

DOI: 10.15773/EKKE.2025.007

Eszterházy Károly Katolikus Egyetem

Neveléstudományi Doktori Iskola



Doktori Iskola vezetője: Prof. Dr. Szűts Zoltán egyetemi tanár, PhD

Programigazgatója: Dr. Szőke-Milinte Enikő egyetemi docens, PhD

Doktori (PhD) disszertáció

Juhász István

A kézilabdázók bevalását meghatározó tényezők vizsgálata

Témavezetők:

Prof. Dr. Bognár József egyetemi tanár, PhD

Dr. habil Révész László egyetemi docens, PhD

Eger

2025.

TARTALOMJEGYZÉK

1.	BEVEZETÉS	4
1.1.	A témaválasztás indoklása.....	5
1.2.	Problémafelvetés	9
1.3.	A kutatás célkitűzései	12
1.4.	Kutatási kérdések	12
1.5.	Hipotézisek.....	13
2.	SZAKIRODALMI ÁTTEKINTÉS	14
2.1.	A tehetségkutatás elméleti és gyakorlati háttére.....	14
2.2.	A tehetségmodellek áttekintése	16
2.3.	A sporttehetség vizsgálatok, a sporttehetség fogalma	20
2.4.	A környezet hatásai a tehetséggondozásban.....	24
2.5.	A kézilabdázókra jellemző tehetség- és személyiségjegyek	29
2.6.	A sport és nevelés kapcsolata	34
2.6.1.	Az edző-sportoló kapcsolatok hatása a sporttevékenységre	34
2.6.2.	A szülő-edző-sportoló kapcsolat együttes hatása a sporttevékenységre.....	37
2.7.	A kondicionális képességek és alkati tulajdonságok jelentősége a kézilabdázók tehetséggondozásában	39
3.	MÓDSZEREK.....	43
3.1.	Populáció, minta.....	43
3.2.	Adatfelvétel	50
3.2.1.	Dokumentumelemzés	51
3.2.2.	Mélyinterjúk	51
3.2.3.	Motorikus és az alkati adottságok felmérését szolgáló tesztek.....	51
3.2.4.	A Vienna Test System (VTS).....	56
3.2.5.	A kérdőívek és tesztek adatfelvétele	57
3.3.	Adatfeldolgozás.....	61
4.	EREDMÉNYEK.....	64
4.1.	A Magyar Kézilabda Szövetség stratégiájának elemzése (2022–2028).....	64
4.2.	A szereplők véleménye.....	69
4.3.	A motorikus tesztek és az alkati paraméterek eredményeinek vizsgálata	84
4.4.	A Vienna Test System (VTS) személyiség vizsgálat eredményeinek bemutatása.....	87
4.5.	A vizsgálatban részt vevők sportpedagógiai aspektusú vizsgálata.....	94
4.6.	A vizsgálatban részt vevő sportolók mérkőzés előtt önértékelésre vonatkozó pszichés állapotának vizsgálata	107
4.7.	A környezeti hatások vizsgálata az edzői bánásmód kapcsán	110

4.8.	A környezeti tényezők vizsgálata a szülői támogatás kapcsán.....	119
4.9.	Az edző és sportoló kapcsolatának vizsgálata a sportoló szemszögén keresztül	125
4.10.	Az edzői viselkedés eredményei a sportolók nézetei alapján.....	128
4.11.	A sportolói motiváció vizsgálat eredményeinek elemzése	130
4.12.	A teljesítményre ható tényezők összefüggéseinek vizsgálata	134
5.	MEGBESZÉLÉS	137
5.1.	A kutatás és annak összefüggései a szakági szövetség stratégiájával	138
5.2.	Kondicionális és az alkati profilok vizsgálata	139
5.3.	A sportpedagógiai környezeti profilok vizsgálata	140
5.4.	A pszichológiai profilok vizsgálata	143
5.5.	A sportoló és szülő kapcsolat vizsgálata	146
5.6.	Az edző-sportoló kapcsolat vizsgálata	148
5.7.	A válogatott kézilabdázók belső és külső környezeti tényezők alapján kialakított profiljai (férfiak – nők).....	151
5.8.	Hipotézis vizsgálatok	152
5.9.	A kutatás eredményeink hasznosulása a gyakorlati munkában, ajánlás.....	155
5.10.	A vizsgálat korlátai, további kutatási lehetőségek.....	158
	IRODALOMJEGYZÉK.....	160
	ÖSSZEFOGLALÁS.....	180
	SUMMARY	181
	SAJÁT KÖZLEMÉNYEK JEGYZÉKE.....	182
	ÁBRÁK JEGYZÉKE.....	185
	TÁBLÁZATOK JEGYZÉKE	186
	DIAGRAMOK JEGYZÉKE	191
	KÖSZÖNETNYILVÁNÍTÁS	192
	MELLÉKLETEK	193

1. BEVEZETÉS

Az elmúlt években a sport stratégiai ágazattá válása felpörgette a magyar sportéletet. Ez a változás átalakította és új kihívások elé is állította a sportban tevékenykedő szakembereket a sport minden területén. A megnövekedett igények és elvárások a szakemberek részére új területeket nyitott meg és tett lehetővé a sportolók felkészítésében. Elérhetővé váltak olyan eszközök és módszerek a sportszakma és a különböző tudományterületek esetében, amelyek ezt megelőzően jóval kisebb intenzitással voltak megvalósíthatóak a sportolók felkészítése során. Ez a szintű átalakulás jelentősen érintette a kézilabdázást is. A hazai kézilabdázás eredményeit és hagyományait tekintve vezető csapatsportág, amely mind sportszervezeti, mind nemzeti válogatott szinten ismert és elismert hazánkban és a nemzetközi sportéletben is.

A kézilabdázás népszerűsége és a joggal elvárható eredmény nagyobb és szélesebb körű felelősséget is jelentett és jelent a sportági szövetség számára, amely felelős a sportágért. Ezek a felelősségi körök elsősorban az utánpótlás esetében jelentkeznek a leghatványozottabban, hiszen a jelenlegi fiatal kézilabdázók jelentik a sportág számára a jövőt. Az élsport teljesítményközpontú megítélését nem lehet elvitatni, valamint azt sem, hogy csak az a sportoló tud tartósan magas szinten teljesíteni, akinek a felkészítése tartalmaz minden olyan elemet, amely segíti őt a pályafutása során fellépő új kihívások teljesítésében.

A jövő erőpróbáit nagyon nehéz egzakt formában megállapítani, hiszen ma nem tudjuk, hogy az utánpótlás korú sportolóinknak milyen szakmai és a szakmát körülvevő környezeti feltételek mellett kell majd megfelelniük – nyolc-tíz év múlva – a felnőttek között, ahol minden „csak a győzelemről” szól. Azt viszont már a jelenben is tudjuk, hogy a sportolók teljes spektrumú felkészítése (szakmai, pedagógiai, pszichológia) segítheti a megfelelést a jövő kihívásaira vonatkozólag. A jelenkori felkészítési modellek nem nélkülözhetik a szakmai tartalmak mellett a sportban résztvevők személyiségvizsgálatát sem, ahol az értelmi, érzelmi, magatartásbeli, viselkedésbeli faktorok minőségét tudjuk megállapítani. Legalább ilyen fontos tényező számunkra a sportszakemberek és a sportolók kapcsolatrendszere is. Az edzők, sportszakemberek felelőssége egyre jobban felértékelődik, hiszen az edző szinte napi kapcsolatban van a tanítványával, ami egy idő után bizalmi viszonyná is válik (Révész, 2023). A sportoló és az edző között kialakult elköteleződött bizalmi kapcsolat alapja lehet a kiemelkedő

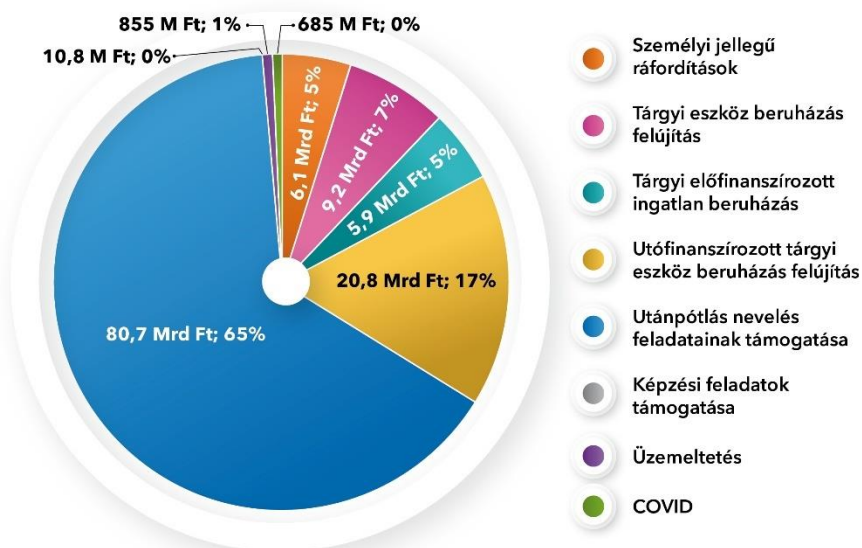
teljesítménynek. A sportolóvá válás folyamatában központi szerepben vannak a szülők. A szülők szerepét nem szabad elvitatni, de szükséges megvizsgálni, hogy milyen területeken van erős, vagy éppen kisebb hatással a sportoló gyermekére? A megfelelő szülői magatartás támogathatja a sportágban való hosszú távú részvételt és csökkentheti az idő előtti sportágelhagyást (Géczi és Baji, 2016).

Disszertációm célja, hogy megvizsgáljam a kézilabdázók bevalásához szükséges környezeti tényezőket. A vizsgálat eredményeit pedig felhasználjuk a sportági szakmai stratégiai irányok kialakításában és beépítjük azokat az edzőképzésbe is.

1.1. A témaválasztás indoklása

A jelenkori kihívásoknak való megfelelés érdekében szükségesnek tűnik, hogy az eddigi sportági határokat kiszélesítsük, új gondolatvilágot honosítsunk meg, amely a társadalmi szerepvállalásán keresztül hatással lehet a felnövekvő generációkra. Folyamatosan fejlődő és változó világunkban a sportágfejlesztési területeinken is válaszokat és lehetőségeket kell adnunk mindazon szereplőknek, akik játsszák, tanítják, vezetik vagy éppen szeretik és támogatják a sportágot. Ehhez az összes stratégiai partnerünkkel (állami sportvezetés, olimpiai mozgalom, diáksport, oktatási és sporttudományos intézmények) közös gondolkodásra van szükségünk, mely együttes hozzáadott értéke támogathatja az iskolai sportból kiinduló fiatalokat a sportakadémiák minőségi szintjének elérésében és a sportágban való felnőtt szintű professzionális teljesítményben.

A kézilabdázás stratégiai pozícióba kerülésére legerőteljesebb hatással a sportágban alkalmazhatóvá vált új támogatási forma volt, amely a kézilabdázást látvány csapatsportággá minősítette. Ez az új lehetőség tette lehetővé a sportágnak a társasági és osztalékadó (TAO) kormányzat által biztosított keretösszegben történő felhasználását. A TAO 2011-es bevezetése mennyiségi és minőségi szintnövekedésben is jelentkezett a kézilabdázásban. Megnövekedtek a sportolói, edzői létszámok, amelyek erőteljes hatással voltak a sportág további népszerűségére, szakmai tartalmaira, valamint serkentő erőként jelent meg – az eszközbeszerzések, csarnoképítések során – a sportgazdaságra is. Ezek hatására a sportág hazánkban jelenleg az egyik legnépszerűbb csapatsportág (Kovács és mtsai, 2015).



1. diagram: A TAO támogatások alakulása 2018–2023 között (forrás: MKSZ TAO adatbázis, saját szerkesztés)



2. diagram: Az igazolt kézilabdázók létszámának alakulása 2011–2023. között (forrás: MKSZ adatbázis, saját szerkesztés)

Év/ Kategória	A	B	C+	C	D	Z	összes:	E	K	S
2012	7	47		64	250		368			
2013	29	126		830	272		1257			
2014	31	167		1078	274		1550			
2015	31	189		1203	293		1716			
2016	33	237		1339	323		1932			
2017	56	239		1498	402		2195			
2018	66	256		1554	490	3	2369			
2019	88	260		1430	592	3	2373	46	81	
2020	88	317		1447	647	1	2500	67	81	
2021	111	338		1350	617		2416	67	103	
2022	123	381		1313	624	2	2443	89	103	
2023	123	372	36	1175	685		2391	89	132	60

1. táblázat: A licensz-l rendelkező kézilabda edzők létszámának alakulása 2012–2023. között (forrás: MKSZ adatbázis, saját szerkesztés, pirossal jelölve a TAO által még nem támogatott képzési évet). (A: Európai mesteredző, B: Szakedző, C: Középfokú edző, C+: Átképzésben résztvevők, D: Alapfokú edző, Z: Méltányossággal adható külön engedély, E: Erőnlét edző, K: Kapus edző, S: Strandkézilabda edző.)

A sportolóvá válás időszakában egyre szűkül az a játékosmennyiség, amelynek tagjai majd az élsport nemzetközi mezőnyében is teljesítőképes tudással rendelkeznek. Az empirikus tapasztalatok és a tudományos eredmények azt bizonyítják, hogy tartósan megfelelő minőségű és nemzetközi szintű teljesítményt csak a teljes spektrumú felkészítés eredményezhet, amelyben a sportszakmai tartalmakon kívül egyre nagyobb szerepet kapnak a társadalomtudományokat képviselő területek is, amelyek hozzájárulnak a sportolók személyiségfejlődéséhez. Élsportolóink zöme 10–14 év közötti időt tölt el a nemzetközi mezőnyben, amihez legalább ennyi idejű felkészítés, felkészülés szükséges az évek során (Ericsson, Krampe és Tesch-Römer, 1993; Ericsson és Charness, 1994). Ezek a számok arra is rávilágítanak, hogy a kézilabdázás nem a korai specializálódás alapjaira épülő sportág. A sportolók hosszú távú részvételét a sportágban a felkészítés során elsősorban az edzésrendszereken belüli összefüggések szenzitivitása és az edzettséget meghatározó belső tényezők (teljesítőképeség, teljesítőkézség) minősége fogja meghatározni. Ahogyan a 1. ábrán is láthatjuk, az edzettséget meghatározó – és a beválást prognosztizáló – kapcsolatrendszerek szoros egymásra hatással rendelkeznek a teljesítőképeség és a teljesítőkézség oldalán. A két terület alkotóelemeinek kölcsönhatásban történő fejlesztése és azok minősége a képességek és a készségek oldalán megkerülhetetlenek a különböző életkorokban.



1. ábra: Az edzettséget meghatározó belső tényezők kapcsolata (Juhász, 2017. 30. o.)

Az eredményesség összetett rendszerén belül középpontban a sportolónak kell állnia, akinek a tervszerű, hosszútávú felkészítését komplex módon szükséges megvalósítani. Ahhoz, hogy egy kiválasztott sportolót el tudjunk juttatni a képességeinek és készségeinek megfelelő felnőttkori szintre, tervszerű folyamatok mentén szükséges haladnunk a kiválasztástól a beválásig.



2. ábra: Teljesítménypiramis és a sportági támogatás intenzitás összehasonlítása (MKSZ Stratégia 74. o.)

Ahogy a 2. ábrán látjuk, a sportági felnőttkori minőség az, amely meghatározza a sportágba áramló anyagi és egyéb jelentős források mennyiségét. Ezek alapján elmondhatjuk, hogy számunkra perdöntő, hogy a minőség és az ahhoz rendelt mennyiségi mutatók milyen arányban állnak egymással a felkészítés során, amely erőteljesen meg fogja határozni a beválás minőségét is.

Amennyiben a sportág utánpótlás és felnőtt eredményeit összehasonlítjuk, akkor azt tapasztaljuk, hogy a felnőttkori áttörést jelentő eredmények még váratnak magukra. Ennek az okait vizsgálva nem hagyhatjuk figyelmen kívül az utánpótlásban végzett szakmai munka minőségi elemzését. Ebben a pillanatban talán úgy tűnik, hogy ez egy irreleváns megállapítás, mivel a sportági utánpótlás kiemelkedő eredményeket ért el világviszonylatban (2. táblázat). Viszont nem feledkezhetünk el arról, hogy a felnőttkori beválás nélkül az utánpótláskori beválást nem tekinthetjük teljes sikernek. Amennyiben meg tudjuk találni az utánpótlás és a felnőttkor közti átmenetet gátló, vagy éppen azt segítő problématerkép megoldásait a természet- és társadalomtudomány területein – a képesség- és a készségfaktorok esetében –, akkor feltételezhetően a sportági felnőttkori beválás eredményein is javíthatunk a kézilabdázók esetében, ami minőségi élsportot és a hátszágot is támogathatja.

Az elmúlt több, mint két évtizedben válogatott edzőként, sportvezetőként vettem részt a hazai és nemzetközi kézilabda életben. Ez idő alatt az eredményesség érdekében folyamatosan szakmai válaszokat kellett adnunk a sportágban megjelenő változásokra és kihívásokra, melyek sok esetben tartalmaztak olyan új tartalmakat, amelyekre nem, vagy csak kevésbé voltak jó válaszaink. Ezek közé tartozott a kézilabdázók beválást támogató környezet tényezőinek vizsgálata is. Dolgozatomban ezt a témakört szeretném körüljárni, melynek eredményeit a sportág hasznosíthatja majd a kézilabdázók felkészítése kapcsán.

1.2. Problémafelvetés

A sportágválasztás ösztönzése, a kiválasztás, a tehetséggondozás, majd a beválás alapjait kell, hogy képezze a sportszakemberek mindennapi tevékenységének. Ezen tevékenységek alapozzák meg az élsportot.

A felkészítés folyamata közben sok olyan jellemző problémával és kérdéssel találkozunk napjainkban, amelyek megoldása lényeges feladata kell, hogy legyen az edzőknek, testnevelőknek, valamint a sportági szövetségnek. Ezek az alábbiak:

- A siker- és eredményorientált versenysport a kiemelkedő képességű és motiváltságú sportolók jelenlétét és aktív részvételét kívánja meg. A sportágak mára erősen specializálódtak, melynek következtében az adott sportág

szempontjából fontos általános és sportágspecifikus képességekkel rendelkező sportolókra tartanak leginkább igényt (Révész és mtsai, 2005a).

- A képességek egy része öröklött, azonban egy jelentős része a képzés, felkészítés, tehetséggondozás eredményeként jelentkezik (Juhász, 2017).
- A versenysport szempontjából fontos képességekkel, készségekkel rendelkező sportolók kiválasztásának hatékonysága iránt egyre inkább fokozódik az igény (Révész és mtsai, 2007a).
- A tehetséggondozással kapcsolatos tudományos ismeretek bővítésére, az adott sportág szempontjából fontos képességek mérésének lehetőségére, a fejlődés kritériumainak meghatározására és a beválás tényezőinek minél pontosabb megfogalmazására is igényt tartanak a szakemberek (Nieuwenhuis, Spamer és Van Rossum, 2002).

A sportágban dolgozó szakemberek már régóta keresik a sportági alkalmasság objektív mérőeszközeit, a kiválasztás legmegfelelőbb módszereit és a tehetséggondozás leghatékonyabb formáját, hiszen a kiemelkedő képességű sportolók, a tehetségek felkutatása, képzése és a tehetséggondozás folyamatának határfoka határozza meg az eredményességet (Nádori, 1985).

A különböző életkorokhoz köthető tehetséggondozás aktuális eredményeit a legobjektívebben a sportági nemzetközi eredményeséggel tudjuk lemérni. A kézilabdázásban ezek az eredmények – a felnőttkorra való beválás kapcsán – bizakodásra adnak okot. A női utánpótlás-csapatok a legjobbak között vannak a világelitben, mivel 2018-tól minden évben Európa- vagy világbajnoki címet, illetve érmes helyezést szereztek a különböző korosztályú csapataink. A férfi utánpótlás az elmúlt hat világverseny során ötször jutott be a legjobb 5 csapat közé, valamint a junior válogatott 2023-ban világbajnoki ezüstérmet, míg az ifjúsági válogatott 2024-ben Európa-bajnoki bronzérmet szerzett.

	FÉRFI		NŐI		FÉRFI		NŐI	
	Junior világ-bajnokság	Ifjúsági világ-bajnokság	Junior világ-bajnokság	Ifjúsági világ-bajnokság	Junior Európa-bajnokság	Ifjúsági Európa-bajnokság	Junior Európa-bajnokság	Ifjúsági Európa-bajnokság
2018			1.	2.	11.	10.		
2019	15.	5.					1.	1.
2020								
2021					9.		1.	1.
2022			2.	3.	5.	4.		
2023	2.	11.					1.	5.
2024			2.	3.	12.	3.		

2. táblázat: A magyar utánpótlás válogatottak eredményei (2018–2024), (forrás: saját szerkesztés)
(férfi junior korosztály U20-21, női junior korosztály U19-20, férfi ifjúsági korosztály U18-19,
női ifjúsági korosztály U17-18).

A felnőttkori eredményességhez viszont szükséges egy szisztematikusan kidolgozott és végrehajtott felkészítési rendszer, melynek része a kiválasztás és a tehetséggondozás (Williams és Hodges, 2004). A versenysport a tehetségek keresésén túl a fiatal sportolók fejlődésének folyamatos mérését is igényli annak érdekében, hogy a kiválasztás és a tehetséggondozás folyamatát hatékonyan elősegítse. Köztudott, hogy a csúcsteljesítmény eléréséhez a legjobb adottságokkal rendelkező sportolókra van szükség, ugyanakkor az sem vitatott, hogy az edzés minősége, mennyisége és a környezet is döntő tényező a folyamatban (Morris, 2000).

A hazai kézilabdázásban jelen kutatás egyedülálló feladatként kerül megvalósításra, amely megpróbálja a felkészítés és a beválás problematikáját holisztikus megközelítéssel kezelni és az eredmények vonatkozásában megkeresni, de legalább rávilágítani azokra a képesség- és készségfaktorokra, amelyek a különbséget jelenthetik a fiatal sportolók között a beválás vonatkozásában.

A kézilabda sportágban való sikeres megfeleléshez szükséges tehetségjegyeket kívánjuk feltérképezni, valamint feltárni azokat a faktorokat, amelyek segíthetik meghatározni a felnőttkori beváláshoz szükséges adottságokat és megszerzett tulajdonságokat.

A kutatás nem nélkülözheti a tehetséggondozás a Magyar Kézilabda Szövetség stratégiájának elemzését és a sportszakemberek szemszögéből való megközelítését. A kapott információk elemzését követően keressük azokat a fontos elemeket, eszközöket, amelyek a sportszakemberek rendelkezésére állhatnak, illetve kíváncsiak vagyunk, hogy ezek az eszközök milyen minőséget képviselnek a különböző működési szinteken?

Kutatásunkban arra teszünk kísérletet, hogy különböző módszerekkel meghatározzuk a kondicionális, a pszichés és a pedagógiai tényezőket, amelyek befolyásolhatják a kiválasztott sportolók életpályáját és eljuttathatják ezeket a fiatalokat a beválás szintjére.

Keressük majd az „érzékeny” különbözőségeket is, amelyek a gyakorló szakemberek számára egyaránt támpontot adhatnak majd a kiválasztás és a felkészítés során.

1.3. A kutatás célkitűzései

A felnőttkori kiemelkedő szintű teljesítmény elérésének alapja a megfelelő utánpótlásnevelés és szisztematikus szakmai munka az utánpótlás korosztályokban. A megfelelő sportági adottságokra épülő általános és specifikus képességek fejlesztése nem valósítható meg anélkül, hogy nincs megfelelő szintű ismeretünk a sportolókat körülvevő intra- és interperszonális tényezőkről. Ezeknek a tényezőknek a feltárása hatékonyabbá teheti a sportszakmai stratégiai irányok kialakítását és azok integrálását a napi gyakorlatba. Kutatásunk stratégiai célja a nemzetközi minőségi szint eléréséhez szükséges tényezők szerepének meghatározása a sportág további fejlesztése érdekében, valamint meghatározni a kézilabdázás utánpótlásnevelésében (U18-as korosztály) a tehetség főbb neveléstudományi jellemzőit, melyek megkülönböztetik a különböző beválási szinten lévő sportolókat. A megkülönböztető tényezők között erőteljesen szeretnénk rávilágítani a kézilabdázókat körülvevő környezet fontosságára és hatásmechanizmusára is.

Emellett kutatásunk célja meghatározni a mintát alkotó utánpótlás korosztályra vonatkozó jellemző tehetségprofil, amely majd alátámasztja, hogy milyen tehetségg komponensek mentén lehet a játékosokat optimálisan fejleszteni pályafutásuk során a legmagasabb szintű teljesítmény elérése érdekében.

1.4. Kutatási kérdések

K1. A sportági stratégiai irányelvek miként támogatják az utánpótlásnevelést és a tehetséggondozást a sportágban?

K2. Melyek a legfontosabbnak vélt tényezők a tehetséggondozásra és beválásra vonatkozólag a sportolók és az edzők véleménye alapján?

K3. Milyen különbségek mutathatók ki a válogatott és a nem válogatott kézilabdázók között az alábbi területeken:

- pszichomotoros,
- pedagógiai
- pszichés területeken?

K4. Mennyire eltérőek a férfiak és a nők esetében a beválás jellemzői?

1.5. Hipotézisek

H1. Feltételezzük, hogy a szakági szövetség startégiájában az utánpótlásnevelés rendszerszinten működik, elsősorban a sportszakmai feladatokhoz igazodóan.

H2. Feltételezzük, hogy a sportolók és az edzők véleménye alapján a sikeresség szempontjából a legfontosabb összetevőket a sportszakmai – főleg a belső tényezőkkel összefüggő – nézetek alkotják majd.

H3. Feltételezzük, hogy a válogatott és nem válogatott utánpótláskorú kézilabdázók között különbség mutatkozik a

- pszichomotoros,
- pedagógiai és
- pszichés területeken.

H4. Feltételezzük, hogy a válogatott és nem válogatott férfiak és nők esetében eltérőek lesznek a beválás jellemzői.

2. SZAKIRODALMI ÁTTEKINTÉS

2.1. A tehetségkutatás elméleti és gyakorlati háttere

A kézilabdázás alapvető mozgáselemeinek életkorokhoz kapcsolódó technikai és taktikai mozgásanyagának az ismerete megfelelő alapot nyújt az edzői munkához, amely munka biztosíthatja a sportoló felkészítését és folyamatosan bővülő ismeretét a sportági mozgásanyagban. A technikai és taktikai ismeretek mellett – mivel a kiválasztás inkább a fiatalok sportolókat érinti –, nem szabad figyelmen kívül hagynunk az életkorokra jellemző személyiségbeli és kognitív képességeket sem (Juhász, 2017).

Kezdetekben a tehetségkutatások jelentős összefüggéseket mutattak az intelligenciát meghatározó tesztekkel és azokból levonható következtetésekkel. Ennek oka, hogy kezdetben az emberek közötti különbségeket az intelligencia mérésekkel próbálták meghatározni. Az intelligenciavizsgálatokból alakultak ki a mai tehetségvizsgálatok. Az első ismert intelligencia teszt – Binet és Simon, 1905 – az általános értelmi képesség mérésére irányult, mely eredetileg azt a célt szolgálta, hogy a kötelező oktatás keretei között kiszűrje azokat a gyerekeket, akik túl lassú felfogásúak. A mai ismert intelligencia hányadost (IQ) Stern (1914) dolgozta ki, amelyben a mentális kor és az életkor hányadosa, majd ezt az értéket százszal megszorozva adja az IQ értékét.

A témában való kutatások új lendületet kaptak Terman kutatásaival. Terman (1925) fő célja az intelligencia vizsgálatokkal az volt, hogy kidolgozza a tehetséges gyermekek azonosításnak módszerét. Eredményei sikeresnek mondhatóak, de a felnőttkori eredményességet a gyermekkori eredményekből nem tudta minden kétséget kizáróan igazolni, tehát nem talált perdöntő kapcsolatot a két faktor vonatkozásában, azaz abban, hogy a gyermekkori tehetség összefüggésben van a felnőttkori kimagasló eredménnyel. Ennek a problémának a kezelésére Wechsler (1939) dolgozott ki a felnőttek számára egy új tesztet, mivel úgy vélte, hogy az eddig alkalmazott mérési eljárások nem alkalmasak a felnőttkori képességek meghatározására, emiatt az életkoroknak megfelelő tesztek alkalmazását javasolta.

Spearman korai vizsgálatai (1904) során megfigyelte, hogy a mentális képességek korrelálnak egymással, és azt tapasztalta, hogy azok a személyek, akik a memória tesztben jól teljesítettek, jó eredményt értek el a mondatkiegészítési feladatokban is. Spearman (1927) úgy értelmezte ezt, hogy létezik az intelligenciának egy általános

része, melyet „g” faktornak nevezett el. A „g” faktor az angol „general factor” elnevezés rövidítése, és az általános intelligenciát takarja. Thurstone (1938) ennek nyomán megalkotta a többtényezős intelligencia fogalmát, és bevezette az első képességmodellt is. Azt vallotta, hogy hét elsődleges intelligencia-képesség létezik (szókincs folyékonysága, verbális felfogás, memória, számok, indukció, térbeli percepció, percepció sebessége), melyek befolyásolják a probléma- és feladatmegoldó képességet.

Guilford (1967) ismerte fel azt először, hogy a tehetséges gyermek kognitív teljesítményében több pszichikus jelenség hatásának van együttesen szerepe. Ezzel felváltotta az egytényezős elméleteket a többtényezős tehetség elméletre, azaz bevezette a konvergens gondolkodás elméletét.

A kognitív pszichológiában az információfeldolgozási modellek átformálásával új irányt vett az intelligenciakutatás. Olyan módszerek kidolgozása valósult meg, melyekkel pontosan meg lehet határozni a mentális műveletek elemi komponenseinek lezajlásához szükséges időt is (Sternberg, 1977). Sternberg (1991), mely szerint az intelligenciát négy területre lehet bontani. Ezek a tanulási képesség; az absztrakt gondolkodás képessége; a képesség, hogy alkalmazkodjunk a változó világhoz; és önmagunk motiválásának képessége az előttünk álló feladatok megoldására.

Gardner (1983) eredményei az intelligencia vizsgálatok jelentős állomását alkották. Guilford (1967) többtényezős tehetségelméletére, a divergens gondolkodás elméletére alapozva Gardner (1983) megalkotta a többszörös intelligencia elméletét, és hét intellektuális képességet írt le. Véleménye szerint ezek egymástól függetlenül, elkülönült részként, saját szabályaik szerint működnek az agyban. Elméletében logikai-matematikai, térbeli, zenei, testi-kinesztetikai, nyelvi, interperszonális és intraperszonális intelligenciát különböztet meg. Gardner elmélete a sport szempontjából mérföldkönek számít, hiszen a Marland (1972) által is leírt tehetség-megjelenési területek között először említi önálló, kiemelt tehetségterületként a sportot, mint pszichomotoros (testi-kinesztetikai) intelligenciát. A testi-kinesztetikai intelligencia tartalmazza a test, illetve a testrészek mozgatásával létrehozott, a sporttevékenység közben elért kimagasló teljesítményt. Gardner (1991) későbbi munkájában más szempontokat is alkalmazott a csoportosításban, így naturalista, egzisztenciális és morális intelligencia csoportokkal egészítette ki felsorolását.

Az intelligenciakutatás eredményei ráirányították a figyelmet arra, hogy a tehetség összetevői között megtalálhatók a magas szintű általános intellektuális képességek (Kiss és Balogh, 2004), azonban nem bizonyított, hogy ezen képességeknek kizárólagos hatása lenne a teljesítményben és a sportteljesítményben. A kutatások fejlődése során látható, hogy a szűk, egytényezős megközelítés egyre inkább összetetté és többtényezősé vált, a képességek korrelációi szorosabbak lettek, illetve próbálkozások történtek a gyermekkori teljesítmény felnőttkori bejósolására is. Ilyen irányú kísérleteknek lehetünk majd tanúi a sporttehetség vizsgálatok elemzésénél is.

A kutatási eredményekből kitűnik, hogy az intelligenciahányados egyes kognitív képességek jellemzője lehet a sportban is, de nem jelenti azt, hogy a magas IQ egyben garancia a tehetség meglétére is (Révész, 2008). Ugyanakkor valószínűsíthető, hogy ha valakinek az intelligencia szintje kifejezetten alacsony, aligha van esélye arra, hogy tehetséges legyen (Ranschburg, 1989). A sportban emiatt ugyanolyan hiba kizárólagosan a magas intelligenciára alapozni a sikert, mint abszolút módon elzárkózni tőle. Perkins (1981) véleménye szerint sem bizonyított, hogy a legintelligensebb gyermekek lesznek a legjobbak felnőtt korukra.

2.2. A tehetségmodellek áttekintése

A különböző sportágak – így a kézilabdázás is – a szélesnek nevezhető sportági alapokból szeretné megtalálni és felépíteni a „piramis” csúcsát jelentő beváltak körét, akik nemzetközi szinten is teljesítőképes tudással rendelkeznek. A teljesítőképes tudás realizálása sok esetben nem csak önmagától a sportolótól függ, mivel – ahogyan majd a későbbiekben a tehetségmodell kutatásokból is láthatjuk – a leadott teljesítményt a környezeti hatások erősen befolyásolják.

A tehetség-, sporttehetség-kutatások az 1970-s években kaptak új lendületet, amely kutatások nagy része – ebben az időszakban – a tehetséget, a tehetséget befolyásoló tényezőket összességében kezelte, és próbálta értelmezni a befolyásoló hatásmechanizmusokat. Talán az egyik első és széles körben is elfogadott tehetségmodellt Renzulli (1978) dolgozta ki.

Renzulli (1978) háromkörös tehetségmodellje

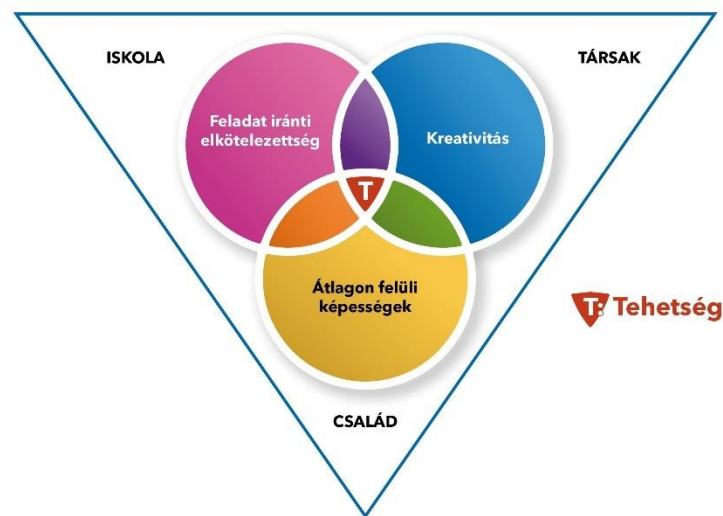


3. ábra: Renzulli háromkörös tehetségmodellje (Juhász, 2017. 77. o.)

A szerző a tehetség összetevőiként a feladat iránti elkötelezettséget, a kreativitást és az átlagon felüli képességeket említette. Modelljében teljes egészében a tehetség – és annak minősége – kizárólag az egyén interperszonális képességi szintje alapján került meghatározásra. A modell – abból adódóan, hogy a környezeti tényezőket figyelmen kívül hagyja – a sport területén nehezen válik alkalmazhatóvá. Ez a típusú megközelítése a tehetségkutatásnak elég gyakran előfordul. A szakirodalomban több, az intelligencia és tehetségkutatások történetét bemutató tanulmánnyal találkoztunk (Neisser és mtsai, 1996; Balogh, 2003, 2004; Ranschburg, 2004), ugyanakkor a tehetségvizsgálatok, tehetségmodellek sport-nézőpontú megközelítése már ritkábbnak bizonyul (Czeizel, 2003; Révész és mtsai, 2005a). Néhány szerző esetében előfordul, hogy tehetségmodelljében említést tesz a sportról, így egy-egy sportcentrikus tehetségvizsgálattal találkozhat ugyan az érdeklődő, de a sportág-specifikus tehetség meghatározás számos sportág esetén szinte teljesen hiányzik a tudományos életből.

A kutatási eredmények bővülésével a szakemberek felismerték, hogy kevés az egyén veleszületett adottsága és belső igénye ahhoz, hogy képességei kibontakozzanak és valamely tevékenységben felszínre törjenek, emiatt a külső tényezők szerepe is jelentőséggel bír, melyek jelentősen befolyásolják a tehetség kialakulását. Külső tényezők között említhetőek a környezeti tényezők is. A következő lépés ebből kifolyólag annak bizonyítása volt, hogy a környezetnek milyen területen van hatása a tehetség optimális kifejlődése.

Mönks és Knoers (1997) többtényezős tehetségmodellje



4. ábra: Mönks és Knoers (1997) többtényezős tehetségmodellje (Juhász, 2017. 77. o.)

Többtényezős tehetségmodelljünkben Mönks és Knoers (1997) a Renzulli-féle háromkörös tehetségmodell továbbfejlesztésével három környezeti tényezőt emeltek ki, amelyek az intraperszonális tulajdonságok mellett számottevő hatással (kontextuális környezet) vannak a tehetség kibontakozására. Modelljünkben a legfontosabb külső tényezők a család, az iskola és a társak.

A három környezeti faktor közül Mönks és Knoers (1997) a családnak tulajdonította a legfontosabb szerepet, mert általában a család biztosítja a gyermek számára az egészséges kognitív, affektív, szociális és motoros fejlődést. Mönks és Knoers (1997) szerint tehát a tehetség három személyiségjegy (feladat iránti elkötelezettség (motiváció); kreativitás; átlagon felüli képességek) interakciójából jön létre, mely három jegynek az egészséges fejlődést támogató mikro- és makrotársadalmi környezetre van szüksége a további fejlődéshez. Más szóval a hat faktor pozitív interakciója a tehetség megjelenésének feltétele (Mönks és Boxtel, 2000).

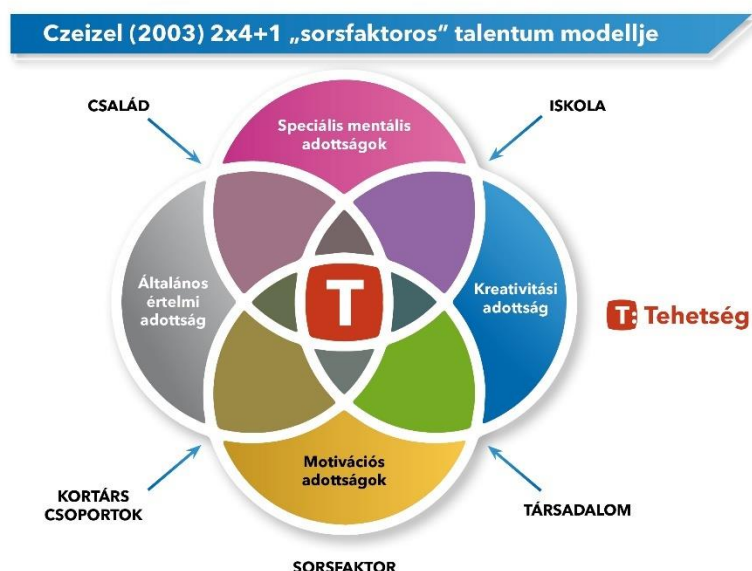
A történelem azonban gyakran mutat olyan példát is számunkra, ahol a környezet bizonyos okok miatt nem képes a gyermek képességeit kibontakoztatni, így a gyermek adottságai nem fejlődhetnek optimális mértékben. Részben emiatt alszanak ki a gyermekben rejlő kiemelkedő képességek. Ezt nevezi Czeizel (1997, 2004) „sorsfaktor”-nak, és erre a gondolatmenetre építve, valamint a korábbi tehetségmodellek erősségeit, illetve hiányosságait alapul véve alkotta meg a 2x4+1 „sorsfaktoros”

talentummodellt (Czeizel, 2003) (7. ábra). A modell négy belső és négy külső tényező köré építi a tehetség kibontakozását segítő vagy gátló összetevőket. A négy adottságtényező összefonódása és a négy környezeti összetevő hatása mellett a sors jelenik meg, mint befolyásoló tényező, ami érintheti a sportoló pályafutását.

A sorsfaktort Czeizel három részre bontotta, melynek csoportjai:

- korai halál (biológiai sors), amely nem teszi lehetővé a tehetség megjelenését (ide tartozik az abortusz és a balesetek);
- betegségek (önsorsrontás) közé sorolta az életmódot, a káros szenvedélyeket, a nemi bajokat és az öngyilkosságot;
- tehetségvesztés, talentumromlás (társadalmi sors), melynek alkotói a szegénység, rossz iskola, háború, bűntény.

A sorsfaktor eredményt befolyásoló szerepe adott, azonban, ha a felosztást vesszük alapul, láthatjuk, hogy egyes tényezőkre befolyásunk is lehet. Ilyen például az életmód és a káros szenvedélyek. Utóbbi például összeegyeztethetetlenek az élsporttal. Hasonlóképpen fontos és befolyásoló tényező – melyre hatásunk lehet – az életmódunk, illetve az egészségtudatos életvitelünk is. Ezekre a tényezőkre való gondos odafigyelés elválaszthatatlan részét képezik a tudatos sportolói felkészülésnek.

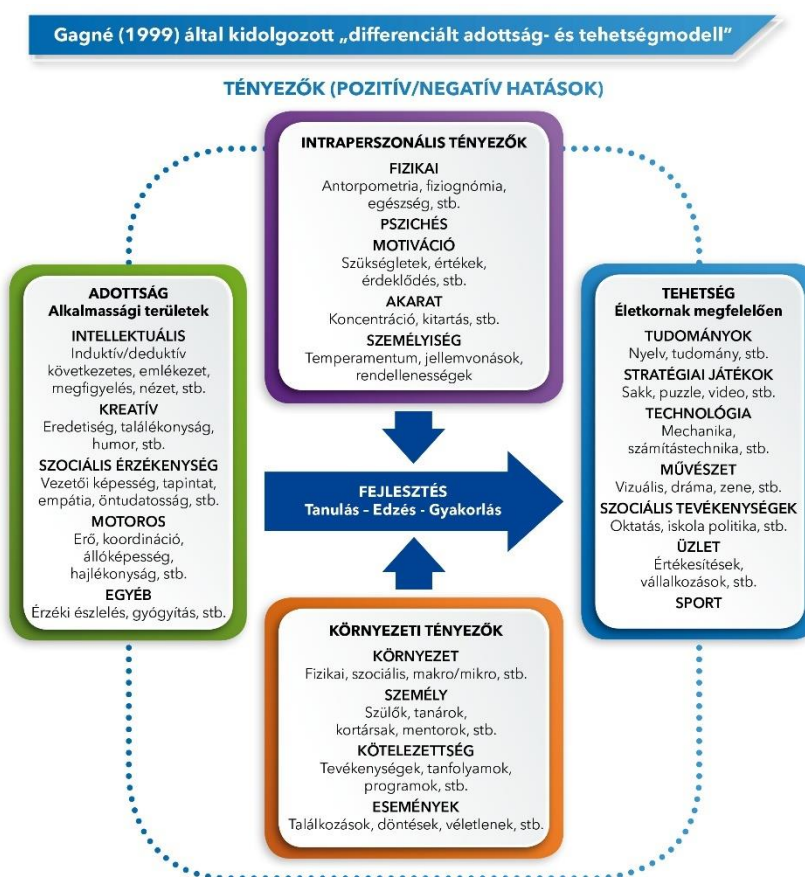


5. ábra: Czeizel (2003) 2x4+1 sorsfaktoros modellje (Révész, 2023. 43. o.)

Az eddigiek összegzéséként megállapíthatjuk, hogy általánosságban a tehetséget a veleszületett genetikai adottságok, valamint a környezetből érkező ingerek összessége és minősége határozza meg elsősorban.

2.3. A sporttehetség vizsgálatok, a sporttehetség fogalma

A tehetségvizsgálatok fejlődésével jól elkülönültek azok a területek, amelyben a kiemelkedő képességű egyének tehetségeiket megmutathatták. A '80-as években egyre világosabbá vált, hogy nem lehet valaki mindenben kiemelkedő, képességei által inkább valamilyen tevékenységcsoportban lehet sikeres. A sporttehetség vizsgálatok szempontjából a Gagné (1999) által kidolgozott „differentiált adottság és tehetség modell” (6. ábra) jelentősége számottevő. A modell tisztázza a tehetség-sporttehetség kutatással kapcsolatos kérdések jelentős körét, megfelelően strukturálja a tehetség kibontakozásának külső és belső tényezőit, emellett számos fogalmat is tisztáz.



6. ábra: Differentiált adottság és tehetség modell (Juhász, 2017. 80. o.)

A szerző szerint az adottságok fejlődésének lehetősége és megnyilvánulásának mértéke az egyén genetikai meghatározottságától függ. A tehetséget egy szisztematikusan és rendszeresen fejlesztendő képességnek, tudásnak véli. Meghatározása alapján a tehetség fokozatosan fejlődik ki az öröklött hajlamok képességekbe történő transzformálása által. A modellben a tehetség kibontakozása, majd gondozása tanuláson, edzésen és gyakorláson alapszik. A fejlesztés, fejlődés folyamatát elősegíthetik vagy gátolhatják egyrészt az intraperszonális tényezők, mint a fizikai és pszichés felkészültség, másrészt az interperszonális és környezeti tényezők, mint a mikro- és makrokörnyezetünkben élő emberek, vagy a felkínált lehetőségek, találkozások, programok, események. Gagné (1991) elkülöníti a természetes képességeket és az adott területhez tartozó szakemberek által fejlesztett képességeket. Ezekből kiindulva különbséget tesz az átlag feletti – veleszületett képességekkel – és a szintén kiemelkedő, de szerzett képességekkel rendelkező sporttehetségek között. Gagné (1999) szerint a sport kiváló terület, ahol az adottságokat a különböző jellemző fejlesztési folyamatokkal támogatni lehet és hatást lehet gyakorolni a fejlődésükre. Későbbiekben Gagné 2008-ban módosította a modelljét, ahol már jobban hangsúlyozza a veleszületett és a szerzett tehetséget, továbbá meg is határozza, hogy szerinte melyik képességek tartoznak az egyik, és melyek a másik kategóriába. A sporttehetséget a szerzett kategóriába sorolja, azaz úgy véli, hogy megfelelő környezeti tényezőkkel és szakirányú fejlesztéssel sokan lehetnek kiválóak a sportban.

