oh.gov.hu/uj-pedagogiai-szemle/a-mindennapos-testneveles-implementaciojanak-megitelese-az-eszak-alfold> (letöltve: 2023. 06. 19.).
- BUDA BÉLA (1994): *Mentálhigiéné*, Budapest, Animula.
- CAPLAN, GERALD (1976): The family as a support system, in CAPLAN, GERALD – KILLILEA, MARIE (szerk.): *Support System and Mutual Help. Multidisciplinary Explorations*, NY, Grune and Stratton, 19–37.
- EMBER ZSOLT (2018): Serdülőkorúak egészségmagatartása a negatív életesemények, a társas támogatottság, valamint a protektív és kockázati magatartások vonatkozásában, *Acta Medicinæ et Sociologica*, 9. évfolyam, 2018, 26, 21–44. DOI: <https://doi.org/10.19055/ams.2018.9/26/2>
- FÜGEDI BALÁZS – BOGNÁR JÓZSEF – KOVÁCS T. LÁSZLÓ (2019): A szülői minta szerepe a sportolási szokásokban és a testnevelés megítélésében, *ACTA Universitatis, Sectio Sport*, 46. kötet, 47–55. DOI: <https://doi.org/10.33040/ActaUnivEszterhazySport.2019.1.47>
- GIESECKE, HERMANN (1991): *Einführung in die Pädagogik*, Weinheim–München, Juventa Verlag.
- GOMBOCZ JÁNOS (2010): *Sport és nevelés*, Keszthely, Balaton Akadémia Kiadó.
- GOMBOCZ JÁNOS (2019): A testnevelés, az iskolai sport, *Új Pedagógiai Szemle*, 69. évfolyam, 2019/3–4., 7–15.
- GOMBOCZ JÁNOS – JÁDY GYÖRGY (1988): Asztmás gyerekek testnevelés-terápiás rehabilitációs programjának pedagógiai vizsgálata, *Testnevelés- és Sporttudomány*, 1988/1., 26–34.
- HAJDU TAMÁS – KERTESI GÁBOR (2021): *Statisztikai jelentés a gyermekegészség állapotról Magyarországon a 21. század második évtizedében*, Budapest, KRTK Közgazdaságtudományi Intézet, Egészség és Társadalom Lendület Csoport, KRTK-KTI Műhelytanulmányok, <https://kti.krtk.hu/wp-content/uploads/2021/02/CERSIEWP202108-1.pdf> (letöltve: 2023. 05. 17.).
- HAMAR PÁL – KARSAI ISTVÁN – SOÓS ISTVÁN (2016): Pedagógusi vélemények az iskolai testnevelés aktuális kérdéseiről, in KOVÁCS KLÁRA (szerk.): *Értékteremtő testnevelés. Tanulmányok a testnevelés és a sportolás szerepéről a Kárpát-medencei fiatalok életében*, Debrecen, Debreceni Egyetemi Kiadó, 11–24.
- HORVÁTH-SZABÓ KATALIN – DÁVID BEÁTA (2013): A családi és a kortárstámogatás összefüggései serdülők körében, in ITTÉS GÁBOR (szerk.): *Cura mentis – salus populi. Mentálhigiéné a társadalom szolgálatában*, Budapest, Semmelweis Egyetem Mentálhigiéné Intézet, 534–550.