Ehhez az állásponthoz közel áll – az őt megelőző időszakból – Ericsson, Krampel és Tesch-Römer (1993) véleménye is, miszerint a legalább 10 éven keresztül végzett 10.000 óra gyakorlás eredményezhet olyan szintű felkészültséget, amely kiemelkedő eredményt mutathat az adott képességterületen. A „Czeizel-féle sorsfaktort” ő is megemlíti, mint befolyásoló tényezőt a beválás kapcsán. Véleménye szerint azok az egyének mondhatóak tehetségesnek, akik a természetes képességek (mentális és fizikai adottságok) terén a korosztályban a felső 10%-hoz tartoznak. A sporttehetség kutatások során nem hagyhatjuk figyelmen kívül a környezeti tényezőket sem. A Heller, Neville, Schofield (2008) által publikált modellből kitűnik, hogy a tanulás nem lehet spontán tevékenység. Fontos szerepet tulajdonít a tanulást irányító környezeti tényezőknek, mint például:

- családi környezet
- családi klíma
- az instrukció minősége
- kritikus életesemények
- az osztály, csoport klímája

Kiemelt szerepet tulajdonít Heller, Neville és Schofield (2008) a sportkörnyezetben tevékenykedő szakembernek, de nem jelenít neki kizárólagosságot. Véleménye szerint úgy kell elképzelnünk a tehetségfejlődést, hogy ebben a családi, szülői, iskolai és kortárs csoportok hatások komplex módon jelentkeznek. Balogh és Révész (2019) az iskolát mint elsődleges tehetségfejlesztési környezetnek említi, viszont arról sem lehet megfeledkezni, hogy a sportegyesületi működés erőteljes hatással bír az iskolai közegre, és ez igaz fordítva is. Ebből adódóan mind a pedagógiai, mind a sportszakmai fejlesztést szükséges összehangolni a célok, módszerek és az éves terhelési összetevők meghatározásának céljából.

A sporttehetségvizsgálatok esetében – hasonlóan más tevékenységekhez – nem hanyagolhatjuk el, sőt talán kijelenthetjük, hogy kiemelt jelentőséggel bírnak az öröklött adottságok. Az elmúlt időszak sporttehetségkutatásai egyik része azt erősíti, hogy a tehetség veleszületett, míg mások pedig a gyakorlás mellett teszik le voksukat. A jelenkori felmérésekben egyre inkább dominánsabbá válik a környezet és a fejlesztés szerepe (Pléh, 2010).

A sporttehetségek esetében a genetikai adottságok mellett – vagy abból adódóan – az alkati összetevők is determinánsak. Ezek közé sorolhatjuk:

- testmagasság
- testalkat
- izomrost-összetétel
- ízületi mozgékonyosság
- hajlékonyosság

Ezek a morfológiai tényezők nagyban meghatározhatják – függően a sportági profiltól – a leadható teljesítménynek a minőségét, valamint befolyással bírnak arra, hogy az egyén milyen sportágban lehet képes kiemelkedő teljesítményre. Erre utal

Rókusfalvy (1985), aki még azt is hozzáteszi, hogy a tehetséges sportoló téthelyzetben az adott feladatot, illetve az adott szituációt kiválóan oldja meg, és szívesebben vállal magasabb kockázatot, valamint magabiztosabb is. A választott sportághoz köthető testmagasság és testtömeg fontosságát hangsúlyozzák Zsákai és mtsai (2009), ahol a kosárlabdázásban alapvető szelekciós szempontként említik a testmagasságot. A nagyobb termettel feltételezhetően együtt járó nagyobb testtömeg is előnyt jelent a sportteljesítmény létrehozásában, amennyiben az a nagyobb arányú izomzat jelenlétét valószínűsíti. Ennek tükrében a tömeg a labdajátékokban általánosan nagyobb súllyal szerepel a szelekciós szempontok között mind a hazai, mind pedig a nemzetközi gyakorlatban (Négele és mtsai, 2017; Malina és Bouchard, 1991; Tróznai és Pápai, 2009). A legtöbb kutatás – ahogyan látjuk –, az egyénre jellemző komplexitásban próbálja kezelni a talentum fogalmát. Itt a legtöbb esetben a képesség és készségfaktorkok illesztése valósul meg az adott életkorhoz, valamint a sportági profilhoz.

Hasonlóan látja Harsányi (2000), aki szintén komplexen értelmezi a sporttehetséget. Szerinte az tehetséges, akinek egészségi állapota, pszichikai, élettani, antropometriai, motorikus és szociális adottságai kiemelkedőek. Ezen tulajdonságok szerinte a fejlődés és érés egyes szakaszaiban olyan színvonalúak, és a felkészülési szakaszokban olyan iramban fejlődnek, hogy megfelelő edzéstevékenység mellett a csúcsteljesítmény és a siker eléréséhez vezethetnek.

Child (2004) szerint a tehetséges egyén valamilyen tevékenységben vagy tevékenységkomplexumban az átlagosnál magasabb szintű teljesítményre képes. A tehetség további jellemzője a jó küzdőképesség, mely mindig jelen van a problémamegoldásban. Azonban véleménye szerint bárhogy is fogalmazzuk meg a tehetséget, minden esetben lényeges a megfelelő környezeti és társadalmi támogatás is a képességek felszínre jutásához.

Frenkl (2003) szerint a sportteljesítmény humán teljesítmény. A sport az egész embert érinti, így a tehetség kérdését ebben a komplexitásban kívánatos megközelíteni (biopszicho – szociális lényként jeleníti meg). A sportteljesítmény szellemi, művészi igényeket is támaszt, azaz olyan tevékenységről van szó, amely a fizikai tulajdonságok, illetve az ember, mint biológiai lény által meghatározott. Ehhez kapcsolódóan Mészáros és Zsidegh (2002) az élversenyző fő jellemzőit foglalta össze, melyek szerintük a

kiemelkedő általános és speciális motorikus teljesítőképesség, az ügyesség, a mentális képességek, a taktikai és technikai repertoár átlagon felüli szintje és az edzések, valamint a versenyek terhelésének elviselését segítő pszichológiai alkalmasság.

A kézilabdázás az egyik legkomplexebb mozgásanyaggal rendelkező sportág – mivel a természetes mozgások egyenlő részesedéssel vesznek részt a sportági mozgásanyagban –, ezért a kiválasztást és a felkészítést egy hosszú távú folyamatként kell kezelnünk, amely szinte végigkíséri a sportoló egész pályafutását. A kiválasztást és felkészítést egymással szoros összefüggésben szükséges kezelni az adott korosztályokra vonatkozó célrendszer megvalósítása érdekében. A megvalósíthatóság tartalmát zömmel az egyénre jellemző képesség- és készségfaktorok minősége alapján szükséges meghatároznunk a különböző életkorokhoz szorosan köthető periodizációban.

KIVÁLASZTÁS	FELKÉSZÍTÉS	MEGVALÓSÍTANDÓ CÉL
1. Általános	Széles alapú, kevés speciális tartalommal	Sportolóvá váláshoz szükséges jegyek keresése
2. Speciális sportági kiválasztás	Sportági mozgásanyag támogatása (motorikumok)	Sportágra jellemző széles profilok kialakítása
3. Sportágban való kiválasztás	Személyre szabott lehetőséghez mérten	Személyes specifikumok – profilok – pozíciók erősítése
4. Sportágban való átrendeződés	Az elérendő új pozíciók hátterének megteremtése	Profil váltások támogatása

3. táblázat: A kézilabdázók kiválasztásának és felkészítésének hosszú távú modellje (MKSZ Stratégia 80. o.).

A fenti tényezőket összefoglalva elmondható, hogy a sportban az az egyén tehetséges, aki az adott sporttevékenység űzéséhez megfelelő biológiai alapokat, pszichomotoros adottságokat örökölt, melyek a környezet hatásaiként az edzéssel, felkészítéssel olyan szintre fejleszthetők, hogy azzal a hosszú távú kiemelkedő eredmény elérésére potenciális lehetőség kínálkozik. Ehhez rendelkezik mindazon antropometriai, koordinációs, kondicionális és pszichés képességekkel, melyek nélkül nem képes az átlagon felüli teljesítményt tartósan elérni (Révész, 2023).

2.4. A környezet hatásai a tehetséggondozásban

Ericsson és munkatársai (1993, 1994) az edzésnek a kizárólagosságát hangsúlyozták a felkészülésben. Az edzés–felkészülés–felkészítés szerepét szinte egyedüli tényezőként említik. Elméletükben az edzésnek elsődleges szerepe van, de nem elhanyagolható szempont részükről a sportolót körülvevő más egyéb tényező sem, mint a létesítmény,

az eszközellátottság, a családi háttér erkölcsi és anyagi minősége, valamint az egyénre jellemző tulajdonságok között megemlíti a kitartást és a monotónia tűrését is. Ericsson (1993, 1994) munkatársaival a '80-as évek kutatási eredményeire alapozva dolgozta ki a tudatos felkészülés (deliberate practice) elméletét, mely szerint az adottságok, az öröklött tényezők nem hatnak közvetlenül a kiváló eredmény elérésére. Ezt az elméletet az elmúlt időszakban szinte az összes jelentős sportág erőteljesen megjelenítette, főleg a fiatal sportolók sportágválasztása alkalmával, valamint sok esetben hallhattuk az erre való hivatkozást a különböző fegyveres testületek kampányában is. Ez az a pont, ahol alapvető különbség van a korábban bemutatott elméletekkel szemben. Az Ericsson-i elmélet szerint a genetikai minta nem befolyásolja számottevően a sportsikereket.

Simon és Chase (1973) sakkozók vizsgálata közben megfigyelte, hogy a sakk nagymesterek több mint 10 évet töltöttek már el a sportban. Megfigyeléseik után megalkották a „10 év szabályt”, mely szerint minimum 10 év rendszeres felkészülés szükséges ahhoz, hogy valaki kiemelkedő eredményt tudjon elérni. Erre az elméletre alapozva Ericsson és munkatársai (1993) korábban megjelent tanulmányokat vizsgáltak (Simon és Chase, 1973; Krogus, 1976; Sack, 1980; Hayes, 1981; Kaminski, Mayer és Rouf, 1984; Sonsinak, 1985; Doll és Mayr, 1987) és azt tapasztalták, hogy több olyan terület van, ahol legalább 10 év szükséges a nemzetközi eredmény eléréséhez. A zene, a sakk és a sport egyes területein is ezt az összefüggést találták a teljesítmény, a gyakorlás és a felkészülési idő vonatkozásában. Később egy új módszert alkottak és saját empirikus eredményekkel is rendelkeztek a téma vizsgálatához (Ericsson, Krample és Tesch-Römer, 1993; Ericsson és Charness, 1994; Ericsson és Lehmann, 1996; Ericsson, 1996).

Ha a gyakorlatra szeretnénk ezt lefordítani, akkor a sportági kiválóság szintjét szinte bárki elérheti, aki a korábban említett külső és belső kritériumok mentén körülbelül 10 évet tud rendszeres, tudatosan megtervezett és szakszerűen irányított edzőmunkával tölteni. Igaz, nem arról szól a modell, hogy az olimpiai és a világbajnoki cím ennyi idő alatt bárki számára elérhető, hanem a sportbéli kiválóság elérésének folyamatáról. Birkózásban (Hodges és Starkes, 1996), karatében (Hodge és Deakin, 1998), jég táncban (Starkes és mtsai, 1996), középtáv futásban (Wallingford, 1975), teniszben (Monsaas, 1985) és labdarúgásban (Helsen, Starkes és Hodges, 1998) empirikus kutatásokkal már igazolták ezt az elméletet. A kézilabdázásban mindez idáig

ilyen jellegű nagyobb mintán történő induktív vizsgálat nem történt, de a tapasztalatok az utánpótlás nevelés terén azt mutatják, hogy a hosszú távú alkalmazkodási funkciók támogatása segítheti a felnőttkori beválást.

A külső környezeti tényezők egyik kiemelt szegmense a családi háttér, melyben a szülők befolyásoló szerepét a sporttehetség fejlődésben már a '80-as évektől vizsgálják. Számos tanulmány elemezte a pozitív szülői magatartást, mely a motivációs bázist erősíti, valamint a negatív szülői magatartást, mely a magas követelmények támasztásával hátrányosan hat a sportteljesítményre, és gyakran lemorzsolódáshoz vezet (Smilkstein, 1980; Hellstedt, 1987; Kamm, 1998; Williams és Lester, 2000; Fredricks és Eccles, 2004). A család erkölcsi és anyagi támogató háttere nélkül lényegesen csökkenne a bevált sportolók száma (Côté, 1999).

A szülők szerepe meghatározó a sportolók képzése során, hiszen hatással vannak a sportolási szokások kialakítására, a sportágválasztásra, valamint a versenyzés során elért eredményekre (Bognár, 2010; Bognár és mtsai, 2006). Kanadai kutatások szerint az edzők fontosnak tartják a közös nyelv kialakítását a sportolók fejlesztésében résztvevő szereplőkkel, különösen a szülőkkel (Beaudoin és mtsai, 2015). Az edzők elsődleges feladata a tanítványok motiválása és a szakmai munka tervezése, melyhez szükséges a pedagógiai felkészültség és a gyakorlati nevelési feladatok végrehajtása (Gombocz és Gombocz, 2006).

A lemorzsolódás okainak megtalálása és a sportágelhagyás megállítása ma már minden szakági szövetség, szervezet egyik legfontosabbnak nevezhető feladata. Ebben a folyamatban domináns szerep jut a külső környezetnek, mint a családnak, iskolának és a kortárs csoportoknak (Kovács és mtsai, 2024).

A szülők szerepe először a sportágválasztásban jelentkezik, majd átalakul és kibővül ez a szerep, illetve a feladatok köre is. A gyermek életkora is meghatározza a szülői segítség mennyiségét és típusát. Minél fiatalabb a sportoló, annál több szülői segítséget, törődést igényel. A gyermek döntéseiben a szülők véleménye markánsan jelentkezik, azt jelentősen befolyásolja. Ez a szülői szerep a fejlődés-érés során csökken, azonban teljesen nem tűnik el. Hasonló eredményt tükröz a kézilabda sportágban végzett lemorzsolódás vizsgálat (Kovács és mtsai, 2024), mely szerint a 12–18 éves játékosok szüleinek magatartása (támogató/kontrolláló), a megélt szülői stressz (gyerek kimarad a csapatból, egyesületi nyomás, az iskola-edzés esetleges konfliktusa),

valamint a sportoló esetleges kiégése mind befolyásolja az utánpótláskorú sportolókat, játékosok nem természetes lemorzsolódásának lehetőségét. A sportágválasztás esetében a kényszerből – szülői érdekből – sportoló kézilabdázók közönyösebbek voltak a kutatás szerint az elköteleződést illetően.

A sportoló és környezet hatásainak vizsgálatában az edző és tanítvány kapcsolatrendszerének minősége erősen befolyásoló tényező a leadható teljesítmény kapcsán. Ezt támasztotta alá Jowett és Cockerill (2003) is, akik különböző sportágak olimpiai érmeseit kérdezték a témában. Ismert, hogy a sportban az edzésfeltételek, sporttudományos szolgáltatások mellett a versenyző összetett és tudatos pedagógiai felkészítése is szükséges a tehetség kibontakoztatásához (Gombocz, 2005), melyet az edző feladatának tekintenek. Ez a folyamat az edző-sportoló kapcsolat minőségén alapul. A magas szintű teljesítményre való felkészítés pedagógiai része a motivációs háttér biztosítása is.

Az edzők személyiségjegyei, viselkedése, kommunikációs képességei meghatározóak a sportolókat képzése során (Tóth, 2002). Budavári (2005) szerint az edző hatékonyan tudja ellátni feladatait, ha jó kapcsolatot tud kialakítani a sportolóval, képes a teljesítmény fokozására, szakmai tudását átadni, motiválni és növelni a sportoló önbizalmát.

A motivációs háttér minősége – amely inkább a belső motivációk állapotára vonatkozik – Mageau és Vallerand (2003) motivációs modelljében is megjelenik. Itt az edzői kompetenciákon belül a pszichológiai támogatás a motivációs bázis erősítése érdekében, mint szükséglet jelenik meg a sportolói felkészítésben.

Az edzők különféle – sok esetben egymástól első pillanatban távol lévő – feladatokat látnak el, mint például képességeket, készségeket fejlesztenek, nevelnek, folyamatosan figyelik az aktuális tanulási folyamatot, és ha szükséges, beavatkoznak. Mindezt teszik annak érdekében, hogy segítsék a sportolókat az aktuális, valamint a későbbi teljesítménypotenciáljuk elérésében. Az edzők ezen kívül egyéb feladatokat is ellátnak – sok esetben többet, mint például egy tanár – motivátor, stratégia, pszichológus és karakterépítő (Gould és Horn, 1984). Mindezen feladatok ellátásához megfelelő szintű és mélységű tudásra van szükségük. Az edző sportszakmai és pedagógiai ismeretekkel rendelkező szakember, szakmai végzettséggel rendelkezik, a sportolók teljesítményének növelésére vagy szinten tartására törekszik, és folyamatos magas

színvonalú képzési, oktatási, nevelési tevékenységet fejt ki. Az edző szerepe meghatározó a testi nevelés és a sport területén. Ahogy a testi nevelés kifejezésben is szerepel a nevelés, mint fogalom és tevékenység, emellett az edzőnek az oktatás feladatát is el kell látnia. Egy edző nevel, tanít, tudást ad át és emellett egy sor pedagógiai és pszichológiai feladatot lát el. Az edző a versenysportban dolgozik, amelynek célja a teljesítőképes tudás kialakítása. Az edző sportolót nevel, munkájában is lényeges a személyiségfejlesztés, de nem ez a legfőbb cél, hanem – mivel őt a sport mércéjével mérik – a teljesítmény. Az ő munkájuk a sportbeli célok megvalósítása érdekében szerveződik. Egy sportág mozgásanyagára összpontosítva speciális sportági képzést valósítanak meg edzéselméleti eszközök és módszerek segítségével (Biróné, 2004). A biológiai alapokra, adottságra épített sokoldalú fejlesztés feltételeinek megteremtését a versenyző környezete biztosítja, ebben kiemelkedő szerepet kap a család, a pedagógus és legfőképpen az edző (Istvánfi, 2005).

Számos nemzetközi kutatás foglalkozik a legmagasabb szinten az edzők oktatásával, képzésével, szervezési képességeikkel, munkamoráljukkal, tapasztalataikkal és tudásukkal az edzői karrierjük továbbhaladásához és munkájuk sikeres teljesítéséhez szükséges körülmények vizsgálatával (Bloom, 2005; Salmela, 2011; Côté, 1999; Cushion, Armour és Jones, 2003; Erickson és mtsai, 1993; Vallée és Bloom, 2005).

Az edző-sportoló és tanár-diák kapcsolat sok tekintetben hasonlítanak egymásra. Több kutatásban jelentkezett (Côté, 2002; Gombocz, 2005), hogy a sportolók edzőjüket a tanár szerepével, feladataival és tevékenységével azonosították. Az edző pedagógus feladatai az utánpótláskorban realizálódnak leginkább, később egyfajta pszichológusi tevékenység irányába tolódik el a munkájuk (Révész és mtsai, 2013).

Az edző, mint pedagógus főleg az utánpótlás korosztályokban – ott is inkább a fiatal felnőttkor alatti korosztályokban – dominál a felkészülés támogatásában. Az életkorok előrehaladtával az edzők pszichológiai érzéke és felkészültsége kerül előtérbe a sportszakmai tudásbázis mellett. A leírtakat megerősíti Szabó (1995), aki szerint a tehetséggondozás az edző részéről nem csupán az edzésvezetésből áll, de egyaránt feltételez magas szintű pedagógiai tevékenységet és mentális támogatást is.

A serdülő-, pubertáskorú sportolókkal foglalkozó edzőknek nehéz feladatuk van. A serdülők kritikusan vizsgálják edzőjüket, fontos számukra a külső megjelenés, de a

személyiségtulajdonságok, az emberséges magatartás is. A serdülőkorúakkal az edzőnek fokozottan türelmesnek, megértőnek kell lennie. Igénylik a felnőttektől, hogy őket is felnőttként kezeljék, ám ez sokszor ellentmondásos, mert gyakoriak a gyerekes viselkedéseik (Tóth, 2005; Bognár, 2023; Révész, 2023).

Côté (2002) a környezeti hatásokhoz sorolja a társak szerepét is. Azok közül is kiemeli azokat, akik hasonló érdeklődési körűek és ugyanabban a közegben végzik a tevékenységüket (egyesület, iskola). Külön fontosnak tartja a társak szerepének az elemzésekor a magas szakmai minőséget mutató társakat, versenyzőket, akik pozitív irányban nagyobb hatással jelentkeznek a leadható teljesítmény, valamint a sportágválasztás kapcsán.

2.5. A kézilabdázókra jellemző tehetség- és személyiségjegyek

A kézilabdázásra jellemző tehetségjegyeket hasonló elvek és dilemmák között lehetünk képesek meghatározni, mint azt az előzőekben kifejtett általános megközelítésű sporttehetségvizsgálatok során tapasztalhattuk. A problématérkép viszont még erőteljesebb, mivel az eddigi kutatások eredményei zömmel az egyénre voltak jellemzőek, míg a csapatsportágak esetében az egyén leadott és hozzáadott teljesítményének az eredménye csapatszinten realizálódik.

A sportszakemberek az utánpótlás szempontjából a kiválasztás során régebben elsősorban a fizikai adottságokra koncentráltak. Ma a sportági megméréstetéseket, valamint az alkati jellemzők szerepe mellett egyre nagyobb figyelmet kapnak a pszichológiai és pedagógiai tényezők (Frenkl, 2003; Ráthonyi - Odor és mtsai, 2012), amelyeknek a kiválasztást segítő, előrejelző prediktív funkcióját a sportágak többsége még nem használja ki kellő mélységben (Oláh és mtsai, 2012).

Az általános tehetséggondozáson túl a sportágspecifikus tehetséggondozásra is kellő figyelmet kell fordítani (Révész mtsai, 2005). A csapatsportok utánpótlás vezetőire így is nagyobb felelősség hárul, hiszen a kutatások kimutatták, hogy a csapatsportok esetében nehezebb a kiválasztás, mint az egyéni sportágak esetében (Williams és Franks 1998; Reilly és mtsai, 2000a, 2000b).

A sportolóról szóló kutatások között kevés (a személyiségjegyek esetében még kevesebb) kizárólag a kézilabdázásra fókuszáló kutatás található. Az viszont megállapítható, hogy a sport hatással van a személyiség fejlődésére, és a személyiség

fejlettsége meghatározó szerepet tölt be a teljesítményben (Gyömbér, 2018). Az erre irányuló vizsgálatok két fókusszal rendelkeznek: egyrészt összehasonlító vizsgálatokat végeznek aktív sportolók és nem sportolók között, másrészt a kezdő, a haladó és az élsportolók személyiségét hasonlítják össze. A vizsgálatok eredményei alapján megállapítható egy sportolói pszichológiai profil, ahol a legfontosabb pszichológiai jellemzők, személyiségjegyek, készségek és képességek kerülnek összegyűjtésre.

Sok jelentősnek nevezhető kutatás vállalkozott arra, hogy a sportolók, sporttevékenységet végzők személyiségjegyeit kutassa standard kérdőív alkalmazásával (Arai és Hisamichi, 1998; Douse és McManus, 1993; Nickerson és Ellis, 1991; Kovács és mtsai, 2020a; Knight és Holt, 1993). Kutatási eredményeik alapján sportolók és nem sportolók személyiségvonásai között szignifikáns különbségeket tapasztaltak: a sportolók inkább extravertált és lelkiismeretes személyiségek, magasfokú stimuláció, energiaszint, élménykeresés és önbizalom jellemző rájuk.

Az extravertizáció, lelkiismeretesség és önbizalom kérdésében jelentős különbséget észleltek a kutatók a nagyobb tapasztalattal rendelkező sportolók és kevésbé tapasztalt társaik között is, mivel láthatóan nagyobb fokú extravertáltságot és lelkiismereti preferenciát mutattak a sportot több éve űző játékosok (Gyömbér, 2018). Fontos kiemelni ezzel összhangban az életkor szerepét, azaz életkori sajátosságok realizálódhatnak a személyiségvonásokban. Továbbá nemi különbségeket is felfedeztek néhány vizsgálatban, például Géczi és munkatársai (2009) megfigyelték, hogy a sportolók között a nők emocionálisan kevésbé stabilak, mint férfi társaik.

A teljesítmény előtti viselkedés esetében Tóth (2005) 10-15 általános iskolás tanulók vizsgálatánál megállapította, hogy a lányok szorongásra való hajlama szignifikánsan magasabb, mint a fiúké, és ez a nemi különbség a 14-15 éveseknél erősödik fel igazán. Ennek hátterében a serdülőkorban jelentkező testi változásokból fakadó szorongás állhat (Tóth, 2005).

Gyömbér (2018) kutatásai alapján a férfi sportolóknál a szociabilitás, az önellfogadás és a flexibilitás, míg a női sportolóknál a flexibilitás és a szociális fellépés nagyban befolyásolhatja a sportteljesítményt. Továbbá nemi különbségeket tapasztalt a szorongási szint esetében, a kognitív szorongás szignifikánsan magasabb volt a nők esetében, míg a verseny önbizalom a férfiaknál mutatott magasabb átlagot. Vizsgálatai alapján a férfi sportolók szeretnek száz százalékot nyújtani a versenyeken és az

edzéseken egyaránt, téthelyzetben magasabb teljesítményre képesek, ki tudják szűrni a zavaró tényezőket, így képesek a feladatra koncentrálni, valamint a kihívások ösztönzően hatnak rájuk és felkészültség jellemzi őket a váratlan feladatok megoldásában is. Ezzel szemben a női sportolók nyitottabbak az edzői instrukciókra, képesek az edzőjükkel együttműködni és jobban elfogadják az építő jellegű kritikákat.

A sporttevékenység eredményes végzése szoros összefüggésben van a sportolók hosszú távú, valamint az azokat felépítő rövidtávú motivációs bázisával. A különböző életkorokhoz köthető, valamint az ott megtalálható megfelelő motiváció megléte erős hatással lesz a sportban eltöltött időre és annak eredményére.

A szakirodalom a motivációt azokkal a személyiségfaktorokkal, szociális tényezőkkel és kognitív folyamatokkal azonosítja, amelyek akkor kerülnek előtérbe, amikor a személy önmaga számára fontos feladatot vállal, másokkal való versengésbe kezd és a tökéletességre törekszik (Roberts, 1992). Más megközelítésben a motiváció az erőfeszítés iránya és intenzitása (Sage, 1977 idézi Weinberg és Gould, 2011). Újabb meghatározás szerint: *„A motiváció... a viselkedés és a magatartás kiváltásában, szabályozásában és fenntartásában szerepet játszó tényezők összességét jelenti”* (Gyömbér és Kovács, 2012. 96. o.). A motiváció a nevelési-tanulási folyamat egyik lényegi és nélkülözhetetlen eleme, amely felelős a viselkedés beindításáért, meghatározza annak irányát és fenntartja egészen a cél elérése pillanatáig (Tóth, 2015). A résztvevő-központú szemlélet alapján a motivált magatartásmód elsődlegesen az egyéni tulajdonságok funkciója. A sportolók motivált viselkedésének elsődleges meghatározói a személyiségjegyek, a szükségletek és a célok. A résztvevő-központú szemlélet ellentéte a helyzetcentrikus szemlélet, amely kimondja, hogy az egyén motivációját mindig valamilyen szituáció határozza meg. A sportra és a sportpszichológiai gyakorlatra mégis a kettő ötvözete, az interakciós szemlélet jellemző, amelyben a résztvevő és az adott helyzet interakciója és együttes hatása határozza meg az egyén motivációját (Weinberg és Gould, 2011). A sportolásnak, fizikai aktivitás végzésének számos jótékony hatása van, úgymint az emelkedett fittségi állapot és vitalitás, a megnövekedett önbecsülés és a betegségek hiánya (Bouchard, Bell és Haskell, 2007; Pelletier, Vallerand és Sarrazin, 2007). Emellett nem elhanyagolható az a tény, hogy a fizikai aktivitás prevenció, egészségmegőrző hatással rendelkezik, és

kihatással van az életminőség alakulására is (Dishman és Buckworth, 2001; Camliguney, Mengutay és Pehlivan, 2012).

A kézilabda sportágban kevés tanulmány írja le a tehetségek felfedezésének és gondozásának útját (Myer és mtsai, 2007). Egy fiatal tehetség számára hosszú ideig tartó sportági képzés szükséges, amíg az élsporthoz meghatározott teljesítményt eléri. Ebben a folyamatban nagyon fontos a sportoló biológiai fejlődésének nyomon követése, hiszen a képzés során a szomatikus fejlettséget figyelembe kell venni.

A sportolók életkori sajátosságainak ismerete megkönnyítheti a felkészítésük tartalmi jegyeinek periodizációban való elrendeződését. A felnőtté válást megelőző időszakban (17–18 év) a sportolók esetében egy erős nemek közti differenciálódást tapasztalhatunk. Ennek az életkori szakasznak befejező része a teljes éréig a leányoknál 21 éves korig, míg a fiúknál 23 éves korig tarthat. Ebben a periódusban a mozgásfejlődés fő ismérve egyrészt a stabilizálódás a különböző mozgások esetében, valamint az egyénre jellemző mozgásaktivitás kialakulása (Géczi és Baji, 2006; Juhász, 2017).

A sportolókra vonatkozó adatgyűjtés, elemzés és az eredmények ismerete az utánpótlás nevelésében azért is fontos, mert a fiatalok sportolók testösszetételének, testalkjának életkori változásait tanulmányozva azt az élvonalbeli sportolókéhoz, mint kívánatoshoz tudjuk ezeket hasonlítani. Ezzel kapcsolatban felmerül az a kérdés, hogy vajon a válogatott szinten sportoló fiatalok méreteikben, arányaikban, testösszetételükben mennyire hasonlítanak a felnőtt elit sportolókhoz?

Az erre vonatkozó néhány korábbi adatunk azt mutatta, hogy a serdülés szakaszában lévő válogatott szinten kézilabdázó fiatalok aktuális magassága közelíti a felnőttekre jellemző értékeket (Tróznai és mtsai, 2021). Ugyanakkor a kiválasztásra alkalmasak 18 éves korukra még nem érik el a felnőtt élsportolókra jellemző testfelépítést. Testtömegük jelentősen kisebb, izomtömegük is kevesebb. Zsíreloszlásuk a felnőttekéhez képest gyermeki, főleg az alsó végtagon halmoznak fel jelentősen több depózsírt (Pápai, 2000). Ezek az adatok arra világítanak rá, hogy a fiatalok sportolók esetében még jelentős változásoknak kell történni a testszerkezetben, hogy a fiatal elérje a sportágra jellemzőnek tartott testformát. Sok kutató erősítette meg azt a tapasztalatot, hogy a világ- és nemzetközi színvonalon teljesítő felnőtt sportolók sportági csoportjaiban a testalkati jegyek sajátos halmozódása figyelhető meg. Minél magasabb a teljesítményszintje, az alkati mintázat úgy válik egyre hasonlóbba a magas szintet

teljesítők esetében (Carter, 1970; Stepnicka, 1977; Day és mtsai, 1977). Tanner (1964) az olimpiai sportolók alkatát elemző munkájában arra a következtetésre jutott, hogy az adott sportágra jellemzőnek tartott testfelépítés hiánya majdnem lehetetlenné teszi a magas színvonalú teljesítményt. A másik, ezzel szorosan összefüggő kérdés, hogy vajon az utánpótláskorú tehetséges sportolók testösszetételüket és fizikai alkatukat tekintve szolgálhatnak-e etalonként az adott sportágat űző fiatalabbak számára? Az erre vonatkozó vizsgálati adatok szerint a kézilabdázásban eredményesebb sportolók jelentősen nagyobb izomtömeggel és kevesebb raktározott zsírral rendelkeznek. Ez azt jelzi, hogy a jobb teljesítmény mindenképpen összefüggésben van a mozgatórendszer szerkezeti és funkcionális jellemzőivel (Peltenburg, 1984; Pápai, 2000; Tróznai és Pápai, 2008; Tróznai és mtsai, 2009; Mohamed és mtsai, 2009; Tróznai és mtsai, 2011).

A testalkati tényezők – mint tehetségfaktor – mellett több más egyéb sportágra jellemző paramétereket is figyelembevéve szervezi a Magyar Kézilabda Szövetség a sportági kiválasztó programjait, ahol az alkati mutatók, motorikus képességek és az objektíven mérhető sportágspecifikus gyakorlatok és szubjektív megfigyelések (az edző szeme) alapján állítják össze a kiválasztottak rangsorát. A 2016-ban elkezdett kiválasztási szisztéma tapasztalatai alapján a testalkati mutatókban a lányok esetében az átlagos testmagasságot tekintve csökkenő tendenciát, míg a fiúk esetében egy növekvő tendenciát látunk (Juhász és mtsai, 2018).

A csapatsportágakra jellemzően a kézilabdázás egy nyílt készségeken alapuló, aciklikus mozgásokon alapuló sportág, amely egy folyamatosan változó környezeti tényezők mentén valósul meg a legtöbb esetben időkényszer alatti döntési folyamatok közepette. A kiválasztás és tehetségjegyek kutatása során ezt a szintű megfelelést sem hagyhatjuk figyelmen kívül. A korábbi megállapítások alapján tudhatjuk, hogy a legtöbb sportág eredményességét a gyorsaság és a pontosság határozza meg, és ez igaz a kézilabdázásra is. Ez a két jellemző viszont általában fordítottnan jelentkezik a sportcselekvések viszonylatában: minél jobban igyekszik a sportoló gyorsan végrehajtani a cselekvését, annál pontatlanabbá válik; és igaz ez fordítva is: ha nagyobb precizitásra törekszik, akkor a mozgása körülményesebbé, lassúvá válik. Ebből adódóan a kiválasztás szempontjából pedig azokat a játékosokat kell megtalálni, akiknél az időkényszer alatti teljesítmény romlás nem, vagy csak kis mértékben jelentkezik (Radák, 2016; Juhász és mtsai, 2018).

A testalkati és az abból feltételezhető erő és izomkeresztmetszeti összefüggések, valamint a hozzájuk rendelt sportspecifikumok fejlesztése a különböző életkorokban – kihasználva a különböző szervrendszerek fejlődésnek szenzitivitását – elengedhetetlen feltétele a sportági kiválasztásnak (Tróznai és Pápai, 2008). Ezeknek a zömmel képességeken alapuló megnyilvánulási formáknak a felmérése, majd fejlesztése szintén egyik fokmérője a sportági tehetségjegyeknek.

2.6. A sport és nevelés kapcsolata

A sport nevelő hatását nem lehet elvitatni, mivel az edzés hatáskiváltásában a kondicionális, technikai, taktikai tényezők mellett a nevelés és az életmód formálás is jelen van (Juhász, 2017).

A jelenkor generációi által támasztott kihívásoknak való megfelelés érdekében egyre inkább előtérbe kerül – az edzés négy területe közül – a neveléssel és az életmód formálással kapcsolatos ismeretek bővítése. A sportolói személyiségjegyek erősen meghatározzák a felkészítés eredményességét, de – amennyiben ismerjük ezeket és a sportolóink ezen belüli működési szintjét, – akkor a sportági tartalmak és az abban eltöltött idő minősége és mennyisége növekedni fog (Révész, 2023).

A sport nevelő szerepének legfontosabb külső meghatározói – hivatkozva az eddig említett kutatásokra – a család, iskola, egyesület, kortárs csoportok és az ezeken belül megvalósuló kapcsolatrendszerek minősége.

2.6.1. Az edző-sportoló kapcsolatok hatása a sporttevékenységre

A tanár-diák, szülő-gyermek kapcsolat sajátosságait számos kutatás vizsgálta, ugyanakkor ez a nevelő-nevelt kapcsolat a sport színterén kevésbé jelenik meg a vizsgálatokban. A téma kiemelt jelentőséggel kellene, hogy megjelenjen mind a versenysportban, mind a szabadidősportban, hiszen ismert, hogy a kapcsolat minősége meghatározza a sportbeli teljesítményt, valamint a fiatalok szocializációs folyamatait is (Gombocz, 2004). A törvényi változások következtében az iskolai testnevelést érintő jelentős és globális átalakulás miatt a téma egyre jelentősebb lesz. A sport és a sport általi nevelés hangsúlyosabb szerepet fog kapni az iskolában is, így e terület elemzése időszerű. Ezt támasztja alá az is, hogy az elmúlt két évtizedben jelentősen megváltozott

az edző-sportoló kapcsolat tartalma és természete is, melynek elsődleges oka a sporthoz kapcsolható motivációs tényezők, valamint a sportolói elvárások változása (Smoll és Smith, 2002).

A sportban az edzésfeltételek, edzésmódszerek mellett a versenyző összetett és tudatos pedagógiai felkészítése is szükséges a csúcsteljesítmény eléréséhez (Gombocz, 2005). Ez a folyamat főképp az edző-sportoló kapcsolat minőségén alapul. A magas szintű teljesítményre való felkészítés része a motivációs háttér biztosítása is, mely egy jól tervezett pedagógiai folyamatba kerül elhelyezésre. Daniel és Jowett (2012) szerint azonban a felkészítés folyamatában alkalmazott stratégiákkal és fejlesztő folyamattal eddig kevesen foglalkoztak, így a témával kapcsolatos kutatások számát bővíteni szükséges.

A korábbi vizsgálatok eredményei arra utaltak, hogy az edzői szakmában általános az autokratikus edzői-nevelői stílus, amely nagy fegyelmet, szigorot és egyoldalú irányítást feltételez. A sportolók ezzel kapcsolatos elvárásai jelentősen eltérnek egymástól, azonban igénylik az odafigyelést, az együttműködést és a segítséget (Gombocz 2005).

Az edző-sportoló és tanár-diák kapcsolat sok tekintetben hasonlít egymásra. Több kutatásban jelentkezett (Jowett és Cockerill, 2003; Gombocz, 2005; Côté, 2002), hogy a sportolók edzőjüket a tanár szerepével és tevékenységével azonosították. Az edző pedagógus mivolta leginkább az utánpótlás nevelés során jelentkezik, míg az élsportoló felnőtteknél a pszichológus szerep kerül előtérbe.

Mageau és Vallerand (2003) kidolgoztak egy motivációs modellt, melyben az autonómia és a kompetencia edző általi biztosítása, mint pszichés szükséglet jelenik meg a sportoló motiválása során. Az edzői munka sajátossága, hogy a szakmai tudás mellett pedagógiaiilag is felkészültnnek kell lennie az edzőnek ahhoz, hogy sikeres lehessen (Bíróné, 2004). A pedagógiai felkészültség az elméleti ismereteken túl nevelési feladatokat is jelent a fiatalok versenyzők esetében, amely a mindennapi gyakorlatban valósul meg. Az edzői tevékenység során ezért kiemelt feladat a fiatalok sportbeli személyiségfejlesztése. Ehhez pedig az edzőnek szakmailag és pedagógiaiilag is felkészültnnek kell lennie, hiszen az edzői munka sokoldalú feladat (Gombocz, 1996). A nevelés egyik leghatékonyabb formája a megfelelő minta mutatása, mert az edző egész mivoltában állandó példaképül szolgál a sportolónak (Gombocz, 1995).

A sport területére vonatkozóan a sportoló alapvetően három szükséglettel jellemezhető (Ryan és Deci, 2002): a hatékonyságérzet (kompetencia), a kötődés és az autonómia igénye. Míg a kompetencia a végkimenetel kontrolljához és a siker megtapasztalásához kapcsolódik, azaz az egyén teljesítményéhez; addig a kötődés szüksége a valahova tartozás igényének felel meg. Az autonómia igénye az egyén azon vágyát fejezi ki, amely során megéli azt a kontrollérzetet, amely a saját életére vonatkozik. Emellett azt is elvárja, hogy az önállóságban való törekvésében támogatást kapjon környezetétől. Ez a sport világában nemcsak a versenyeken jelen levő bizonytalan és kontrollálhatatlan helyzetekre irányul (mint például az ellenfél felkészültsége, a játékvezető közreműködése, időjárás vagy a pálya állapota), hanem ide sorolhatók mindazok a tényezők is, amelyek hatással lehetnek a sportoló karrierjére, legyen szó az edzővel való kapcsolatáról vagy a szülők felől érkező támogatás mértékéről és minőségéről. Az öndeterminált motivációhoz több olyan pozitív végkimenetel is kapcsolódik, mint a hosszú távú elköteleződés és a megküzdés pozitív módozatai (Amiot és mtsai, 2004). A nem öndeterminált motiváció (amotivált, extrinzik motivált) kiegészítéshez (Harris és Watson, 2011; Lonsdale, Hodge és Rose, 2009) és korai lemorzsolódáshoz (Calvo és mtsai, 2010) vezethet. Az észlelt autonómiatámogatás nemcsak a szelfdeterminációs motivációs modellel, hanem a célorientációs irányultsággal is mutat összefüggéseket (Kovács és mtsai, 2019).

Azok a sportolók, akik az edzőjüket támogatónak, együttműködőnek, elkötelezettnek érezték, nagyobb valószínűséggel voltak elsajátítási motivációval jellemezhetők és kevésbé mutattak elkerülő viselkedést (Adie és Jowett, 2010). Az autonómiát támogató visszajelzések nemcsak a szelfdeterminált motiváció kialakulását segíthetik elő, hanem kapcsolatba hozhatóak a sportolói jólléttel is (well-being) (Mouratidis és mtsai, 2010).

A 15–16 éves kézilabdázó nők motivációjának vizsgálata esetében kiderült, hogy a lányok személyes indíttatásból (elégedettség és fejlődés vágya miatt) kezdtek el kézilabdázni, ezért szívesen dolgoznak és fejlődnek, ha az edző dicséri őket (Bojic Cacic és mtsai, 2017). Kutatásuk kimutatta, hogy az edző akkor tudja tanítványait leginkább motiválni, ha dicséri őket, illetve amikor az edző tanít valami újat, akkor javítsa ki a hibáikat és kritikus legyen a folyamat során. Az elfogultságát, szubjektivitását, a

kivételezését, a tekintélyének hiányát a mérkőzéseken és az edzéseken azonban nem szívlelik.

2.6.2. A szülő-edző-sportoló kapcsolat együttes hatása a sporttevékenységre

Kovács és mtsai (2024) szerint – az edzői oldalon túl – támogató magatartás jellemző a szülőkre, azon belül is kiemelten igaz a sportmúlittal rendelkezőkre. A játékosok koruk előrehaladtával a szülők támogató magatartásának mértéke csökken. Ezen túlmenően hangsúlyos a kontrolláló, azaz gyermekétől jó teljesítményt és/vagy győzelmet váró szülői attitűd is, ami a támogató magatartással ellentétben nem csökken a játékosok életkorával.

A sportoló és a szülő kapcsolata az életkorok változásával szintén átalakul. A legdominánsabb változásokat a pubertáskor vége felé tapasztaljuk (17–18 év). A személyiségfejlődés más területeitől eltérően az érzelmi fejlődésben, így a serdülőkorban ez nem hoz ugrásszerű változást (Bognár, 2010).

A fejlődés vonala a pubertás idején ezen a téren folyamatos, de inkább mennyiségi, mint minőségi jellegű. A sok megoldandó probléma miatt gyakori a befelé fordulás. A legnehezebb feladat a szülőkhöz való viszony átalakítása, ahol gyermeki függőség helyett az egyenrangú baráti viszony megteremtésére szeretne törekedni (Kovács és mtsai, 2024).

A szülői támogatás a sportban (Dorsch és mtsai, 2016) olyan viselkedésként vagy szóbeli megnyilvánulásként írható le (pl. lehetőségek és eszközök biztosítása, elismerés kifejezése, teljesítményhez kapcsolódó visszajelzések, edzéseken és versenyeken való részvétel biztosítása), amely elősegíti a gyermek számára fontos, a sporthoz kapcsolódó teljesítményt. A megfelelő szülői támogatás olyan pozitív kimenetekkel járhat, mint a gyermek sportolás által megélt öröme, elkötelezettsége és autonómiája (Pomerantz, Grolnick és Price, 2005). Azok a szülők, akik autonómiatámogató szemléletmódot képviselnek, kisebb mértékben mutatnak dühöt és viselkednek agresszíven a mérkőzések alatt (Goldstein és Iso-Ahola, 2008). Továbbá ez a szemléletmód befolyással bír az edzővel való kapcsolat minőségére (Keegan és mtsai, 2010), a gyermekük perfekcionizmusának jellemzőire (Sapieja és mtsai, 2011), valamint a fejlődésre irányuló erőfeszítésének mértékére is (Hein és Jöesaar, 2014). Az edzők és a szülők felől érkező autonómiatámogatás minősége jelentős hatással bír. Minél nagyobb

mértékű a (szülői és edzői) támogatás, valamint a bevonódottságuk szintje is megfelelő, annál valószínűbb, hogy a sportolóra az öndeterminált motiváció lesz jellemző. Nagyobb valószínűséggel jellemezhető feladatmegközelítő és autonóm motivációs stílussal az az egyén, aki a számára fontos személyeket az autonómiatámogató karakterisztikával jellemzi (Black és Deci, 2000), szemben azokkal, ahol az autonómiatámogatás nem jelenik meg. A kutatók 45 női tornász négy héten át tartó naplővezetésének és kitöltött kérdőíveinek értékelése során azt találták (Gagne és mtsai, 2003), hogy a szülői és edzői autonómiatámogatás észlelt mértéke kapcsolatba hozható az intrinzik és identifikált szabályozással, a sportolói elégedettség viszont csak az észlelt edzői autonómiatámogatás mértékével függ össze. Egy másik, 301 fős utánpótláskorú sportolói mintán is megerősítették a fent említett eredményeket, azzal kiegészítve, hogy míg az autonóm támogató edzői viselkedés pozitívan, addig a kontrolláló edzői stílus negatívan korrelál az intrinzik, identifikált és introjektált szabályozással (Amorose és Anderson-Butcher, 2015). Hasonló eredmény született észt sportolók vizsgálata esetén, amikor az észlelt szülői és edzői autonómiatámogatás magas mértékét kapcsolatba hozták a sportoló intrinzik motivációjával, amely kapcsolat nagy stabilitást mutatott egy év múltán is (Jõesaar, Hein és Hagger, 2012). Vannak, akik a szülők hatását tartják erőteljesebbnek az edzőkével szemben az autonómiatámogatás és a célorientációk (O'Rourke és mtsai, 2013) vagy az öndeterminált motiváció (Hein és Jõesaar, 2014) viszonylatában. Akkor válik az edzői autonómiatámogatás jelentősebbé a sporthoz kapcsolódó eredményekre (flow, teljesítmény, elégedettség és öndeterminált motiváció) vonatkozóan a szülőivel szemben, ha a szülői oldal támogatása alacsony (Gaudreau és mtsai, 2016).

Zsheliaskova-Koynova és Varbanova (2013) 12–14 éves bolgár női kézilabdázóknál vizsgálták a pszichológiai jellemzőket, a technikai, taktikai és kondicionális képességeket. Kutatásukból kiderült, hogy a könnyebb és gyorsabb játékosok jobb technikai és taktikai képességgel rendelkeztek, mint a nehezebb-lassabb társaik, míg a döntéseik taktikai játékhelyzetben és a technikai megvalósítás terén eltérő volt. Az eredményesség motivációja befolyásolja a döntéshozatalt a taktikai helyzetben, az erős sikerekre törekvő játékosok jobb gondolkodásmódot mutatnak, mint a kudarcckerülő játékosok. Az introvertált játékosok az edzői tapasztalatok alapján jobb taktikai képességekkel rendelkeznek, mint az extrovertált játékosok. Véleményük

szerint az edzőknek és a szülőknek a sportpszichológussal együttműködve erőfeszítéseket kell tenniük arra, hogy fenntartsák, ápolják a siker iránti reményt, csökkentsék a kudarcból való félelmet és javítsák a játékosok taktikai döntési képességeit. Az érzelmileg instabil játékosoknál különösen magas kockázattal jár a kudarcból való félelem kialakulása.

A sport egészségmegőrzési és nevelő funkciója, valamint a személyiségre gyakorolt megfelelő hatás kiváltásához jelentős idő eltöltése szükséges a sportkörnyékben. A túl korai sportágelhagyás esetében sérül a sport által biztosított összes neveléssel, személyiségfejlesztéssel párosuló jártasság megszerzése is.

Ezt támasztják alá Stacey és mtsai (2022), ahol a fiatal sportolók sporttól való eltávolodását leginkább befolyásoló összetevőket keresték 27 országban, 18 sportágban, köztük a kézilabdázásban is. Összesített eredményeik szerint – minden sportágra vonatkozóan – a sportból való távolmaradást leginkább befolyásoló tényező az iskola prioritása volt, amely főleg a szülői elvárások alapján alakult ki. A lista ötödik helyén a megfelelő segítség, tehát a támogatói közeg hiánya áll, míg a túlzott edzői elvárások a lista kilencedik helyét foglalták el. Érdekes képet találunk, hogy a sportágelhagyás (drop out) a különböző korosztályokban milyen összefüggést mutat. Stacey E. (2022) szerint 6–8 éves korban „*Nem vagyok elég jó*”, 9–11 éves korban „*Már nem élvezem, amit csinálok*”, 12–18 év között „*Találtam másik jobb elfoglaltságot*”, és a 19–21 évesek esetében „*A tanulás prioritása*” miatt távolodnak el a sporttól a fiatalok.

2.7. A kondicionális képességek és alkati tulajdonságok jelentősége a kézilabdázók tehetséggondozásában

A motoros képességek egy komplett rendszerben jelennek meg, amit cselekvésnek nevezünk. Itt olyan további összetevők fejtik ki hatásukat, mint a pszichikai tényezők, az élettani tényezők és az egyéb környezeti tényezők. A cselekvésben tehát egyszerre integrálódnak biológiai, pszichológiai és szociális tartalmak, melyek végső soron az egyén személyiségének termékei. A motoros képességek kifejtése előtt röviden értelmezni kell a személyiség fogalmát is, mivel a képességek és benne a motoros képességek csak ezen egységes, integrált rendszer működésén keresztül értelmezhetők helyesen. Allport (1990) meghatározása szerint: *A személyiség azon pszichofizikai rendszerek dinamikus szerveződése az egyénen belül, amelyek meghatározzák jellemző viselkedését és gondolkodását.*

A kézilabdázók esetében a kondicionális összetevők (erő, gyorsaság, állóképesség, ízületi mozgékonyaság és izomlazaság) jelentősen meghatározzák a játékminőséget. A modern és magas játékminőséggel rendelkező kézilabdázóknak Jensen (2003) szerint nagy intenzitású, váltakozó időtartamú mozgásokat szükséges végrehajtaniuk sok irányváltással, felugrással, leérkezéssel és irányváltással együtt, mindezt az ellenfelekkel való test-test elleni kontaktusok során. Kutatásai szerint a jelenkori kézilabdázók 10-15 cm-rel és 10-15 kg-mal magasabbak és súlyosabbak, mint a 60-as években játszó válogatott kézilabdázók. A két vizsgált minta esetében az aerob kapacitás megegyezik, viszont a futások sebessége és a mozgások robbanékonyasága napjainkban jelentősen növekedett. Kutatásaik során az alábbi testalkati és kondicionális értékeket határozták meg az elit sportolók esetében:

Paraméterek - Teljesítményszintek	Férfiak	Nők
Maximális erő teljes guggolás esetében (kg)	160 - 200	100-145
Ellenmozgás nélküli felugrás (CMJ) (cm)	40 - 55	30 - 45
Relatív oxigén felvevő képesség, VO2max. (ml/min/kg)	55 -65	47 -57
Testmagasság (cm)	180 - 185	165 - 180

4. táblázat: Férfi és női kézilabdázók alkati és kondicionális paraméterei (Jensen, 2003).

Az elit sportolókat vizsgálva (Jensen, 2003; Michalsik, 2004) megállapították, hogy a kondicionális képességek nagyban befolyásolják a sorozatterhelések során a technikai végrehajtások minőségét, valamint hatással vannak a taktikai feladatok megértésére és a döntéshozatali idő és minőségi szintjére is. Érdekes megállapítást tesznek, miszerint az a kézilabdázó, akinek a kondicionális állapota megfelelő szintű, annak a fegyelme és a magatartása is nagyobb kontroll alatt van a mérkőzések során.

A kézilabda mérkőzések során az előbbieken jelzett magas intenzitású munkát ma már több mint egy órán keresztül fenn kell tudni tartani, amely nagyfokú állóképességet követel meg a sportolóktól. Karcher és Bucheit (2014) kutatása során azt tapasztalta, hogy az elit sportolók futásmennyisége – minden posztot beleértve – 1772–5250 m között változik. Az intenzitás zónák esetében – mivel viszonylag kisméretű a pálya, így nem lehet felgyorsulni maximális sebességre – a sprint zóna a nők esetében 24,2 km/h, míg a férfiaknál ez 25,3 km/h.

A kondicionális képességek esetében az imént jelzett képességformák folyamatos fejlesztése és tesztelése elengedhetetlen feltétele az utánpótlás nevelésnek, valamint a prediktív fejlesztésnek.

A fejlesztések irányainak meghatározása érdekében szükséges a megfelelő tesztanyagok alkalmazása, melyek megbízható információt adnak számunkra a kézilabdázók aktuális állapotáról. Az általunk használt tesztanyagok a nemzetközi szakirodalomban – a csapatsportok kapcsán – elfogadottak és használatosak.

Az alsó végtag mozgósítási erejének a mérésére:

CMJ (countermovement jumping tests) teszt – melyet a leggyakrabban alkalmaznak a csapatsportágakban – információval szolgál számunkra a sportolók aktuális készenléti (ideg-izom) állapotáról is (Markovic és mtsai, 2004).

A kézilabdázók gyorsulása, lassulása és sprintképessége:

A sprintképesség és az irányváltási képesség – ezzel összefüggően a koncentrikus, excentrikus és az izometrikus izomműködés összehangoltsága és azok minősége – szorosan összefüggő tevékenység a kézilabda játékosok esetében, melyekre a két legtöbbször használt teszt a 20 m-es síkfutás, valamint az 5-10-5 (CODS) teszt (P.F. Stewart, Turner és Miller, 2012).

A kézilabdázók aerob állóképessége:

A sportági mozgásanyag folyamatos végrehajtása nem nélkülözheti a megfelelő állóképességi alapokat, melyek fejlesztése és tesztelése rendszeres igényként kell, hogy jelentkezzen az edzéstervezésben. Ennek a feladatnak a megvalósítására használatos a kézilabdázók felkészítése során a YoYo Intermittent Test (Souhail és mtsai, 2010).

A felső és az alsó test maximális erejének mérése szolgáló erőtesztek:

Az egyik legegyszerűbb és leggyakrabban használt teszt az erőedzés folyamatában az adott gyakorlat egy ismétléses maximális teljesítményének a meghatározása (one repetition of maximum – 1RM). Ez a mérés azt a maximális súlyt határozza meg, amellyel a sportoló egyszer tudja végrehajtani az adott gyakorlatot, amely erőteljes kapcsolatot mutat a sportteljesítménnyel (Radák, 2016). A kézilabdázók esetében a két

leggyakrabban használt maximális erőteszt a fekvenyomás és a guggolás gyakorlatanyaga.

A sportági szövetség serdülőkorú válogatott sportolókra vonatkozó kiválasztási folyamata kapcsán az alábbi összegző tapasztalatok állnak rendelkezésünkre: az utánpótlás válogatottak jelenlegi helyzete a felnőttkori prognózist lehetővé teszi, azonban azt is jelzi, hogy a rendelkezésre álló érési időben a nemzetközi szint elérésére a lehetőségek korlátozottak. A fiúknál a junior válogatottak képességei gyakorlatilag meghatározzák a felnőttkori tulajdonságokat, lányoknál ez már az ifjúsági korhatárra tehető. Ezek az eredmények még jobban bizonyítják, hogy a felkészítés során nagyobb figyelmet kell fordítani a biológiai fejlettségre és az edzés módszerekre (Juhász és mtsai, 2018).

3. MÓDSZEREK

3.1. Populáció, minta

A Magyar Kézilabda Szövetség törvényileg szabályozott keretek között működteti a sportágat, amelynek egyik kiemelt feladata a sportági minőségi humánerőforrás biztosítása mind a sportolói, mind az edzői oldalon egyaránt. A szakági szövetség a sportszakemberek működési feltételeit – összhangban a kormányzati és a nemzetközi szövetségek elvárásaival – évente megújítandó licensz rendszerrel szabályozza, melynek a bemenetét a különböző szintű edzői végzettségek adják. Az országban a 2023-2024-es idényben 2391 fő edző rendelkezett a munkavégzéshez szükséges licensszel. A kézilabdázók esetében a versenyrendszerben való részvételt a sportszervezetbe való leigazolás, valamint az azt követő versenyengedély kiváltás szabályozza. A szövetségi versenyrendszerben a 2023-2024-es versenydényben 133 068 kézilabdázó rendelkezett sportszervezeti igazolással. A kutatásban részt vevő sportszakemberek és sportolók szakértői mintaválasztás formájában az imént említett közegből kerültek kiválasztásra a kutatás feltételrendszerének megfelelően. Ebből adódóan szükségesnek véltük feltérképezni a sportágban tevékenykedő különböző bevéltási szinteken lévő kézilabdázók, edzők, sportszakemberek véleményét a bevéltást befolyásoló tényezők kapcsán.

A mélyinterjúk résztvevői

A mélyinterjú során sportolókat, edzőket, sportvezetőket – 4 fő válogatott és 4 fő nem válogatott sportoló (N=8) és sportszakembereket, 1 fő válogatott edző, 1 fő sportszervezeti edző, 1 fő sportvezető (N=3) – választottunk a mintába. A kiválasztottakat az alábbiak szerint lehet jellemezni:

Működési területek/nem	Rövidítés	Sportági életkor (év)	Sportági pozíció	Működési terület (főváros/vidék)	Válogatottban / sportszervezetben eltöltött idő (év)
Válogatott férfi (1)	VF1	8	Bal oldali átlövő	vidék	2 év
Válogatott férfi	VF2	10	Beálló	főváros	3 év
Válogatott nő (1)	VN1	11	Jobb oldali átlövő	vidék	4 év
Válogatott nő (2)	VN2	10	Irányító	vidék	4 év
Nem válogatott férfi (1)	NVF1	10	kapus	vidék	0/10
Nem válogatott férfi (2)	NVF2	7	jobb oldali szélső	vidék	0/7
Nem válogatott nő (1)	NVN1	8	Bal oldali átlövő	vidék	0/8
Nem válogatott nő (2)	NVN2	10	jobb oldali szélső	vidék	0/4
Válogatott edző	VE	20	szövetségi vezető edző	főváros/vidék	8
Nem válogatott edző	NVE	25	egyesületi edző	főváros	10
Sportvezető	SV	14	szakmai vezető	főváros	14

5. táblázat: A mélyinterjú szereplőinek bemutatása és jellemzése

A mintát adó korosztály bemutatása a szövetségi versenyrendszerben

A sportági szövetség versenyrendszerében a 2023-2024-es idényben az U18-as női korosztályban 8423, míg a férfiak esetében 7105 sportoló rendelkezett igazolással. A korosztályban – mindkét nemből – három bajnoki osztályban zajlottak a küzdelmek (I., II., III. osztály). Az I. és II. osztályban 2x12 csapatos (kelet – nyugat) bajnokság zajlik, melynek a végén úgynevezett „Final Four” lebonyolítással döntenek el a végső helyezéseket minden bajnoki idényben. A III. osztályban a területei elveket figyelembe véve a nőknél 8 csoportban 83 csapat, míg a férfiaknál 6 csoportban 63 csapat versenyzett a vizsgálat évében. Ez összesen a nők esetében 131 csapatot, míg a férfiaknál 111 versenyző csapatot jelentett országos szinten.

Válogatott/bevált nők (N=20), Válogatott/bevált férfiak (N=21) bemutatása

A Magyar Kézilabda Szövetség az utánpótlás korosztályokban minden nemből három-három válogatottat versenyeztet a nemzetközi mezőnyben (serdülő, ifjúsági, junior). A sportolók a különböző korosztályokban két évig versenyeznek, majd a fiúk 21, míg a lányok 20 éves korukban lépnek be a felnőtt mezőnybe. (Természetesen az utánpótlásban eltöltött évek során is játszhatnak felnőtt csapatban is a kézilabdázók a sportszervezetekben.) A kontinentális (EHF) és a nemzetközi (IHF) szövetségek minden ifjúsági és junior korosztály részére szerveznek Európa- és világbajnokságot, valamint két évente Európai Olimpiai Fesztivált (EYOF). Az Európa-bajnokságokat a fiúk részére

páros, míg a világbajnokságokat páratlan évben bonyolítják le. A lányok esetében ez fordítva történik. Ezek alapján egy válogatott sportoló – aki végig versenyezte az utánpótlás korosztályt – négy világversenyen vehet részt, amely 32-36 nemzetközi tétmérkőzést jelent számukra, valamint legalább ugyanennyi nemzetek közötti felkészülési mérkőzésen is részt vesznek a válogatottban eltöltött idő alatt.

A válogatottak felkészülése a nemzetközi szövetség által kijelölt válogatott napokon történik, amely évente átlagosan a világversennyel együtt 55-60 napot jelentenek. A válogatottat felkészítő szakmai stábok egységes rendszerben dolgoznak a hazai szövetségben az alábbiak szerint:

- szövetségi vezető edző
- szövetségi edző
- kapusedző
- erőnléti edző
- orvos
- terapeuta – masszőr
- sportpszichológus
- technikai vezető
- videó elemző (világversenyeken)

A keretek mellett tevékenykedik állandó sportpszichológus, aki az összes utánpótlás válogatottat ellátja, valamint időszakosan életvezetési tájékoztatókat szerveznek a keretek részére („social media” használat, gazdálkodási ismeretek, kommunikációs tréning). A válogatott keretek teljes szakmai működése a sportszakmai igazgatáshoz tartozik, melyet a sportszakmai igazgató vezet.

A beváltak és a nem beváltak csoportját két változó mentén különböztettük meg a mintavétel idején. Az egyik ilyen változó a korosztályos nemzetközi eseményre való folyamatos felkészülés és részvétel volt. A férfiak részére 2023-ban az Európai Ifjúsági Olimpiai Fesztivál (EYOF) jelentette a fő versenyt, míg a nők részére az Európa-bajnokság (Eb) a beválást minősítő eseményt. A másik megkülönböztetést a válogatott munkában való részvétel intenzitása alapján tettük. Ezek alapján a nem beváltak csoportját azok a női sportolók adták, akik nem vettek részt a nemzetközi eseményekre való felkészülésben és az imént említett nemzetközi eseményeken, valamint a

serdülőkort követően nem kerültek be az ifjúsági válogatottba, így jelenleg sem tagjai a szűk válogatott keretnek. A férfiak esetében pedig nem szerepeltek a serdülő válogatottban az ifjúsági kort megelőzően.

A válogatottba történő kiválasztás a serdülő válogatott központi kiválasztó folyamatával kezdődik, melyet a szövetség szakemberei végeznek 2016-tól az alábbi periodizációval:



Tervezetett mérési pontok:

3/alkalom/megye

2/alkalom/régió

1 országos (60 fős nyitott keret kiválasztása)

+ folyamatosan a gyermekbajnokság megfigyelése

Amint látható, a kézilabdázók hét szűrőn keresztül tudnak tanúbizonyságot adni alkalmasságukról. A kiválasztás motorikus sportágspecifikus, posztspecifikus gyakorlatanyagból áll, valamint a legjobb hatvan fő teljesítménydiagnosztikai felmérésen is részt vesz, ahol a várható testalkati és energetikai minőségüket térképezik fel a szakemberek. A kiválasztást követően a kézilabdázók sportformáját és szakmai előmenetelét folyamatosan nyomon követik az aktuális válogatott edzők, valamint évente két alkalommal – a kutatásunk esetében is használt – motoros tesztek és teljesítménydiagnosztikai felmérések segítségével kapunk információkat az aktuális állapotukról.

A nem válogatottak/nem beváltak mintáját adó sportszervezetek bemutatása

A nem beváltaknak minősített kézilabdázók egyesületeinek a kiválasztási kritériumai között szerepeltek:

- területi elvek
- utánpótlás sportolói létszám (minimum 200 igazolt kézilabdázó)
- felnőtt bajnoki osztály, minősítés (nemzeti bajnokság I. osztály)
- U18-as bajnoki osztály minősítés (nemzeti bajnokság I. osztály)
- a teljes versenyeztetés feltételrendszere (U8 – felnőtt korosztályig)
- minősített szakember állomány a vizsgált korosztályra vonatkozólag (szakedzői képesítés)
- a sportakadémiai képzési forma nem volt kizáró ok

Nem válogatott nők (N=20)

A nem beváltak mintáját adó sportszervezet tagja 2019-től tagjai az államilag támogatott sportakadémiai rendszernek, melyet a 303/2019. (XII.22.)-es Kormányrendelet szabályoz. A rendelet értelmében a 15–21 éves korosztályra vonatkozó teljes felkészítéssel és versenyeztetéssel összefüggő működési támogatás állami forrásból kerül finanszírozásra. A sportakadémiák esetében a szakmai stábok összeállítása is egységes elvek alapján történik, melyet benchmark rendszerrel hangolnak össze, ezzel is biztosítva a megfelelő működési feltételeket. Ezek alapján a mintával foglalkozó szakmai stábok az alábbiak szerint működnek:

- | | |
|--------------------|----------------------------|
| - vezetőedző | - technikai vezető |
| - másodedző | - videó elemző |
| - kapusedző | - dietetikus |
| - erőnléti edző | - sportpszichológus |
| - videó elemző | - kollégiumi nevelőtanár – |
| - egyesületi orvos | korrepetitor |
| - terapeuta | |

Nem válogatottak férfiak (N=21)

A sportszervezet hagyományos egyesületi modellben működik, ami annyit jelent, hogy nem tagja a sportakadémiai rendszernek, de kiváló utánpótlás eredményeket ért el az elmúlt években. Az egyesület csapataiból első osztályú felnőtt játékosok kerülnek ki, valamint a legtehetségesebb sportolók a sportakadémiai rendszerbe is bekerültek. A szakmai munka terén minden korosztályban szerepelnek a szövetség versenyrendszerében U8-tól felnőtt első osztályig. Az egyesület modellje az utánpótlás nevelés terén inkább nevelő egyesület, ami annyit jelent, hogy nem csak a saját egyesületben történik a kézilabdázók bevétele, hanem több más magasabb szinten jegyzett sportszervezetben kerülnek leigazolásra az egyesület sportolói. Az utánpótlás válogatottakban a vizsgálat idején a junior válogatott keretben egy sportoló képviseli a színeiket.

A mintával foglalkozó szakmai stábok bemutatása:

- vezetőedző
- másodedző
- erőnléti edző – 2024. januártól
- kapusedző – több csapattal is foglalkozó
- technikai vezető (teljes utánpótlás)
- terapeuta (több csapattal is foglalkozó)
- egyesületi orvos
- mentál – coach (egyéni szervezés formájában)

	Kategória	Elemszám	Átlag	Szórás
Férfi	Válogatott	21	17,34	0,47
	Nem válogatott	21	16,75	0,79
	Összesen	42	17,05	0,71
Női	Válogatott	20	17,01	0,62
	Nem válogatott	20	17,13	0,74
	Összesen	40	17,07	0,68
Összes	Válogatott	41	17,18	0,57
	Nem válogatott	41	16,94	0,78
	Összesen	82	17,06	0,69

6. táblázat: A sportolói minta decimális életkorok szerinti jellemzése

	Nem bevált férfiak (fő)	Nem bevált nők (fő)	Férfi ifjúsági válogatott - bevált (fő)	Női ifjúsági válogatott - bevált (fő)	Összesen (fő)
szélső	4	7	6	5	22
átlövő	6	4	5	8	23
irányító	4	3	2	2	11
beálló	4	3	5	2	14
kapus	3	3	3	3	12
Összesen	21	20	21	20	82

7. táblázat: A minta sportági posztok szerinti eloszlása

A minta eloszlása képzési formák szerint:

Válogatottak/beváltak:

Nők:

- sportakadémiai képzési forma: 16 fő (N=16)
- egyesületi képzési forma: 4 fő (N=4)

Férfiak:

- sportakadémiai képzési forma: 17 fő (N=17)
- egyesületi képzési forma: 4 fő (N=4)

A kizárólag sportszervezeti formában sportolók mintavételi eloszlása az alábbi volt:

Nem válogatottak/nem beváltak:

Nők:

- sportakadémiai képzési forma 20 fő (N=20)

Férfiak:

- sportszervezeti képzési forma 21 fő (N=21)

Sportszakemberek (N=3)

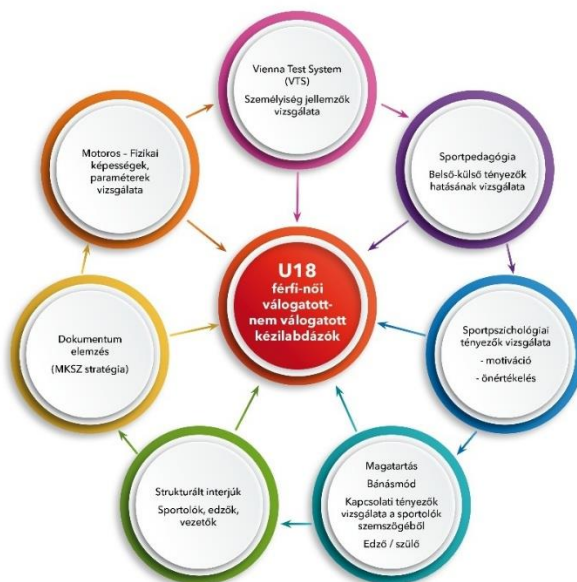
Kutatásunk és annak céljainak megvalósításához a sportágban jelenleg is tevékenykedő edzőket, sportvezetőket szólítottunk meg a mintavétel idejében. A szakembereket az MKSZ versenyrendszerében működési engedéllyel, valamint sportvezetői megbízási státusszal alkalmazták. Mindannyian rendelkeztek a munkavégzéshez szükséges végzettségekkel és okmányokkal, valamint erkölcsi bizonyítvánnyal a sportról szóló törvény 11/A §. (5) bekezdése, valamint az Mt. 44/A.

§ (1) kormányrendeletnek megfelelően a fiatalok sportolással foglalkozás betöltésére vonatkozólag.

A teljes vizsgált minta elemszáma: 82 fő sportoló (N=82) 3 fő edző, vezető (N=3).

3.2. Adatfelvétel

A kiválasztott minta adatfelvétele során kísérletet tettünk arra, hogy széleskörűen feltérképezzük a kézilabdázók intra- és interperszonális kapcsolati rendszereit, amelyek hatással lehetnek a személyiségfejlődésükre, valamint a versenyteljesítményükre egyaránt.



7. ábra: A vizsgált minta adatfelvételi hálózatának a bemutatása

Minta	Szövetségi stratégia dokumentum elemzés elvégzésének ideje	Mélyinterjú elkészítésének ideje	Motorikus és az alkati adottságok felmérésének az ideje	Vienna Test felmérés ideje	Kérdőívek, tesztek felmérésnek az ideje
Válogatott - női	2023.11.10 - 2023.11.25	2023.10.09	2024.01.02	2024.01.18-2024.04.11	2024.03.06 - 2024.03.11
Nem válogatott - női		2023.10.10	Győr		
Válogatott - férfi		2023.10.20	2024.01.02	2024.02.19-2024.04.08	
		2023.10.22	Győr		
		2023.10.03	2024.01.16		
Nem válogatott - férfi		2023.10.05	Budapest		
		2023.10.24	2024.01.19		
Válogatott edző		2023.10.28	Gyöngyös		
Válogatott edző	2023.10.15				
Nem válogatott edző		2023.10.17			
Sportvezető		2023.10.19			

8. táblázat: A vizsgált minta adatfelvételi folyamatának bemutatása

3.2.1. Dokumentumelemzés

Az MKSZ stratégiájának elemzése során a szakági szövetség utánpótlás nevelésre vonatkozó elképzeléseit vizsgáltuk meg összefüggésben a kutatás során tapasztaltakkal az eredmények vonatkozásában, valamint a nemzetközi szakirodalomban foglaltakkal összefüggésben. A szakági szövetség stratégiája 2022–2028 közötti időintervallumot ölel fel, ahol a sportszakmai elvárások utánpótlás és felnőtt szinten is konkrét elvárásokat és ahhoz rendelt indikátor rendszereket tartalmaznak. Vizsgálatunk fókuszát a stratégia szakmai pillérének elemzése adja, valamint a pillér összefüggéseinek vizsgálata más területekkel. Az elemzés során célterületként jelenik meg számunkra a korosztályos felkészítés egymásra épültségének jellemzése, valamint az egyéni tehetséggondozás és a beválást támogató környezeti feltételeknek a megléte és annak a működési szintje is.

3.2.2. Mélyinterjúk

Mind az edzőknek, mind a kézilabdázóknak strukturált interjú formájában tettük fel kérdéseinket, amelyek megegyezők voltak, de természetesen figyelembe vettük az edzői és a sportolói gondolati világ különbözőségét is. Az interjúkérdésekben a beváláshoz szükséges képességek és készségek, valamint az azokat támogató környezeti tényezők együttes szerepére kérdeztünk rá az edzők, valamint a sportolók szemszögéből.

3.2.3. Motorikus és az alkati adottságok felmérését szolgáló tesztek

A kutatás keretein belül a vizsgált sportolói csoportok felmérésének az utánpótlás válogatottak felmérésére szolgáló szövetségi protokoll volt az alapja.

Alapadatok az alkati paraméterek megállapítására:

- *Testmagasság mérése (cm):*

A testmagasság alapvető fizikai paraméter. Egyéb adatokkal (pl. kor, testsúly, nem) ismeretet szolgáltat az egyén általános egészségi, fizikai állapotáról.

A testmagasságot a függőleges falfelület mellett álló helyzetben mérjük. A vizsgált személy sarkával, tomporával és hátával érinti a falfelületet. A fejét úgy tartja,

hogy a fülnyílás felső határa és a szemzug alsó része egy egyenesbe esik, a sarka összeér. A vizsgált személyeket mély lélegzetvétel alatt milliméter pontossággal mértük le.

- *Testsúly mérése és testösszetétel mérése (kg), (% - index:)*

A két fizikai paramétert BMI 3 multifunkciós test analízátor fitnesz műszerrel végeztük, amely a testsúly mérésen túl méri a testzsírszázalékot is. A magasság, súly, kor és nem megadása esetén kikalkulálja a BMI értékét. A készülék 5 különböző testalkatot különböztet meg: sovány, átlagos, testes, zömök, súlyos.

- *Szakági edzésmúlt (évek):*

A kézilabdázásban eltöltött időt jelenti, amelyet a sportoló igazolási időpontjának a kezdetétől számítunk.

- *Erőnléti edzésmúlt (évek):*

A rendszeres – szakember által irányított – erőnléti foglalkozások idejének a kezdetétől eltelt időt jelenti.

A motorikus képességek tesztanyag bemutatása:

- *Vertikális felugrás*

A teszt végrehajtási kritériumai:

A gyakorlatot csípőszéles terpeszállásban és a kezek csípőretartásában kezdi a sportoló. A vizsgálat során a vizsgált személy dinamikus súlypontosüllyesztésből ugrik a lehető legmagasabbra úgy, hogy közben törekszik arra, hogy koncentrikus fázisban az erőközlés folyamatos legyen, illetve a súlypontosüllyesztés nagyságrendileg 30 cm legyen (törekedve a kis és gyors ízületi hajlításra-kinyújtásra). A kezek a teljes felugrás és érkezés alatt csípőretartásban helyezkednek el. A felugrás során a levegőben a játékos ne húzza fel a sarkát, ne emelje előre a lábát, ne hajlítsa térdét. Az érkezés során javasolt az érkezés impakt erejének csökkentése, tehát a talajfogás után a térd hajlításával történő kontakterő csökkentése.

Értékelési szempontok:

Ismétlésszám: 3 (a legjobb eredményt rögzítjük)

Pihenőidő: 3 perc

Vizsgált paraméterek:

- felugrási magasság levegőben töltött idő alapján (mértékegység: cm)
- relatív csúcsteljesítmény mértékegység: (mértékegység: W/kg)
- *Sprintképesség mérése (5, 10, 20 m)*

A teszt végrehajtási kritériumai:

Állórajttal indul a sportoló a rajtvonal mögül 40 cm-rel. Az indulás a sportoló elhatározásából történik, tehát nem jelre indul. A megindulás előtt nem mozdulhat a sportoló előre, hátra. A kiinduló helyzetből a tömegközéppont kizárólag előre mozdulhat el. A vizsgált személynek törekednie kell, hogy futással (sprinttel) a lehető legrövidebb idő alatt teljesítse a teljes távot (javaslat: 25 méternél helyezzünk le egy bóját, ameddig törekedni kell a sportolónak a lehető leggyorsabb feladatvégrehajtásra).

Értékelési szempontok:

Ismétlésszám: 3 (a legjobb eredményt rögzítjük)

Pihenőidő: 3 perc

Mértékegység: századmásodperc pontossággal, gépi méréssel

- *Irányváltási teszt (5 – 10 – 5):*

A teszt végrehajtási kritériumai:

A teszt során a vizsgált személy a rajtvonalhoz lép úgy, hogy a rajtvonal pontosan a két lába között helyezkedik el atletikus alaphelyzetben. A vállait összekötő egyenes merőleges a rajtvonal síkjára. Az indulás a sportoló elhatározásából történik, tehát nem jelre indul. A megindulás előtt nem mozdulhat a sportoló jobbra, balra. Az indulás után a sportolónak bal oldalra kell futnia a bója/ragasztószalag vonaláig, ahol kitámaszt a bal lábával úgy, hogy az arca a kiinduló helyzetnek megfelelő irányban marad, majd visszafut a jobb oldalon kihelyezett bója/ragasztócsík vonaláig, közben keresztezve a rajtvonalat. A jobb oldali bójánál kitámaszt a jobb lábával úgy, hogy az arca a kiinduló

helyzetnek megfelelő irányban marad, majd visszafut a rajtvonalhoz. A sportolónak törekednie kell az előbb leírtak legrövidebb idő alatti teljesítésére. A gyakorlatot a sportoló a másik irányba is végrehajtja (2x ismétli mindkét irányba).

Értékelési szempontok:

Ismétlésszám: 2 ismétlés jobbra és balra (a legjobb eredmény rögzítésre kerül)

Pihenő idő: 3 perc

Mértékegység: századmásodperc pontossággal, gépi méréssel

Maximális erőtesztek (fekvenyomás – guggolás)

A teszt végrehajtási kritériumai:

5 ismétléses maximum tesztelése, abból kalkulálunk 1 ismétléses maximumot képlet segítségével.

A sportoló folyamatosan halad a végrehajtásokkal felfelé a külső terhelések kapcsán addig, ameddig az 5 ismétlést végre tudja hajtani. Ha nem sikerül az 5 ismétlés végrehajtása, akkor az előző súly kerül feljegyzésre. Célszerű 4-6 sorozat alatt végrehajtani a felmérést, fontos a megfelelő pihenőidő betartása.

Maximális erő kiszámítása három ismétléses eljárás során a maximális erőtesztek esetében: felső test: $5RM * 1,13 = 1RM$, alsó test: $5RM * 1,0970 + 14 = 1RM$.

Értékelési szempontok: (minden maximális erőtesztben megegyezők)

Ismétlésszám: szériánként 5-ször

Szériaszám: 4-6 db

Pihenőidő: 2-3 perc a szériák között

Mértékegység: kg

- *Guggolás*

A teszt végrehajtási kritériumai:

A guggolás megfelelő mélységének azt tekintjük, amikor a térdízület 90°-os szöget zár be. A kellő magasságot egy fekvenyomó paddal, illetve, ha szükséges, akkor homokzsákkal vagy egyéb masszív, szilárd tárggyal érjük el. A guggoló magasság után a rúd magasságát is körültekintően kell megválasztani, hogy a sportoló kényelmesen és

biztonságosan ki tudja venni a rudat az állványból (ne kelljen lábujjhegyre állnia, de ne is kelljen túlságosan mélyre ereszkednie). A gyakorlónak a saját guggoló magasságához be kell állítani a biztonsági rudat mind a két oldalon. Ennek meghatározása a következőképpen zajlik: a játékos kiveszi a rudat az állványból, majd leguggol a neki előírt magasságra. Ebben a pozícióban a biztonsági rúd és a végrehajtásban szereplő rúd között nagyjából 10 cm helynek szabad lennie, azért, ha a sportoló a guggolás legmélyebb pontján egyenes háttal elkezd előre dőlni, akkor szinte azonnal fennakadjon a rúd a biztonsági rúdon. Abban a pillanatban, hogy a végrehajtás nem tökéletes, azonnal véget kell vetni a tesztnek az adott személynél.

A mérést segíti egy ragasztott csík, hogy mindig ugyanoda lépjen ki a játékos, ha messzebb vagy közelebb van a padhoz, módosul a guggolási mélység.

- *Fekvenyomás*

A helyes technikai kivitelezés során a játékos addig hajlítja a könyökeit, ameddig a rúd érinti a mellkast, majd innen nyomja ki a rudat. A felmérés ezen szakaszában érdemes nagyjából 2-3 perces pihenőket tartani egy-egy próbálkozás között. Fekvenyomás esetében kevesebb a technikai hibalehetőség, de itt is minden esetben figyelni kell a sportolót, és a technika romlása esetén véget kell vetni a felmérésnek.

- *YoYo Intermittent Recovery I teszt*

A teszt végrehajtási kritériumai:

A használt hanganyag a „Beep test” nevű applikáció. A teszt felpályáról indul, a hanganyagot követve elindulnak az alapvonal felé, majd a hangjelzéssel egy időben kell odaérnie a sportolónak. A cél elérése után irányváltást követően vissza kell futnia a felpályáig. Ezután 5 m járás következik, majd a következő hangjelzésre indul a következő teljesítményszint. A teszt során a táv megtételéhez rendelkezésre álló idő folyamatosan csökken, így a végrehajtás sebessége növekedni fog. Amennyiben az alany két egymást követő időhatáron belül nem ér a célig, az a teszt megállítást jelenti.

Értékelési szempontok:

1 ismételts, a megállításig megtett táv rögzítése

Mértékegység: m

3.2.4. A Vienna Test System (VTS)

A Vienna Test rendszer az osztrák Schuchfried GmbH által kifejlesztett számítógépes pszichológiai mérési tesztrendszer, mellyel a sportolók kognitív képességeit és személyiségjegyeit egyaránt lehet mérni. A számítógépes módszereket régóta alkalmazzák a pszichológiai mérőeszközök, egyedülálló előnyöket nyújtva ezzel felhasználóiknak.

Számos kompetenciát célzottan tud mérni, legyen szó akár problémamegoldásról, eredményorientációról vagy célkitűzésről (pl. teljesítménymotiváció, önbizalom). Döntési készségeket (döntési képesség, döntéshozatali stílus, kompetencia), az asszertivitási szintjét, együttműködési készségeket (konfliktuskezelés, csapatmunka, empátia, probléma fókuszáltság stb.) is mérhetünk vele. A stressztűrés (frusztrációs tolerancia, stresszhelyzetben mutatott stabilitás), a szabálykövetés és a szimultán figyelmi kapacitás precíz vizsgálata is megvalósítható vele.

A mérhető tényezők három csoportba sorolhatók:

- *Kognitív tényezők:* ide tartozik pl. a stressz, figyelem, memória, reakcióidő, előre jelzési készség (anticipáció), melyek egytől egyig fejleszthetőek.
- *Személyiségjegyek:* ezek a tulajdonságok meghatározzák a sportoló viselkedését kiélezett szituációkban, vagy pl. a helyét a csapatban. Mérhető az adott személy impulzivitása, motivációja, érdekérvényesítési készsége. Ezek azonosításával a sportoló felkészíthető a kiélezett helyzetek kezelésére.
- *Fiziológiai tényezők:* a pulzus, légzésszám, bőrellenállás stb. egyidejű mérésével pontosíthatók a sportoló fizikai reakciói téthelyzetek során, mely támpontot nyújt a sportpszichológusi felkészítő munkában.

Vizsgálatunk során az eszköz által mérhető funkciókból kizárólag a személyiség funkciók szintjét mértük fel. A „Big Five” személyiségteszt öt dimenzióján belül a sportban is meghatározó – tizenkét – személyiség tulajdonságot mérő módszerét alkalmazzuk.

ÉRZELMI STABILITÁS	Higgadtság
	Önbizalom társas helyzetben
	Érzelmi erő
EXTRAVERZIÓ	Asszertivitás
	Energikusság
NYITOTTSÁG	Érzelmekre való nyitottság
	Érték- és normarendszer elfogadása
FELELŐSÉGÉRZET	Kötelességérzet
	Ambíció
	Fegyelmezettség
BARÁTSÁGOSSÁG	Segítőkészség
	Mértékletesség

9. táblázat: A VTS által mért „Big Five” személyiség funkciók

3.2.5. A kérdőívek és tesztek adatfelvétele

A sportolók nézeteinek felméréséhez kérdőíves módszert választottuk. A kérdőívek tartalma a sportolói motivációra, az edző-sportoló kapcsolatára, az edzői bánásmódra, viselkedésre, a sportolói környezetre (edző-szülő vonatkozásában) és a mérkőzések előtt átélt stressz minőségére, valamint a sportolókat körülvevő pedagógiai környezetre vonatkoztak. A kérdőívek zárt végű kérdéseket tartalmaztak különböző értékskálákkal.

- Sportolói kérdőív

A kérdőív a sportolói környezetnek azon hatásait kívánja feltérképezni, amelyek a legszorosabban képesek támogatni, segíteni a sportolók véleménye alapján a bevételeiket. A kérdőív tartalmi része érinti a személyiség széleskörű összetevőit is, amelyek az öröklött, genetikai tényezők mellett a megszerezhető képesség- és készségfaktorként és a sportági edzéselméleti tényezőknek a bevételeiben való szerepét is bemutatja. A személyiség mellett a sportoló környezeti tényezőinek a szerepét is vizsgálja úgy, mint az edzők, szülők, csapattársak, létesítmény, eszközállomány hozzáadott értékét a sportolói teljesítményhez. A kérdőív széles körben alkalmazásra került az elmúlt időszakban a különböző sportágak pedagógiai területek kutatásai során. Adatfelvételenként olyan 38 zárt kérdést tartalmazó kérdőívet alkalmaztunk (Likert-skála, 1-4), melyet korábbi kutatás használt (Kiss, 2023) és megbízhatónak talált (*Cronbach-alfa*=0,75-0,87). A kérdőív a kézilabda tehetség kibontakozását, a bevételeket befolyásoló

belső (item no. 12) és külső (item no. 26) tényezőkre irányult, ahol az 1-es skála a teljes egyet nem értést, míg a 4-es skála a teljes egyetértést tükrözte. A belső tényezők között humánbiológiai jellemzők, motoros képességek, kognitív és pszichés jellemzők egyaránt szerepeltek, a külső tényezők a személyi és tárgyi feltételekre vonatkoztak. A kérdőív Bognár (2023) adaptációja.

- *A sportolók mérkőzés előtti pszichés állapot felmérését szolgáló kérdőív (CSAI-2)*

A Competitive State Anxiety Inventory-2 (CSAI-2), egy sportspecifikus állapot-szorongás skála, amelyet Martens és mtsai (1990) fejlesztettek ki. A skála a szorongást három összetevőre osztja: kognitív szorongás, szomatikus szorongás és egy kapcsolódó önbizalom összetevő. Az önbizalom általában a kognitív szorongás ellentéte, és egy másik fontos tényező a stressz kezelésében. A belső megbízhatósági együtthatók 0,81, 0,82 és 0,88 (*Cronbach alfa*) értékeket mutattak a kognitív szorongás, a szomatikus szorongás és az önbizalom esetében (Martens és mtsai, 1990). Ez volt az első sportspecifikus vizsgálati eljárás. A kérdőív 27 állítást tartalmaz, magyarra 1994-ben Sípós standardizálta. A teszt huszonhét tételt tartalmaz, mely 3 skálába rendeződik, minden skálához 9 állítás tartozik, amelyben a 14-es tétel fordított tétel.

- *Észlelt autonómia támogatás, sportkörnyezeti kérdőív (edzők) (SCQ – H)*

Az edzők és a szülők felől érkező autonómiatámogatás minősége jelentős hatással bír. Minél nagyobb mértékű a (szülői és edzői) támogatás, valamint a bevonódottságuk szintje is megfelelő, annál valószínűbb, hogy a sportolóra az öndeterminált motiváció lesz jellemző. Nagyobb valószínűséggel jellemezhető feladatmegközelítő és autonóm motivációs stílussal az az egyén, aki a számára fontos személyeket az autonómiatámogató karakterisztikával jellemzi (Black és Deci, 2000), szemben azokkal, ahol az autonómiatámogatás nem jelenik meg.

Az edzői által biztosított autonómia támogató kérdőív 15 itemből áll (*Cronbach alfa*=0,90), ahol a kérdésekre egy hét fokú Likert skálán szükséges megadni a válaszokat a sportolóknak az egyáltalán nem igaz, mint (1) kiinduló értéktől kezdődően. A kérdőív hazai adaptációját Kovács és mtsai végezték 2020-ban.

- *Észlelt autonómia támogatás, sportkörnyezeti kérdőív (szülők) (PASSES – H)*

Az Észlelt szülői autonómiatámogatás kérdőív (Hagger és mtsai, 2007) a korábbiakban is elérhető volt magyar nyelven. A kérdőív 12 itemből áll, nem tartalmaz fordított tételt. A kérdésekre a kitöltők hétfokú Likert skálán adják meg a választ, hasonló felosztással, mint az SCQ – H kérdőív esetében. A kérdőív hazai adaptációját Kovács és mtsai végezték és publikálták 2020-ban, ahol a kérdőív belső megbízhatósága megfelelőnek bizonyult (*Cronbach-alfa*=0,90 – 0,95).

- *Edző-sportoló kapcsolat feltárásra szolgáló kérdőív (CART -Q)*

A CART-Q kérdőív az edző és sportoló kapcsolat három alapvető jellemzőjét vizsgálja, úgy, mint a *közelséget*, *elkötelezettséget*, *kiegészítést*. A szakirodalmi áttekintésben, mint “3C” elmélet került említésre. (Jowett és Ntoumanis, 2004).