- KAHN, ROBERT LOUIS – ANTONUCCI, TONI C. (1980): Convoys over the life course. Attachment, roles, and social support, in BALTES, PAUL B. – BRIM, ORVILLE G. (szerk.): *Life Span Development and Behavior*, New York, Academic Press, 253–286.
- KAPITÁNY ÁGNES – KAPITÁNY GÁBOR (2007): *Túlélési stratégiák. Társadalmi adaptációs módok*, Budapest, Kossuth Kiadó.
- KOPP MÁRIA – KOVÁCS MÓNICA ERIKA (szerk.) (2006): *A magyar népesség életminősége az ezredfordulón*, Budapest, Semmelweis Kiadó.
- KOPP MÁRIA – SKRABSKI ÁRPÁD (2006): A támogató család mint a pozitív életminőség alapja, in KOPP MÁRIA – KOVÁCS MÓNICA ERIKA (szerk.): *A magyar népesség életminősége az ezredfordulón*, Budapest, Semmelweis Kiadó, 220–233.
- KORMOS-TASI JUDIT (2018): *Elhízás és társbetegségei, egy serdülőkorú szűrőprogram eredményei*, doktori értekezés, Budapest, Semmelweis Egyetem Patológiai Tudományok Doktori Iskola. DOI: <https://doi.org/10.14753/SE.2019.2261>
- KOVÁCS KRISZTINA – F. FÖLDI RITA – SMOHAI MÁTÉ – GÉCZI GÁBOR – GYÖMBÉR NOÉMI (2020): A Szülői Bevonódás a Sportban Kérdőív hazai adaptációja, *Mentálhigiéné és Pszichoszomatika*, 21. évfolyam, 2020/2., 208–233. DOI: <https://doi.org/10.1556/0406.21.2020.010>
- MARGITICS FERENC – PAUWLIK ZSUZSA (2006): Megküzdési stratégiák preferenciájának összefüggése az észlelt szülői nevelői hatásokkal, *Magyar Pedagógia*, 106. évfolyam, 2006/1., 43–62.
- MORVAY-SEY KATA – RÉTSÁGI ERZSÉBET (2017): A mindennapos testnevelés gyakorlati megvalósulásának vizsgálata a pécsi iskolákban, *Sport- és Egészségtudományi Füzetek*, 1. évfolyam, 1. szám, 19–29.
- NÉMETH ÁGNES – KÖLTŐ ANDRÁS (szerk.) (2016): *Egészség és egészségmagatartás iskoláskorban 2014. Az Iskoláskorú gyermekek egészségmagatartása elnevezésű, az Egészségügyi Világszervezettel együttműködésben megvalósuló nemzetközi kutatás 2014. évi felméréséről készült nemzeti jelentés*, Budapest, NEFI, <https://mek.oszk.hu/16100/16119/16119.pdf> (letöltve: 2023. 05. 17.).
- SÁGI JUDIT – LENTNER CSABA (2020): A magyar népességgpolitikai intézkedések tényezői és várható hatásai, *Közgazdasági Szemle*, 67. évfolyam, 2020/3., 289–308. DOI: <https://doi.org/10.18414/KSZ.2020.3.289>
- SMOCK, PAMELA J. – SCHWARTZ, CHRISTINE R. (2020): The demography of families. A review of patterns and change, *Journal of Marriage and Family*, 82. évfolyam, 2020/1., 9–34. DOI: <https://doi.org/10.1111/jomf.12612>
- SZAKÁLY ZSOLT – BOGNÁR JÓZSEF – LENGVÁRI BALÁZS – KOLLER ÁKOS (2019): A mindennapos testnevelés fittségi hatásai alsó és felső tagozatos fiúknál: homok a gépezetben, *Új Pedagógiai Szemle*, 69. évfolyam, 2019/3–4., 56–69.
- TAKÁCS FERENC (1991): Iskolai testnevelésünk a szociológia tükrében. Egy empirikus kutatás elemzése és tanulságai, *A Magyar Testnevelési Egyetem Közleményei*, 2. melléklet, 8.

URBÁN NÓRA, DR. – KOVÁCS LÁSZLÓ, DR. (2016): A pszichológiai reziliencia mint integrált alkalmazkodórendszer, *Honvédtörvényszék*, 68. évfolyam, 2016/3–4., 43–50.

DOI: <https://doi.org/10.29068/HO.2016.3-4.43-50>

URBINÉ BORBÉLY SZILVIA (2016): A testnevelők és a testnevelés tantárgy presztízse a megváltozott testkulturális környezetben, in KOVÁCS KLÁRA (szerk.): *Értéktérítő testnevelés. Tanulmányok a testnevelés és a sportolás szerepéről a Kárpát-medencei fiatalok életében*, Debrecen, Debreceni Egyetemi Kiadó, 111–122.

Family as a support in preparing for a healthy life through the example of sports education

ABSTRACT

As a result of advances in science, mechanisation and many other factors, humans in the more developed regions of the world have become sedentary and comfortable. Homo sapiens, who previously earned their living through physical effort for thousands of years, has become Homo sedens. Our bodies also need movement to maintain health. This is hardly ever achieved in the natural activities of life, which is why it is important to create stylized task situations (sports). In order to lead an active life (also) in adulthood, it is necessary to learn to exercise and to develop the desire to do sport from childhood. The family has an important role to play here. It is only with sustained family support that sporting activity, which starts in early childhood, can become a factor in a healthy adult life. This study uses the literature and a survey of university students to show how the support function of the family can be understood in relation to this problem.

KEYWORDS: family, support, sport

GOMBOCZ JÁNOS | Professor emeritus. 1968 óta dolgozik jelenlegi munkahelyén, a TF-en, emellett több egyetem óraadója volt, s az Eötvös Kollégium tanáráként is szolgált. Kutatási témái sportpedagógiai és felsőoktatás-pedagógiai problémák. Számos tanulmány, könyv és könyvrészlet szerzője.

GOMBOCZ ORSOLYA | 1998 óta a Pázmány Péter Katolikus Egyetem oktatója, a Vitéz János Tanárképző Központ docense, a tanárképzés pedagógiai tárgyait és német szakmódszertant oktat. A Goethe Institut akkreditált vizsgáztatója. Óraadó az Esztergomi Hittudományi Főiskolán. Kutatói érdeklődése középpontjában a tanárképzés áll.

SZOLGÁLÓ SZERETET

A MAGYAR MÁLTAI
SZERETETSZOLGÁLAT
TÖRTÉNETE

A magyar Máltaiak történetét bemutató könyv nem csupán a Szeretetszolgálat, hanem a honi segélyezéstörténet vonatkozásában is egyfajta hiányt pótol. Miközben a képekkel gazdagon illusztrált album áttekintését adja a segélyszervezet múltjának, a magyar szociális rendszer létrejöttének alapja is felsejlik benne.

SZEREZZE BE MOST!
szolgaloszeretet.maltai.hu

Bomhényi Tamás - Solymári Dániel - Tihanyi Gábor



SZOLGÁLÓ SZERETET

A MAGYAR MÁLTAI SZERETETSZOLGÁLAT TÖRTÉNETE