A *közelség* a kapcsolat affektív oldalát jellemzi, amely megjelenhet olyan érzelmekben, mint az egymás iránti bizalom, az elfogadás és a kötődés. Az *elkötelezettség* ezzel szemben a kapcsolatok kognitív aspektusára utal, rávilágít az edző és a tanítvány elképzeléseire és terveire a hosszútávú együttműködéssel kapcsolatban. A *kiegészítés* a viselkedéses részt vizsgálja, amely az edző és a tanítvány cselekedeteiben nyilvánul meg az edzések, valamint a versenyek alatt. Itt fontos azt megfigyelni, hogy az edző és a sportoló a már említett dimenzióknak megfelelően cselekednek-e?

A kérdőív 11 kérdésből álló kérdőív, amely nem tartalmaz fordított tételket. Három alskálával rendelkezik, úgy, mint a *közelség*, az *elköteleződés* és a *kiegészítés – viselkedési oldal*. A kitöltők hétfokú Likert skálán jelölhetik a válaszukat, ahol az 1: Egyáltalán nem értek egyet és a 7: Teljes mértékben egyetértek jelöl. A magasabb pontszámok az adott jellemző magasabb értékére utalnak. A kérdőív lehetőséget biztosít arra, hogy feltárjuk a sportolók képét edzőikről, nemcsak annak pozitív és negatív aspektusából, hanem az emberi és szakmai támogatás szempontjából is. Az edző-sportoló kapcsolatot Kovács és mtsai (2021) adaptációja alapján mértük fel a sportolók esetében, ahol a kérdőív megbízhatónak minősült ((*Cronbach alfa* = *Kiegészítés*: 0,850; *Elköteleződés*: 0.875; *Viselkedés*: 0,823).

- *Edzői viselkedés (CBQ)*

A CBQ kérdőívet (Williams és mtsai, 2023) főként angolszász nyelvkörnyezetben használják, a szakirodalomban pedig csak görög nyelvi adaptációra történik utalás, ahol a kérdőív alskáláinak belső megbízhatósága elfogadhatónak bizonyultak (Karamousalidis és mtsai, 2010).

Az edzői viselkedés kérdőív célja annak felmérése, hogy hogyan észlelik és értékelik a sportolók az edzőjük viselkedését. A nemzetközi szakirodalom alapján elkészült CBQ hazai változata, azért, hogy elsőként létrehozzunk és alkalmazhatóvá tegyünk a gyakorlat számára is egy olyan kérdőívet, amely megbízhatóan képes visszajelezni az edzői viselkedés pozitív és negatív aspektusait. A 15 itemből álló kérdőív két alskálát foglal magába. A negatív reakció alskála az edzők negatív viselkedését írja le, míg a támogatás alskála az edzők pozitív viselkedését, reakcióit méri. A válaszokat négyfokú Likert típusú skálán kell bejelölni az egyáltalán nem értek egyet (1) és a teljes mértékben egyetértek (4) végpontok között. A mérőeszköz nem tartalmaz fordított tételeket, és a magasabb pontértékek az adott viselkedés nagyobb mértékét jelzik. A kérdőív hazai adaptációját Kovács és mtsai végezték 2021-ben, és a kérdőív skáláinak belső megbízhatósága elfogadható volt (*Cronbach alfa* = *Negatív reakció* = 0,87, *Támogatás* = 0,87).

- *Sportmotivációs kérdőív (H-SMS)*

A sportmotivációs kérdőív esetében az eredeti skálát két nyelven, angolul (Pelletier és mtsai, 1995) és franciául (Brière és mtsai, 1995) validálták és alkalmazhatónak találták. A hazai adaptációját Paic és mtsai (2018) végezték. A H-SMS végső, megerősítő faktorelemzéssel kialakított verziója 6 faktort és 19 tételt foglal magába, melyeket egy 7 fokú skálán válaszol meg a kitöltő. A végleges változat két különböző modell közül került kiválasztásra, és maximálisan megfelel a pszichometria instrumentumokkal szemben támasztott érvényességi és megbízhatósági kritériumoknak (*Cronbach alfa*=0,79–0,89) Az eredetitől eltérően a végső struktúrában az intrinzik motivációt mérő faktort két alfaktorra osztottuk: az észlelt kompetenciára (kognitív) és az önhatékonyság növelésére (effektív) irányuló intrinzik motivációra.

3.3. Adatfeldolgozás

Dokumentumelemzés módszertana:

- kvalitatív szövegelemzés
- összefüggések vizsgálata

A dokumentumelemzés kvalitatív vizsgálata során a tartalomelemzés non reaktív (beavatkozás mentes, következmények nélküli) módszerét alkalmaztuk. A dokumentum belső tartalmi elemeit kategorizáltuk azért, hogy a sportszakmai terület legfontosabb kapcsolódási pontjait minősíteni tudjuk. Ezeket a tartalmakat kódoltuk, majd értelmezéseket fogalmaztunk meg. A kutatás módszerei közé tartozott a szövegek tartalomelemzésének kvalitatív módszerének alkalmazása.

Mélyinterjúk elemzésnek módszertana:

- szövegelemzés
- összefüggések vizsgálata

Az interjúk során hangfelvétel mellett jegyzeteket is készítettünk. Az összegyűjtött adatokat kategorizáltuk és részletesen összegeztük. Az összegzéseket kérdésenként összehasonlítottuk, majd tematikus sémákat dolgoztunk ki az elemzéshez. Az elemzés során elsősorban a hangfelvételekre és a kérdezői jegyzetekre támaszkodtunk, amelyek során az interjúszövegek részletes összegzésére tett tartalmi iránymutatását követtük, mely alapján kerültük az interjú tartalmi megváltoztatását, és követtük a témakódolás alapú interjúelemzési modellt. Az összefoglaló nem csupán a kérdés és válaszadás folyamatának leírását tartalmazta, de ahol indokolt volt, ott interjúidézeteket is tartalmazott. A tesztalanyok – interjúösszegzések által reprezentált – személyes válaszai alapján közös irányokat, kódokat azonosítottunk úgy, hogy értelmezési mintázatokat kerestünk az összegzések adott kérdéshez kapcsolódó szakaszainak átolvasása során. Az azonosított témákat interjúalanyonként összehasonlítottuk, végül levontuk a következtetéseket, és összegeztük az interjúk során kapott válaszokat.

Motorikus tesztek, tesztek elemzésének módszertana:

- összefüggések vizsgálata
- összehasonlítás

A motorikus tesztek esetében az alábbi minták kerültek összehasonlításra:

- válogatott férfi – nem válogatott férfi kézilabdázók
- válogatott női – nem válogatott női kézilabdázók

A VTS tesztek elemzésnek módszertana:

- leíró statisztikai elemzés
- összefüggések vizsgálata
- összehasonlítás

Kérdőíves vizsgálatok elemzésnek módszertana:

- leíró statisztikai elemzés
- összefüggések vizsgálata
- összehasonlítás

A VTS személyiség tesztek, valamint a kérdőíves vizsgálatok elemzésekor a teljes mintára vonatkozó leíró statisztikát, összefüggések vizsgálatát és összehasonlításokat végeztünk a csoportokra vonatkoztatva. A pszichológiai és a pedagógiai tesztek esetében alkalmazott kérdőívek mindegyike validált, vagy kellő megbízhatósággal rendelkezett a tesztkritériumok által meghatározott feltételekkel, így a belső konzisztencia és az alsókálákhoz tartozó itemek korrelációja a meghatározott értékeket elérte.

A kiválasztott mintát a VTS és a kérdőíves vizsgálatok során az alábbi csoportosítás alapján elemeztük:

- válogatott férfi – nem válogatott férfi kézilabdázók
- válogatott női – nem válogatott női kézilabdázók
- válogatott férfi és női kézilabdázók – nem válogatott férfiak és nők együttes mintája
- férfiak – nők teljes mintája
- a teljes minta jellemzése

A motorikus, VTS és a kérdőíves vizsgálatok eredményeinek a rendelkezésre állása után az adatok elemzésére leíró statisztikai eljárásokat alkalmaztunk a teljes populációra vonatkozólag. A leíró jellegű statisztikai módszereket a minta általános jellemzésére és a populáció egyes paramétereinek meghatározására alkalmaztuk. A matematikai statisztikai elemzéseket azokban az esetekben használtuk, amikor különböző csoportok viszonyrendszerére vontunk le következtetéseket. A különböző – mintából kialakított – csoportok összehasonlítására és azok tartalmi különbségeinek meghatározására kétmintás t-próbát alkalmaztunk. Ezen túlmenően a csoportok közti jellemző különbségek megállapítása érdekében diszkriminancia analízist is végeztünk, valamint az összefüggések vizsgálatához Pearson korreláció vizsgálatot használtunk.

A statisztikai elemzéseket az SPSS 28.0 program segítségével végeztük el, amely a társadalomtudományi és természettudományi kutatásokban igen széles körben alkalmazott statisztikai program. A szignifikancia szintnek a kutatásokban alkalmazott hibahatárt ($p=5\%$), míg a korrelációk vizsgálatakor az $r=0,5$ érték fölötti szintet vettük alapul.

4. EREDMÉNYEK

4.1. A Magyar Kézilabda Szövetség stratégiájának elemzése (2022–2028)

A stratégia felépítése:

A Magyar Kézilabda Szövetség a szakmai, a gazdasági és a szervezeti tevékenységét szabályozott stratégia elképzelések és keretek között folytatja, melyet az alábbi célok mellett dolgoztak ki:

„Az elmúlt években történt szervezeti, környezeti, sportstratégiai változások, a megváltozott, magasabb szintű elvárások, a szervezetben párhuzamosan futó fejlesztések, a sportfinanszírozás várható változása miatt a Magyar Kézilabda Szövetség (továbbiakban: MKSZ) Elnöksége 2021. január 11-én az érvényben lévő hosszútávú szervezeti stratégia felülvizsgálatáról, aktualizálásáról és az új stratégiai irányok kijelöléséről döntött.” (MKSZ Stratégia, 2022–2028. 7. o.)

A stratégiát tanulmányozva a stratégia pillérei (8. ábra) kiegészítik egymást, amely pillérek között a sportszakmai eredményesség kiemelkedően erős pozíciót mutat, melyet meg is nevez a dokumentum. Jóllehet, a külvilág számára a sportszakmai eredményesség a leginkább fókuszban lévő terület, de egyértelmű, hogy a sikerességet meghatározza a sportlétesítményekkel való ellátottság, a finanszírozási lehetőségek, a szervezet működése, a szakmai minőség és a tudás koncentrációja (MKSZ Stratégia, 2022–2028.).



8. ábra: Az MKSZ Stratégiáját alkotó pillérek (MKSZ Stratégia, 14. o.)

A számunkra talán legfontosabb pillér – a sportszakmai terület – elemzésekor jól körülhatárolható alapelvekkel találkozhatunk, amelyek a stratégia tartalmi részeit képezik. Ezek közül az eredményesség szempontjából a két legfontosabb területek az alábbiak:

- utánpótlás nevelés és versenyeztetés
- nemzeti válogatottak eredményessége

A területekhez kötődik még szorosan a szakemberképzés, amely erős hatással bír az előbbi két területre. A három terület koherenciája erős meghatározója a tehetséggondozásnak.

A dokumentum a kor modern elvárásait fogalmazza meg a sportszakmai eredmények eléréséhez, amelyben nem csak az élsport funkciók dominanciája, hanem az ezzel szorosan összefüggő egyéb területek fejlesztése is megjelenik, mint például:

- egészségmegőrzés, egyben az egészség stabilitási tartományának növelése,
- a testi és lelki edzettség, a testi és lelki alkalmazkodó képesség, fizikai és lelki kondíció fejlesztése.

A sportszakmai pillér elemzése:

A pillér feladatrendszerének elemeit tanulmányozva egy átfogó képet kapunk az utánpótlás nevelés nemzetközi szinten is elfogadott irányainak a kialakításáról és a későbbi megvalósítás mikéntjéről is.

A sportági alapok között az iskolai és a diáksport jelentősége mutatja a szakági szövetség elköteleződését az oktatási intézményrendszer irányába. Ezt az elköteleződést az is megerősíti, hogy 2013-tól a szövetség belső iskolai programot működtet 150 alapfokú intézmény részvételével, melyet 2023-tól fokozatosan átalakít majd – a nagyobb iskolai létszám elérése érdekében – egyesületi iskolai programmá, melyet TAO forrásból támogat majd.

Az alapok lerakása esetében hivatkozik a dokumentum az akadémiai rendszerre is, amely, majd beválás esetében lehet releváns a sportolók számára. Az akadémiai képzés – melyet a 303/2019. (XII.22.) Kormányrendelet szabályoz – alapjául a pre-akadémiák létrehozása feladatként került megjelenítésre a szakmai stratégiában, ahol a szakmai és a környezeti háttér – igazodva a sportakadémiák bemeneti követelményeihez

– támogathatja a minőségi felkészítést minden területen (sportszakma, életmód, mentális). Az iskolai, pre-akadémiai és az akadémiai képzési forma egymásra épülő koherens működés, valamint ezeknek a szövetségi szinten történő támogatása mutatja a kontrollált formában történő utánpótlás nevelés működtetését. Ez talán záloga lehet majd a későbbiekben a humán erőforrás minőségi emelkedésének minden téren, ami majd a felnőtt mezőnyben való nemzetközi elithez való érést jelentheti.

A felkészítési modell feladatrendszerét tanulmányozva a dokumentum leszögezi és elkülöníti a különböző korosztályokhoz tartozó felkészítési modelleket, és meghatározza azok fontossági sorrendjét is. A sportággal való ismerkedés időszakában megjelenik elvárásként a sportági kötődés, az egészségmegőrzés és a sport mint örömszerzési funkció is. A sport melletti tanulás tartós összekapcsolása a sportpályafutás során a kettős életpálya kiépítésének a lehetőségére, mint megvalósítandó feladatra hivatkozik a stratégia.

A nem szorosan a sportszakmához tartozó – de legalább annyira nélkülözhetetlen, valamint az értekezésünk legnagyobb területét felölelő – megoldandó feladatként találkozhatunk az anyagban az edző-sportoló közötti kapcsolatrendszerek minőségének javításában. Az edző és tanítvány eredményes tevékenységének egyik alapfeltételeként jelöli meg a közösen kialakítandó értékrendek, bánásmód és a kommunikáció megfelelő minőségét is. A megoldással kapcsolatosan viszont konkrét stratégiai és operatív javaslattal nem találkozunk a stratégiában.



9. ábra: A sportszakmai pillér széleskörű feladatrendszere (MKSZ Stratégia, 72. o.)

A sportszakmai pillér esetében a különböző korosztályokra vonatkozó felkészítésbeli tartalmak jól elkülöníthetők egymástól, amelyekben zömmel a sportszakmához köthető sportági tartalmak jelennek meg a képzési irányok kapcsán.

Gyermekkorosztályok (8–14 év):

A dokumentum a jelzett időintervallumot három időszakra bontja (7–11, 11–13, 13–14 év), ahol mindegyikhez meghatározza az alapvető fejlesztési irányokat. A legkisebbek esetében a fő célkitűzés az egészséges életmódra nevelés és a természetes mozgások alapjainak a lerakására épülő sportági alapokkal való megismerkedés jelenik meg fő feladatként. A cél- és a feladatrendszer jól illeszkedik az utánpótlás nevelés jelenlegi elméleti és gyakorlati szakirodalmához, amelyben a legerősebb funkcióként az egészséges életmódra történő nevelés, valamint a megfelelő környezeti feltételek biztosítását jelölő meg elsődleges tényezőként, amelyek a későbbi biztos alapokat jelenthetik majd a versenysport terén.

A következő korosztályok (11–14 év) nevelése és felkészítése esetében deklaráltan hivatkozik a dokumentum a képzés elsődlegességére, valamint a kontrollált formában történő versenyeztetésre, ahol a lehetőleg pozitív emóciókat tartalmazó mérkőzésélmény megszerzése segítheti a fiatalok sportági elköteleződését is. A jelzett korosztályos periodizációban szerzett megfelelő szakmai, pedagógiai és pszichés alapok a későbbi bevalást hivatottak támogatni.

Utánpótlás korosztályok és válogatottak (15–21 év):

A sportág eredményközpontú megítélése esetében a korosztályos válogatottak nemzetközi eredményei előrevetíthetik a felnőttkori eredményeket is, de nem jelenthetnek biztos jövőképet a felnőttkori bevalásra, mivel a sportági felnőtt elitben való megfelelés sokkal összetettebb képesség, készség és környezeti faktorok alapján valósulhat meg. Az utánpótlás esetében a versenyzés korosztályos zárt közegben zajlik, ellentétben a felnőtt korosztállyal, ahol a korosztályos megkötés jóval kisebb mértékben van jelen. Ebből adódóan jóval erőteljesebb életkori és tapasztalatbeli különbségeket érezhetnek a felnőtt közegbe kerülő fiatal sportolók. A kutatási témánkhoz tartozó stratégiai elképzelések a hosszú távú kiválasztás és felkészítés során a megvalósítandó

célok kapcsán megjelöli a személyes, egyéni profilok alapján való felkészítés elsődlegességét, amely biztosíthatja a hosszútávú részvételt a felnőtt mezőnyben.

„A szövetségi stratégiánknak a válogatottak működését illetően abba az irányba kell eltolódnia a következő években, hogy a beválás idejét, valamint a sportolók teljesítmény maximumát és az ebből adódó eredményességet a felnőttkori szintek határozzák meg.” (MKSZ – Stratégia, 2022–2028. 83. o.)

A megvalósítással kapcsolatosan a sporttudományos háttér bevezetése a felkészítésbe kiemelt feladatként kell, hogy jelentkezzen a stratégia által megjelölt időszakban, valamint olyan működési modellt szeretne kialakítani a szakági szövetség, ahol a válogatott sportolók és a válogatott csapatok eredményei prioritást jelentenek a sportág eredményeinek megítélésében. A válogatott sportolók minőségi szintjének emelése érdekében a szövetség deklarálja a komplex megközelítést a humánerőforrások vonatkozásában, miszerint:

„Szükségessé vált, válik ennek érdekében a humánerőforrások professzionális megközelítése, valamint az egyéni profilok kialakítása (sportszakma, mentális területeken), melyet a rendszeres monitoring rendszer tesz hitelessé.” (MKSZ Stratégia, 2022–2028. 83. o.)

A stratégiával kapcsolatos legfontosabb megállapítások:

- a stratégia periodizációja jól körülhatárolható és világos, egyértelmű célokat tűz ki a megvalósítás terén
- a különböző korosztályokra jellemző felkészítésbeli modellek és feladatok egymásra épülnek és tartalmilag erősen össze is függenek
- a célokat rendszerszinten szeretné megvalósítani, amelyhez szükséges a szervezeti fejlesztés és azok egymásra épültsége is
- a sportszakmai stratégia tartalmi részeinek nagy része a sportszakmával foglalkozik elsődlegesen
- csapatsportágtól nem megszokottan kiemelt jelentőséget tulajdonít az egyéni felkészítésnek és a különböző képesség- és készségrendszerek minőségi javításának

- a sportszakmai eredményesség mellett jelentős szerepet tulajdonít a sport testi és lelki egészségmegőrző funkciójának, amely a felnőttkori teljesítményt támogathatja
- a felnőttkori beválás és az ott leadott teljesítmény elsődlegessége fontos alaptézisként jelent meg az elemzés során
- megemlíti a sportolókra ható környezeti tényezőket – kiemelten az edző-sportoló közti viszonyrendszer minőségére –, ezzel is erősítve az edzők pedagógiai és pszichológiai képzésének a jelentőségét, mint megoldandó feladatot a jövőt illetően
- a környezeti feltételek elemzéséből és annak fejlesztéséből hiányzik a szülői hatásoknak a vizsgálata, vagy az arra történő utalás a stratégiában

4.2. A szereplők véleménye

Sportolók:

A sportolói interjúk esetében a válogatott és nem válogatott kézilabdázók véleményére voltunk kíváncsiak a sportági beválás környezeti tényezőivel kapcsolatosan. A hét kérdéscsoport esetében megpróbáltuk az életkorokhoz köthető felkészítésbeli különbségeket és az azokhoz szükséges képesség- és készségfaktorokat és a külső tényezőket is feltérképezni a sportolók véleménye szerint.

A kézilabdához szükséges különböző képesség- és készségfaktorok:

A sportolók egyetértettek abban, hogy számukra a képességfaktorok esetében a kondicionális képességek szerepe kiemelkedő a megfelelő teljesítmény eléréséhez. Az utóbbi évek során kialakult dinamikai jellemzők változását a kézilabdázásban mindannyian ugyanúgy ítélték meg, amelyek fontos változásokat jelentettek az edzések és a mérkőzések tekintetében. A megszerezhető képességek, készségek mellett megemlítették a genetikailag öröklött tényezőket is, melyek szerintük például az alkat vonatkozásában már determinálják a későbbi beválási szintet is.

A kondicionális képességeken kívül – főleg a készségek esetében – az önbizalom, a kudarcűrész és a vezetői képesség jelentek meg zömmel a válaszok során. Az önbizalom mértékének esetében a nem beváltak összefüggést találtak az önbizalom mértéke és a pályán töltött idő között is. Minden területen volt arra példa, hogy a

kudarccok elviselésének a feldolgozására szakembereket is igénybe vettek a kézilabdázók.

„A kézilabdázáshoz ma már az atlétikusság, amely a kondíciót befolyásolja, szerintem elengedhetetlen feltétel, valamint az, hogy milyen alkata van valakinek” (NVF1).

„Sokkal több kondi edzést végzünk, mint ezt megelőzően. A válogatottban régebben zömmel csak taktikai edzés volt, de az elmúlt két évben az erőnléti edzések is rendszeresek.” (VN1).

„Azt már szerintem mindenki tudja, hogy kondi nélkül nem megy... Ezt én is megtapasztaltam, mivel az alkatomból adódóan nem vagyok egy ideális kézilabdás alkat, de a kondi edzésekkel valamilyen szintig ellensúlyozom ezt.” (NVN1).

„A válogatottban a nemzetközi meccseken és tornákon, amikor több napon keresztül kell egymás után játszani, akkor érzem, hogy milyen fontos a kondíció.” (VF2).

„Szerintem, aki sokat játszik, annak nagyobb lesz az önbizalma is.” (NVF1).

„A kudarcok elviselése számomra nagyon fontos, mivel az utóbbi időben sokat voltam sérült, és amikor újra játszhattam, nem voltam sikeres. Ezen sokat kellett dolgoznom, és pszichológust is igénybe vettem ehhez, aki segített.” (VN1).

„Amikor a felnőtt keretbe kerültem, nem volt önbizalmam, és egy gyengébb meccs után nehezen dolgoztam fel a rosszabb játékot. A klubomon keresztül jutottam el egy „coach”-hoz, aki segített, hogy ezt meg tudjam oldani.” (NVF2).

A különböző korosztályok közti felkészítésbeli különbségek:

Ebben a kérdéscsoportban arra voltunk kíváncsiak, hogy miben látják a különbségeket a kézilabdázók a különböző korosztályokban (15–16, 17–18 év) történő felkészítésbeli jellegzetességek vonatkozásában.

A válaszok során mindegyik csoport egyetértett abban, hogy serdülőkorban (15–16 év) még inkább a sportági mozgástanulás, a sportági technikai képzés játszott

főszerepet a pályafutásuk során, valamint az élményszerű megközelítése a sportági edzésnek, míg az ifjúsági korban az erőnléti munka magasszintű megvalósítása segítheti a megfelelést a kézilabdázóknak, valamint a felnőtt mezőnyhöz való alkalmazkodási folyamatok előkészítése is fontos mindent területen.

A pedagógiai és pszichológiai tényezők esetében a válogatottak – főleg a nők esetében – válaszaiban megjelentek a „*sportolói felnőtté válás*”, vagyis a professzionális lét felé való megfelelés is, amely viszont jóval erősebb pszichés nyomást eredményez elmondásuk szerint.

„Szerintem minden korosztályban vannak olyan esetek, amikor olyan nagy a megfelelési kényszer, hogy nyomásként jelentkezik a mindennapokban. Ez különösen akkor fordult elő többször, amikor a felnőtt keretben kellett játszanom, de sok esetben még edzés előtt is. Az biztos, hogy ez teljesen más, mint fiatalabb koromban a kézilabdázás, de már úgy érzem, tudok hozzá alkalmazkodni.” (VN1).

„Amikor kisebb voltam, még játéknak vettem az egészet, egy jó szórakozásnak a barátaimmal. Ma már azért komolyabb a helyzet, de továbbra is szeretem, ha jó a hangulat az öltözőben, a meccsek előtt és főleg utána, de ehhez persze győzni is kell minél többször.” (NVF2).

„Az általános iskolában még nem gondoltam arra, hogy profi kézilabdázó szeretnék lenni, csak szerettem a játékot. Amikor lehetőséget kaptam egy magasabban jegyzett csapatba igazolni, akkor döbbsentem rá, hogy ez már nem csak játék. Most az ifi korban látva a nemzetközi mezőnyt, úgy érzem, hogy nagyon nagy kitartásra lesz szükségem, ha a kézilabdával szeretnék foglalkozni kizárólag. Az biztos, hogy ez már teljesen más hozzáállást igényel a részemről, mint két évvel ezelőtt.” (VF1).

A legfontosabb edzői kvalitások a kézilabdázók véleménye alapján:

Ebben a kérdéscsoportban az ideális edző ismérveit kerestük a kézilabdázók véleménye szerint. Ebben az esetben mindkét szinten és nemben az edző szakmai tudása és a játékosokkal való pozitív szemléletű bánásmód volt a legfontosabb a sportolók részéről. A bánásmód kapcsán a nehéz helyzetekben való higgadtság és a bizalom minden válaszadó esetében előfordult.

„Az edző szerintem akkor tudja magát elfogadtatni a legkönnyebben, ha a szakmai tudása és az emberi oldala is nagyon magas szintű. Amennyiben ezek a tulajdonságai megvannak, akkor szerintem mindenki tudja, hogy mire számíthat az edzéseken és a mérkőzéseken, így könnyebben tudunk alkalmazkodni mi is a különböző helyzetekhez.” (VN1).

„Nekem az a legfontosabb, hogy edzésen és mérkőzésen át tudjon lendíteni a holtpontra, amikor bizonytalan vagyok. Ezek mellett, ha még megértő is velem, amikor gondjaim vannak, akkor szerintem ez csak jó lehet.” (NVF1).

„A válogatottban biztonságban érzem magam, mivel minden alkalommal elmondják, hogy mi volt a jó vagy a rossz, és hogy ezt hogyan lehet kijavítani. Amikor valami bántott, mert nem úgy ment a játék, ahogy szerettem volna, a válogatott edzőm rögtön észrevette és leült velem beszélgetni. Ez nekem nagyon jól esett, mert a klubban, ahol játszom, erre nem fektetnek nagy hangsúly, általában azt mondják, hogy oldjam meg.” (VF1).

A szülők szerepe a kézilabdázók véleménye alapján:

A témakörben a szülői háttér fontosságára voltunk kíváncsiak a kézilabdázók véleménye alapján. A válaszok esetében nem találtunk nagy különbséget a válogatott és nem válogatott sportolók között. Mindegyikük a család szerepét és támogatását tartotta fontosnak, és úgy ítélték meg, hogy szülői támogatás nélkül sokkal nehezebb eredményt elérni a sportágban. A különbséget abban találtunk, hogy a válogatott sportolók esetében a szülők fontosnak tartják, hogy folyamatosan kövessék gyermekük pályafutását, mivel a kézilabdázás, mint életcél is megjelenhet a sportolók életében, így jóval nagyobb a szülők részéről a mindennapos részvétel a kézilabdázásban és a klub életében. A válogatott eseményeket ezek a szülők folyamatosan nyomon követik, és a legtöbbjük elutazik a nemzetközi mérkőzésekre is.

A szülői sportági bevonódás estében azt tapasztalatuk, hogy ifjúsági korban már egyre inkább csak szurkolói szerepkörbe kerülnek a szülők, ami a kézilabdázók megítélése szerint is helyes dolog. Az ezt megelőző időszakokban a sportágba való bevonódásuk minden téren jóval nagyobb és intenzívebb volt (szakmai, környezeti),

amihez viszont alkalmazkodniuk kellett a fiataloknak. Az ilyen szintű túlzott szülői bevonódás sok esetben gátolta a fiatal sportolókat abban, hogy megfelelő teljesítményt nyújtsanak. Ebben a szintű szülői magatartásban mind a válogatottak, mind a nem válogatottak tudtak példákat említeni is.

„Kisebb koromban anyukám nagyon izgult a mérkőzéseken, és még sírt is, ha nem győztünk, vagy gyengébben játszottam. Apukám Ő teljesen más volt... nem szólt hozzám egy gyengébb teljesítmény után, ami még jobban elbizonytalanított. Jelenleg már megszokták, hogy a sport az egyszer ilyen, egyszer olyan, így könnyebben túl lépnek rajta.” (NVN2).

„A szüleim testnevelő tanárok, így nekem könnyebb volt a helyzetem. Ott vannak mellettem mindenhol, és főleg fiatalabb koromban mindenről szerettek volna tudni mindent. Amióta válogatott vagyok, nagyon büszkék rám, látják, hogy céltudatos vagyok, így kevesebbet is foglalkoznak a mindennapokban a kézilabdával. Valójában már olyanok, mint a szurkolók.” (VF1).

A kézilabdázók motivációs bázisának feltérképezése:

A kérdéscsoportban a sportolók motivációs bázis kérdésköréről alkotott véleményére voltunk kíváncsiak. Az interjú ezen részében azt vizsgáltuk, hogy a két csoport esetében a sportolók véleménye szerint melyek a főbb belső és külső motivációs tényezők, amelyek hatást gyakorolnak a teljesítményre.

A válaszok során mindkét csoportban és nemben a belső motivációt tartotta elsődlegesnek minden kézilabdázó. A pozitív visszajelzéseket kiemelten fontosnak tartották, valamint a képességekhez igazított elvárásokat az edzések és a mérkőzések során, amely szerintük még jobban motiválja őket a sporttevékenység közben. A beváltak esetében megjelent az új ismeretek elsajátításából fakadó motiváció, főleg a válogatottban tapasztaltakra alapozva véleményüket.

A külső motiváció a válogatott kézilabdázók válaszai során volt enyhén érzékelhető. Ezen a motivációs tényezőkben a kézilabdázás, mint egy későbbi megélhetéssel és jövőépítéssel kapcsolatos tevékenység jelent meg a válogatott sportolók véleménye szerint. A válogatott sportolók fontosnak tartották a

közüvéleménynek, szurkolóknak és a vezetőknek való megfelelést is, mivel véleményük szerint ahhoz, hogy megfelelően tudjon működni a sportág, ezeknek a szereplőknek a közreműködésére is nagy szükség van.

„Valójában saját magamnak szeretnék mindig megfelelni, és ha ez egybeesik az edzőm elvárásaival, akkor ez egy jó helyzet szerintem mindenkinek. Amikor egy új tanult taktikai elemet sikeresen végrehajtunk, az jó érzéssel tölt el.” (VN2).

„Amióta a felnőtt csapatban is játszom, azóta érzem, hogy nagyobb a felelősségem, és egy győzelem vagy vereség esetében a vezetők és a szurkolók másként reagálnak. Szeretném, ha mindig örömet tudnék szerezni nekik.” (VF1).

„Szeretem a játékot, és ez egy belső örömet jelent számomra. Addig fogom csinálni, amíg ez az érzés lesz a fő motiváció számomra.” (NVN2)

Az edzői munka széleskörű képesség-, kompetencia- és készségrendszere a kézilabdázók véleménye alapján:

Ebben a kérdéscsoportban az edzői munka komplexitásáról kérdeztük a kézilabdázókat. A válaszadók egyetértettek abban, hogy a szakembereknek – akik foglalkoznak velük – nagyon széleskörű felkészültséggel kell rendelkezniük ahhoz, hogy sikerre tudják vinni a csapatot. A válaszok során nem tudták pontosan rangsorolni a sportszakmai, pedagógiai és pszichológiai területeket, mivel ezek aktuális dominanciáját az adott helyzethez rendelték hozzá. Eltérő helyzetekben az eltérő kompetenciáknak lehet szerepe. A válogatott sportolók esetében erősebben jelent meg az eredménykényszerből adódó helyes pedagógiai bánásmód igénye. Az ő megítélésük szerint a világversenyek során az edzőknek sokkal inkább „pszichológusnak” és „pedagógusnak” kell lenni bizonyos helyzetekben, mint edzőnek.

„A kézilabdázás egy bonyolult játék, amelynek az űzéséhez nagyon sokfajta képességre van szükség. Gondolom ez így van az edzők esetében is. Az eddigi pályafutásom során több esetben volt arra példa, hogy el kellett velem, a csapattal beszélgetni, és ez jó hatással volt ránk a későbbiekben.” (NVF1).

„Nekem nagyon pozitív élmény volt, amikor bekerültem a válogatottba, és a válogatott edzőm, mielőtt vége lett az edzőtábornak, leült velem beszélgetni. Elmondta, hogy hol tartok, miben és hogyan tudok tovább fejlődni, valamint azt is – és talán ez volt a legfontosabb –, hogy a klubomban nekem úgy kell edzeni és viselkedni, hogy az méltó legyen egy válogatott játékoshoz.” (VF2).

„Az edzőm rendszeresen beszélget velünk, valamint különböző szabadidős programok keretében alkalmakat keres arra, hogy építsen bennünket, hogy jó csapattá váljunk. Szerintem ez is nagyon fontos egy csapat életében.” (NVN2).

„Az Európa-bajnokság alatt éreztem, hogy a csoportból való továbbjutáshoz meccs előtti edzésünk nem volt olyan, mint amilyennek lenni kellett volna. Szerintem az edzőnk is tudta ezt, de nem szólt. Szerencsére a mérkőzést megnyertük, így továbbjutottunk, viszont azt követően a csapatmegbeszélésen téma volt a mérkőzés előtti edzés, ahol az edzőnk jelezte, hogy legközelebb nem szeretne ilyet tapasztalni. Azt gondolom pedagógialag jól döntött, hogy a mérkőzés napon nem keltett még nagyobb feszültséget bennünk.” (VN1)

A külső környezeti tényezők hatása a sporttevékenységre:

Ebben a részben a környezeti tényezők hatását térképeztük fel, amelyek befolyással lehetnek a sportolói beválásra. Ebben a kérdéscsoportban jól körül tudtuk határolni a válogatottak és nem válogatottak véleményét, kimutatható különbségeket tapasztaltunk.

A nem válogatottak a pályafutásuk későbbi szakaszában nem voltak teljesen magabiztosak. Válaszaik során a kézilabdázás fontos tényezőként szerepelt, ami annyit jelent, hogy szeretnék még sokáig üzni ezt a játékot, de emellett a tanulás fontos tényező a válaszaik során. A beválás vonatkozásában a klubváltás és annak hatása nem volt érzékelhető, mivel mindegyik kézilabdázó a jelenlegi klubjában képzei el a jövőjét.

A válogatottak esetében befolyásoló tényezőként jelentkezett a beválás kapcsán a felnőtt csapatba való bekerülés, valamint az ott nyújtott teljesítmény, mint első lépcsőfok a karrier szempontjából. Minden válaszadó megemlítette, hogy nagyon fontos – amennyiben klubot vált – az edző személye, a pályán töltött minőségi játékidő, a

csapatot körülvevő közeg úgy, mint az orvosi háttér, erőnléti edzők, terapeuták. A válogatottak ezen felül megemlítették – mint erőteljes befolyásoló tényezőt – a szerencsefaktort, valamint a sérüléseket is.

„Jövőre fogok érettségizni, és mivel jó tanuló vagyok, biztos, hogy a továbbtanulás befolyásoló lesz a későbbi kézilabdázó pályafutásomra is. Az a tervem, hogy Egerbe megyek továbbtanulni, és akkor a lakóhelyem közelsége miatt nem kell máshová igazolnom, ha még szeretnék játszani az egyetem mellett.” (NVF2).

„Még jövőre fogok érettségizni, de már a nyáron átigazolok egy akadémiai csapathoz, amit már nagyon várok. Egy új környezetbe kerülök, ahol minden feltétel adott lesz ahhoz, hogy kiteljesedjen a pályafutásom. Remélem, hogy ott is megállom majd a helyem és sok mérkőzésen játszhatok majd az új csapatomban.” (VF1).

„Szerintem a szakma mellett a szerencsének nagyon nagy szerepe van, hogy kiből milyen játékos lesz. Amennyiben a szerencsét kellene valahogy meghatároznom, akkor először az jut eszembe, hogy elkerülnek-e valakit a súlyos sérülések vagy nem? Aki kevésbé sérülékeny alkat, annak szerintem könnyebb, mivel folyamatosan játszhat, ami biztos nagy előny számára. Szerencsére én ilyen voltam eddig!” (VN1).

A sportolói interjúk összefoglalása:

A sportolói interjúkat összegezve a válogatott és nem válogatott kézilabdázók sok esetben azonos véleményt képviseltek. Mindannyian fontosnak tartották a genetikai, öröklött tényezőket a beválásuk kapcsán, valamint a megfelelő önbizalom meglétét is. Az egyre növekvő elvárások esetében a pszichés nyomás elviselése és a kudarcok megjelenése – főleg a válogatottak esetében – jelentős feladatot jelent a számukra, amelyhez igénylik a szakemberek segítségét is. Az edzői, szülői kapcsolatrendszerük esetében a pozitív bánásmód és a bizalmi légkör mindkét esetben fontos tényező volt. Az edzők esetében a szakmai tudás és bánásmód, higgadtság minden sportoló esetében megjelent, mint támogató magatartásforma a karrierjük érdekében. A szülők szerepének átalakulása szurkolóvá ebben az életkorban már megtörténik a kézilabdázók véleménye szerint. A motivációs bázis inkább a belső motiváció irányába tolódott el, de a beváltak megemlítik a külső motivációt is, mint befolyásoló tényezőt a pályafutásuk sikerére

vonatkozólag. A sérülések kockázata – valószínűleg a nagyobb igénybevételből adódóan – a válogatottak esetében erős rizikófaktoroként jelentkezett az interjúk során.

Edzők-sportvezetők:

A sportvezetők és edzők szempontjából ugyanazt a kérdésköröket jártuk végig az interjúk témaköreinek koherenciája miatt, mint a sportolók esetében, de természetesen az edzők-sportvezetők szemszögéből. A megkérdezettek eddigi tapasztalataira voltunk kíváncsiak. Az interjúk során egy utánpótlás válogatott edzőt, egy sportszervezeti edzőt és egy sportvezetőt kérdeztünk a hét megadott kérdéskörben.

A kézilabdához szükséges különböző képesség- és készségfaktorok jelentősége:

Az edzők és a sportvezetők fontosnak tartották azokat a faktorokat, melyet a sportolók is megemlítettek, viszont a vezetők esetében mindegyikük megemlítette a „*csapatban való gondolkodást*”, mint kiemelten fontos tényezőt a sportolók esetében az eredményesség szempontjából.

„Talán az egyik legfontosabb, hogy tudjon csapatban gondolkozni. Ez, véleményem szerint, alapjaiban határozza meg a sportoló személyiségét. Ehhez alapvetően társulnia kell a jó kommunikációnak, megfelelő empátiának és a csapattársakba, edzőkbe vetett hitnek.” (VE).

„A kézilabdában a csapatmunka kiemelkedő fontosságú. A játékosnak jó kommunikációs készségekkel kell rendelkeznie, hogy hatékonyan tudjon együttműködni társaival a pályán.” (NVE).

„A kézilabdázónál a sikeres teljesítményhez fontosak lehetnek az olyan személyiségjegyek, mint például a motiváció, kitartás, önbizalom, versenyszellem, stressztűrő, kudarctűrő képesség, vezető szerepre való törekvés, felelősségvállalás, valamint az öröklött – genetikailag determinált tényezők.” (SV).

A különböző korosztályok közti felkészítésbeli különbségek a szakemberek szemszögéből:

A szakemberek a különböző korosztályok felkészítésbeli eltéréseik esetében a 17–18 éves életkort már, mint fiatal felnőttkort említik – főleg a lányok esetében –, ami annyit jelent, hogy erre az életkorra már szükséges kialakítani azokat a képességeket és készségeket, amelyek alapján láthatóvá válik, hogy a kézilabdázó milyen szintre juthat el sportolói pályafutása során. Teljes egyetértés volt abban, hogy széles alapokon nyugvó (sokoldalú) képzést szükséges megvalósítani a fiatalabb korosztályokban, amelynek a hatása nem csak a pszichomotorikus készségekre és a sportági technikára, taktikára lesz hatással, hanem a kézilabdázók személyiségfejlődését, mentális erejét is segítheti mind a sportban, mind a hétköznapi életben való megfelelés esetén. Megemlítették a fiatalkori túlzott versenyeztetéssel összefüggő elvárásokat, valamint azok esetleges negatív következményeit, amelyek – amennyiben nem megfelelő periodizációban kerülnek megvalósításra – hátráltathatják a képzés kiszélesítését és hiányosságokat okozhatnak felnőtt korban. Ezen hiányosságokat felnőttkorban már sok esetben nem lehet pótolni a már jogosan elvárható eredménykényszer miatt.

„A saját példám felől megközelítve ezt a dolgot játékosként több évig voltam csapatkapitány, de nem a pályán nyújtott teljesítményem miatt, hanem sokkal inkább az öltözőben és a fejekben rendet tevőként birtokoltam ezt a címet. Véleményem szerint a mentális egészség ugyanolyan fontos, mint a megfelelő kondicionális képességek megléte. Ezzel is foglalkozni kell, sokat beszélgetni a játékosokkal, mentál tréningeket tartani, megismerni őket.” (VE).

„Véleményem szerint minden azon múlik, hogy mennyi türelmünk van a képzés megvalósítása során. Gyakran „égetünk el” tehetséges sportolókat, mert a képzésben nem a felnőttkori beválást, hanem az éppen adott korosztályban való győzelmeket tartjuk szem előtt. A felnőttkori tartós sikereket sokszor beáldozzuk a pillanatnyi sikerekért, amire pár év múlva már senki nem emlékszik.” (NVE).

A legfontosabb edzői kvalitások a szakemberek véleménye alapján:

A jó edző ismérvei esetében a vezetők a szakmai felkészültséget, tudást mint alapfeltételt említették, hasonlóan a megkérdezett sportolókhoz. Az edzők a szakmai tudásközvetítést, a tehetségek felismerését és azok menedzselését a legfontosabb feladatként tartják számon a napi tevékenységük során. A sportszakemberi kompetenciák között megjelenik a jó kommunikációs készség, valamint a szakma minden területén – nem csak a sportszakmára vonatkozólag – a folyamatos önképzés igénye. A sportszervezeti vezető véleményében megjelent a nagy munkabírás és a megfelelő dokumentációs készség is az edzővel szembeni elvárások kapcsán.

„A mai világban minden területen evidencia a magas szakmai felkészültség, nincs ez másképp egy edző életében sem. Mindig naprakésznek kell lenni az aktuális és hatékony edzésmódszerekről, a versenyzők felkészültségi szintjéről és egészségi állapotáról, az esetleges szabálymódosításokról és az aktuális versenykiírásokról. Fontos, hogy szakmai tudását a megfelelő módon át tudja ültetni a gyakorlatba. Ismernie kell a versenyzők fizikai korlátait és a mentális képességeit.” (VE).

„A kommunikációs készséget szintén fontosnak tartom. Ez nem csak a saját beszédképességében mutatkozik meg, hanem abban is, hogy meghallgatja és megérti a beszélgető partner mondandóját. A folyamatos fejlődni akarás és törekedés arra, hogy jobb edzővé váljon az ember, elhivatottság és akarat kérdése. Fontos a kritikák helyén kezelése és a megfelelő konzekvenciák levonása.” (NVE).

„A megfelelő szervezeti működés elengedhetetlen feltétele a széleskörű tájékozottság és az önálló feladatmegoldó képesség, valamint a naprakész információáramlás biztosítása és az adatszolgáltatás a működtetett területekkel kapcsolatosan. Ezt nagyon nem szeretik az edzők, mivel ők otthonosabban mozognak a pályán, de a szervezet működésének ez a feladat is fontos része.” (SV).

A szülők szerepe a szakemberek véleménye alapján:

A szülői bevonódás és támogatás esetében minden vezető egyetértett abban, hogy egy „egészséges” szülői támogatásra mindenképpen szükség van a sportolók fejlődése

érdekében. Bemutatott tapasztalataik az interjúk során sokrétűek voltak, mivel minden típusú szülővel találkoztak már pályafutásuk során. Abban egyetértés volt közöttük, hogy a szülők sporttal és annak a működési mechanizmusával kapcsolatos ismeretbővítésére szükség van (szülők edukációja), mivel a legtöbb szülő nem rendelkezett számottevő sportmúlttal. A mintát adó korosztály vonatkozásában abban is azonos véleményen voltak, hogy erre a korra már letisztulnak a viszonyok (sportoló-szülő, edző-szülő kapcsolat), mivel a sportolók képzettsége és predesztinált bevételei szintje már jobban elkülöníthető, így a szülők ennek megfelelően vesznek részt a sportoló és a sportszervezet, a csapat munkájában.

„A szülők támogatása elengedhetetlen szerepet játszik egy sportoló karrierjének az alakulásában. A pozitív, megerősítő és támogató hozzáállás jelentős hatással van a gyerek karrierjére. Fontos, hogy a szülő kellő megértéssel álljon a gyereke felé, és fogadja el azokat a döntéseket is, melyeket a sportoló önállóan hoz meg. Ne akarja mindenáron a saját akaratát érvényesíteni a gyereken. Az elvárások legyenek reálisak a gyerek szintjéhez és korosztályához képest.” (VE).

„Érdeklődjenek a gyerektől az edzéseken és versenyeken szerzett tapasztalatok iránt, és odafigyelve hallgassák meg a beszámolókat. Legyenek segítségére, mikor megoldásokat kell találni a kihívásokra, problémákra. Bízassák, ha éppen formán kívül kerül és kevesebbet játszik, vagy nem igazán tud jól teljesíteni a pályán. Az egészséges szülői szerepvállalás hozzájárulhat a gyerek megfelelő személyiség fejlődéséhez, ami egész élete során elkísérheti, akár profi sportoló válik belőle, akár nem.” (NVE).

„A sport szülők edukációs folyamata ma már legalább annyira fontos, mint a kézilabdázók felkészítése a megmérettetésekre. Ebben a sportszervezeteknek és szakági szövetségnek egy álláspontot szükséges képviselni. Kiemelt szereppel bír a kommunikáció, mint verbálisan, mint pedig a különböző médiafelületeken, amelyek segíthetnek, hogy a szülők reális képet kapjanak arról, hogy a sportnak, ezen belül a kézilabdázásnak az értékeit hogy segíthetnek kiaknázni és ezzel népszerűsíteni azt.” (SV).

A kézilabdázók motivációs bázisának feltérképezése:

A motivációt illetően a vezetők az utánpótlás korban kimondottan a belső motiváció fontosságát emelték ki, amely megegyezett a sportolók véleményével. A belső motiváció esetében a válogatott edzői oldalról megjelent az újdonságkeresés, amelyet az effektív belső motivációs területhez sorolhatunk. A külső motiváció, mint tényező szintén megjelent az interjúban. A sportolók a külső környezetnek való megfelelést említették inkább zömmel, míg a vezetők esetében a csapatszabályokhoz való alkalmazkodás, a csapatba való tartozás, mint motiváló tényező is szerepet játszik véleményük szerint.

„Sportolók motivációs tényezői befolyásolják teljesítményüket és hozzáállásukat a sport iránt. Sokféle motiváció létezik, és ez egyénenként változó. Az egyik legfontosabb, hogy legyenek célkitűzések és ambíciók. A célok lehetnek rövid vagy hosszú távúak. Akár egy adott mérkőzés/bajnokság megnyerése, korosztályos válogatottba való bekerülés, élsportolóvá válás. Ezen célok elérése adja a motiváló erőt, ami a célok megvalósításához való kemény munkához ad kitartást.” (NVE).

„A belső motiváció a saját egyénre szabott törekvés a minél jobb teljesítmény elérésére, melyet külső tényezők nem befolyásolnak. Véleményem szerint ez sokkal fontosabb, mint a külső motiváció. Ugyanis, ha nincs meg a belső késztetés arra, hogy minél jobb teljesítményre törekedjen a játékos, egy idő után a külső motivációk elfogyhatnak, és ez akár kiégéshez is vezethet. Fontos, hogy a sportoló szeresse és élvezze a versenyekre történő felkészülést és magát a versenyhelyzetet is. A külső motiváció lehet egy dicséret vagy elismerés szülőtől, edzőtől, csapattársaktól vagy szurkolóktól. Ide lehet sorolni még az esetleges ösztöndíjakat, anyagi támogatásokat vagy profi szerződéseket.” (VE).

Az edzői munka széleskörű képesség-, kompetencia- és készségrendszer – kifejezetten az ideális edző és sportoló kapcsolatrendszerére vonatkozólag – az edzők véleménye alapján:

Ebben a kérdésben egy kicsit másképp tettük fel a kérdést a szakembereknek, mint a sportolónak. A kérdés az edzők-szakemberek véleményére volt irányítva az ideális edző és sportoló kapcsolat vonatkozásában. Természetesen a sportolói válaszok – attól, hogy egy kicsit másként tettük fel – erre a konkrét kérdésre is relevanciával

szolgálhatnak. A válaszok során a tisztelet, az őszinteség és a bizalmi légkör kialakítása és a hasonló szakmai elvek és elvárások szerepeltek dominánsan a válaszok során. A szakemberek konkrétabban meg tudták fogalmazni és szétválasztani a különböző területeket (szakmai, pedagógiai, pszichológiai), mint a kézilabdázók, de ez nem meglepő, mivel nagy szakmai tapasztalattal, valamint jelentős sportszakmai sikerekkel is rendelkeznek. A sportolók ebben a kérdéskörben inkább az adott szituációkhoz köthető készséget tartották fontosnak.

„A megfelelő edző-sportoló kapcsolat elengedhetetlen eleme a tisztelet, a bizalom, a megfelelő kommunikáció, az őszinteség és a szakmai elhivatottság mindkét fél részéről. Fontos, hogy a közös munka megfelelő kihívást és motivációt biztosítson, ezek által pedig megjelenjen a fejlődés. Elengedhetetlen az egymás iránti elvárások tisztázása, a közös célok kitűzése – legyen az rövid vagy hosszútávú – és a célhoz vezető úton történő együttműködés.” (VE).

„Az ideális edző-sportoló kapcsolat sokkal több, mint szakmai munka. Egy olyan kapcsolat, amely a kölcsönös tiszteleten és bizalmon alapszik, de ezt ki kell érdemelnie mindkét félnek, és meg is kell tartani. Melyben fontos, hogy mindkét fél támogassa egymást.” (NVE).

„Nagyon nehéz kérdés... Véleményem szerint ma már olyan nagyon ritkán fordul elő, hogy valaki minden korosztály számára ideális felkészültséggel rendelkezik. Vannak olyan edzők, akik a fiatal utánpótláskorban – kb. 14-15 éves korig – kiváló teljesítményre képesek, de az azt követő korosztályokban már nem találják helyüket, de ez igaz fordítva is. Nekünk az a feladatunk, hogy szélessük ezt a spektrumot, és egy szakember több szinten is alkalmazható legyen.” (SV).

A külső környezeti tényezők hatása a sporttevékenységre a szakemberek szerint:

A beválást támogató és azt hátráltató tényezők esetében az edzők – hasonlóan a kézilabdázókhoz – az edző személyét, személyiségét és a különböző korosztályokhoz igazított szakmai munkát kiemelten fontosnak tartották. Problémaként említették a „korai kiégést”, mint jelenlévő aktuális problémát – ezt a szövetségi stratégiai is érinti

–, amely a nem megfelelő edzéselméleti, módszertani és versenyeztetési problémák összességéből fakadhat, ezzel csökkentve a különböző szinteken magvalósuló beválás minőségét. A válogatott mellett dolgozó szakember szerint a túl korai eredménycentrikusság (teljesítménykényszer) olyan képzésbeli hiányosságokat eredményez, amely a későbbiekben komoly gátja lehet a beválásnak. Az összes szakember egyetértett abban, hogy a genetikai determináltság a szerencse-sors faktor és a sérülések mind-mind napi szinten jelenlévő befolyásoló tényezők a sportkarrier szempontjából.

„A felnőttkori beválást több tényező is befolyásolja, mint például az egyéni képességek és készségek, a képzés, a szociális támogatás, az egészségügyi állapot, az egyéni menedzselés, az egyén motivációja, mentális erőssége, a családi háttér. Fontos szerepet játszik a képzés minősége, az edzők szakmai felkészültsége, és hogy milyen minőségben készítették fel a sportolót minden síkon, amivel az edzéselmélet foglalkozik.” (NVE).

„Vannak bizonyos külső körülmények, amikre nem lehet hatással az ember. Ilyen például a lokalizáció vagy egy sérülés. Az edző szerepe markánsan megjelenik, hiszen itt dől el ki az igazán felkészült edző. Aki az utánpótlásban a taktikát helyezi előtérbe és sorba nyeri a korosztályos bajnokságokat, de ifi kor után a játékosai nem képesek helyt állni?! Vagy az, aki korosztályonként 4-5, de akár több, megfelelő technikai tudással rendelkező játékost ad fel a felnőtt csapatba, legyen szó profi vagy félprofi szintről.” (VE).

A sportszakemberi interjúk összegzése:

A sportszakemberek a képesség és készség faktorok esetében szintén fontosnak tartották a genetikai és örökletes tényezőket, valamint a kellő önbizalmat a sporttevékenység során, de megemlítették a csapatban való gondolkodást, mint elvárás a kézilabdázókkal szemben. A sportági mozgásanyag és a pszichomotorikus képességek mellett a megfelelő személyiséggel való rendelkezést és annak fejlesztését kiemelt tényezőként említették az interjúk során. A versenyeztetés túlzott szerepét a felkészítés során hibás módszernek gondolták, amely a későbbiekben gátja lehet a további sportági fejlődésnek. Az edzői kompetenciák között – a szakmai tudás mellett – megemlítették a kommunikációs készséget, az önképzést és a nagy munkabírást, mint elvárható

képesség-készség faktorokat. A szülőkre és azok edukációjára véleményük szerint szükség van, de a vizsgált korosztályban a szerepük már letisztult. A motivációs bázis esetében a belső motiváció elsődlegessége, az edző-sportoló kapcsolatában a tisztelet, az őszinteség és a bizalmi légkör, mint elvárás jelent meg az interjúk kapcsán. A „korai kiégés” és az edző személye, tudása között erős kapcsolat van véleményük szerint.

4.3. A motorikus tesztek és az alkati paraméterek eredményeinek vizsgálata

A motorikus, alkati paraméterek, VTS tesztek, valamint a kérdőíves vizsgálatok esetében a táblázatokban a szignifikáns különbségeket *-gal jelöltük. A diszkriminancia vizsgálatok alapján kialakult sorrendek esetében a válogatottakra vonatkozó – megkülönböztető – átlag és szórás értéket *dőlt betűkkel* jelöltük, valamint a mintákat megkülönböztető sorrendek esetében csak azok a változók szerepelnek a sorrendiségben, amelyek szignifikáns különbséget adó eredményt tükröztek az elemzések során.

A motorikus tesztekkel a kézilabdázáshoz szükséges sportágspecifikus képességek állapotát vizsgáltuk. Az ezekben a képességekben elért eredmények információt adtak számunkra a sportolók aktuális kondicionális és alkati-fizikális állapotáról.

A férfi válogatott és nem válogatott csoport között hét esetben találtunk szignifikáns különbséget úgy, mint *Testsúly* ($t=2,48$; $p=0,02$), *Testmagasság* ($t=4,24$; $p=<,001$), *Bal oldalra történő irányváltás* ($t=-2,03$; $p=0,05$), *Guggolás (Backsquat)* ($t=4,60$; $p=<,0,01$), *Guggolás teszt relatív* ($t=2,07$, $p=0,05$), *Fekvenyomás* ($t=-0,38$; $p=0,04$) és az *Erőnléti edzésmúlt* ($t=-2,08$; $p=0,05$).

A válogatott férfi kézilabdázók öt változóban rendelkeztek szignifikánsan magasabb eredménnyel, ezek a *Testsúly* ($86,04\pm16,40$), *Testmagasság* ($190,36\pm5,79$), *Guggolás (Backsquat)* ($125,10\pm20,15$), *Guggolás teszt relatív* ($125,10\pm20,15$), *Fekvenyomás teszt (Benchpress)* ($85,86\pm77,21$).

Vizsgált területek	Férfi válogatottak		Férfi nem válogatottak		t	p
	Átlag	Szórás	Átlag	Szórás		
Testsúly	86,04	16,40	75,62	10,14	2,48	0,02*
Testmagasság	190,36	5,79	182,81	5,77	4,23	<,001*
Testtözszeretétel (BMI)	23,56	3,44	22,58	2,82	1,01	0,32
Szakági edzésmlt	9,62	1,63	8,86	0,79	1,93	0,06
Erőnléti edzésmlt	3,48	0,68	4,10	1,18	-2,08	0,05*
Sprintfutás 5 m eredménye	1,07	0,07	1,06	0,04	0,59	0,56
Sprintfutás 10 m eredménye	1,81	0,08	1,77	0,07	1,66	0,11
Sprintfutás 20 m eredménye	3,11	0,13	3,07	0,12	1,24	0,22
Írányváltási teszt (jobb)	4,70	0,22	4,81	0,22	-1,54	0,13
Írányváltási teszt (bal)	4,72	0,23	4,84	0,15	-2,03	0,05*
Írányváltási teszt átlag	4,71	0,22	4,82	0,17	-1,85	0,07
Állóképességi teszt (Yo -Yo)	1556,19	387,95	1394,29	338,30	1,44	0,16
Vertikális felugrás teszt (CMJ)	37,32	5,18	35,86	5,23	0,91	0,37
Vertikális felugrás teszt relatív (CMJ)	54,71	6,45	52,10	6,42	1,31	0,20
Guggolás teszt (backsquat)	125,10	20,15	100,71	13,60	4,60	<,001*
Guggolás teszt relatív	1,49	0,28	1,34	0,17	2,07	0,05*
Fekvenyomás teszt (benchpress)	85,86	12,85	77,21	13,68	2,11	0,04*
Fekvenyomás (relatív)	1,01	0,12	1,03	0,17	-0,38	0,71
Edzéséletkor	9,65	1,54	10,20	0,95	-1,29	0,11

10. táblázat: A válogatott és nem válogatott férfi kézilabdázók kondicionális tesztjeinek összehasonlítása kétmintás t-próba alapján

A két csoport közti különbség esetében a legjobban – öt esetben – a válogatott kézilabdázók eredményei alapján tudtuk megkülönböztetni a mintát. Ezek alapján a legjobban eltérő képesség a két csoport között a *Guggolás (Backsquat)* teszt ($F(1,2)=21,112$; $p<,001$) volt. Ezt követte az alkati paraméterekhez tartozó *Testmagasság* ($F(1,2)=17,911$; $P<,001$) és a *Testsúly* ($F(1,2)=6,131$; $p=0,018$), majd a *Fekvenyomás (Benchpress)* ($F(1,2)=4,452$; $p=0,041$) minden esetben a válogatott kézilabdázók tesztjei és paraméterei alapján. A legkevésbé megkülönböztető volt a két csoport között az *Erőnléti edzésmlt* ($F(1,2)=4,344$; $p=0,044$), a *Guggolás teszt (Relatív)* ($F(1,2)=4,273$; $p=0,045$) és a *Bal írányváltási tesztek* ($F(1,2)=4,111$; $p=0,049$) voltak.

Vizsgált területek	Férfi válogatottak		Férfi nem válogatottak							
	Átlag	Szórás	Átlag	Szórás	Wilks' Lambda	F	df1	df2	Sig.	Function
Guggolás teszt (backsquat)	125,09	20,15	100,71	13,60	0,655	21,11	1	40	<,001	0,36
Testmagasság	190,35	5,79	182,80	5,76	0,691	17,91	1	40	<,001	0,331
Testsúly	86,03	16,40	75,61	10,13	0,867	6,131	1	40	0,018	0,194
Fekvenyomás (benchpress)	85,85	12,85	77,21	13,68	0,9	4,452	1	40	0,041	0,165
Erőnléti edzés múlt	3,47	0,67	4,09	1,17	0,902	4,344	1	40	0,044	-0,163
Guggolás teszt relatív	1,48	0,27	1,34	0,16	0,903	4,273	1	40	0,045	0,162
Írányváltási teszt (bal)	4,71	0,22	4,83	0,15	0,907	4,111	1	40	0,049	-0,159

11. táblázat: A válogatott és nem válogatott férfi kézilabdázók kondicionális teszt eredményeinek

összehasonlítása diszkriminancia analízissel

A női válogatott és nem válogatott kézilabdázók teszteredményeinek és paramétereinek összehasonlításakor a két csoport között szignifikáns különbség négy vizsgált területen alakult ki: *Állóképességi teszt* ($t=3,23$; $p=0,00$), *Guggolás (Backsquat) teszt* ($t=4,47$, $p=<,001$), *Guggolás teszt (Relatív)* ($t=4,37$; $p=<,0,01$) és *Testmagasság* ($t=-3,429$, $p=<0,002$).

A válogatott kézilabdázók paraméterei esetében a *Testmagasság* ($173,70\pm 5,56$) tekintetében volt statisztikailag kimutatható a különbség a két csoport között.

Vizsgált területek	Női válogatottak		Női nem válogatottak		t	p
	Átlag	Szórás	Átlag	Szórás		
Edzéséletkor	10,20	0,95	9,65	1,54	-1,29	0,21
Erőnléti edzés múlt	3,65	1,51	3,35	0,49	-0,77	0,44
Testtömeg	66,40	7,56	64,29	9,71	-0,74	0,46
Sprintfutás eredménye 5 m	1,18	0,08	1,17	0,05	-0,35	0,73
Sprintfutás eredménye 10 m	1,95	0,10	1,99	0,08	1,38	0,18
Sprintfutás eredménye 20 m	3,35	0,16	3,42	0,15	1,30	0,20
Vertikális felugrás teszt (CMJ)	34,27	4,21	33,74	3,54	-0,41	0,69
Vertikális felugrás teszt relatív (CMJ)	48,24	4,63	44,94	5,29	-2,02	0,05
Írányváltási teszt (bal)	5,01	0,19	5,03	0,17	0,36	0,72
Írányváltási teszt (jobb)	4,98	0,18	5,02	0,16	0,78	0,44
Írányváltási teszt átlag	4,99	0,18	5,03	0,16	0,67	0,51
Állóképességi teszt (Yo – Yo)	1246,00	394,39	1701,18	462,46	3,23	0,00*
Guggolás teszt (backsquat)	86,72	11,69	110,18	18,75	4,47	<,001*
Guggolás teszt relatív (backsquat rel)	1,33	0,24	1,68	0,25	4,37	<,001*

Vizsgált területek	Női válogatottak		Női nem válogatottak		t	p
	Átlag	Szórás	Átlag	Szórás		
Fekvenyomás (benchpress)	49,29	7,84	48,66	7,27	-0,25	0,80
Fekvenyomás (benchpress rel)	0,74	0,13	0,73	0,12	-0,20	0,84
Testtömegindex (BMI)	22,71	2,06	22,64	2,53	-0,094	0,925
Testmagasság	173,7	5,56	167,23	5,88	-3,429	0,002*

12. táblázat: A válogatott és nem válogatott női kézilabdázók kondicionális tesztjeinek

összehasonlítása kétmintás t-próbával

Amennyiben a két csoport közti különbségeket adó változókat szeretnénk meghatározni, a legjobban megkülönböztető képesség a két csoport között a *Guggolás (Backsquat) teszt* ($F(1,2)=21,525$; $p<,001$) volt. A második eltérő képesség a *Guggolás (Relatív) teszt* ($F(1,2)=19,066$; $p<,0,01$), melyet a *Testmagasság* ($F(1,2)=11,757$; $p=0,002$) paramétere követett. A legkevésbé megkülönböztető képességet a mintában az *Állóképességi teszt* ($F(1,2)=10,449$; $p=0,003$) jelentette.

Vizsgált területek	Női válogatottak		Női nem							
	Átlag	Szórás	Átlag	Szórás	Wilks' Lambda	F	df1	df2	Sig.	Function
Guggolás teszt	86,71	11,68	110,17	18,75	0,619	21,525	1	35	<,001	-0,329
Guggolás teszt relatív	1,32	0,23	1,67	0,24	0,647	19,066	1	35	<,001	-0,309
Testmagasság	173,70	5,56	167,23	5,88	0,749	11,757	1	35	0,002	0,243
Állóképességi teszt Yo-Yo	1246,00	394,38	1701,17	462,46	0,77	10,449	1	35	0,003	-0,229

13. táblázat: A válogatott és nem válogatott női kézilabdázók kondicionális teszt eredményeinek

összehasonlítása diszkriminancia analízissel

4.4. A Vienna Test System (VTS) személyiség vizsgálat eredményeinek bemutatása

A műszerrel végzett személyiség tesztekkel a játékosok személyiségfunkcióinak szintjét vizsgáltuk – úgy, mint az érzelmi stabilitás, extraverzió, nyitottság, felelősségérzet, barátságosság –, amelyek befolyásolhatják a teljesítményleadásukat a sporttevékenység során. A vizsgálat során alkalmazott eljárást megbízhatónak találtuk (*Cronbach-alfa*=0,802).

A VTS személyiség-vizsgálatok leíró statisztikai elemzése során a legerősebb átlagértékkel – a tizenkét vizsgált személyiségjegyre esetében – a teljes mintára vonatkozólag az *Ambíció* faktor rendelkezett ($77,48 \pm 18,21$). A második legerősebb a *Fegyelmezettség* ($71,99 \pm 20,12$), míg a harmadik az *Energikusság* ($71,95 \pm 22,43$) voltak. A további személyiségjegyek sorrendje az átlagok figyelembevételével az *Asszertivitás* ($69,34 \pm 25,14$), a *Segítőkészség* ($68,22 \pm 24,24$), a *Kötelességérzet* ($67,62 \pm 23,44$), az *Érzelmi erő* ($61,27 \pm 28,44$), a *Higgadtság* ($59,01 \pm 29,80$), a *Mértékletesség* ($55,61 \pm 24,14$), az *Önbizalom* ($53,23 \pm 25,90$), az *Érzelmi nyitottság* ($35,24 \pm 27,62$) és az *Érték, norma elfogadás* ($31,71 \pm 19,11$) voltak.

Vizsgált területek	Átlag	Szórás	Minimum	Maximum
Ambíció	77,48	18,21	18	97
Fegyelmezettség	71,99	20,12	20	97
Energikusság	71,95	22,43	12	99
Asszertivitás	69,34	25,14	10	100
Segítőkészség	68,22	24,24	5	99
Kötelességérzet	67,62	23,44	14	97
Érzelmi erő	61,27	28,44	6	100
Higgadtság	59,01	29,80	2	100
Mértékletesség	55,61	24,14	8	100
Önbizalom	53,23	25,90	11	98
Érzelmi nyitottság	35,24	27,62	1	90
Érték, norma elfogadás	31,71	19,11	5	81

14. táblázat: A vizsgált sportolók teljes mintájára vonatkozó átlag és szórás értékek csökkenő sorrendiséggel a VTS személyiség vizsgálata alapján

A kétmintás t-próba eredményeinek vizsgálata során a válogatott és nem válogatott férfi sportolók esetében kilenc személyiségjegyre találtunk szignifikáns különbséget. Ezek az *Önbizalom* ($t=-3,795$; $p=0,000$), az *Ambíció* ($t=-4,224$; $p=0,000$), a *Fegyelmezettség* ($t=-4,146$; $p=0,000$), a *Kötelességérzet* ($t=-3,827$; $p=0,001$), az *Érzelmi erő* ($t=-3,482$; $p=0,001$), az *Energikusság* ($t=-3,141$; $p=0,03$), a *Higgadtság* ($t=-2,642$; $p=0,012$), az *Asszertivitás* ($t=-2,491$; $p=0,017$) és a *Segítőkészség* ($t=-2,483$; $p=0,017$) voltak.

Minden szignifikáns különbséget adó személyiségjegy esetében a válogatott kézilabdázók rendelkeztek magasabb átlagértékkel szemben a nem válogatott férfiakkal.

Vizsgált területek	Férfi válogatottak		Férfi nem válogatottak		t	p
	Átlag	Szórás	Átlag	Szórás		
Higgadtság	76,24	24,68	54,86	27,66	-2,642	0,012*
Önbizalom	74,62	20,99	49,00	22,72	-3,795	0,000*
Érzelmi erő	82,38	19,18	58,57	24,77	-3,482	0,001*
Asszertivitás	79,24	19,87	63,24	21,71	-2,491	0,017*
Energikusság	80,86	16,07	58,76	27,94	-3,141	0,003*
Érzelmi nyitottság	27,81	24,74	25,00	21,3	-0,394	0,696
Érték, norma elfogadás	39,24	24,05	27,14	15,70	-1,930	0,061
Kötelességérzet	77,14	16,17	50,33	27,72	-3,827	0,000*
Ambíció	86,62	9,11	62,76	24,22	-4,224	0,000*
Fegyelmezettség	82,62	14,72	58,48	22,25	-4,146	0,000*
Segítőkészség	78,76	19,47	60,52	27,44	-2,483	0,017*
Mértékletesség	60,19	24,53	52,38	23,16	-1,061	0,295

15. táblázat: A válogatott és nem válogatott férfi sportolók VTS személyiség vizsgálat eredményeinek összehasonlítása kétmintás t-próbával

A férfi válogatott és nem válogatott mintát a válogatott kézilabdázók személyiségjegyei alapján tudtuk megkülönböztetni. A leginkább eltérő személyiségjegy a két vizsgálati csoport között az *Ambíció* volt ($F(1,2)=17,841$; $p=0,001$). A második legerősebben megkülönböztető a *Fegyelmezettség* ($F(1,2)=17,189$; $p=0,001$), melyet a *Kötelességérzet* ($F(1,2)=14,646$, $p=0,001$), az *Önbizalom* ($F(1,2)=14,399$; $p=0,001$), az *Érzelmi erő* ($F(1,2)=12,125$; $p=0,001$), az *Energikusság* ($F(1,2)=9,863$; $p=0,003$) és a *Higgadtság* ($F(1,2)=6,983$; $p=0,012$) követett. A legkevésbé megkülönböztető jellemző a két csoport között az *Asszertivitás* ($F(1,2)=6,204$; $p=0,017$ és a *Segítőkészség* ($F(1,2)=6,167$; $p=0,017$) voltak.

Vizsgált területek	Férfi válogatottak		Férfi nem válogatottak							
	Átlag	Szórás	Átlag	Szórás	Wilks' Lambda	F	df1	df2	Sig.	Function
Ambíció	86,62	9,11	62,76	24,22	0,692	17,841	1	40	<,001	0,626
Fegyelmezettség	82,62	14,73	58,48	22,25	0,699	17,189	1	40	<,001	0,615
Kötelességérzet	77,14	16,18	50,33	27,72	0,732	14,646	1	40	<,001	0,567
Önbizalom	74,62	20,99	49	22,72	0,735	14,399	1	40	<,001	0,563
Érzelmi erő	82,38	19,19	58,57	24,77	0,767	12,125	1	40	0,001	0,516
Energikusság	80,86	16,07	58,76	27,94	0,802	9,863	1	40	0,003	0,466
Higgadtság	76,24	24,69	54,86	27,66	0,851	6,983	1	40	0,012	0,392
Asszertivitás	79,24	19,88	63,24	21,71	0,866	6,204	1	40	0,017	0,369
Segítőkészség	78,76	19,47	60,52	27,44	0,866	6,167	1	40	0,017	0,368

16. táblázat: A válogatott és nem válogatott férfi sportolók VTS személyiség vizsgálat eredményeinek összehasonlítása diszkriminancia analízissel

A női válogatottak és nem válogatottak esetében nem találtunk a két csoport között szignifikáns különbséget a személyiségjegyek vonatkozásában, így diszkriminancia analízist sem végeztünk.

Vizsgált területek	Női válogatottak		Női nem válogatottak		t	p
	Átlag	Szórás	Átlag	Szórás		
Higgadtság	52,70	32,11	51,60	29,34	-0,113	0,911
Önbizalom	45,85	24,67	42,60	23,28	-0,428	0,671
Érzelmi erő	55,75	29,98	47,45	27,98	-0,905	0,371
Asszertivitás	71,10	26,54	63,60	29,85	-0,840	0,406
Energikusság	76,25	16,93	72,15	21,58	-0,668	0,508
Érzelmi nyitottság	41,45	30,71	47,60	28,38	0,658	0,515
Érték, norma elfogadás	28,95	16,67	31,35	17,80	0,440	0,662
Kötelességérzet	72,60	23,96	70,80	14,71	-0,286	0,776
Ambíció	81,15	14,22	79,65	12,47	-0,355	0,725
Fegyelmezettség	74,75	17,80	72,25	18,02	-0,441	0,662
Segítőkészség	67,50	23,37	65,95	23,93	-0,207	0,837
Mértékletesség	56,50	26,30	53,30	23,50	-0,406	0,687

17. táblázat: A válogatott és nem válogatott női sportolók VTS személyiség vizsgálat eredményeinek összehasonlítása kétmintás t-próbával

A válogatott (férfi – női), valamint a nem válogatott (férfi – női) kézilabdázók esetében hét változó esetében találtunk szignifikáns különbséget. Ezek az *Ambíció* ($t=-3,427$; $p=0,001$), a *Fegyelmezettség* ($t=-3,230$; $p=0,002$), a *Kötelességérzet* ($t=-2,953$; $p=0,004$), az *Energikusság* ($t=-2,798$; $p=0,006$), az *Érzelmi erő* ($t=-2,683$; $p=0,009$), az *Önbizalom* ($t=-2,66$; $p=0,009$) és az *Asszertivitás* ($t=-2,184$; $p=0,032$) voltak.

Minden statisztikailag kimutatható különbség esetében a válogatott kézilabdázók személyiségjegyei jelentették a magasabb átlagértéket szemben a nem válogatott csoporttal.

Vizsgált területek	Válogatottak		Nem válogatottak		t	p
	Átlag	Szórás	Átlag	Szórás		
Higgadtság	64,76	30,60	53,27	28,18	-1,768	0,081
Önbizalom	60,59	26,86	45,88	22,93	-2,666	0,009*
Érzelmi erő	69,39	28,15	53,15	26,65	-2,683	0,009*
Asszertivitás	75,27	23,43	63,41	25,67	-2,184	0,032*
Energikusság	78,61	16,45	65,29	25,64	-2,798	0,006*
Érzelmi nyitottság	34,46	28,3	36,02	27,23	0,254	0,800
Érték, norma elfogadás	34,22	21,17	29,20	16,68	-1,193	0,236
Kötelességérzet	74,93	20,22	60,32	24,3	-2,953	0,004*
Ambíció	83,95	12,05	71,00	20,98	-3,427	0,001*
Fegyelmezettség	78,78	16,58	65,20	21,22	-3,230	0,002*
Segítőkészség	73,27	21,94	63,17	25,61	-1,917	0,059
Mértékletesség	58,39	25,16	52,83	23,04	-1,044	0,300

18. táblázat: A válogatott (férfi és női) és nem válogatott (férfi és női) sportolók VTS személyiség vizsgálata eredményeinek összehasonlítása kétmintás t-próbával

A vizsgált mintát egymástól a válogatott sportolók által elért eredmények alapján tudtuk megkülönböztetni. A legerősebb megkülönböztető személyiségjegy a két csoport között az *Ambíció* volt ($F(1,2)=11,743$; $p=0,001$). A második legerősebb eltérő jegy a *Fegyelmezettség* ($F(1,2)=10,431$; $p=0,002$), ezeket követte a *Kötelességérzet* ($F(1,2)=8,721$; $p=0,004$), az *Energikusság* ($F(1,2)=7,831$; $p=0,006$), az *Érzelmi erő* ($F(1,2)=7,197$; $p=0,009$), az *Önbizalom* ($F(1,2)=7,107$; $p=0,009$) és az *Asszertivitás* ($F(1,2)=7,768$; $p=0,032$).

Vizsgált területek	Válogatottak		Nem válogatottak							
	Átlag	Szórás	Átlag	Szórás	Wilks' Lambda	F	df1	df2	Sig.	Function
Ambíció	83,95	12,05	71,00	20,98	0,872	11,743	1	80	<,001	0,736
Fegyelmezettség	78,78	16,58	65,2	21,22	0,885	10,431	1	80	0,002	0,693
Kötelességérzet	74,93	20,22	60,32	24,38	0,902	8,721	1	80	0,004	0,634
Energikusság	78,61	16,45	65,29	25,64	0,911	7,831	1	80	0,006	0,601
Érzelmi erő	69,39	28,15	53,15	26,65	0,917	7,197	1	80	0,009	0,576
Önbizalom	60,59	26,86	45,88	22,93	0,918	7,107	1	80	0,009	0,572
Asszertivitás	75,27	23,43	63,41	25,67	0,944	4,768	1	80	0,032	0,469

19. táblázat: A válogatott (férfi és női) és nem válogatott (férfi és női) sportolók VTS személyiség eredményeinek vizsgálata diszkriminancia analízissel

A férfi (válogatott – nem válogatott), valamint a női (válogatott – nem válogatott) minta eredményeinek elemzése során négy esetben találtunk szignifikáns különbséget a minták között. Ezek az *Önbizalom* ($t=3,249$; $p=0,002$), az *Érzelmi erő* ($t=0,0029$), az *Érzelmi nyitottság* ($t=-3,126$; $p=0,002$) és a *Higgadtság* ($t=2,076$; $p=0,041$) voltak.

A két nem közül a férfiak az *Önbizalom* ($61,81 \pm 25,20$), az *Érzelmi erő* ($870,48 \pm 24,98$) és a *Higgadtság* ($865,55 \pm 28,06$) esetében rendelkeztek erősebb szignifikáns különbséget mutató személyiségjegyekkel, míg a nők az *Érzelmi nyitottság* ($44,53 \pm 29,35$) esetében.

Vizsgált területek	Férfi		Női		t	p
	Átlag	Szórás	Átlag	Szórás		
Higgadtság	65,55	28,06	52,15	30,3	2,076	0,041*
Önbizalom	61,81	25,20	44,23	23,73	3,249	0,002*
Érzelmi erő	70,48	24,98	51,60	28,93	3,167	0,002*
Asszertivitás	71,24	22,09	67,35	28,13	0,698	0,487
Energikusság	69,81	25,14	74,20	19,26	-0,885	0,379
Érzelmi nyitottság	26,40	22,88	44,53	29,35	-3,126	0,002*
Érték, norma elfogadás	33,19	20,97	30,15	17,07	0,718	0,475
Kötelességérzet	63,74	26,20	71,70	19,65	-1,551	0,125
Ambíció	74,69	21,73	80,40	13,22	-1,428	0,157
Fegyelmezettség	70,55	22,28	73,50	17,73	-0,662	0,510
Segítőkézség	69,64	25,25	66,73	23,36	0,542	0,589
Mértékletesség	56,29	23,89	54,90	24,67	0,258	0,797

20. táblázat: Férfi (válogatott és nem válogatott) és női (válogatott és nem válogatott) sportolók VTS eredményeinek összehasonlítása kétmintás – t próbával

A két nemet leginkább az *Önbizalom* ($F(1,2)=10,556$; $p=0,002$) faktor esetében tudtuk megkülönböztetni a férfi játékosok javára. Ezt követte az *Érzelmi erő* ($F(1,2)=10,027$; $p=0,002$), ami szintén a férfiaknál mutatott magasabb értéket. A harmadik megkülönböztető tényező – a nők javára – az *Érzelmi nyitottság* ($F(1,2)=9,772$, $p=0,002$) volt. A legkevésbé megkülönböztető személyiségjegy a *Higgadtság* ($F(1,2)=4,31$; $p=0,333$) volt.

Vizsgált területek	Férfi		Női							
	Átlag	Szórás	Átlag	Szórás	Wilks' Lambda	F	df1	df2	Sig.	Function
Önbizalom	61,81	25,20	44,23	23,73	0,883	10,556	1	80	0,002	0,521
Érzelmi erő	70,48	24,98	51,6	28,93	0,889	10,027	1	80	0,002	0,508
Érzelmi nyitottság	26,4	22,88	44,53	29,35	0,891	9,772	1	80	0,002	-0,501
Higgadtság	65,55	28,06	52,15	30,36	0,949	4,31	1	80	0,041	0,333

21. táblázat: Férfi (válogatott és nem válogatott) és női (válogatott és nem válogatott) sportolók VTS eredményeinek összehasonlítása diszkriminancia analízissel

4.5. A vizsgálatban részt vevők sportpedagógiai aspektusú vizsgálata

A sportpedagógiai fókuszú felmérésben arra voltunk kíváncsiak, hogy milyen mintázat rajzolódik ki a felkészítés során az edző kvalitásaival, a pszichomotoros tényezők jelentőségével, a sportolói és edzői motivációs bázissal, valamint a család és a sporttársak támogatásával kapcsolatban. A vizsgálat során alkalmazott kérdőívet a belső konzisztencia vizsgálat eredményeire építve megbízhatónak találtuk ($Cronbach-alfa=0,887$).

A megkérdezett kézilabdázók szerint a sikeres felnőtt játékosvá válás legfontosabb tényezői a *Pozitív jellemvonások a sportolás során* ($3,83\pm0,43$), *Az edző szakmai tudása* ($3,8\pm0,39$), *Az edző motivációs bázisa, hozzáállása* ($3,77\pm0,47$), valamint a *Kognitív tényezők* ($3,74\pm0,43$). Fontos adatokként jelennek meg továbbá a *Kondicionális képességek* ($3,71\pm0,53$), a *Technikai készség* ($3,71\pm0,48$), a *Taktikai készség* ($3,71\pm0,48$), valamint a *Kézilabdázással eltöltött órák száma* ($3,71\pm0,53$). Legkevésbé befolyásoló tényezőként a *Megfelelő anyagi háttérrel a klubnál* ($2,95\pm0,64$), a *Csapat eredményeit az utánpótlás bajnokságban* ($2,82\pm0,77$), a *Menedzser szerepét és támogatását* ($2,78\pm0,83$), a *Szerencse- vagy sorsfaktort* ($2,67\pm0,81$), a *Család anyagi támogatását* ($2,65\pm0,74$), a *Profí szerződést utánpótlás játékosként* ($2,54\pm0,90$), *Az iskolai tanulmányi eredményt* ($2,49\pm0,82$) és a *Család kulturális és műveltségi támogatását* ($1,95\pm0,9$) jelölték meg.

Vizsgált területek	Átlag	Szórás	Minimum	Maximum
Pozitív jellemvonások a sportolás során (akarat erőfeszítés, alázat, kitartás, szorgalom, önfegyelem, kötelességtudat, lelkiismeretesség)	3,83	0,43	2	4
Az edző szakmai tudása	3,8	0,39	3	4
Az edző motivációs bázisa, hozzáállása	3,77	0,47	2	4
Kognitív tényezők (játékintelligencia, játékhelyzet megoldó képesség, kreativitás)	3,74	0,43	3	4
Kondicionális képességek (gyorsaság, erő, állóképesség)	3,71	0,53	1	4
Technikai készség (cselezés, labdavezetés, szerelés, passzolás, kapura lövés)	3,71	0,48	2	4
Taktikai készség (védekezés, támadás)	3,71	0,48	2	4
Kézilabdázással eltöltött órák száma (edzés, gyakorlás)	3,71	0,53	2	4
Az edző módszertani tudása	3,66	0,52	2	4
Életvitel (sporttáplálkozás, pihenés, éjszakai szórakozás elkerülése, káros szenvedélyek)	3,6	0,58	2	4
Inspiráló, támogató környezet a klubnál	3,59	0,54	2	4

Vizsgált területek	Átlag	Szórás	Minimum	Maximum
Pszichés képességek (motiváció, stressz elviselése, önbizalom, koncentráció)	3,56	0,56	2	4
A szakmai stáb (erőnléti edző, rehabilitációt irányító személy, sportorvos, dietetikus)	3,56	0,63	2	4
A család erkölcsi támogatása	3,56	0,65	1	4
Az edző pedagógiai felkészültsége	3,55	0,61	2	4
Csapattársak együttműködése	3,55	0,63	2	4
Az edző erkölcsi magatartása	3,51	0,63	2	4
A család pszichés támogatása	3,51	0,57	2	4
Koordinációs képességek (térbeli tájékozódó, reagáló és ritmusképesség)	3,45	0,52	2	4
Szabályok ismerete és alkalmazás	3,45	0,65	1	4
Az edző pszichés felkészültsége	3,43	0,54	2	4
Pozitív jellemvonások a sporton kívüli életfeladatok végrehajtásában (akarati erőfeszítés, alázat, kitartás, szorgalom, önfegyelem, kötelességtudat, lelkiismeretesség)	3,41	0,66	1	4
Társas kapcsolatok, együttműködés	3,39	0,58	2	4
Testösszetétel paraméterek (testmagasság, testsúly, izomtömeg)	3,32	0,62	2	4
Létesítményi háttér, tárgyi és eszköz feltételek	3,24	0,71	1	4
Csapattársak teljesítménye (jó játékosok vegyék körül)	3,23	0,75	1	4
Szakmai műhelymunka a klubnál	3,23	0,74	1	4
Az edző sportszakmai végzettsége	3,21	0,71	1	4
Ízületi mozgékonyág és izomlazaság	3,06	0,61	2	4
Az edző műveltsége, kulturáltsága	3,01	0,76	1	4
Megfelelő anyagi háttér a klubnál	2,95	0,64	1	4
A csapat eredményei az utánpótlás bajnokságban	2,82	0,77	1	4
Menedzser szerepe és támogatása	2,78	0,83	1	4
Szerencse- vagy sorsfaktor	2,67	0,81	1	4
A család anyagi támogatása	2,65	0,74	1	4
Profí szerződés utánpótlás játékosként	2,54	0,90	1	4
Iskolai tanulmányi eredmény	2,49	0,82	1	4
A család kulturális és műveltségi támogatása (pl. színház, múzeum látogatás)	1,95	0,92	1	4

22. táblázat: A vizsgált sportolók teljes mintájára vonatkozó átlag és szórás értékek csökkenő sorrendiséggel a sportpedagógiai kérdőív alapján

A férfiak esetében a válogatott és nem válogatott játékosok nézeteiben öt tényező esetén találtunk szignifikáns különbséget. Ezek a *Taktikai készség* ($t=2,701$; $p=0,01$); *Életvitel* ($t=2,308$; $p=0,026$); *Szakmai stáb* ($t=2,059$; $p=0,046$); *Az edző erkölcsi magatartása* ($t=2,370$; $p=0,023$); *Az edző pedagógiai felkészültsége* ($t=2,087$; $p=0,043$) voltak, melyek mindegyikét a válogatott szintű játékosok vélték fontosabbnak, és melyek között két belső tényező található (*Életvitel*, *Taktikai készség*).

Vizsgált területek	Férfi válogatott		Férfi nem válogatott		t	p
	Átlag	Szórás	Átlag	Szórás		
Testösszetétel paraméterek (testmagasság, testsúly, izomtömeg)	3,05	0,49	3,24	0,62	-1,093	0,281
Kondicionális képességek (gyorsaság, erő, állóképesség)	3,52	0,75	3,57	0,50	-0,241	0,811
Koordinációs képességek (térbeli tájékozódó, reagáló és ritmusképesség)	3,52	0,60	3,48	0,51	0,276	0,784
Ízületi mozgékonyság és izomlazaság	3,05	0,74	3,14	0,65	-0,442	0,661
Technikai készség (cselezés, labdavezetés, szerelés, passzolás, kapura lövés)	3,67	0,48	3,43	0,59	1,420	0,163
Taktikai készség (védekezés, támadás)	3,71	0,46	3,29	0,56	2,701	0,010*
Kézilabdázással eltöltött órák száma (edzés, gyakorlás)	3,62	0,66	3,62	0,49	0,000	1,000
Szabályok ismerete és alkalmazás	3,38	0,86	3,38	0,59	0,000	1,000
Kognitív tényezők (játékintelligencia, játékhelyzet megoldó képesség, kreativitás)	3,76	0,43	3,62	0,49	0,989	0,329
Pszichés képességek (motiváció, stressz elviselése, önbizalom, koncentráció)	3,52	0,60	3,19	0,60	1,795	0,080
Társas kapcsolatok, együttműködés	3,57	0,59	3,24	0,62	1,767	0,085
Pozitív jellemvonások a sportolás során (akarati erőfeszítés, alázat, kitartás, szorgalom, önfegyelem, kötelességtudat, lelkiismeretesség)	3,81	0,51	3,62	0,59	1,118	0,270
Pozitív jellemvonások a sporton kívüli életfeladatok végrehajtásában (akarati erőfeszítés, alázat, kitartás, szorgalom, önfegyelem, kötelességtudat, lelkiismeretesség)	3,52	0,68	3,29	0,78	1,052	0,299
Iskolai tanulmányi eredmény	2,38	0,86	2,24	0,94	0,511	0,612
A csapat eredményei az utánpótlás bajnokságban	2,52	0,98	3,00	0,77	-1,746	0,088
Menedzser szerepe és támogatása	2,81	0,92	3,19	0,68	-1,517	0,137
Profi szerződés utánpótlás játékosként	2,57	1,02	2,81	0,98	-0,768	0,447
Életvitel (sporttáplálkozás, pihenés, éjszakai szórakozás elkerülése, káros szenvedélyek)	3,67	0,57	3,24	0,62	2,308	0,026*
Létesítményi háttér, tárgyi és eszköz feltételek	3,10	0,62	2,95	0,74	0,676	0,503
Az edző szakmai tudása	3,81	0,40	3,71	0,46	0,712	0,481
Az edző sportszakmai végzettsége	2,76	0,70	3,14	0,65	-1,821	0,076
Az edző módszertani tudása	3,57	0,59	3,38	0,49	1,122	0,268
Az edző pedagógiai felkészültsége	3,57	0,67	3,14	0,65	2,087	0,043*
Az edző motivációs bázisa, hozzáállása	3,71	0,56	3,62	0,59	0,536	0,595
Az edző pszichés felkészültsége	3,52	0,60	3,24	0,53	1,621	0,113
Az edző erkölcsi magatartása	3,57	0,59	3,10	0,70	2,370	0,023*
Az edző műveltsége, kulturáltsága	3,14	0,85	2,90	0,83	0,916	0,365
A szakmai stáb (erőnléti edző, rehabilitációt irányító személy, sportorvos, dietetikus)	3,62	0,59	3,19	0,75	2,059	0,046*
Csapatársak teljesítménye (jó játékosok vegyék körül)	2,95	0,59	3,00	0,94	-0,195	0,846
Csapatársak együttműködése	3,38	0,59	3,24	0,76	0,676	0,503

Vizsgált területek	Férfi válogatott		Férfi nem válogatott		t	p
	Átlag	Szórás	Átlag	Szórás		
A család anyagi támogatása	2,48	0,60	2,62	0,66	-0,728	0,471
A család erkölcsi támogatása	3,48	0,68	3,33	0,65	0,692	0,493
A család pszichés támogatása	3,57	0,59	3,29	0,64	1,491	0,144
A család kulturális és műveltségi támogatása (pl. színház, múzeum látogatás)	2,29	1,10	2,33	0,73	-0,165	0,870
Szerencse- vagy sorsfaktor	2,90	0,70	2,48	0,81	1,830	0,075
Inspiráló, támogató környezet a klubnál	3,43	0,67	3,29	0,46	0,799	0,429
Szakmai műhelymunka a klubnál	3,05	0,80	3,00	0,54	0,224	0,824
Megfelelő anyagi háttér a klubnál	2,90	0,70	2,67	0,	1,135	0,263

23. táblázat: A válogatott és nem válogatott férfi sportolók sportpedagógiai kérdőív eredményeinek

összehasonlítása kétmintás t-próbával

Vizsgálatunkban kíváncsiak voltunk arra is, hogy mely tényezők adják leginkább a válogatott és nem válogatott sportolók közötti különbségeket. Diszkriminancia analízis segítségével elemezzük a faktorokat. A válogatott és a nem válogatott játékosok között a *Taktikai készség* ($F(1,2)=7,297$; $p=0,01$) jelentette a legmeghatározóbb különbséget. A második helyen *Az edző erkölcsi magatartása* ($F(1,2)=0,023$, $p=0,023$), harmadik az *Életvitel (táplálkozás, pihenés, éjszakai szórakozás – káros szenvedélyek elkerülése)* ($F(1,2)=5,329$; $p=0,026$), negyedik *Az edző pedagógiai felkészültsége* ($F(1,2)=4,355$; $p=0,043$), míg a legkevésbé *A szakmai stábra (erőnléti edző, rehabilitációt irányító szakember)* ($F(1,2)=4,241$; $p=0,046$) vonatkozó válaszok különböztették meg.

Vizsgált területek	Férfi válogatott		Férfi nem válogatott							
	Átlag	Szórás	Átlag	Szórás	Wilks' Lambda	F	df1	df2	Sig.	Function
Taktikai készség (védekezés, támadás)	3,71	0,46	3,29	0,56	0,846	7,297	1	40	0,01	0,127
Az edző erkölcsi magatartása	3,57	0,59	3,1	0,7	0,877	5,618	1	40	0,023	0,111
Életvitel (sporttáplálkozás, pihenés, éjszakai szórakozás elkerülése, káros szenvedélyek)	3,67	0,57	3,24	0,62	0,882	5,329	1	40	0,026	0,109
Az edző pedagógiai felkészültsége	3,57	0,67	3,14	0,65	0,902	4,355	1	40	0,043	0,098
A szakmai stáb (erőnléti edző, rehabilitációt irányító személy, sportorvos, dietetikus)	3,62	0,59	3,19	0,75	0,904	4,241	1	40	0,046	0,097

24. táblázat: A válogatott és nem válogatott férfi sportolók sportolói sportpedagógiai kérdőív

eredményeinek vizsgálatára diszkriminancia analízissel

A női kézilabdázók esetében a válogatott és nem válogatott játékosok nézeteiben tizennégy tényezőt tekintve mutatkozik szignifikáns különbség, melyek közül mindösszesen négy belső tényező: *Kondicionális képességek* ($t=-2,517$; $p=0,021$); *Kognitív tényezők* ($t=-3,559$; $p=0,002$); *Pszichés képességek* ($t=-2,845$; $p=0,008$); *Testösszetétel paraméterek* ($t=-4,096$; $p=0,000$) és tíz külső tényező: *Inspiráló, támogató környezet a klubnál* ($t=-3,199$; $p=0,005$); *Csapattársak együttműködése* ($t=-2,135$; $p=0,043$); *Az edző pedagógiai felkészültsége* ($t=-2,276$; $p=0,030$); *Szakmai stáb* ($t=-2,307$; $p=0,029$); *Szakmai műhelymunka a klubnál* ($t=-3,961$; $p=0,000$); *A család pszichés támogatása* ($t=2,757$; $p=0,009$); *Csapattársak teljesítménye* ($t=-3,321$; $p=0,002$); *Létesítmény háttér, tárgyi és eszköz feltételek* ($t=-3,417$; $p=0,002$); *Az edző sportszakmai végzettsége* ($t=-2,979$; $p=0,005$); *Társas kapcsolatok, együttműködés* ($t=2,142$; $p=0,039$).

Két tényezőt – a *Család pszichés támogatása* ($3,8\pm0,41$) és a *Társas kapcsolatok, együttműködés* ($3,55\pm0,51$) – jelölték meg fontosabbnak a válogatott játékosok, a többi szignifikáns különbséget mutató tényezőt a nem válogatott szintű női kézilabdázók tartják fontosabbnak a felnőttkori sikerességhez.

Vizsgált területek	Női válogatott		Női nem válogatott		t	p
	Átlag	Szórás	Átlag	Szórás		
Testösszetétel paraméterek (testmagasság, testsúly, izomtömeg)	3,15	0,67	3,85	0,36	-4,096	0,000*
Kondicionális képességek (gyorsaság, erő, állóképesség)	3,75	0,44	4,00	0,00	-2,517	0,016*
Koordinációs képességek (térbeli tájékozódó, reagáló és ritmusképesség)	3,45	0,51	3,35	0,48	0,632	0,531
Ízületi mozgékonyaság és izomlazaság	3,05	0,68	3,00	0,32	0,295	0,770
Technikai készség (cselezés, labdavezetés, szerelés, passzolás, kapura lövés)	3,80	0,41	3,95	0,22	-1,435	0,159
Taktikai készség (védekezés, támadás)	3,85	0,36	4,00	0,00	-1,831	0,075
Kézilabdázással eltöltött órák száma (edzés, gyakorlás)	3,80	0,41	3,80	0,52	0,000	1,000
Szabályok ismerete és alkalmazás	3,45	0,51	3,60	0,59	-0,853	0,399
Kognitív tényezők (játékintelligencia, játékhelyzet megoldó képesség, kreativitás)	3,60	0,50	4,00	0,00	-3,559	0,001*
Pszichés képességek (motiváció, stressz elviselése, önbizalom, koncentráció)	3,60	0,50	3,95	0,22	-2,845	0,007*
Társas kapcsolatok, együttműködés	3,55	0,51	3,20	0,52	2,142	0,039*

Vizsgált területek	Női válogatott		Női nem válogatott		t	p
	Átlag	Szórás	Átlag	Szórás		
Pozitív jellemvonások a sportolás során (akarati erőfeszítés, alázat, kitartás, szorgalom, önfegyelem, kötelességtudat, lelkiismeretesség)	3,90	0,30	4,00	0,00	-1,453	0,154
Pozitív jellemvonások a sporton kívüli életfeladatok végrehajtásában (akarati erőfeszítés, alázat, kitartás, szorgalom, önfegyelem, kötelességtudat, lelkiismeretesség)	3,60	0,59	3,25	0,55	1,926	0,062
Iskolai tanulmányi eredmény	2,65	0,74	2,70	0,65	-0,225	0,823
A csapat eredményei az utánpótlás bajnokságban	2,80	0,69	2,95	0,51	-0,777	0,442
Menedzser szerepe és támogatása	2,75	0,71	2,35	0,81	1,651	0,107
Profi szerződés utánpótlás játékosként	2,35	0,74	2,40	0,82	-0,202	0,841
Életvitel (sporttáplálkozás, pihenés, éjszakai szórakozás elkerülése, káros szenvedélyek)	3,60	0,59	3,90	0,30	-1,994	0,053
Létesítményi háttér, tárgyi és eszköz feltételek	3,15	0,67	3,80	0,52	-3,417	0,002*
Az edző szakmai tudása	3,75	0,44	3,75	0,44	-1,798	0,080
Az edző sportszakmai végzettsége	3,20	0,61	3,75	0,55	-2,979	0,005*
Az edző módszertani tudása	3,80	0,41	3,90	0,44	-0,737	0,466
Az edző pedagógiai felkészültsége	3,60	0,50	3,90	0,30	-2,276	0,029*
Az edző motivációs bázisa, hozzáállása	3,80	0,41	3,95	0,22	-1,435	0,159
Az edző pszichés felkészültsége	3,60	0,50	3,35	0,48	1,594	0,119
Az edző erkölcsi magatartása	3,55	0,51	3,85	0,48	-1,897	0,065
Az edző műveltsége, kulturáltsága	2,90	0,71	3,10	0,64	-0,929	0,359
A szakmai stáb (erőnléti edző, rehabilitációt irányító személy, sportorvos, dietetikus)	3,55	0,60	3,90	0,30	-2,307	0,027*
Csapattársak teljesítménye (jó játékosok vegyék körül)	3,20	0,61	3,80	0,52	-3,321	0,002*
Csapattársak együttműködése	3,65	0,58	3,95	0,22	-2,135	0,039*
A család anyagi támogatása	2,85	0,81	2,65	0,87	0,749	0,459
A család erkölcsi támogatása	3,75	0,44	3,70	0,73	0,261	0,796
A család pszichés támogatása	3,80	0,41	3,40	0,50	2,757	0,009*
A család kulturális és műveltségi támogatása (pl. színház, múzeum látogatás)	1,75	0,78	1,40	0,75	1,437	0,159
Szerencse- vagy sorsfaktor	2,75	0,85	2,55	0,88	0,728	0,471
Inspiráló, támogató környezet a klubnál	3,65	0,48	4,00	0,00	-3,199	0,003*
Szakmai műhelymunka a klubnál	3,05	0,75	3,85	0,48	-3,961	0,000*
Megfelelő anyagi háttér a klubnál	3,10	0,64	3,15	0,48	-0,277	0,783

25. táblázat: A válogatott és nem válogatott női sportolók sportpedagógiai kérdőív eredményeinek

összehasonlítása kétmintás t-próbával

A női válogatott és nem válogatott játékosok nézetei a *Testösszetétel paraméterek* ($F(1,2)=16,775$; $p<,001$), a *Szakmai műhelymunka a klubnál* ($F(1,2)=15,69$; $p<,001$) és a *Kognitív tényezők* ($F(1,2)=12,667$; $p=0,001$) esetében különbözik a leghangsúlyosabban, és a *Csapattársak együttműködése* ($F(1,2)=4,56$; $p=0,039$), valamint a *Társas kapcsolatok, együttműködés* ($F(1,2)=4,586$; $p=0,039$) tényező befolyásoló szerepében a legkevésbé.

Vizsgált területek	Női válogatott		Női nem válogatott							
	Átlag	Szórás	Átlag	Szórás	Wilks' Lambda	F	df1	df2	Sig.	Function
Testösszetétel paraméterek (testmagasság, testsúly, izomtömeg)	3,15	0,67	3,85	0,36	0,694	16,775	1	38	<,001	0,105
Szakmai műhelymunka a klubnál	3,05	0,75	3,85	0,48	0,708	15,69	1	38	<,001	0,102
Kognitív tényezők (játékintelligencia, játékhelyzet megoldó képesség, kreativitás)	3,6	0,50	4	0	0,75	12,667	1	38	0,001	0,091
Létesítményi háttér, tárgyi és eszköz feltételek	3,15	0,67	3,8	0,52	0,765	11,676	1	38	0,002	0,088
Csapattársak teljesítménye (jó játékosok vegyék körül)	3,2	0,61	3,8	0,52	0,775	11,032	1	38	0,002	0,085
Inspiráló, támogató környezet a klubnál	3,65	0,48	4	0	0,78	10,231	1	38	0,003	0,082
Az edző sportszakmai végzettsége	3,2	0,61	3,75	0,55	0,81	8,876	1	38	0,005	0,076
Pszichés képességek (motiváció, stressz elviselése, önbizalom, koncentráció)	3,6	0,50	3,95	0,22	0,824	8,096	1	38	0,007	0,073
A család pszichés támogatása	3,8	0,41	3,4	0,50	0,833	7,6	1	38	0,009	-0,071
Kondicionális képességek (gyorsaság, erő, állóképesség)	3,75	0,44	4	0	0,85	6,333	1	38	0,016	0,064
A szakmai stáb (erőnléti edző, rehabilitációt irányító személy, sportorvos, dietetikus)	3,55	0,60	3,9	0,30	0,877	5,32	1	38	0,027	0,059
Az edző pedagógiai felkészültsége	3,6	0,50	3,9	0,30	0,88	5,182	1	38	0,029	0,058
Csapattársak együttműködése	3,65	0,58	3,95	0,22	0,893	4,56	1	38	0,039	0,055
Társas kapcsolatok, együttműködés	3,55	0,51	3,2	0,52	0,892	4,586	1	38	0,039	-0,055

26. táblázat: A válogatott és nem válogatott női sportolók sportolói sportpedagógiai kérdőív eredményeinek vizsgálat diszkriminancia analízissel

A válogatott (férfi és női) és nem válogatott (férfi és női) kézilabdázók eredményeinek elemzésekor hét esetben találtunk szignifikáns különbséget a csoportok között, amelyekben mindösszesen két belső tényezőt úgy, mint a *Testösszetétel paraméterek* ($t=-3,372$; $p=0,001$) és a *Pozitív jellemvonások* ($t=2,028$; $p=0,046$) találtunk. A többi szignifikáns válasz mind a külső tényezők csoportjába tartozott: Az *Edző sportszakmai végzettsége* ($t=-3,082$; $p=0,003$), a *Szakmai műhelymunka a klubnál* ($t=-2,290$, $p=0,025$), a *Család pszichés támogatása* ($t=2,817$; $p=0,006$), a *Társas kapcsolatok* ($t=2,759$, $p=0,007$) és az *Edző pszichés felkészültsége* ($t=2,286$; $p=0,025$).

A válogatott sportolók négy tényezőt *A család pszichés támogatása* ($3,68\pm0,52$), a *Társas kapcsolatok, együttműködés* ($3,56\pm0,55$), *Az edző pszichés felkészültsége* ($3,56\pm0,55$) és a *Pozitív jellemvonások a sporton kívül* ($3,56\pm0,63$) tartottak fontosabbnak, mint a nem válogatott sportolók.

Vizsgált területek	Válogatott		Nem válogatott		t	p
	Átlag	Szórás	Átlag	Szórás		
Testösszetétel paraméterek (testmagasság, testsúly, izomtömeg)	3,10	0,58	3,54	0,59	-3,372	0,001*
Kondicionális képességek (gyorsaság, erő, állóképesség)	3,63	0,62	3,78	0,41	-1,248	0,216
Koordinációs képességek (térbeli tájékozódó, reagáló és ritmusképesség)	3,49	0,55	3,41	0,49	0,629	0,531
Ízületi mozgékonyaság és izomlazaság	3,05	0,70	3,07	0,51	-0,178	0,859
Technikai készség (cselezés, labdavezetés, szerelés, passzolás, kapura lövés)	3,73	0,44	3,68	0,52	0,454	0,651
Taktikai készség (védekezés, támadás)	3,78	0,41	3,63	0,53	1,376	0,173
Kézilabdázással eltöltött órák száma (edzés, gyakorlás)	3,71	0,55	3,71	0,51	0,000	1,000
Szabályok ismerete és alkalmazás	3,41	0,70	3,49	0,59	-0,507	0,614
Kognitív tényezők (játékintelligencia, játékhelyzet megoldó képesség, kreativitás)	3,68	0,47	3,80	0,40	-1,262	0,211
Pszichés képességek (motiváció, stressz elviselése, önbizalom, koncentráció)	3,56	0,55	3,56	0,59	0,000	1,000
Társas kapcsolatok, együttműködés	3,56	0,55	3,22	0,57	2,759	0,007*
Pozitív jellemvonások a sportolás során (akarati erőfeszítés, alázat, kitartás, szorgalom, önfegyelem, kötelességtudat, lelkiismeretesség)	3,85	0,42	3,80	0,45	0,501	0,618
Pozitív jellemvonások a sporton kívüli életfeladatok végrehajtásában (akarati erőfeszítés, alázat, kitartás, szorgalom, önfegyelem, kötelességtudat, lelkiismeretesség)	3,56	0,63	3,27	0,67	2,028	0,046*
Iskolai tanulmányi eredmény	2,51	0,81	2,46	0,84	0,268	0,790
A csapat eredményei az utánpótlás bajnokságban	2,66	0,85	2,98	0,65	-1,889	0,062

Vizsgált területek	Válogatott		Nem válogatott		t	p
	Átlag	Szórás	Átlag	Szórás		
Menedzser szerepe és támogatása	2,78	0,82	2,78	0,85	0,000	1,000
Profí szerződés utánpótlás játékosként	2,46	0,89	2,61	0,91	-0,730	0,468
Életvitel (sporttáplálkozás, pihenés, éjszakai szórakozás elkerülése, káros szenvedélyek)	3,63	0,58	3,56	0,59	0,564	0,574
Létesítményi háttér, tárgyi és eszköz feltételek	3,12	0,64	3,37	0,76	-1,564	0,122
Az edző szakmai tudása	3,78	0,41	3,83	0,38	-0,552	0,583
Az edző sportszakmai végzettsége	2,98	0,68	3,44	0,67	-3,082	0,003*
Az edző módszertani tudása	3,68	0,52	3,63	0,53	0,417	0,677
Az edző pedagógiai felkészültsége	3,59	0,59	3,51	0,63	0,539	0,591
Az edző motivációs bázisa, hozzáállása	3,76	0,48	3,78	0,47	-0,229	0,819
Az edző pszichés felkészültsége	3,56	0,55	3,29	0,51	2,286	0,025*
Az edző erkölcsi magatartása	3,56	0,55	3,46	0,71	0,695	0,489
Az edző műveltsége, kulturáltsága	3,02	0,79	3,00	0,74	0,144	0,886
A szakmai stáb (erőnléti edző, rehabilitációt irányító személy, sportorvos, dietetikus)	3,59	0,59	3,54	0,67	0,348	0,728
Csapattársak teljesítménye (jó játékosok vegyék körül)	3,07	0,60	3,39	0,86	-1,924	0,058
Csapattársak együttműködése	3,51	0,59	3,59	0,67	-0,522	0,603
A család anyagi támogatása	2,66	0,72	2,63	0,76	0,148	0,883
A család erkölcsi támogatása	3,61	0,58	3,51	0,71	0,678	0,500
A család pszichés támogatása	3,68	0,52	3,34	0,57	2,817	0,006*
A család kulturális és műveltségi támogatása (pl. színház, múzeum látogatás)	2,02	0,98	1,88	0,87	0,712	0,479
Szerencse- vagy sorsfaktor	2,83	0,77	2,51	0,84	1,780	0,079
Inspiráló, támogató környezet a klubnál	3,54	0,59	3,63	0,48	-0,811	0,420
Szakmai műhelymunka a klubnál	3,05	0,77	3,41	0,67	-2,290	0,025*
Megfelelő anyagi háttér a klubnál	3,00	0,67	2,90	0,62	0,681	0,498

27. táblázat: A válogatott (férfi és női) és nem válogatott (férfi és női) sportolók sportolói sportpedagógiai kérdőív eredményeinek összehasonlítása kétmintás t-próbával

A diszkriminancia elemzést követően a válogatottak és a nem válogatottak közt a legerősebb különbséget a *Testösszetétel* ($F(1,2)=11,38$; $p=0,001$) esetében tapasztaltuk, melyet *Az edző sportszakmai végzettsége* ($F(1,2)=9,5$; $p=0,003$) és a *Család pszichés támogatása* ($F(1,2)=7,935$; $p=0,006$) követett. A legkevésbé megkülönböztető a *Szakmai műhelymunka a klubnál* ($F(1,2)=5,245$; $p=0,025$) és a *Pozitív jellemvonások* ($F(1,2)=4,114$; $p=0,04$) voltak.

Vizsgált területek	Válogatott		Nem válogatott							
	Átlag	Szórás	Átlag	Szórás	Wilks' Lambda	F	df1	df2	Sig.	Function
Testösszetétel paraméterek (testmagasság, testsúly, izomtömeg)	3,1	0,58	3,54	0,59	0,876	11,368	1	80	0,001	-0,297
Az edző sportszakmai végzettsége	2,98	0,68	3,44	0,67	0,894	9,5	1	80	0,003	-0,271
A család pszichés támogatása	3,68	0,52	3,34	0,57	0,91	7,935	1	80	0,006	0,248
Társas kapcsolatok, együttműködés	3,56	0,55	3,22	0,57	0,913	7,612	1	80	0,007	0,243
Az edző pszichés felkészültsége	3,56	0,55	3,29	0,51	0,939	5,227	1	80	0,025	0,201
Szakmai műhelymunka a klubnál	3,05	0,77	3,41	0,67	0,938	5,245	1	80	0,025	-0,201
Pozitív jellemvonások a sporton kívüli életfeladatok végrehajtásában (akarat, erőfeszítés, alázat, kitartás, szorgalom, önfegyelem, kötelességtudat, lelkiismeretesség)	3,56	0,63	3,27	0,67	0,951	4,114	1	80	0,046	0,178

28. táblázat A válogatott (férfi és női) és nem válogatott (férfi és női) sportolók sportolói sportpedagógiai kérdőív eredményeinek vizsgálata diszkriminancia analízissel

A férfi és női teljes minta eredményeinek elemzésekor huszonhárom esetben találtunk igazolható különbséget a két csoport válasza között.

A kiértékelésnél a belső tényezők között a *Taktikai készség* ($t=-4,402$; $p=0,000$), a *Pszichés képességek* ($t=-3,557$; $p=0,000$), a *Technikai készség* ($t=-3,236$; $p=0,002$), a *Kondicionális képességek* ($t=-2,908$; $p=0,005$), a *Testösszetétel* ($t=-2,678$; $p=0,009$), a *Pozitív jellemvonások a sportolás során* ($t=-2,509$; $p=0,014$) és az *Életvitel, sporttáplálkozás* ($t=-2,367$; $p=0,02$) szerepeltek.

A többi statisztikailag kimutatható különbséget adó válasz a külső tényezők csoportjába tartozott, úgy mint az *Inspiráló támogató környezet a klubnál* ($t=-4,298$; $p=0,000$), *A család kulturális és műveltségi támogatása* ($t=3,880$; $p=0,000$), a

Csapattársak együttműködése ($p=-3,795$; $p=0,000$), *Az edző sportszakmai végzettsége* ($t=-3,532$; $p=0,001$), *Az edző módszertani tudása* ($t=-3,420$; $p=0,001$), a *Csapattársak teljesítménye* ($t=-3,313$; $p=0,001$), az *Edző pedagógiai felkészültsége* ($t=-3,053$; $p=0,003$), a *Létesítmény háttér* ($t=-3,005$; $p=0,004$), az *Edző erkölcsi magatartása* ($t=-2,722$; $p=0,008$), a *Szakmai műhelymunka a klubnál* ($t=-2,699$; $p=0,008$), a *Menedzser szerepe, támogatása* ($t=2,529$; $p=0,013$), a *Megfelelő anyagi háttér a klubnál* ($t=-2,449$, $p=0,016$), A *szakmai stáb felkészültsége* ($t=-2,363$; $p=0,021$), a *Család erkölcsi támogatása* ($t=-2,289$; $p=0,025$), az *Iskolai tanulmányi eredmény* ($t=-2,057$; $p=0,043$) és az *Edző motivációs bázisa, hozzáállása* ($t=-2,004$; $p=0,048$) jelentették a válaszok során.

A férfiak két tényezőt tartottak szignifikánsan fontosabbnak a *Menedzser szerepe és támogatását* ($3,00\pm 0,82$), valamint a *Család műveltségi támogatását* ($2,31\pm 0,92$). A női sportolók a többi változó esetében szignifikánsan nagyobb értéket jelöltek meg.

Vizsgált területek	Férfi		Női		t	p
	Átlag	Szórás	Átlag	Szórás		
Testösszetétel paraméterek (testmagasság, testsúly, izomtömeg)	3,14	0,56	3,50	0,64	-2,678	0,009*
Kondicionális képességek (gyorsaság, erő, állóképesség)	3,55	0,63	3,88	0,33	-2,908	0,005*
Koordinációs képességek (térbeli tájékozódó, reagáló és ritmusképesség)	3,50	0,55	3,40	0,49	0,861	0,392
Ízületi mozgékonyág és izomlazaság	3,10	0,69	3,03	0,53	0,514	0,609
Technikai készség (cselezés, labdavezetés, szerelés, passzolás, kapura lövés)	3,55	0,55	3,88	0,33	-3,236	0,002*
Taktikai készség (védekezés, támadás)	3,50	0,55	3,93	0,26	-4,402	0,000*
Kézilabdázással eltöltött órák száma (edzés, gyakorlás)	3,62	0,58	3,80	0,46	-1,551	0,125
Szabályok ismerete és alkalmazás	3,38	0,73	3,53	0,55	-1,002	0,319
Kognitív tényezők (játékintelligencia, játékhelyzet megoldó képesség, kreativitás)	3,69	0,46	3,80	0,40	-1,131	0,262
Pszichés képességek (motiváció, stressz elviselése, önbizalom, koncentráció)	3,36	0,61	3,78	0,42	-3,557	0,001*
Társas kapcsolatok, együttműködés	3,40	0,62	3,38	0,54	0,230	0,819
Pozitív jellemvonások a sportolás során (akarati erőfeszítés, alázat, kitartás, szorgalom, önfegyelem, kötelességtudat, lelkiismeretesség)	3,71	0,55	3,95	0,22	-2,509	0,014*
Pozitív jellemvonások a sporton kívüli életfeladatok végrehajtásában (akarati erőfeszítés, alázat, kitartás, szorgalom, önfegyelem, kötelességtudat, lelkiismeretesség)	3,40	0,73	3,43	0,59	-0,137	0,892
Iskolai tanulmányi eredmény	2,31	0,89	2,68	0,69	-2,057	0,043*

Vizsgált területek	Férfi		Női		t	p
	Átlag	Szórás	Átlag	Szórás		
A csapat eredményei az utánpótlás bajnokságban	2,76	0,90	2,88	0,60	-0,661	0,511
Menedzser szerepe és támogatása	3,00	0,82	2,55	0,78	2,529	0,013*
Profí szerződés utánpótlás játékosként	2,69	1,00	2,38	0,77	1,592	0,115
Életvitel (sporttáplálkozás, pihenés, éjszakai szórakozás elkerülése, káros szenvedélyek)	3,45	0,63	3,75	0,49	-2,367	0,020*
Létesítményi háttér, tárgyi és eszköz feltételek	3,02	0,68	3,48	0,67	-3,005	0,004*
Az edző szakmai tudása	3,76	0,43	3,85	0,36	-1,000	0,320
Az edző sportszakmai végzettsége	2,95	0,69	3,48	0,64	-3,532	0,001*
Az edző módszertani tudása	3,48	0,55	3,85	0,42	-3,420	0,001*
Az edző pedagógiai felkészültsége	3,36	0,69	3,75	0,43	-3,053	0,003*
Az edző motivációs bázisa, hozzáállása	3,67	0,57	3,88	0,33	-2,004	0,048*
Az edző pszichés felkészültsége	3,38	0,58	3,48	0,50	-0,779	0,438
Az edző erkölcsi magatartása	3,33	0,68	3,70	0,51	-2,722	0,008*
Az edző műveltsége, kulturáltsága	3,02	0,84	3,00	0,67	0,141	0,889
A szakmai stáb (erőnléti edző, rehabilitációt irányító személy, sportorvos, dietetikus)	3,40	0,70	3,73	0,50	-2,363	0,021*
Csapattársak teljesítménye (jó játékosok vegyék körül)	2,98	0,78	3,50	0,64	-3,313	0,001*
Csapattársak együttműködése	3,31	0,68	3,80	0,46	-3,795	0,000*
A család anyagi támogatása	2,55	0,63	2,75	0,84	-1,237	0,220
A család erkölcsi támogatása	3,40	0,66	3,73	0,59	-2,289	0,025*
A család pszichés támogatása	3,43	0,63	3,60	0,49	-1,364	0,176
A család kulturális és műveltségi támogatása (pl. színház, múzeum látogatás)	2,31	0,92	1,58	0,78	3,880	0,000*
Szerencse- vagy sorsfaktor	2,69	0,78	2,65	0,86	0,223	0,824
Inspiráló, támogató környezet a klubnál	3,36	0,57	3,83	0,38	-4,298	0,000*
Szakmai műhelymunka a klubnál	3,02	0,68	3,45	0,74	-2,699	0,008*
Megfelelő anyagi háttér a klubnál	2,79	0,68	3,13	0,56	-2,449	0,016*

29. táblázat: Férfi (válogatott és nem válogatott) és női (válogatott és nem válogatott) sportolók sportpedagógiai kérdőív eredményeinek összehasonlítása kétmintás t-próbával

Amennyiben a két csoport közti legfőbb különbségeket szeretnénk kimutatni, akkor a legerősebb különbséget a *Taktikai készség* ($F(1,2)=19,381$; $p<,001$) és az *Inspiráló környezet a klubnál* ($F(1,2)=18,476$; $p<,001$) válaszok adták a női kézilabdázók nézetei alapján. A legkevésbé megkülönböztető válaszok az *Iskolai tanulmányi eredmény* ($F(1,2)=4,23$; $p=0,043$) és az *Edző motivációs bázisa* ($F(1,2)=4,017$; $p=0,048$) kérdésekre adott válaszok voltak.

Vizsgált területek	Férfi		Női							
	Átlag	Szórás	Átlag	Szórás	Wilks' Lambda	F	df1	df2	Sig.	Function
Taktikai készség (védekezés, támadás)	3,5	0,55	3,93	0,26	0,805	19,381	1	80	<,001	0,26
Inspiráló, támogató környezet a klubnál	3,36	0,57	3,83	0,38	0,812	18,476	1	80	<,001	0,254
A család kulturális és műveltségi támogatása (pl.	2,31	0,92	1,58	0,78	0,842	15,052	1	80	<,001	-0,229
Csapatársak együttműködése	3,31	0,68	3,8	0,46	0,847	14,403	1	80	<,001	0,224
Pszichés képességek (motiváció, stressz elviselése,	3,36	0,61	3,78	0,42	0,863	12,653	1	80	<,001	0,21
Az edző sportszakmai végzettsége	2,95	0,69	3,48	0,64	0,865	12,477	1	80	<,001	0,209
Az edző módszertani tudása	3,48	0,55	3,85	0,42	0,872	11,699	1	80	<,001	0,202
Csapatársak teljesítménye (jó játékosok vegyék	2,98	0,78	3,5	0,64	0,879	10,975	1	80	0,001	0,196
Technikai készség (cselezés, labdavezetés,	3,55	0,55	3,88	0,33	0,884	10,469	1	80	0,002	0,191
Az edző pedagógiai felkészültsége	3,36	0,69	3,75	0,43	0,896	9,32	1	80	0,003	0,18
Létesítményi háttér, tárgyi és eszköz feltételek	3,02	0,68	3,48	0,67	0,899	9,03	1	80	0,004	0,178
Kondicionális képességek (gyorsaság, erő,	3,55	0,63	3,88	0,33	0,90	8,454	1	80	0,005	0,172
Az edző erkölcsi magatartása	3,33	0,68	3,7	0,51	0,915	7,411	1	80	0,008	0,161
Szakmai műhelymunka a klubnál	3,02	0,68	3,45	0,74	0,917	7,283	1	80	0,008	0,16
Testösszetétel paraméterek (testmagasság,	3,14	0,56	3,5	0,64	0,918	7,174	1	80	0,009	0,158
Menedzser szerepe és támogatása	3	0,82	2,55	0,78	0,926	6,395	1	80	0,013	-0,149
Pozitív jellemvonások a sportolás során	3,71	0,55	3,95	0,22	0,927	6,293	1	80	0,014	0,148
Megfelelő anyagi háttér a klubnál	2,79	0,68	3,13	0,56	0,93	6	1	80	0,016	0,145

Vizsgált területek	Férfi		Női		Wilks' Lambda	F	df1	df2	Sig.	Function
	Átlag	Szórás	Átlag	Szórás						
Életvitel (sporttáplálkozás, pihenés, éjszakai	3,45	0,63	3,75	0,49	0,935	5,604	1	80	0,02	0,14
A szakmai stáb (erőnléti edző, rehabilitációt	3,4	0,70	3,73	0,50	0,935	5,585	1	80	0,021	0,14
A család erkölcsi támogatása	3,4	0,66	3,73	0,59	0,939	5,237	1	80	0,025	0,135
Iskolai tanulmányi eredmény	2,31	0,89	2,68	0,69	0,95	4,23	1	80	0,043	0,122
Az edző motivációs bázisa, hozzáállása	3,67	0,57	3,88	0,33	0,952	4,017	1	80	0,048	0,118

30. táblázat: Férfi (válogatott és nem válogatott) és női (válogatott és nem válogatott) sportolók sportpedagógiai kérdőív eredményeinek vizsgálata diszkriminancia analízissel

4.6. A vizsgálatban részt vevő sportolók mérkőzés előtt önértékelésre vonatkozó pszichés állapotának vizsgálata

A vizsgálattal az volt a célunk, hogy felmérjük a mintában részt vevő kézilabdázók mérkőzés előtti állapotát. A téthelyzetet megelőző állapotok (*Kognitív szorongás*, *Szomatikus szorongás* és az *Önbizalom*) vizsgálata fontos egysége a kézilabdázók felkészítésének, teljesítmény minőségének és hosszútávú részvételének a sportágban. A vizsgálat során alkalmazott kérdőívet megbízhatónak találtuk (*Cronbach-alfa*=0,887 – 0,606 – 0,851).

A teljes minta esetében a legnagyobb átlagértékkel a leíró statisztikában az *Önbizalom*hoz tartozó válaszok rendelkeztek (26,47±5,02). A *Kognitív szorongás* volt a következő legnagyobb értékkel bíró válasz (16,39±4,99), majd a *Szomatikus szorongás* (14,50±4,08).

Vizsgált területek	Átlag	Szórás	Minimum	Maximum
Önbizalom	26,47	5,02	14	36
Kognitív szorongás	16,39	4,99	9	31
Szomatikus szorongás	14,50	4,08	9	25

31. táblázat: A vizsgált sportolók teljes mintájára vonatkozó átlag és szórás értékek csökkenő sorrendiséggel a mérkőzés előtti önértékelési kérdőív alapján

A férfi válogatott és nem válogatott sportolók esetében a két csoport válaszai alapján a legmagasabb szignifikáns értékkel az *Önbizalom* ($t=4,730$; $p=0,000$) rendelkezett, melyet a *Kognitív szorongás* ($t=-2,099$, $p=0,042$) követett.

A válogatott férfi kézilabdázók az *Önbizalom* esetében rendelkeztek erősebb szignifikanciával ($31,23 \pm 2,80$), míg a nem válogatott férfiak a *Kognitív szorongás* esetében ($15,14 \pm 3,92$).

Vizsgált területek	Férfi válogatott		Férfi nem válogatott		t	p
	Átlag	Szórás	Átlag	Szórás		
Kognitív szorongás	12,76	3,40	15,14	3,92	-2,099	0,042*
Szomatikus szorongás	12,28	2,95	13,42	3,69	-1,107	0,275
Önbizalom	31,23	2,80	25,61	4,66	4,730	0,000*

32. táblázat: A válogatott és nem válogatott férfi sportolók mérkőzés előtti önértékelési kérdőív eredményeinek összehasonlítása kétmintás t-próbával

A két csoport közti különbség vizsgálata esetében az *Önbizalom* ($F(1,2)=22,371$; $p=<,001$) alapján tudtuk a legjobban megkülönböztetni a két csoportot a válogatottak válaszai alapján. A *Kognitív szorongás* ($F(1,2)=4,406$; $p=0,042$) volt a második megkülönböztető jellemző a nem bevált kézilabdázók válaszai alapján.

Vizsgált területek	Férfi válogatott		Férfi nem válogatott							
	Átlag	Szórás	Átlag	Szórás	Wilks' Lambda	F	df1	df2	Sig.	Function
Önbizalom	31,23	2,80	25,61	4,66	0,641	22,371	1	40	<,001	0,989
Kognitív szorongás	12,76	3,40	15,14	3,92	0,901	4,406	1	40	0,042	-0,439
Szomatikus szorongás	12,28	2,95	13,42	3,69	0,97	1,226	1	40	0,275	-0,231

33. táblázat: A válogatott és nem válogatott férfi sportolók mérkőzés előtti önértékelési kérdőív eredményeinek elemzése diszkriminancia analízissel

A válogatott és nem válogatott női minta eredményeinek feldolgozásakor a két csoport között nem találtunk szignifikáns különbséget, így diszkriminancia analízist sem végeztünk.

Vizsgált területek	Női válogatott		Női nem válogatott		t	p
	Átlag	Szórás	Átlag	Szórás		
Kognitív szorongás	18,40	5,16	19,50	4,53	-0,716	0,479
Szomatikus szorongás	15,55	4,18	16,90	3,99	-1,043	0,304
Önbizalom	25,55	4,59	23,30	4,23	1,611	0,115

34. táblázat: A válogatott és nem válogatott női sportolók mérkőzés előtti önértékelési kérdőív eredményeinek összehasonlítása kétmintás t-próbával

A válogatott (férfi – női) és nem válogatott (férfi – női) kézilabdázók válaszai alapján csak az *Önbizalom* alskálához tartozó válaszok alapján tudtunk szignifikáns különbséget kimutatni ($t=3,882$; $p=0,000$). A válaszok során az *Önbizalom* esetében a válogatott kézilabdázók válaszai rendelkeztek magasabb, statisztikailag kimutatható értékkel a nem válogatott társaikkal szemben ($28,46 \pm 4,71$).

Vizsgált területek	Válogatott		Nem válogatott		t	p
	Átlag	Szórás	Átlag	Szórás		
Kognitív szorongás	15,51	5,15	17,27	4,72	-1,607	0,112
Szomatikus szorongás	13,88	3,92	15,12	4,18	-1,388	0,169
Önbizalom	28,46	4,71	24,49	4,55	3,882	0,000*

35. táblázat: A válogatott (férfi és női) és nem válogatott (férfi és női) sportolók mérkőzés előtti önértékelési kérdőív eredményeinek összehasonlítása kétmintás t-próbával

A válogatott és nem válogatott sportolókat az *Önbizalom* alskálához tartozó kérdésekre adott válaszok alapján ($F(1,2)=15,066$; $p=<,001$) tudtuk megkülönböztetni a bevált kézilabdázók válaszai alapján.

Vizsgált területek	Válogatott		Nem válogatott							
	Átlag	Szórás	Átlag	Szórás	Wilks' Lambda	F	df1	df2	Sig.	Function
Önbizalom	28,46	4,71	24,48	4,55	0,842	15,066	1	80	<,001	0,975
Kognitív szorongás	15,51	5,15	17,26	4,72	0,969	2,583	1	80	0,112	-0,404
Szomatikus szorongás	13,87	3,92	15,12	4,18	0,976	1,927	1	80	0,169	-0,349

36. táblázat: A válogatott (férfi és női) és nem válogatott (férfi és női) sportolók mérkőzés előtti önértékelési kérdőív eredményeinek elemzése diszkriminancia analízissel

A teljes férfi és női minta esetében minden alskálához tartozó kérdéscsoport esetében szignifikáns különbséget találtunk: *Kognitív szorongás* ($t=-5,207$; $p=0,000$), *Szomatikus szorongás* ($t=-4,081$, $p=0,000$), *Önbizalom* ($t=3,913$, $p=0,000$). A két nem esetében a nők válaszai magasabb értékkel rendelkeztek a *Kognitív szorongás* ($18,950 \pm 4,830$) és a *Szomatikus szorongás* ($16,225 \pm 4,098$) esetében, míg a férfiak az *Önbizalom* válaszoknál ($28,42 \pm 4,74$) rendelkeztek magasabb értékkel.

Vizsgált területek	Férfi		Női		t	p
	Átlag	Szórás	Átlag	Szórás		
Kognitív szorongás	13,95	3,82	18,95	4,83	-5,207	0,000*
Szomatikus szorongás	12,85	3,35	16,22	4,09	-4,081	0,000*
Önbizalom	28,42	4,74	24,42	4,50	3,913	0,000*

37. táblázat: Férfi (válogatott és nem válogatott) és női (válogatott és nem válogatott) sportolók mérkőzés előtti önértékelési kérdőív eredményeinek összehasonlítása kétmintás t-próbával

Amennyiben a két minta közti legfőbb különbségeket vizsgáljuk, a két csoport között a legerősebb különbséget a *Kognitív szorongás* faktor jelentette ($F(1,2)=27,114$, $p<,001$) a női kézilabdázók magasabb értékű válaszai alapján. Szintén a nők javára tudtuk megkülönböztetni a nemeket a *Szomatikus szorongás* faktor alapján ($F(1,2)=16,656$; $p<,001$), míg a harmadik megkülönböztető tényező a férfiak javára az *Önbizalom* faktor volt ($F(1,2)=15,309$; $p<,001$).

Vizsgált területek	Férfi		Nő							
	Átlag	Szórás	Átlag	Szórás	Wilks' Lambda	F	df1	df2	Sig.	Function
Kognitív szorongás	13,95	3,82	18,95	4,83	0,747	27,114	1	80	<,001	0,956
Szomatikus szorongás	12,85	3,35	16,22	4,09	0,828	16,656	1	80	<,001	0,75
Önbizalom	28,42	4,74	24,4	4,50	0,839	15,309	1	80	<,001	-0,719

38. táblázat: Férfi (válogatott és nem válogatott) és női (válogatott és nem válogatott) sportolók mérkőzés előtti önértékelési kérdőív eredményeinek vizsgálata diszkriminancia analízissel

4.7. A környezeti hatások vizsgálata az edzői bánásmód kapcsán

Az edzői bánásmód kapcsán arra voltunk kíváncsiak, hogy a sportolók teljesítményét mennyiben befolyásolja az edzők által alkalmazott bánásmód, valamint hogy a kézilabdázók milyen tapasztalatokkal rendelkeznek, és hogyan érznek az edzőjükkel kapcsolatban? A vizsgálat során alkalmazott kérdőívet teszteltük és megbízhatónak találtuk ($Cronbach-\alpha=0,893$).

A leíró statisztikai eredmények alapján a teljes mintára vonatkozólag a legerősebb tényezőket *Az edzőm biztat arra, hogy kérdezzek* ($5,72\pm1,55$), *Nyílt tudok lenni az edzőmmel, amíg a sportágam elkötelezettje vagyok* ($5,7\pm1,44$), *Nagyon bízom az edzőmben* ($5,7\pm1,39$) válaszok jelentették, míg a legkevesebb átlagértéket a *Nem tetszik az, ahogy az edzőm velem beszél* ($1,96\pm1,40$), *Mielőtt egy új módszert ajánlana az*

edzőm, megpróbálja megérteni, ahogyan én látom a dolgokat (3,84±1,81), és az Edzőm hallgat arra, hogy én hogyan szeretném csinálni a dolgokat (4,07±1,93) alkották.

Vizsgált területek	Átlag	Szórás	Minimum	Maximum
Az edzőm biztat arra, hogy kérdezzek.	5,72	1,55	2	7
Nyílt tudok lenni az edzőmmel, amíg sportágam elkötelezettje vagyok.	5,7	1,44	1	7
Nagyon bízom az edzőmben.	5,7	1,39	1	7
Az edzőm megbizonyosodott arról, hogy valójában megértem a sporttal kapcsolatos célokat és azt, hogy mit kell érte tennem.	5,68	1,36	1	7
Úgy érzem, az edzőm elfogad engem.	5,61	1,48	1	7
Az edzőm bízik a képességemben, hogy jól űzőm a sportot.	5,51	1,581	1	7
Az edzőm alapos és teljes válaszokat ad a kérdéseimre.	5,5	1,39	2	7
Úgy érzem az edzőm törődik velem, mint emberrel.	5,4	1,47	1	7
Úgy érzem, az edzőm megért engem.	5,13	1,53	1	7
Az edzőm jól kezeli az emberek érzelmeit.	4,95	1,43	1	7
Képes vagyok megosztani az érzéseimet az edzőmmel.	4,72	1,75	1	7
Úgy érzem, az edzőm biztosítja számomra a választás lehetőségét.	4,59	1,36	1	7
Az edzőm hallgat arra, hogy én hogyan szeretném csinálni a dolgokat.	4,07	1,93	1	7
Mielőtt egy új módszert ajánlana az edzőm, megpróbálja megérteni, ahogyan én látom a dolgokat.	3,84	1,81	1	7
Nem tetszik az, ahogy az edzőm velem beszél.	1,96	1,40	1	7

39. táblázat: A vizsgált sportolók teljes mintájára vonatkozó átlag és szórás értékek csökkenő sorrendiséggel a sportkörnyezeti kérdőív kapcsán az edzői bánásmód vonatkozásban

A férfi válogatott és nem válogatott sportolók válaszai alapján az *Edzőm megbizonyosodik arról, hogy valójában megértem a sporttal kapcsolatos célokat, és azt, hogy mit kell érte tennem* ($t=3,141$, $p=0,003$), *Az edzőm bízik a képességeimben, hogy jól űzőm a sportot* ($t=2,909$, $p=0,006$), *Úgy érzem, az edzőm biztosítja számomra a választás lehetőségét* ($t=2,182$, $p=0,035$) válaszok mutattak szignifikáns különbséget.

A válaszok során minden esetben a válogatott kézilabdázók válaszai rendelkeztek magasabb, statisztikailag kimutatható értékkel a nem válogatott társaikkal szemben.

Vizsgált területek	Férfi válogatott		Férfi nem válogatott		t	p
	Átlag	Szórás	Átlag	Szórás		
Úgy érzem, az edzőm biztosítja számomra a választás lehetőségét.	5,38	1,28	4,48	1,40	2,182	0,035*
Úgy érzem, az edzőm megért engem.	5,05	1,74	4,71	1,34	0,693	0,492
Nyílt tudok lenni az edzőmmel, amíg sportágam elkötelezettje vagyok.	5,62	1,74	5,05	1,20	1,235	0,224
Az edzőm bízik a képességemben, hogy jól űzöm a sportot.	6,14	1,27	5,05	1,16	2,909	0,006*
Úgy érzem, az edzőm elfogad engem.	5,95	1,39	5,24	1,33	1,693	0,098
Az edzőm megbizonyosodott arról, hogy valójában megértem a sporttal kapcsolatos célokat és azt, hogy mit kell érte tennem.	5,95	1,20	4,71	1,34	3,141	0,003*
Az edzőm biztat arra, hogy kérdezzek.	5,48	1,50	5,00	1,67	0,970	0,338
Nagyon bízom az edzőmben.	5,81	1,66	5,00	1,44	1,682	0,100
Az edzőm alapos és teljes válaszokat ad a kérdéseimre.	5,33	1,59	5,00	1,48	0,702	0,487
Az edzőm hallgat arra, hogy én hogyan szeretném csinálni a dolgokat.	4,52	1,94	4,86	1,52	-0,619	0,539
Az edzőm jól kezeli az emberek érzelmeit.	5,24	1,72	4,86	1,15	0,840	0,406
Úgy érzem az edzőm törődik velem, mint emberrel.	5,57	1,69	5,14	1,31	0,917	0,365
Nem tetszik az, ahogy az edzőm velem beszél.	2,10	1,57	2,43	1,72	-0,654	0,517
Mielőtt egy új módszert ajánlana az edzőm, megpróbálja megérteni, ahogyan én látom a dolgokat.	4,62	1,53	4,62	1,16	0,000	1,000
Képes vagyok megosztani az érzéseimet az edzőmmel.	4,71	2,10	4,48	1,40	0,432	0,668

40. táblázat: A válogatott és nem válogatott férfi sportolók sportkörnyezeti kérdőív edzői bánásmód eredményeinek összehasonlítása kétmintás t-próbával

A két csoport közti diszkriminancia elemzés esetén *Az edzőm megbizonyosodik arról, hogy valójában megértem a sporttal kapcsolatos célokat, és azt, hogy mit kell érte tennem* ($F(1,2)=9,869$, $p=0,003$) válasz volt a két csoport között a legerősebben megkülönböztető tényező, melyet *Az edzőm bízik a képességeimben, hogy jól űzöm a sportot* ($F(1,2)=8,464$; $p=0,006$) és az *Úgy érzem, az edzőm biztosítja számomra a választás lehetőségét* ($F(1,2)=4,763$; $p=0,035$) válaszok követték.

Vizsgált területek	Férfi válogatott		Férfi nem válogatott							
	Átlag	Szórás	Átlag	Szórás	Wilks' Lambda	F	df1	df2	Sig.	Function
Az edzőm megbizonyosodott arról, hogy valójában megértem a sporttal kapcsolatos célokat és azt, hogy mit kell értenem.	5,95	1,20	4,71	1,34	0,802	9,869	1	40	0,003	0,46
Az edzőm bízik a képességemben, hogy jól űzőm a sportot.	6,14	1,27	5,05	1,16	0,825	8,464	1	40	0,006	0,426
Úgy érzem, az edzőm biztosítja számomra a választás lehetőségét.	5,38	1,28	4,48	1,40	0,894	4,763	1	40	0,035	0,319

41. táblázat: A válogatott és nem válogatott férfi sportolók sportkörnyezeti kérdőív edzői bánásmód eredményeinek vizsgálata diszkriminancia analízissel

A női sportolók esetében a *Mielőtt egy új módszert ajánlana az edzőm, megpróbálja megérteni, ahogyan én látom a dolgokat* ($t=3,746$, $p=0,001$), *Az edzőm hallgat arra, hogy én hogyan szeretném csinálnia a dolgokat* ($t=3,179$, $p=0,003$), *Úgy érzem, az edzőm törődik velem, mint emberrel* ($t=2,042$; $p=0,048$) kérdésekre adott válaszokra vonatkozólag találtunk szignifikáns különbséget az eredmények értékelésekor.

Minden szignifikáns különbséget adó kérdés esetében a válogatott sportolók rendelkeztek magasabb átlagértékkel.

Vizsgált területek	Női válogatott		Női nem válogatott		t	p
	Átlag	Szórás	Átlag	Szórás		
Úgy érzem, az edzőm biztosítja számomra a választás lehetőségét.	4,45	1,50	4,00	0,85	1,162	0,252
Úgy érzem, az edzőm megért engem.	5,65	1,38	5,15	1,56	1,069	0,292
Nyílt tudok lenni az edzőmmel, amíg sportágam elkötelezettje vagyok.	6,25	0,96	5,90	1,55	0,856	0,397
Az edzőm bízik a képességemben, hogy jól űzőm a sportot.	5,80	2,04	5,05	1,53	1,312	0,197
Úgy érzem, az edzőm elfogad engem.	5,65	1,81	5,60	1,39	0,098	0,923
Az edzőm megbizonyosodott arról, hogy valójában megértem a sporttal kapcsolatos célokat és azt, hogy mit kell értenem.	6,20	1,39	5,90	1,02	0,775	0,443
Az edzőm biztat arra, hogy kérdezzek.	6,10	1,41	6,35	1,30	-0,581	0,565
Nagyon bízom az edzőmben.	6,00	1,17	6,00	1,17	0,000	1,000
Az edzőm alapos és teljes válaszokat ad a kérdéseimre.	6,05	1,27	5,65	0,98	1,108	0,275

Vizsgált területek	Női válogatott		Női nem válogatott		t	p
	Átlag	Szórás	Átlag	Szórás		
Az edzőm hallgat arra, hogy én hogyan szeretném csinálni a dolgokat.	4,30	2,00	2,55	1,43	3,179	0,003*
Az edzőm jól kezeli az emberek érzelmeit.	5,25	1,48	4,45	1,27	1,829	0,075
Úgy érzem az edzőm törődik velem, mint emberrel.	5,90	1,51	5,00	1,25	2,042	0,048*
Nem tetszik az, ahogy az edzőm velem beszél.	1,70	1,34	1,60	0,59	0,304	0,762
Mielőtt egy új módszert ajánlana az edzőm, megpróbálja megérteni, ahogyan én látom a dolgokat.	4,00	1,71	2,05	1,57	3,746	0,001*
Képes vagyok megosztani az érzéseimet az edzőmmel.	4,95	1,76	4,75	1,80	0,355	0,725

42. táblázat: A válogatott és nem válogatott női sportolók sportkörnyezeti kérdőív edzői bánásmód eredményeinek összehasonlítása kétmintás t-próbával

A csoportok közötti megkülönböztető jellemzőket a válogatottak véleménye alapján tudtuk meghatározni. A legerősebb különbséget adó válasz a *Mielőtt egy új módszert ajánlana az edzőm, megpróbálja megérteni, ahogyan én látom a dolgokat* ($F(1,2)=14,035$; $p<,001$) kérdésre adott válasz jelentette, majd *Az edzőm hallgat arra, hogy én hogyan szeretném csinálnia a dolgokat* ($F(1,2)=10,106$; $p=0,003$) és az *Úgy érzem, az edzőm törődik velem, mint emberrel* ($F(1,2)=4,171$; $p=0,048$) kérdésekre adott válaszok következtek a sorrendiségben a válogatott kézilabdázók véleménye alapján.

Vizsgált területek	Női válogatott		Női nem válogatott							
	Átlag	Szórás	Átlag	Szórás	Wilks' Lambda	F	df1	df2	Sig.	Function
Mielőtt egy új módszert ajánlana az edzőm, megpróbálja megérteni, ahogyan én látom a dolgokat.	4	1,71	2,05	1,57	0,73	14,035	1	38	<,001	0,608
Az edzőm hallgat arra, hogy én hogyan szeretném csinálni a dolgokat.	4,3	2,00	2,55	1,43	0,79	10,106	1	38	0,003	0,516
Úgy érzem az edzőm törődik velem, mint emberrel.	5,9	1,51	5	1,25	0,901	4,171	1	38	0,048	0,331

43. táblázat: A válogatott és nem válogatott női sportolók sportkörnyezeti kérdőív edzői bánásmód eredményeinek vizsgálata diszkriminancia analízissel

A válogatottak (férfiak és nők) és a nem válogatottak (férfiak és nők) együttes válaszait értékelve öt kérdés esetében találtunk szignifikáns különbséget a válogatott kézilabdázók válaszaival alapján. Ezek az *Edzőm bízik a képességeimben, hogy jól űzőm a*

sportot ($t=2,760$; $p=0,007$), az *Edzőm megbizonyosodik arról, hogy valójában megértem a sporttal kapcsolatos célokat, és azt, hogy mit kell tennem érte* ($t=2,698$; $p=0,009$), *Mielőtt egy új módszert ajánlana az edzőm, megpróbálja megérteni, ahogyan én látom a dolgokat* ($t=2,444$; $p=0,0179$), *Úgy érzem az edzőm biztosítja számomra a választás lehetőségét* ($t=2,335$; $p=0,022$) és *Úgy érzem az edzőm törődik velem, mint emberrel* ($t=2,065$; $p=0,042$) voltak.

Minden esetben a válogatott kézilabdázók válaszai voltak szignifikánsan magasabbak.

Vizsgált területek	Válogatott		Nem válogatott		t	p
	Átlag	Szórás	Átlag	Szórás		
Úgy érzem, az edzőm biztosítja számomra a választás lehetőségét.	4,93	1,45	4,24	1,17	2,335	0,022*
Úgy érzem, az edzőm megért engem.	5,34	1,59	4,93	1,45	1,231	0,222
Nyílt tudok lenni az edzőmmel, amíg sportágam elkötelezettje vagyok.	5,93	1,43	5,46	1,43	1,461	0,148
Az edzőm bízik a képességemben, hogy jól űzöm a sportot.	5,98	1,68	5,05	1,34	2,760	0,007*
Úgy érzem, az edzőm elfogad engem.	5,80	1,60	6,07	1,29	1,190	0,238
Az edzőm megbizonyosodott arról, hogy valójában megértem a sporttal kapcsolatos célokat és azt, hogy mit kell tennem.	6,07	1,29	5,29	1,32	2,698	0,009*
Az edzőm biztat arra, hogy kérdezzek.	5,78	1,47	5,66	1,63	0,354	0,724
Nagyon bízom az edzőmben.	5,90	1,42	5,49	1,34	1,354	0,180
Az edzőm alapos és teljes válaszokat ad a kérdéseimre.	5,68	1,47	5,32	1,29	1,195	0,236
Az edzőm hallgat arra, hogy én hogyan szeretném csinálni a dolgokat.	4,41	1,94	3,73	1,87	1,618	0,109
Az edzőm jól kezeli az emberek érzelmeit.	5,24	1,59	4,66	1,21	1,870	0,065
Úgy érzem az edzőm törődik velem, mint emberrel.	5,73	1,59	5,07	1,27	2,065	0,042*
Nem tetszik az, ahogy az edzőm velem beszél.	1,90	1,46	2,02	1,35	-0,392	0,696
Mielőtt egy új módszert ajánlana az edzőm, megpróbálja megérteni, ahogyan én látom a dolgokat.	4,32	1,63	3,37	1,88	2,444	0,017*
Képes vagyok megosztani az érzéseimet az edzőmmel.	4,83	1,92	4,61	1,59	0,563	0,575

44. táblázat: A válogatott (férfi és női) és nem válogatott (férfi és női) sportolók sportkörnyezeti kérdőív edzői bánásmód eredményeinek összehasonlítása kétmintás t-próbával.

A két csoport közti különbségek vizsgálata során a válogatott sportolók véleménye alapján alakult ki a sorrend a két minta között. Ezek alapján a legerősebb megkülönböztető válasz az *Edzőm bízik a képességeimben, hogy jól űzöm a sportot* ($F(1,2)=7,62$; $p=0,007$), majd az *Edzőm megbizonyosodik arról, hogy valójában*

megértem a sporttal kapcsolatos célokat, és azt, hogy mit kell tennem érte (F (1,2)=7,278; p=0,009), *Mielőtt egy új módszert ajánlana az edzőm, megpróbálja megérteni, ahogyan én látom a dolgokat* (F (1,2)=5,974; p=0,017) és *Úgy érzem az edzőm biztosítja számomra a választás lehetőségét* (F 1,2=5,45 p=0,022) válaszok voltak. A legkevésbé megkülönböztető válasz a két csoport között az *Úgy érzem az edzőm törődik velem, mint emberrel* (F (1,2)=4,263; p=0,042) mutatkozott.

Vizsgált területek	Válogatott		Nem válogatott							
	Átlag	Szórás	Átlag	Szórás	Wilks' Lambda	F	df1	df2	Sig.	Function
Az edzőm bízik a képességemben, hogy jól űzőm a sportot.	5,98	1,68	5,05	1,34	0,913	7,62	1	80	0,007	0,598
Az edzőm megbizonyosodott arról, hogy valójában megértem a sporttal kapcsolatos célokat és azt, hogy mit kell érte tennem.	6,07	1,29	5,29	1,32	0,917	7,278	1	80	0,009	0,584
Mielőtt egy új módszert ajánlana az edzőm, megpróbálja megérteni, ahogyan én látom a dolgokat.	4,32	1,63	3,37	1,88	0,931	5,974	1	80	0,017	0,529
Úgy érzem, az edzőm biztosítja számomra a választás lehetőségét.	4,93	1,45	4,24	1,17	0,936	5,45	1	80	0,022	0,505
Úgy érzem az edzőm törődik velem, mint emberrel.	5,73	1,59	5,07	1,27	0,949	4,263	1	80	0,042	0,447

45. táblázat: A válogatott (férfi és női) és nem válogatott (férfi és női) sportolók sportkörnyezeti kérdőív edzői bánásmód eredményeinek vizsgálata diszkriminancia analízissel

A két nem közti különbségek kapcsán nyolc esetben találtunk szignifikáns különbséget: *Mielőtt egy új módszert ajánlana az edzőm, megpróbálja megérteni, ahogyan én látom a dolgokat* (t=4,402; p=0,000), *Az edzőm hallgat arra, hogy én hogyan szeretném csinálni a dolgokat* (t=3,125; p=0,002), *Úgy érzem, az edzőm biztosítja számomra a választás lehetőségét* (t=2,409, p=0,018), *Nem tetszik, ahogy az edzőm beszél velem* (t=2,015; p=0,047), *Az edzőm bíztat arra, hogy kérdezzek* (t=-3,024; p=0,003), *Az edzőm megbizonyosodik arról, hogy valójában megértem a sporttal kapcsolatos célokat, és azt, hogy mit kell érte tennem* (t=-2,459; p=0,016), *Nyílt tudok*

lenni az edzőmmel, amíg a sportágam elkötelezettje vagyok ($t=-2,388$; $p=0,019$), valamint az *Edzőm alapos és teljes válaszokat ad a kéréseimre* ($t=-2,282$; $p=0,025$) válaszok esetében volt kimutatható különbség a két minta között.

A férfiak és a nők válaszai is négy-négy esetben tükröztek statisztikailag kimutatható különbséget. A férfiak esetében a *Mielőtt egy új módszert ajánlana az edzőm, megpróbálja megérteni, ahogyan én látom a dolgokat* ($4,62 \pm 1,34$), *Az edzőm hallgat arra, hogy én hogyan szeretném csinálni a dolgokat* ($4,69 \pm 1,73$), *Úgy érzem, az edzőm biztosítja számomra a választás lehetőségét* ($4,93 \pm 1,40$), és *Nem tetszik, ahogy az edzőm beszél velem* ($2,26 \pm 1,63$) válaszok alapján volt kimutatható a különbség.

A nők esetében *Az edzőm biztat arra, hogy kérdezzek* ($6,23 \pm 1,34$), *Az edzőm megbizonyosodik arról, hogy valójában megértem a sporttal kapcsolatos célokat és azt, hogy mit kell érte tennem* ($6,05 \pm 1,21$), *Nyílt tudok lenni az edzőmmel, amíg a sportágam elkötelezettje vagyok* ($6,08 \pm 1,28$), valamint az *Edzőm alapos és teljes válaszokat ad a kéréseimre* ($5,85 \pm 1,14$) válaszok alapján volt különbség a nők javára.

Vizsgált területek	Férfi		Női		t	p
	Átlag	Szórás	Átlag	Szórás		
Úgy érzem, az edzőm biztosítja számomra a választás lehetőségét.	4,93	1,40	4,23	1,23	2,409	0,018*
Úgy érzem, az edzőm megért engem.	4,88	1,54	5,40	1,48	-1,549	0,125
Nyílt tudok lenni az edzőmmel, amíg sportágam elkötelezettje vagyok.	5,33	1,50	6,08	1,28	-2,388	0,019*
Az edzőm bízik a képességemben, hogy jól űzőm a sportot.	5,60	1,32	5,43	1,82	0,485	0,629
Úgy érzem, az edzőm elfogad engem.	5,60	1,39	5,63	1,59	-0,090	0,929
Az edzőm megbizonyosodott arról, hogy valójában megértem a sporttal kapcsolatos célokat és azt, hogy mit kell érte tennem.	5,33	1,40	6,05	1,21	-2,459	0,016*
Az edzőm biztat arra, hogy kérdezzek.	5,24	1,59	6,23	1,34	-3,024	0,003*
Nagyon bízom az edzőmben.	5,40	1,59	6,00	1,08	-1,967	0,053
Az edzőm alapos és teljes válaszokat ad a kérdéseimre.	5,17	1,52	5,85	1,14	-2,282	0,025*
Az edzőm hallgat arra, hogy én hogyan szeretném csinálni a dolgokat.	4,69	1,73	3,43	1,93	3,125	0,002*
Az edzőm jól kezeli az emberek érzelmeit.	5,05	1,46	4,85	1,42	0,619	0,538
Úgy érzem az edzőm törődik velem, mint emberrel.	5,36	1,51	5,45	1,44	-0,284	0,777
Nem tetszik az, ahogy az edzőm velem beszél.	2,26	1,63	1,65	1,02	2,015	0,047*
Mielőtt egy új módszert ajánlana az edzőm, megpróbálja megérteni, ahogyan én látom a dolgokat.	4,62	1,34	3,03	1,90	4,402	0,000*
Képes vagyok megosztani az érzéseimet az edzőmmel.	4,60	1,76	4,85	1,76	-0,653	0,515

46. táblázat: Férfi (válogatott és nem válogatott) és női (válogatott és nem válogatott) sportolók sportkörnyezeti kérdőív edzői bánásmód eredményeinek összehasonlítása kétmintás t-próbával

A két csoport között a legerősebb különbséget a két nem között a férfiak válaszai alapján a *Mielőtt egy új módszert ajánlana az edzőm, megpróbálja megérteni, hogyan én látom a dolgokat* ($F_{1,2}=19,382$; $p<,001$) válasz jelentette. A második legerősebb különbség is a férfiak véleményét tükrözte inkább, *Az edzőm hallgat arra, hogy én hogyan szeretném csinálni a dolgokat* ($F_{1,2}=9,767$; $p=0,002$), míg a női válaszok alapján *Az edzőm biztat arra, hogy kérdezzek* ($F_{1,2}=9,143$; $p=0,003$) kérdésre adott válasz mutatta a harmadik legerősebb különbséget a két csoport között. A férfiak és nők között a legkisebb különbséggel a *Nem tetszik, ahogy az edzőm beszél velem* ($F_{1,2}$; $p=0,047$) kérdésre adott válasz adta.

Vizsgált területek	Férfi		Női							
	Átlag	Szórás	Átlag	Szórás	Wilks' Lambda	F	df1	df2	Sig.	Function
Mielőtt egy új módszert ajánlana az edzőm, megpróbálja megérteni, hogyan én látom a dolgokat.	4,62	1,34	3,03	1,90	0,805	19,382	1	80	<,001	-0,43
Az edzőm hallgat arra, hogy én hogyan szeretném csinálni a dolgokat.	4,69	1,73	3,43	1,93	0,891	9,767	1	80	0,002	-0,305
Az edzőm biztat arra, hogy kérdezzek.	5,24	1,59	6,23	1,34	0,897	9,143	1	80	0,003	0,295
Az edzőm megbizonyosodott arról, hogy valójában megértem a sporttal kapcsolatos célokat és azt, hogy mit kell értenem.	5,33	1,40	6,05	1,21	0,93	6,046	1	80	0,016	0,24
Úgy érzem, az edzőm biztosítja számomra a választás lehetőségét.	4,93	1,40	4,23	1,23	0,932	5,805	1	80	0,018	-0,235
Nyílt tudok lenni az edzőmmel, amíg sportágam elkötelezettje vagyok.	5,33	1,50	6,08	1,28	0,933	5,702	1	80	0,019	0,233
Az edzőm alapos és teljes válaszokat ad a kérdéseimre.	5,17	1,52	5,85	1,14	0,939	5,209	1	80	0,025	0,223
Nem tetszik az, ahogy az edzőm velem beszél.	2,26	1,63	1,65	1,02	0,952	4,058	1	80	0,047	-0,197

47. táblázat: Férfi (válogatott és nem válogatott) és női (válogatott és nem válogatott) sportolók sportkörnyezeti kérdőív edzői bánásmód eredményeinek vizsgálata diszkriminancia analízissel

4.8. A környezeti tényezők vizsgálata a szülői támogatás kapcsán

A vizsgálat ezen részében arra voltunk kíváncsiak, hogy a sportolók és a szülők között milyen minőségű a kapcsolat a sporttevékenységükkel kapcsolatosan. A szülői támogatás és bátorítás, valamint a szülők megfelelő szintű részvétele az adott sportágban segíthetik a kézilabdázók eredményességét a pályafutásuk ideje alatt, valamint segítséget is nyújthatnak számukra a sporttal kapcsolatos döntéseikben is. A vizsgálat során alkalmazott kérdőívet megbízhatónak találtuk (*Cronbach-alfa*=0,914).

A leíró statisztika eredményei alapján a válaszadók legerősebb értékkel az *Úgy érzem, hogy a szüleim megteremtik a lehetőségét annak, hogy versenyszerűen sportoljak* ($6,63 \pm 1,04$), *Úgy gondolom, hogy a szüleim megértik, hogy miért sportolok* ($6,62 \pm 0,91$), *A szüleim szerint megvannak a megfelelő képességeim a sportoláshoz* ($6,59 \pm 0,75$) válaszokat jelölték meg, míg a legkevésbé fontos tényezőknek a *Szüleim segítenek abban, hogy megértsem, miért van szükségem a versenyszerű sportra* ($5,74 \pm 1,60$), *A szüleim válaszolnak a kérdéseimre, ami a versenyszerű sporttal kapcsolatos* ($5,79 \pm 1,34$) és a *Megbízom a szüleim tanácsaiban a sporttal kapcsolatban* ($5,98 \pm 1,43$) válaszokat adták meg a kézilabdázók.

Vizsgált területek	Átlag	Szórás	Minimum	Maximum
Úgy érzem, hogy a szüleim megteremtik a lehetőségét annak, hogy versenyszerűen sportoljak.	6,63	1,04	1	7
Úgy gondolom, hogy a szüleim megértik, hogy miért sportolok versenyszerűen.	6,62	0,91	3	7
A szüleim szerint megvannak a megfelelő képességeim a sportoláshoz.	6,59	0,75	4	7
Úgy érzem, megoszthatom azokat a tapasztalataimat, élményeimet a szüleimmel, melyek a versenyszerű sportolással kapcsolatos	6,54	1,04	2	7
A szüleim bátorítanak arra, hogy versenyszerűen sportoljak.	6,51	0,89	3	7
A szüleim hallgatnak rám a versenyszerű sporttal kapcsolatban.	6,35	0,99	2	7
Tudok beszélgetni a szüleimmel a versenysportról.	6,35	1,18	2	7
A szüleimet foglalkoztatja a sport, amit űzök.	6,33	1,33	2	7
A szüleim megdicsérnek, mikor versenyszerűen sportolok.	6,05	1,36	1	7
Megbízom a szüleim tanácsaiban a sporttal kapcsolatban.	5,98	1,43	2	7
A szüleim válaszolnak a kérdéseimre, ami a versenyszerű sporttal kapcsolatos.	5,79	1,34	2	7
A szüleim segítenek abban, hogy megértsem, miért van szükségem a versenyszerű sportra.	5,74	1,60	1	7

48. táblázat: A vizsgált sportolók teljes mintájára vonatkozó átlag és szórás értékek csökkenő sorrendiséggel az Észlelt szülői autonómiatámogatás kapcsán

A válogatott és nem válogatott férfi minta eredményei vonatkozásában kilenc esetben találtunk statisztikailag igazolható különbséget a két csoport között. Ezek a *Tudok beszélni a szüleimmel a versenysportról* ($t=3,508$; $p=0,001$), *Úgy érzem, megoszthatom azokat a tapasztalataimat, élményeimet a szüleimmel, amelyek a versenyszerű sportolással kapcsolatos* ($t=3,302$; $p=0,002$), *A szüleim megdicsérnek, mikor versenyszerűen sportolok* ($t=3,146$; $p=0,003$), *A szüleim hallgatnak rám a versenyszerű sporttal kapcsolatban* ($t=3,093$; $p=0,004$), *A szüleim szerint megvannak a megfelelő képességeim a sportoláshoz* ($t=3,040$; $p=0,004$), *A szüleim bátorítanak arra, hogy versenyszerűen sportoljak* ($t=2,639$; $p=0,012$), *A szüleimet foglalkoztatja a sport, amit űzök* ($t=2,611$; $p=0,013$), *Úgy gondolom, hogy a szüleim megértik, hogy miért sportolok* ($t=2,572$; $p=0,014$) és az *Úgy érzem, hogy a szüleim megteremtik a lehetőséget annak, hogy versenyszerűen sportoljak* ($t=2,557$; $p=0,014$) voltak.

A különbséget minden esetben a válogatott férfi kézilabdázók véleménye alapján tudtuk megállapítani az alábbi eredmények alapján.

Vizsgált területek	Férfi válogatott		Férfi nem válogatott		t	p
	Átlag	Szórás	Átlag	Szórás		
Úgy érzem, hogy a szüleim megteremtik a lehetőségét annak, hogy versenyszerűen sportoljak.	6,95	0,21	6,24	1,26	2,557	0,014*
Úgy gondolom, hogy a szüleim megértik, hogy miért sportolok versenyszerűen.	6,90	0,30	6,10	1,41	2,572	0,014*
A szüleim szerint megvannak a megfelelő képességeim a sportoláshoz.	6,86	0,35	6,10	1,09	3,040	0,004*
A szüleim bátorítanak arra, hogy versenyszerűen sportoljak.	6,76	0,53	6,05	1,11	2,639	0,012*
A szüleim hallgatnak rám a versenyszerű sporttal kapcsolatban.	6,76	0,53	5,95	1,07	3,093	0,004*
A szüleim megdicsérnek, mikor versenyszerűen sportolok.	6,71	0,56	5,57	1,56	3,146	0,003*
Tudok beszélgetni a szüleimmel a versenysportról.	6,95	0,21	6,00	1,22	3,508	0,001*
A szüleim segítenek abban, hogy megértsem, miért van szükségem a versenyszerű sportra.	5,81	1,86	5,33	1,42	0,931	0,357
A szüleim válaszolnak a kérdéseimre, ami a versenyszerű sporttal kapcsolatos.	6,00	1,30	5,48	1,12	1,395	0,171
A szüleimet foglalkoztatja a sport, amit űzök.	6,67	0,65	5,62	1,71	2,611	0,013*
Úgy érzem, megoszthatom azokat a tapasztalataimat, élményeimet a szüleimmel, melyek a versenyszerű sportolással kapcsolatos.	6,86	0,35	5,95	1,20	3,302	0,002*
Megbízom a szüleim tanácsaiban a sporttal kapcsolatban.	6,43	1,24	5,90	1,22	1,375	0,177

49. táblázat: A válogatott és nem válogatott férfi sportolók Észlelt szülői autonómiatámogatás kérdőív eredményeinek összehasonlítása kétmintás t-próbával

A két csoport közti legerősebb különbségek a diszkriminancia analízis eredményei alapján a *Tudok beszélni a szüleimmel a versenysportról* ($F(1,2)=12,308$; $p=0,001$), *Úgy érzem, megoszthatom azokat a tapasztalataimat, élményeimet a szüleimmel, amelyek a versenyszerű sportolással kapcsolatos* ($F(1,2)=10,906$; $p=0,002$) és *A szüleim megdicsérnek, mikor versenyszerűen sportolok* ($F(1,2)=9,897$; $p=0,003$) válaszok alapján tudtuk megállapítani, míg a legkevésbé megkülönböztető az *Úgy érzem, a szüleim megteremtik a lehetőségét, hogy versenyszerűen sportoljak* ($F(1,2)=6,541$; $p=0,014$) válasz voltak, minden esetben a válogatott férfi kézilabdázók magasabb statisztikai értékeit tükrözve.

Vizsgált területek	Férfi válogatott		Férfi nem válogatott							
	Átlag	Szórás	Átlag	Szórás	Wilks' Lambda	F	df1	df2	Sig.	Function
Tudok beszélgetni a szüleimmel a versenysportról.	6,95	0,21	6,00	1,22	0,765	12,308	1	40	0,001	0,905
Úgy érzem, megoszthatom azokat a tapasztalataimat, élményeimet a szüleimmel, melyek a versenyszerű sportolással kapcsolatos	6,86	0,35	5,95	1,20	0,786	10,906	1	40	0,002	0,852
A szüleim megdicsérnek, mikor versenyszerűen sportolok.	6,71	0,56	5,57	1,56	0,802	9,897	1	40	0,003	0,811
A szüleim hallgatnak rám a versenyszerű sporttal kapcsolatban.	6,76	0,53	5,95	1,07	0,807	9,57	1	40	0,004	0,798
A szüleim szerint megvannak a megfelelő képességeim a sportoláshoz.	6,86	0,35	6,10	1,09	0,812	9,242	1	40	0,004	0,784
A szüleim bátorítanak arra, hogy versenyszerűen sportoljak.	6,76	0,53	6,05	1,11	0,852	6,966	1	40	0,012	0,681
A szüleimet foglalkoztatja a sport, amit űzök.	6,67	0,65	5,62	1,71	0,854	6,817	1	40	0,013	0,673
Úgy gondolom, hogy a szüleim megértik, hogy miért sportolok versenyszerűen.	6,90	0,30	6,10	1,41	0,858	6,613	1	40	0,014	0,663
Úgy érzem, hogy a szüleim megteremtik a lehetőségét annak, hogy versenyszerűen sportoljak.	6,95	0,21	6,24	1,26	0,859	6,541	1	40	0,014	0,66

50. táblázat A válogatott és nem válogatott férfi sportolók Észlelt szülői autonómiatámogatás kérdőív eredményeinek vizsgálata diszkriminancia analízissel

A válogatott és nem válogatott női minta eredményeinek feldolgozásakor a két csoport között nem találtunk szignifikáns különbséget, így diszkriminancia analízist sem végeztünk.

Vizsgált területek	Női válogatott		Női nem válogatott		t	p
	Átlag	Szórás	Átlag	Szórás		
Úgy érzem, hogy a szüleim megteremtik a lehetőséget annak, hogy versenyszerűen sportoljak.	6,85	0,36	6,50	1,57	0,969	0,339
Úgy gondolom, hogy a szüleim megértik, hogy miért sportolok versenyszerűen.	6,70	0,80	6,80	0,52	-0,467	0,643
A szüleim szerint megvannak a megfelelő képességeim a sportoláshoz.	6,75	0,55	6,65	0,58	0,556	0,582
A szüleim bátorítanak arra, hogy versenyszerűen sportoljak.	6,70	0,65	6,55	0,99	0,561	0,578
A szüleim hallgatnak rám a versenyszerű sporttal kapcsolatban.	6,25	1,29	6,45	0,82	-0,583	0,563
A szüleim megdicsérnek, mikor versenyszerűen sportolok.	6,30	1,17	5,60	1,63	1,555	0,128
Tudok beszélgetni a szüleimmel a versenysportról.	6,30	1,38	6,15	1,34	0,348	0,730
A szüleim segítenek abban, hogy megértsem, miért van szükségem a versenyszerű sportra.	5,75	1,61	6,10	1,51	-0,705	0,485
A szüleim válaszolnak a kérdéseimre, ami a versenyszerű sporttal kapcsolatos.	6,10	1,44	5,60	1,46	1,086	0,284
A szüleimet foglalkoztatja a sport, amit űzök.	6,85	0,67	6,20	1,60	1,667	0,104
Úgy érzem, megoszthatom azokat a tapasztalataimat, élményeimet a szüleimmel, melyek a versenyszerű sportolással kapcsolatos.	6,65	1,08	6,70	1,12	-0,143	0,887
Megbízom a szüleim tanácsaiban a sporttal kapcsolatban.	5,90	1,41	5,65	1,78	0,491	0,626

51. táblázat: A válogatott és nem válogatott női sportolók Észlelt szülői autonómiatámogatás kérdőív eredményeinek összehasonlítása kétmintás t-próbával

A válogatott (férfi és női) és nem válogatott (férfi és női) kézilabdázók összehasonlítása során hat esetben találtunk szignifikáns különbséget a vizsgált csoportok között.

A statisztikailag igazolható eltérést a két csoport között a *Szüleim megdicsérnek, mikor versenyszerűen sportolok* ($t=3,240$, $p=0,002$), a *Szüleimet foglalkoztatja a sport, amit űzök* ($t=3,042$; $p=0,003$), a *Szüleim szerint megvannak a megfelelő képességeim a sportoláshoz* ($t=2,745$; $p=0,007$), *Úgy érzem, hogy a szüleim megteremtik a lehetőséget*

annak, hogy versenyszerűen sportoljak ($t=2,383$; $p=0,020$), A szüleim bátorítanak arra, hogy versenyszerűen sportoljak ($t=2,285$; $p=0,025$), illetve Tudok beszélni a szüleimmel a versenysportról ($t=2,204$; $p=0,030$) válaszok alapján tudtuk megállapítani.

A szignifikáns különbséget adó magasabb értékek minden esetben a válogatott kézilabdázók nézeteit tükrözték.

Vizsgált területek	Válogatott		Nem válogatott		t	p
	Átlag	Szórás	Átlag	Szórás		
Úgy érzem, hogy a szüleim megteremtik a lehetőségét annak, hogy versenyszerűen sportoljak.	6,90	0,30	6,37	1,41	2,383	0,020*
Úgy gondolom, hogy a szüleim megértik, hogy miért sportolok versenyszerűen.	6,80	0,60	6,44	1,11	1,844	0,069
A szüleim szerint megvannak a megfelelő képességeim a sportoláshoz.	6,80	0,45	6,37	0,91	2,745	0,007*
A szüleim bátorítanak arra, hogy versenyszerűen sportoljak.	6,73	0,59	6,29	1,07	2,285	0,025*
A szüleim hallgatnak rám a versenyszerű sporttal kapcsolatban.	6,51	1,00	6,20	0,98	1,448	0,152
A szüleim megdicsérnek, mikor versenyszerűen sportolok.	6,51	0,92	5,59	1,58	3,240	0,002*
Tudok beszélgetni a szüleimmel a versenysportról.	6,63	1,01	6,07	1,27	2,204	0,030*
A szüleim segítenek abban, hogy megértsem, miért van szükségem a versenyszerű sportra.	5,78	1,72	5,71	1,50	0,20	0,838
A szüleim válaszolnak a kérdéseimre, ami a versenyszerű sporttal kapcsolatos.	6,05	1,35	5,54	1,28	1,75	0,084
A szüleimet foglalkoztatja a sport, amit űzök.	6,76	0,66	5,90	1,67	3,04	0,003*
Úgy érzem, megoszthatom azokat a tapasztalataimat, élményeimet a szüleimmel, melyek a versenyszerű sportolással kapcsolatos.	6,76	0,79	6,32	1,21	1,93	0,057
Megbízom a szüleim tanácsaiban a sporttal kapcsolatban.	6,17	1,34	5,78	1,50	1,23	0,219

52. táblázat: A válogatott (férfi és női) és nem válogatott (férfi és női) sportolók Észlelt szülői autonómiatámogatás kérdőív eredményeinek összehasonlítása kétmintás t-próbával

A két csoport közti különbségek esetében a legjelentősebb különbségeket a Szüleim megdicsérnek, mikor versenyszerűen sportolók ($F(1,2)=10,498$; $p=0,002$), a Szüleimet foglalkoztatja a sport, amit űzök ($F(1,2)=9,252$; $p=0,003$) és a Szüleim szerint megvannak a megfelelő képességeim a sportoláshoz ($F(1,2)=7,35$; $p=0,007$) válaszok alkották, míg a legkevésbé megkülönböztető a Tudok beszélgetni a szüleimmel a versenysportról ($F(1,2)=4,855$; $p=0,03$) kérdésre adott válaszokból kaptuk, minden esetben a válogatott kézilabdázók magasabb statisztikai értékét tükrözve.

Vizsgált területek	Válogatott		Nem válogatott							
	Átlag	Szórás	Átlag	Szórás	Wilks' Lambda	F	df1	df2	Sig.	Function
A szüleim megdicsérnek, mikor versenyszerűen sportolok.	6,51	0,92	5,59	1,58	0,884	10,498	1	80	0,002	0,719
A szüleimet foglalkoztatja a sport, amit űzők.	6,76	0,66	5,9	1,67	0,89	9,252	1	80	0,003	0,675
A szüleim szerint megvannak a megfelelő képességeim a sportoláshoz.	6,8	0,45	6,37	0,91	0,91	7,535	1	80	0,007	0,609
Úgy érzem, hogy a szüleim megteremtik a lehetőségét annak, hogy versenyszerűen sportoljak.	6,9	0,3	6,37	1,41	0,93	5,681	1	80	0,02	0,529
A szüleim bátorítanak arra, hogy versenyszerűen sportoljak.	6,73	0,59	6,29	1,07	0,93	5,222	1	80	0,025	0,507
Tudok beszélgetni a szüleimmel a versenysportról.	6,63	1,01	6,07	1,27		4,855	1	80	0,03	0,489

53. táblázat: A válogatott (férfi és női) és nem válogatott (férfi és női) sportolók észlelt szülői autonómiatámogatás kérdőív eredményeinek vizsgálata diszkriminancia analízissel

A férfi (válogatott és nem válogatott) és női (válogatott és nem válogatott) minta eredményeinek feldolgozásakor a két csoport között nem találtunk szignifikáns különbséget, így diszkriminancia analízist sem végeztünk.

Vizsgált területek	Férfi		Női		t	p
	Átlag	Szórás	Átlag	Szórás		
Úgy érzem, hogy a szüleim megteremtik a lehetőségét annak, hogy versenyszerűen sportoljak.	6,60	0,96	6,68	1,14	-0,342	0,733
Úgy gondolom, hogy a szüleim megértik, hogy miért sportolok versenyszerűen.	6,50	1,08	6,75	0,67	-1,246	0,216
A szüleim szerint megvannak a megfelelő képességeim a sportoláshoz.	6,48	0,89	6,70	0,56	-1,353	0,180
A szüleim bátorítanak arra, hogy versenyszerűen sportoljak.	6,40	0,93	6,63	0,83	-1,119	0,267
A szüleim hallgatnak rám a versenyszerű sporttal kapcsolatban.	6,36	0,93	6,35	1,07	0,032	0,974
A szüleim megdicsérnek, mikor versenyszerűen sportolok.	6,14	1,29	5,95	1,44	0,635	0,527
Tudok beszélgetni a szüleimmel a versenysportról.	6,48	0,99	6,23	1,34	0,963	0,338

Vizsgált területek	Férfi		Női		t	p
	Átlag	Szórás	Átlag	Szórás		
A szüleim segítenek abban, hogy megértsem, miért van szükségem a versenyszerű sportra.	5,57	1,65	5,93	1,55	-0,995	0,323
A szüleim válaszolnak a kérdéseimre, ami a versenyszerű sporttal kapcsolatos.	5,74	1,23	5,85	1,46	-0,376	0,708
A szüleimet foglalkoztatja a sport, amit űzők.	6,14	1,389	6,53	1,26	-1,302	0,197
Úgy érzem, megoszthatom azokat a tapasztalataimat, élményeimet a szüleimmel, melyek a versenyszerű sportolással kapcsolatos.	6,40	0,989	6,68	1,09	-1,174	0,244
Megbízom a szüleim tanácsaiban a sporttal kapcsolatban.	6,17	1,248	5,78	1,59	1,243	0,218

54. táblázat: Férfi (válogatott és nem válogatott) és női (válogatott és nem válogatott) sportolók Észlelt szülői autonómiatámogatás kérdőív eredményeinek összehasonlítása kétmintás t-próbával.

4.9. Az edző és sportoló kapcsolatának vizsgálata a sportoló szemszögén keresztül

Az edző és sportoló kapcsolatának vizsgálata során az volt a célunk, hogy feltérképezzük, hogy a sportoló milyennek látja az edzőjét, hogyan viszonyul hozzá az érzelem, valamint a viselkedés és elköteleződés szempontjából? A vizsgálat során alkalmazott kérdőívet megbízhatónak találtuk (*Cronbach-alfa*=0,904 – 0,823 – 0,836).

A leíró statisztikai elemzés során a legnagyobb átlagértékkel a *Közelség* alskála (24,18±4,65) rendelkezett. Ezt követték az *Edzői viselkedés/kiegészítés* (23,47±4,45) és az *Elköteleződés* alskálára adott válaszok (14,78±4,21).

Vizsgált területek	Átlag	Szórás	Minimum	Maximum
Közelség	24,18	4,65	4	28
Edzői viselkedés	23,47	4,45	4	28
Elköteleződés	14,78	4,21	3	21

55. táblázat: A vizsgált sportolók teljes mintájára vonatkozó átlag és szórás értékek csökkenő sorrendiséggel az Edző – sportoló kérdőív eredményei kapcsán

A válogatott és nem válogatott férfi kézilabdázók eredményeinek értékelése esetében a két csoport között minden alskála vonatkozásában szignifikáns különbségeket találtunk az alábbi értékkel (56. táblázat). *Elköteleződés* alskála ($t=4,157$; $p=0,000$), a *Közelség* alskála ($t=2,865$; $p=0,007$) és az *Edzői viselkedés* alskála ($t=2,615$; $p=0,013$).

A magasabb szignifikáns különbséget minden esetben a férfi válogatott kézilabdázók véleménye alapján tudtuk megállapítani.

Vizsgált területek	Férfi válogatott		Férfi nem válogatott		t	p
	Átlag	Szórás	Átlag	Szórás		
Elköteleződés	16,61	3,16	11,80	4,24	4,157	0,000*
Közelség	25,42	3,00	20,90	6,57	2,865	0,007*
Edzői viselkedés	24,23	3,59	20,14	6,21	2,615	0,013*

56. táblázat: A válogatott és nem válogatott férfi sportolók Edző – sportoló kérdőív eredményeinek összehasonlítása kétmintás t-próbával

A két csoport közötti különbségvizsgálat során az *Elköteleződés* alskálához tartozó kérdésekre adott válaszok különböztették meg a legjobban az adott mintát (F (1,2)=17,281; p=<,0010), melyet a *Közelség* alskála (F (1,2)=8,21; p=0,007) és az *Edzői viselkedés* alskála (F (1,2)=6,836; p=0,013) követett mindhárom esetben a válogatott kézilabdázók véleménye alapján.

Vizsgált területek	Válogatott		Nem válogatott						
	Átlag	Szórás	Átlag	Szórás	Wilks' Lambda	F	df1	Sig.	Function
Elköteleződés	16,61	3,16	11,80	4,24	0,698	17,281	1	<,001	0,955
Közelség	25,42	3,00	20,90	6,57	0,83	8,21	1	0,007	0,658
Edzői viselkedés	24,23	3,590	20,14	6,21	0,854	6,836	1	0,013	0,6

57. táblázat: A válogatott és nem válogatott férfi sportolók Edző – sportoló kérdőív eredményeinek vizsgálata diszkriminancia analízissel

A bevált és nem bevált női kézilabdázók válaszai esetében az alskálák között nem találtunk szignifikáns különbséget, így diszkriminancia analízist sem végeztünk.

Vizsgált területek	Női válogatott		Női nem válogatott		t	p
	Átlag	Szórás	Átlag	Szórás		
Elköteleződés	15,45	5,04	15,30	2,57	0,118	0,906
Közelség	25,40	4,03	25,10	2,24	0,291	0,773
Edzői viselkedés	25,35	2,92	24,30	2,15	1,293	0,204

58. táblázat: A válogatott és nem válogatott női sportolók Edző – sportoló kérdőív eredményeinek összehasonlítása kétmintás t-próbával

A válogatott (férfi és női) és nem válogatott (férfi és női) kézilabdázók válaszai esetében minden alskála esetében szignifikáns különbséget találtunk. Az *Elköteleződés*

alskálánál ($t=2,838$; $p=0,006$), a *Közelség* alskálánál ($t=2,470$; $p=0,016$), az *Edzői viselkedés* esetében ($t=2,756$; $p=0,007$) szignifikancia értékekkel.

Az eredménynek esetében minden esetben magasabb szignifikáns különbséget a válogatott kézilabdázók nézetei alapján tudtuk megállapítani

Vizsgált területek	Válogatott		Nem válogatott		t	p
	Átlag	Szórás	Átlag	Szórás		
Elköteleződés	16,05	4,17	13,51	3,91	2,838	0,006*
Közelség	25,41	3,50	22,95	5,34	2,470	0,016*
Edzői viselkedés	24,78	3,29	22,17	5,09	2,756	0,007*

59. táblázat: A válogatott (férfi és női) és nem válogatott (férfi és női) sportolók Edző - sportoló kérdőív eredményeinek összehasonlítása kétmintás t-próbával

A két csoport közti legjellemzőbb különbségeket is meg tudtuk határozni, amely szerint a legerősebb különbséget az *Elköteleződés* alskála ($F(1,2)=8,054$; $p=0,006$) válaszai alapján lehetett megállapítani. Ezt követte az *Edzői viselkedés* ($F(1,2)=7,594$; $p=0,007$), míg a legkevésbé megkülönböztető *Közelség* alskálára adott válaszok voltak ($F(1,2)=6,099$; $p=0,016$). A két csoportot minden esetben a válogatott sportolók véleménye alapján tudtuk megkülönböztetni, itt tapasztaltunk magasabb értékeket.

Vizsgált területek	Válogatott		Nem válogatott							
	Átlag	Szórás	Átlag	Szórás	Wilks'	F	df1	df2	Sig.	Function
Elköteleződés	16,04	4,17	13,51	3,91	0,909	8,054	1	80	0,006	0,907
Edzői viselkedés	24,78	3,29	22,17	5,09	0,913	7,594	1	80	0,007	0,881
Közelség	25,41	3,49	22,95	5,34	0,929	6,099	1	80	0,016	0,789

60. táblázat: A válogatott (férfi és női) és nem válogatott (férfi és női) sportolók Edző - sportoló kérdőív eredményeinek vizsgálata diszkriminancia analízissel

A három alskála összehasonlítása alkalmával a férfiak és a nők között az *Edzői viselkedés* ($t=-2,784$; $p=0,007$) és a *Közelség* alskála ($t=-2,066$; $p=0,042$) vizsgálata során találtunk igazolható szignifikáns különbséget. Az *Elköteleződés* esetében nem találtunk szignifikáns különbséget a válaszok értékelésekor.

Magasabb statisztikailag kimutatható különbséget a női válaszok alapján tudtuk megállapítani úgy, mint az *Edzői viselkedés* ($24,82 \pm 2,59$) és a *Közelség* ($25,25 \pm 3,22$) esetében.

Vizsgált területek	Férfi		Női		t	p
	Átlag	Szórás	Átlag	Szórás		
Elköteleződés	14,21	4,43	15,37	3,95	-1,249	0,215
Közelség	23,16	5,54	25,25	3,22	-2,066	0,042*
Edzői viselkedés	22,19	5,42	24,82	2,59	-2,784	0,007*

61. táblázat: Férfi (válogatott és nem válogatott) és női (válogatott és nem válogatott) sportolók Edző – sportoló kérdőív eredményeinek összehasonlítása kétmintás t-próbával

A nemek közti különbségek vizsgálatakor az *Edzői viselkedés* alskálára (F (1,2)=7,748; p=0,007) adott válaszok jelentik a legjelentősebb különbséget a férfiak és nők között, míg a második különbség a *Közelség* alskálára (F (1,2)=4,267; p=0,046) adott válaszok esetében jelent meg a női válaszok alapján.

Vizsgált területek	Férfi		Nő							
	Átlag	Szórás	Átlag	Szórás	Wilks' Lambda	F	df1	df2	Sig.	Function
Edzői viselkedés	22,19	5,42	24,82	2,59	0,912	7,748	1	80	0,007	0,953
Közelség	23,16	5,54	25,25	3,22	0,949	4,267	1	80	0,042	0,707

62. táblázat: Férfi (válogatott és nem válogatott) és női (válogatott és nem válogatott) sportolók Edző – sportoló kérdőív eredményeinek vizsgálata diszkriminancia analízissel

4.10. Az edzői viselkedés eredményei a sportolók nézetei alapján

A tételyeztetel való megküzdés és annak kezelése nagyban befolyásolja az eredményességet a sportban mind az edzői, mind a sportolói oldalon. A vizsgálattal arra voltunk kíváncsiak, hogy a sporttevékenység közbeni edzői magatartás (negatív reakció, támogató magatartás) milyen – főleg pszichés – hatással van a sporttevékenységet végző kézilabdázókra. A vizsgálat során alkalmazott kérdőívet a belső konzisztenciavizsgálat eredményei alapján megbízhatónak találtuk (*Cronbach-alfa*=0,901 – 0,822).

A leíró statisztika eredménye szerint a legnagyobb átlagérték a teljes mintára vonatkozólag az edzői *Támogatáshoz* kapcsolódó alskála kérdései esetében volt megfigyelhető (23,25+-3,88). A *Negatív reakció* alskála esetében ez az érték (11,6+-4,27) volt.

Vizsgált területek	Átlag	Szórás	Minimum	Maximum
Negatív reakció	11,60	4,27	7	25
Támogatás	23,25	3,88	12	32

63. táblázat: A vizsgált sportolók teljes mintájára vonatkozó átlag és szórás értékek csökkenő sorrendiséggel az Edzői viselkedés kérdőív kapcsán.

A válogatott és nem válogatott férfi kézilabdázók válaszai esetében az alsókálák között nem találtunk szignifikáns különbséget, így diszkriminancia analízist sem végeztünk.

Vizsgált területek	Férfi válogatott		Férfi nem válogatott		t	p
	Átlag	Szórás	Átlag	Szórás		
Negatív reakció	10,28	3,16	12,61	4,82	-1,854	0,071
Támogatás	24,95	4,82	22,95	2,78	1,646	0,108

64. táblázat: A válogatott és nem válogatott férfi sportolók Edzői viselkedés kérdőív eredményeinek összehasonlítása kétmintás t-próbával

A válogatott és nem válogatott női kézilabdázók válaszai esetében az alsókálák között szintén nem találtunk szignifikáns különbséget, így diszkriminancia analízist sem végeztünk.

Vizsgált területek	Női válogatott		Női nem válogatott		t	p
	Átlag	Szórás	Átlag	Szórás		
Negatív reakció	11,45	4,99	12,10	3,80	-0,462	0,646
Támogatás	23,05	4,43	22,00	2,63	0,911	0,368

65. táblázat: A válogatott és nem válogatott női sportolók Edzői viselkedés kérdőív eredményeinek összehasonlítása kétmintás t-próbával

A válogatott (férfi és női), valamint a nem válogatott (férfi és női) kézilabdázók válaszai esetében sem találtunk szignifikáns különbséget, így diszkriminancia analízist sem végeztünk.

Vizsgált területek	Válogatott		Nem válogatott		t	p
	Átlag	Szórás	Átlag	Szórás		
Negatív reakció	10,85	4,15	12,37	4,31	-1,618	0,110
Támogatás	24,02	4,67	22,49	2,72	1,818	0,073

66. táblázat: A válogatott (férfi és női) és nem válogatott (férfi és női) sportolók Edzői viselkedés kérdőív eredményeinek összehasonlítása kétmintás t-próbával

A férfi (válogatott és nem válogatott), valamint a női (válogatott és nem válogatott) minták eredményei esetében sem volt szignifikáns különbség, így diszkriminancia analízist sem végeztünk.

Vizsgált területek	Férfi		Női		t	p
	Átlag	Szórás	Átlag	Szórás		
Negatív reakció	11,45	4,19	11,77	4,39	-0,340	0,735
Támogatás	23,95	4,01	22,52	3,63	1,684	0,096

67. táblázat: Férfi (válogatott és nem válogatott) és női (válogatott és nem válogatott) sportolók Edzői viselkedés kérdőív eredményeinek összehasonlítása kétmintás t-próbával

4.11. A sportolói motiváció vizsgálat eredményeinek elemzése

A sportoló motivációja erőteljes hatással van a leadott teljesítményére. A motivált sportoló tovább fenn tudja tartani a magas szintű teljesítményét, illetve képes hatékonyabban szabályozni a sporttevékenység közbeni magatartását és viselkedését. A motivációs vizsgálattal feltérképeztük a kézilabdázók belső és külső motivációs bázisát. A vizsgálat során alkalmazott kérdőívet ebben az esetben is megbízhatónak találtuk (*Cronbach-alfa*=0,8 – 0,534 – 0,708 – 0,751 – 0,511 – 0,817 – 0,753).

A legnagyobb átlagértékkel az *Intrinzik szabályozás* területéhez tartozó *Kognitív intrinzik* szabályozás jelent meg (5,71±1,27). Ezt követte az *Integrált szabályozás* (5,06±1,44), majd az *Identifikált szabályozás* (4,91±1,53). A negyedik legnagyobb átlagérték az *Effektív intrinzik szabályozás* esetében volt (4,80±1,51), majd az *Introjektált szabályozás* (4,71±1,56) következett. A *Külső szabályozás* az ötödik (1,91±1,25), míg az *Amotiváció* (M=1,58±0,98) a hatodik legmagasabb értékkel rendelkezett az elemzés során.

Vizsgált területek	Átlag	Szórás	Minimum	Maximum
Kognitív intrinzik szabályozás	5,71	1,27	1,67	7
Integrált szabályozás	5,06	1,44	1,5	7
Identifikált szabályozás	4,91	1,53	1,33	7
Effektív intrinzik szabályozás	4,80	1,51	1,33	7
Introjektált szabályozás	4,71	1,56	1	7
Külső szabályozás	1,91	1,25	1	5,67
Amotiváció	1,58	0,98	1	7

68. táblázat: A vizsgált sportolók teljes mintájára vonatkozó átlag és szórás értékek csökkenő sorrendiséggel a Sportolói motiváció kérdőív kapcsán

A válogatott és nem válogatott férfi sportolók esetében a *Kognitív intrinzik szabályozás* ($t=3,428$; $p=0,001$), az *Effektív intrinzik szabályozás* ($t=3,255$, $p=0,002$), azt *Amotiváció* ($t=-2,873$; $p=0,006$), az *Integrált szabályozás* ($t=2,775$, $p=0,008$), a *Külső szabályozás* ($t=-2,358$; $p=0,023$), az *Identifikált szabályozás* ($t=2,220$; $p=0,032$) esetében találtunk szignifikáns különbséget.

A válogatott sportolók esetében szignifikánsan magasabb értéket mutatott a *Kognitív intrinzik* (6,20±0,90), az *Effektív intrinzik* (5,39±1,36), az *Integrált szabályozás* (5,40±1,45), valamint az *Identifikált szabályozás* (5,34±1,42) szemben a nem válogatott férfiakéval.

Vizsgált területek	Férfi válogatott		Férfi nem válogatott		t	p
	Átlag	Szórás	Átlag	Szórás		
Effektív intrinzik szabályozás	5,39	1,36	3,98	1,44	3,255	0,002*
Kognitív intrinzik szabályozás	6,20	0,90	4,79	1,65	3,428	0,001*
Integrált szabályozás	5,40	1,45	4,14	1,49	2,775	0,008*
Identifikált szabályozás	5,34	1,42	4,28	1,67	2,220	0,032*
Introjektált szabályozás	4,83	1,67	4,07	1,63	1,490	0,144
Külső szabályozás	1,60	0,90	2,53	1,57	-2,358	0,023*
Amotiváció	1,22	0,63	2,20	1,43	-2,873	0,006*

69. táblázat: A válogatott és nem válogatott férfi sportolók Sportolói motiváció kérdőív eredményeinek összehasonlítása kétmintás t-próbával

A két csoport között a diszkriminatív különbséget a *Kognitív intrinzik szabályozás* jelentette ($F(1,2)=11,752$; $p=0,001$). A második legerősebb különbség az *Effektív intrinzik szabályozás* esetében volt megfigyelhető ($F(1,2)=10,592$, $p=0,002$) mindkét esetben a válogatott kézilabdázók javára. A harmadik legerősebb különbség az *Amotiváció* esetében jelentkezett ($F(1,2)=8,252$; $p=0,006$), ebben az esetben a nem válogatott kézilabdázók válaszai alapján. A legkevésbé megkülönböztető változó a két csoport között az *Identifikált szabályozás* ($F(1,2)=4,928$; $p=0,032$) volt.

Vizsgált területek	Férfi válogatott		Nem válogatott férfi							
	Átlag	Szórás	Átlag	Szórás	Wilks' Lambda	F	df1	df2	Sig.	Function
Kognitív intrinzik szabályozás	6,20	0,90	4,79	1,65	0,773	11,752	1	40	0,001	-0,764
Effektív intrinzik szabályozás	5,39	1,36	3,98	1,44	0,791	10,592	1	40	0,002	-0,725
Amotiváció	1,22	0,63	2,20	1,43	0,829	8,252	1	40	0,006	0,64
Integrált szabályozás	5,40	1,45	4,14	1,49	0,839	7,698	1	40	0,008	-0,618
Külső szabályozás	1,60	0,90	2,53	1,57	0,878	5,561	1	40	0,023	0,525
Identifikált szabályozás	5,34	1,42	4,28	1,67	0,89	4,928	1	40	0,032	-0,495

70. táblázat: A válogatott és nem válogatott férfi sportolók Sportolói motiváció kérdőív eredményeinek vizsgálata diszkriminancia analízissel

A női válogatott és nem válogatott minta eredményeinek elemzése során három esetben találtunk szignifikáns különbséget az *Effektív intrinzik szabályozás* ($t=3,793$, $p=0,001$), az *Integrált szabályozás* ($t=2,538$, $p=0,015$) és a *Kognitív intrinzik szabályozás* ($t=2,505$; $p=0,017$) esetében.

A szignifikáns különbségek minden esetben válogatott sportolók nézetei alapján alakultak ki.

Vizsgált területek	Női válogatott		Női nem válogatott		t	p
	Átlag	Szórás	Átlag	Szórás		
Effektív intrinzik szabályozás	5,70	1,40	4,16	1,13	3,793	0,001*
Kognitív intrinzik szabályozás	6,30	0,84	5,60	0,92	2,505	0,017*
Integrált szabályozás	5,82	1,21	4,90	1,08	2,539	0,015*
Identifikált szabályozás	5,25	1,31	4,76	1,57	1,055	0,298
Introjektált szabályozás	5,37	1,52	4,60	1,18	1,790	0,081
Külső szabályozás	1,90	1,04	1,58	1,19	0,891	0,379
Amotiváció	1,33	0,63	1,55	0,68	-1,033	0,308

71. táblázat: A válogatott és nem válogatott női sportolók Sportolói motiváció kérdőív eredményeinek összehasonlítása kétmintás t-próbával

A minták közötti különbségeket a legerősebb értékkel – amely alapján meg tudtuk különböztetni a két csoportot – az *Effektív intrinzik* szabályozás jelent meg ($F(1,2)=14,389$; $p<,001$), majd az *Integrált szabályozás* ($F(1,2)=6,446$; $p=0,015$) következett. A legkevésbé megkülönböztető változó a *Kognitív intrinzik* szabályozás ($F(1,2)=6,276$; $p=0,017$) volt, minhárom esetben a bevált kézilabdázók értékei voltak magasabbak.

Vizsgált területek	Női válogatott		Női nem válogatott							
	Átlag	Szórás	Átlag	Szórás	Wilks' Lambda	F	df1	df2	Sig.	Function
Effektív intrinzik szabályozás	5,7	1,40	4,16	1,13	0,725	14,389	1	38	<,001	0,913
Integrált szabályozás	5,82	1,21	4,90	1,08	0,855	6,446	1	38	0,015	0,611
Kognitív intrinzik szabályozás	6,30	0,84	5,60	0,92	0,858	6,276	1	38	0,017	0,603

72. táblázat: A válogatott és nem válogatott női sportolók Sportolói motiváció kérdőív eredményeinek vizsgálata diszkriminancia analízissel

A válogatott (férfi – női) minta, valamint a nem válogatott (férfi – női minta) elemzése során hat esetben találtunk szignifikáns különbséget a két csoport között. Ezek az *Effektív intrinzik* szabályozás ($t=3,255$; $p=0,002$), *Kognitív intrinzik* szabályozás ($t=3,428$; $p=0,001$), *Integrált szabályozás* ($t=2,775$; $p=0,008$), *Amotiváció* ($t=-2,873$, $p=0,006$), *Identifikált szabályozás* ($t=2,220$; $p=0,032$) és a *Külső szabályozás* esetében ($t=-2,358$; $p=0,023$) változók voltak.

A válogatottak szignifikánsan jobb eredményt értek el az *Effektív intrinzik szabályozás* ($5,39 \pm 1,36$), *Kognitív intrinzik szabályozás* ($6,20 \pm 0,90$), *Integrált szabályozás* ($5,40 \pm 1,45$), *Identifikált szabályozás* ($5,00 \pm 1,42$) esetében.

Vizsgált területek	Válogatott		Nem válogatott		t	p
	Átlag	Szórás	Átlag	Szórás		
Effektív intrinzik szabályozás	5,39	1,36	3,98	1,44	3,255	0,002*
Kognitív intrinzik szabályozás	6,20	0,90	4,79	1,65	3,428	0,001*
Integrált szabályozás	5,40	1,45	4,14	1,49	2,775	0,008*
Identifikált szabályozás	5,00	1,42	4,28	1,67	2,220	0,032*
Introjektált szabályozás	4,83	1,67	4,07	1,63	1,490	0,144
Külső szabályozás	1,60	0,90	2,53	1,57	-2,358	0,023*
Amotiváció	1,22	0,63	2,20	1,43	-2,873	0,006*

73. táblázat: A válogatott (férfi és női) és nem válogatott (férfi és női) sportolók Sportolói motiváció kérdőív eredményeinek összehasonlítása kétmintás t-próbával

A csoportok közti legjelentősebb különbséget az *Effektív intrinzik szabályozás* jelentette ($F(1,2)=24,921$; $p<,001$). Ezt követte a *Kognitív intrinzik szabályozás* ($F(1,2)=17,266$; $p<,0010$) a válogatott sportolók magasabb értékeit tükrözve. Az *Amotiváció* ($F(1,2)=8,642$; $p=0,004$) is megjelent, mint különbséget meghatározó tényező a nem bevált kézilabdázók válaszai alapján. A legkevésbé megkülönböztető tényező az *Introjektált szabályozás* volt ($F(1,2)=5,179$; $p=0,026$) a két csoport között.

Vizsgált területek	Válogatott		Nem válogatott							
	Átlag	Szórás	Átlag	Szórás	Wilks' Lambda	F	df1	df2	Sig.	Function
Effektív intrinzik szabályozás	5,54	1,37	4,07	1,28	0,762	24,921	1	80	<,001	0,887
Kognitív intrinzik szabályozás	6,25	0,86	5,18	1,39	0,822	17,266	1	80	<,001	0,738
Integrált szabályozás	5,60	1,34	4,51	1,34	0,854	13,625	1	80	<,001	0,656
Amotiváció	1,27	0,63	1,88	1,16	0,903	8,642	1	80	0,004	-0,522
Identifikált szabályozás	5,30	1,35	4,52	1,62	0,935	5,593	1	80	0,02	0,42
Introjektált szabályozás	5,06	1,60	4,32	1,44	0,939	5,179	1	80	0,026	0,404
Külső szabályozás	1,74	0,97	2,07	1,47	0,983	1,393	1	80	0,241	-0,21

74. táblázat: A válogatott (férfi és női) és nem válogatott (férfi és női) sportolók Sportolói motiváció kérdőív eredményeinek vizsgálata diszkriminancia analízissel

A férfi (válogatott és nem válogatott), valamint a női (válogatott és nem válogatott) minták eredményei alapján az alsókálák között nem találtunk szignifikáns különbséget, így diszkriminancia analízist sem végeztünk.

Vizsgált területek	Férfi		Női		t	p
	Átlag	Szórás	Átlag	Szórás		
Effektív intrinzik szabályozás	4,69	1,56	4,93	1,48	-0,722	0,473
Kognitív intrinzik szabályozás	5,50	1,5	5,95	0,94	-1,618	0,110
Integrált szabályozás	4,77	1,58	5,36	1,22	-1,869	0,065
Identifikált szabályozás	4,81	1,62	5,00	1,45	-0,560	0,577
Introjektált szabályozás	4,45	1,68	4,98	1,40	-1,559	0,123
Külső szabályozás	2,07	1,35	1,74	1,12	1,197	0,235
Amotiváció	1,71	1,20	1,44	0,66	1,261	0,211

75. táblázat: Férfi (válogatott és nem válogatott) és női (válogatott és nem válogatott) sportolók

Sportolói motiváció kérdőív eredményeinek összehasonlítása kétmintás t-próbával

4.12. A teljesítményre ható tényezők összefüggéseinek vizsgálata

Az eredmények értékelése esetében szükségesnek láttuk megvizsgálni a különböző területek egymásra hatásának, kapcsolatának minőségét úgy, mint:

- edző-sportoló kapcsolat és az edzői viselkedés
- a motivációs bázis és az autonómiatámogatás (edző, szülő)
- a verseny előtti szorongás és az edzői viselkedés

A férfi válogatott minta esetében a *sportoló elköteleződése* az edzője iránt, valamint az edzői *támogató bánásmód* vizsgálatának során közepesen erős kapcsolatot ($r=0,571$) tudtunk megállapítani. A sportoló *közelségének* vizsgálata az edzőjével esetében szintén közepesen erős volt a kapcsolat az *edzői támogatással* ($r=0,563$).

A válogatott nők mintája esetében is hasonló eredmények születtek a vizsgált területeken. A sportoló *elköteleződése* az edzője iránt és az edző *támogató bánásmódja* közepesen erős kapcsolatot mutatott ($r=0,555$), valamint a sportoló *közelsége* az edzőjével és az edzői *támogató magatartás* ($r=0,621$) közepesen erős kapcsolatot eredményezett.

A különböző motivációs bázisokat vizsgálva a válogatott férfiak esetében a belső motivációk és a külső szabályzó folyamatok, valamint az amotiváció esetében nem találtunk jelentősnek nevezhető összefüggést. A válogatott férfiak belső motivációja és az edzőjéhez köthető tapasztalatok esetében viszont a *kognitív intrinzik* motiváció és az *edzőkhöz köthető tapasztalatok* közepesen erős kapcsolatot mutattak ($r=0,571$). Az *integrált belső szabályozás* és az *edzőkkel kapcsolatos tapasztalatok* szintén közepesen erős kapcsolatra világítanak rá a vizsgálat során ($r=0,579$).

A női válogatott kézilabdázók esetében viszont a *külső szabályzás* és az *amotiváció* közepesen erős kapcsolattal rendelkezett ($r=0,561$). Válogatott nők vizsgálata során nem találtunk kapcsolatot a motivációs bázis és az edzőkhöz köthető tapasztalatok vonatkozásában.

A válogatott férfiak és nők esetében megvizsgáltuk a belső, külső és az amotivációnak a kapcsolatát a szülők magatartásával a sportolók kapcsán. A férfiak esetében nem találtunk jelentősnek nevezhető kapcsolatot a különböző motivációs bázisok és a szülői támogatás, bátorítás között.

A válogatott nők eredményeit elemezve két esetben találtunk közepesen erős kapcsolatot a motivációs bázis és a szülői támogatás között. Az *integrált szabályozás* és a *szülői támogatás* esetében ($r=0,516$), valamint az *introjektált szabályozás* és a *szülői támogatás* esetében pedig ($r=0,673$) volt a kapcsolat erősségét mutató érték.

Az edzői viselkedés, magatartás és a verseny előtti szorongás kapcsolatrendszerének feltérképezése során kíváncsiak voltunk, hogy a sportolók mérkőzés előtti állapotára az edzői negatív reakció és a támogatói magatartás, valamint az edző iránt érzett elköteleződés, közelség, valamint az edzői viselkedés milyen erősségű kapcsolattal bírnak.

A válogatott férfiak esetében a mérkőzés előtti szorongás és az edzői negatív vagy támogatói magatartás között nem találtunk jelentősnek nevezhető kapcsolatot.

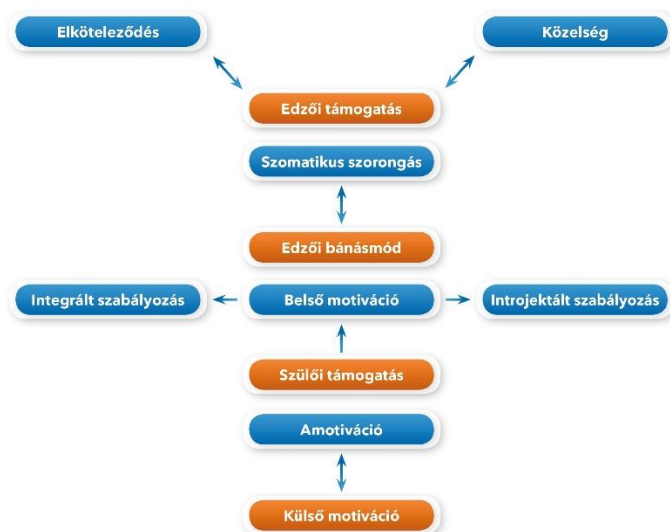
A válogatott nők esetében a *szomatikus szorongás* és az *edzői negatív bánásmód* esetében közepesen erős korrelációt tapasztaltunk ($r=0,569$).

A mérkőzés előtti állapotelemzés, valamint az edző iránt érzett elköteleződés, közelség és viselkedés elemzésekor a válogatott férfiak esetében az *önbizalom* és az *elköteleződés* esetében találtunk közepesen erős korrelációt ($r=0,555$).

A válogatott nők hasonló elemzésekor nem találtunk jelentősnek nevezhető kapcsolatot az edző iránt érzett elköteleződés, közelség, edzői viselkedés, valamint a mérkőzés előtt állapot között.



10. ábra: A férfi válogatott kézilabdázók teljesítményére ható tényezők kapcsolatrendszere



11. ábra: A női válogatott kézilabdázók teljesítményére ható tényezők kapcsolatrendszere

5. MEGBESZÉLÉS

Kutatásunk során arra tettünk kísérletet, hogy megkeressük, vagy legalábbis megpróbáljunk rámutatni arra, hogy milyen tényezők különböztethetik meg a válogatott és nem válogatott kézilabdázókat. Ezen belül is szeretnénk volna feltérképezni a két nem közötti eltéréseket is a különböző beválási szinteken, valamint kíváncsiak voltunk az interjúink során a sportolók, valamint a sportágban dolgozó edzők, vezetők véleményére is a felkészítés és a beválás egymásra épült folyamatával kapcsolatosan. A kutatás a tudományt és a gyakorlatot is érintő hasznosulásából nem maradhatott ki a sportági tehetséggondozást irányító szakági szövetség ide vonatkozó dokumentumainak az elemzése sem. A dokumentumelemzés során kíváncsiak voltunk arra, hogy az utánpótlás nevelés milyen strukturális rendszerben található meg a stratégiában, valamint az ott megfogalmazott stratégiai elképzelések mennyiben vannak összhangban a kutatás céljával? A stratégiában kijelölt irányok, valamint a kutatás eredményei mennyiben tudják megerősíteni a szakági szövetség megalkotóit abban, hogy a stratégiai irányok megfelelnek a szakirodalmak által is támogatott utánpótlás nevelés kívánalmainak, illetve a kutatás rá tudott-e világítani néhány olyan területre, melyeknek a fejlesztésével a továbbiakban szükségessé válhat foglalkozni a sportág szakmai vezetésének.

Eredményeink sok esetben megerősítették a kutatásunk során feltett kérdéseink aktualitását a sportolók felkészítésével és beválásával kapcsolatosan. Meggyőződhattünk arról, hogy a különböző minőségi szinteken lévő utánpótláskorú kézilabdázók beválását milyen – közvetlen és közvetett formában – sportszakmával összefüggő tényezők befolyásolhatják, valamint képet kaptunk arról, hogy az utánpótláskorú kézilabdázók milyen pszichés és pedagógiai környezetben tevékenykedhetnek biztonságosan. Az eredményeink rávilágítottak arra, hogy a kézilabdázók felkészítésének tervezése roppant sokoldalú tudást és ismeretanyagot igényel a felkészítéssel foglalkozó szakemberektől. Ezeknek az ismereteknek a birtoklása olyan szakmai és bizalmi légkört képes kialakítani, amely nagyban hozzájárulhat a kézilabdázók minőségi fejlődéséhez. Választ kaptunk arra is, hogy a szülők szerepe fontos, de a sportolói életút előrehaladásával ez a szerep megváltozik minden beválási szinten. A beválást befolyásoló tényezők esetében a genetikai, az öröklött tényezők szerepe továbbra is fontos a sportolók esetében, de önmagában ez még

nem elég a sikerhez. A kapcsolatrendszerek (edző, szülő) minősége felértékelődött az elmúlt években a sport területén, melyet a kutatásunk is bizonyított. A sportban megvalósuló folyamatos teljesítménykényszer erőteljes hatással van az abban résztvevőkre, amelyet csak a megfelelő személyiséggel rendelkező egyének képesek adaptálni. A kutatás során bizonyítást nyert a beválási szintek közötti különbségek megléte a pszichés és motivációs háttér esetében. A két nem közötti különbségek vizsgálata a kutatás során bizonyította a nemek közti felkészítésbeli eltérések fontosságát, elsősorban a pedagógia és a pszichológia területein.

5.1. A kutatás és annak összefüggései a szakági szövetség stratégiájával

A dokumentum elemeinek összegző értékelésében elmondhatjuk, hogy a tartalmak egy újszerű – az ezt megelőző stratégiáktól eltérő – megközelítéssel rendelkeznek. Az utánpótlásnevelésnek – és versenyeztetésnek a tartalmi részei – ugyan a nemzeti válogatottak eredményességét tekintik legfontosabb indikátornak, jól körülhatárolható a cél- és feladatrendszerük, melynek középpontjában a sportszakmai képzés áll, de a sportolók periodizációs nevelése és személyiségfejlesztése szintén fontos elemként jelenik meg a stratégiában.

A sportszakmai terület kiindulópontja a tömegesítést tartja a legelső lépcsőfoknak. Az ebből fakadó egészségmegőrzés és a fizikai-lelki kondíció fejlesztése, mint alapvető feladat jelenik meg az utánpótláskorban, amely majd integrálódik a már szamon kérhető tartalmak elvárásaiban a kézilabdázóvá válás időszakában. Ezt követően a sportági specializálódáson keresztül az utánpótláskor végén – az arra megfelelők, beváltak számára – az élsport funkciók határozzák majd meg a működési szintek eredményességét, melyben kulcsszerepet kapnak az állam által működtetett és támogatott sportakadémiák, mint alapházisai az elit képzésnek.

Ehhez a folyamathoz kapcsolódóan a dokumentum deklarálja a beválást, mint egy folyamat végét jelentő eredményt. Így a beválás kérdésének definiálásában a sportágban való megmaradás, valamint a felnőttkori eredményesség szerepel a legmeghatározóbb értékkel. Ez mindenképpen egy pozitív gondolkodásmódot jelent, amely elsődlegesen a sportág hosszú távú eredményességét tartja szem előtt, valamint a versenyképesség megőrzését és annak fokozását is.

A sportszakemberek képzése és annak minőségének a javítása a sportági szövetség közvetlen és közvetett irányításával működik. A szövetség rendelkezik licensz követelményrendszerrel, amely összhangban van a nemzetközi szövetségek által elfogadott szabályzattal is. A szakemberképzés főszórát viszont a sportszakemberképzéssel foglalkozó felsőoktatási intézményekbe delegálták, amellyel biztosítani tudják a szakemberek legszélesebb spektrumú felkészítését a társadalom- és természettudományok terén egyaránt. A képzések koherenciában való megvalósítása érdekében egy új szervezeti egységet hozott létre a szövetség, Kompetencia Központ néven. Az új szervezeti egység akkreditált sportszakember képzések formájában szeretné majd ellátni a feladatát, amelynek remélhetőleg egyik fő témája lesz a sportszakemberek pedagógiai, pszichés-mentális képzésnek a támogatása is, amely jelenleg nem szerepel önálló fejlesztési területként a stratégiában.

A stratégia nem tesz említést célzottan a szülői kapcsolatrendszerek fejlesztési feladatáról. Ettől függetlenül a szövetség rendelkezik szülői „etikai kódex”-szel, melynek pontjai, tézisei megpróbálják érzékenyíteni az érintetteket, és felhívni a figyelmet a megfelelő sportszülői magatartásra.

5.2. Kondicionális és az alkati profilok vizsgálata

A bevált és nem bevált sportolók pszichomotorikus eredményei között a férfiak esetében egyértelműsíthető különbségeket találtunk, míg a nők esetében ezt nem mondhattuk el. A férfi bevált kézilabdázók *láberőben*, *testmagasságban*, *testsúlyban* és *a felsőtest* erejében egyértelműen jobbak voltak a nem bevált sportolóktól. A két csoportot legjobban a *láberő* tesztben tudtuk megkülönböztetni.

A nők esetében nem volt egyértelműsíthető a különbség a bevált kézilabdázók javára, mivel a nem bevált kézilabdázók eredményei jobbak lettek *láberőben* – ez volt a legjobban megkülönböztető – és *állóképességben* is. A bevált női kézilabdázók egyedül *testmagasságban* voltak szignifikánsan jobbak a nem bevált kézilabdázóktól. A szakirodalmi háttérrel egybevetve a férfiak esetében teljesen megegyező, míg a nők esetében – a kondicionális képességek esetében – ezzel ellentétes eredményeket véltünk felfedezni.

Jensen (2003) szerint a mai kézilabdázók testmagassága és testtömege meghatározó a teljesítmény leadás szempontjából korra és nemre vonatkozás nélkül.

Michalsik (2004) szerint a válogatott sportolók esetében a kondicionális képességek nagyban befolyásolják a sorozatterhelések során a technikai minőséget is a világversenyeken.

A későbbi beválás esetében keresni kell azokat a sportolókat, akik alkati mintázatban és kondicionális képességekben is hasonlóak lehetnek majd, mint a magas szinten teljesíteni tudó felnőtt sportolók (Carter, 1970; Stepnicka, 1977; Day és mtsai 1977).

A teljes mintát tekintve elmondható, hogy a bevált férfi és női minta elemzésekor csak a *testmagasság* esetében találtunk egyértelmű különbséget a beváltak és a nem beváltak között, mely rámutat az alkati tényezők fontosságára a kiválasztás – felkészítés – beválás esetében. Ezt támasztják alá a sportolói és az edzői interjúk is, amelyek kiemelik az alkati tényezők fontosságát mind a beváltak, mind a nem beváltak esetében egyaránt. Az alkati tényezők mellett a *kondicionális képességeket* szintén minden interjúalany a legfontosabb képességfajtának tekintette az interjúk alkalmával.

Amennyiben a kondicionális és alkati profilt szeretnénk meghatározni (76. táblázat), akkor azt mondhatjuk, hogy a bevált férfiak esetében a láberő és felső test ereje volt meghatározó, valamint a testmagasság és a testtömeg. A bevált nők esetében csak a testmagasság alapján tudunk a válogatottak számára megkülönböztető tényezőt megállapítani.

Nemek	Megkülönböztető képességek – készségek
Férfiak	Láberő Felső test ereje Testmagasság Testtömeg
Nők	Testmagasság

76. táblázat: Válogatott férfi és női kézilabdázók kondicionális és alkati profilja

5.3. A sportpedagógiai környezeti profilok vizsgálata

A sporttehetség vizsgálatok során bebizonyosodott, hogy a sportoló fejlődését befolyásoló tényezők komplex módon egyszerre, de különböző intenzitással vesznek részt a sportoló tevékenysége során. (Renzulli, 1978; Mönks és Knoers, 1997). Heller, Neville és Schofield (2008) megemlítik, hogy a tanulás nem lehet spontán tevékenység,

mivel a tanulást irányító környezeti tényezőknek fontos szerepet tulajdonít. Ehhez kapcsolódik Child (2004), akinek véleménye szerint bárhogyan is fogalmazzuk meg a tehetséget, minden esetben lényeges a megfelelő környezeti és társadalmi támogatás is a képességek felszínre jutásához.

Kutatásunk esetében – a szakirodalmat megerősítve – a környezeti tényezők pedagógiai hátterének az elemzése során a teljes minta véleménye alapján a leíró statisztikára hivatkozva összetett véleményt formáltak a kézilabdázók, amelyek tartalmaztak *belső* és *külső* tényezőket is. A sportolók sportszakmai, jellembeli, pszichés, edzéselméleti háttérrel és külső feltételek minőségével kapcsolatos tényezőket tartottak fontosnak a fejlődésük kapcsán úgy, mint a *pozitív jellemvonások, az edző szakmai tudása, az edző motivációs bázisa és a kognitív tényezők*. A teljes minta esetében a különböző befolyásoló tényezők sokszínűsége mindenképpen megerősíthet bennünket arról, hogy fontosak mind a külső, mind a belső tényezők a kézilabdázók beválása kapcsán.

Amennyiben a válogatott és nem válogatott sportolókat hasonlítjuk össze, akkor a férfiak esetében egyértelműsíthető volt a különbség a két csoport között, ami annyit jelentett, hogy válogatott kézilabdázók nézetei alapján tudtuk meghatározni a két beválási szint között a különbségeket. A szakirodalommal megegyezően (Gombocz, 2005; Bognár, 2023; Révész és mtsai, 2013; Révész, 2023) összetett volt a két csoportot megkülönböztető tényezők halmaza. A válogatott férfiak nézeteiben megjelentek mind a belső, mind a külső tényezők. A belső tényezők közül fontosnak tartották a válogatott kézilabdázók a sportági készségeket (*Taktikai készség*), valamint az ezeket támogató megfelelő személyiségjegyeket (*Életvitel*). A külső környezettel szemben is megjelentek az elvárások a részükről úgy, mint az *Edző erkölcsi magatartása, Az edző pedagógiai felkészültsége és a Szakmai stáb minősége*. Ezek a tényezők szintén bizonyítják, hogy a válogatott kézilabdázók fontosnak tartják mind a belső, mind a külső tényezőrendszerek hatását a beválásukra vonatkozólag.

A nők esetében a válogatott és nem válogatott csoportot nem tudtuk olyan egyértelműen megkülönböztetni, mint a férfiakét, mivel a válogatott női sportolók véleménye nem volt domináns. Fontosnak tartották a *Családi támogatást*, valamint a *Társas kapcsolatokat*, amelyek fontosságát nem lehet elvitatni (Côté, 1999; Bloom,

1985; Czeizel, 2004; Kovács és mtsai, 2024). Ezek a tényezők a külső környezet fontosságára hívják fel a figyelmet.

Az interjúk során összegyűjtött adatok szintén alátámasztják mind az edzőknél, mind a sportolóknál a *csapatársak* és az *edzői team szerepét* és annak a jelentőségét, illetve erre alapozva a *csapategységet* fontos tényezőnek említették a külső tényezők között.

A sporttehetségvizsgálatok esetében – hasonlóan más tevékenységekhez – nem hanyagolhatjuk el, sőt talán kijelenthetjük, hogy kiemelt jelentőséggel bírnak az öröklött adottságok (Jensen, 2003; Heller, Neville és Schofield 2008; Pléh, 2010; Harsányi, 2000), melyben a testalkattal összefüggő különbségek meghatározóak lehetnek. A nők válaszai alapján a két csoportot – a nem bevált kézilabdázók véleménye alapján – a *Testösszetétel paraméterek* alapján tudtuk megkülönböztetni. A többi megkülönböztető képesség – készség és környezeti feltételek is sokrétűek voltak, amely mutatja a kézilabdázókat körülvevő és a teljesítményüket befolyásoló összetett feltétel – és környezeti tényezőrendszert, amelyekben szerepelt a *Szakmai műhelymunka*, a *Kognitív tényezők*, a *Létesítmény háttér*, a *Csapatársak jó teljesítménye*, az *Edző sportszakmai, pedagógiai végzettsége* és a *Család pszichés támogatása* is.

Amennyiben összességében a válogatottak és a nem válogatottak együttes (férfi – női) eredményeit nézzük, akkor sem tudunk egységes képet alkotni. A két csoport közti különbségek esetében találtunk a megkülönböztető tényezők között a sportszakmához, pedagógiához, pszichológiához és a környezethez is köthető válaszokat a kézilabdázók véleménye alapján. Az előző minta összevetések vizsgálatához kapcsolódva a *Testösszetétel paraméterek* meghatározóak voltak – igaz, a nem beváltak véleménye szerint –, valamint az *Edző sportszakmai végzettsége* is. A nem egyértelműsíthetően a sportszakmához és a genetikai háttérhez köthető különbségek között a *Család szerepe* és a *Társas kapcsolatok* is jelentőséggel bírtak.

A válogatott kézilabdázók esetében a sportpedagógiai kérdőív alapján az alábbi profilt tudjuk megállapítani (77. táblázat).

A férfiak esetében egyértelműsíthető volt a két csoport közti különbség, amely során a férfi válogatott kézilabdázók profiljában a kézilabdázónak kiemelkedő taktikai készséggel, megfelelő szintű edzői erkölcsi magatartással és pedagógiai háttérrel bíró

edzővel, sportot támogató életvitellel és a sportolót körülvevő jó minőségű szakmai stábbal kell rendelkeznie, amelyet egy támogató csapategység tehet teljessé.

A bevált női játékosok esetében megállapítható, hogy nem tudunk teljesen tiszta profilt megrajzolni. A bevált női kézilabdázók véleménye alapján a család támogatása és társas kapcsolatok jelentenek fontos befolyásoló tényezőt a sikeresség érdekében.

Nemek	Megkülönböztető képességek – készségek
Férfiak	Taktikai készség Életvitel Az edző erkölcsi és pszichés háttéré és támogatása Szakmai stáb minősége és támogatása
Nők	A család támogatása Társas kapcsolatok minősége

77. táblázat: A válogatott kézilabdázók sportpedagógiai profilja

5.4. A pszichológiai profilok vizsgálata

A válogatott és nem válogatott kézilabdázók pszichés tényezői vizsgálata során a kutatási területünk a kézilabdázók mérkőzés előtti állapotának és különböző motivációs bázisoknak és az ezeket támogató – mérőműszerrel végzett – személyiségjegyeknek a minőség vizsgálatára irányult.

Egyetértve (Frenkl 2003; Ráthonyi - Odor és mtsai, 2012; Oláh és mtsai 2012; Bognár, 2024) a szakirodalmi háttérrel a kutatásunk során meggyőződhattünk arról, hogy a sikeres kézilabdázók profiljából – a sportági tartalmakon mellett – nem hiányozhatnak a személyiséget meghatározó tényezők. A különböző sportágaknak szükségük van a sportágspecifikus tehetséggondozásra (Révész és mtsai 2005), amely a csapatsportágakban még jobban előtérbe kerülhet, mivel a mozgásanyag minőségére a társas kapcsolatok és az egyén személyiségbeli jellemzői is hatással vannak.

Kutatásunkban a teljesítményre hatással bíró mérkőzés előtti állapot esetében a teljes minta vonatkozásában az *Önbizalom* szerepelt az első helyen a mintában a kérdőíves vizsgálatok során, míg a VTS személyiség vizsgálatok során pedig az *Ambíció*.

Amennyiben a két nemet külön vizsgáljuk a válogatott és nem válogatott kézilabdázók vonatkozásában, akkor a férfiak esetében a két mintát az *önbizalom* faktorral tudjuk megkülönböztetni, ami arra utal, hogy a válogatott férfi kézilabdázók jóval erősebb önbizalommal rendelkeznek a nem válogatott társaikkal szemben. A

magasabb szintű önbizalom feltételezhetően összefügg a magasabb szintű, rendszeres nemzetközi, válogatott mérkőzésekkel és az ott szerzett tapasztalatokkal (Gyömbér 2018). A kutatásunk esetében a rendszeres nemzetközi tapasztalatgyűjtés csak a válogatott sportolókra volt jellemző. Ebből következően a mérkőzésekből adódó magasabb önbizalom meghatározó lesz a teljesítmény minőségére és annak fenntartásában, melyet a szakirodalom is megerősít (Bognár, 2005; Géczi és mtsai, 2009; Géczi, 2009). A bevált férfi kézilabdázókra nem volt jellemző sem a *kognitív*, sem a *szomatikus szorongás*, ami összefügg a szakirodalommal, miszerint az utánpótlás válogatott kézilabdázók személyiség-jellemzői közül az optimális/magas önbizalom, az alacsony kognitív és szomatikus szorongás meghatározza a teljesítmény szintet (Kiss és Balogh, 2019).

A (VTS) vizsgálatok esetében a válogatott és nem válogatott férfiakat az *ambíció* minőségével tudtuk megkülönböztetni a legjobban, de az *önbizalom* – hasonlóan a kérdőíves vizsgálathoz – szintén megkülönböztető volt a férfiak között.

A női sportolók esetében nem tudtunk egyértelmű különbségeket megállapítani, így elmondhatjuk, a két minőségi szintet nem tudtuk egyértelműen elhatárolni egymástól, melyet a műszeres vizsgálat is megerősített.

Amennyiben összességében a válogatottak és a nem válogatottak együttes (férfi – női) eredményeit vizsgáljuk, akkor a bevált csoportot szintén az *önbizalomhoz* tartozó kérdéskörre adott válaszok alapján tudtuk megkülönböztetni kutatásunkban.

Érdekes képet mutathat számunkra a két nem közti különbség vizsgálata, ahol is összefüggően a szakirodalommal (Géczi, 2009; Gyömbér, 2018) a két nem között találhatunk különbséget az önbizalom és a különböző szorongási típusokkal kapcsolatosan. Ezek alapján a nőket a *kognitív* és a *szomatikus szorongás* különböztette meg a férfiaktól, míg a férfiakat az *önbizalom* alapján tudtuk megkülönböztetni a nőktől. A VTS műszeres vizsgálatok eredményei alapján szintén az *önbizalom* volt a legjobban megkülönböztető a két nem között a férfiak vonatkozásában.

A mélyinterjúk szintén alátámasztották a bizalmi-önbizalmi háttér fontosságát, amely főleg a mérkőzésen eltöltött játékkercekkel van véleményük szerint szoros kapcsolatban. Az önbizalom vesztesre sok esetben erős hatással lehet a hosszabb ideig tartó sérülés is.

A pszichés háttér kutatása során megvizsgáltuk a sportolók motivációját a sporttevékenységgel kapcsolatosan. A szakirodalom szerint a motiváció azonosítható a szociális tényezőkkel és a kognitív folyamatokkal. Ezek akkor kerülnek előtérbe, amikor a személy olyan feladatokat vállal, amelyek számára fontosak (Roberts, 1992). Ebből következően fontosnak tartottuk megvizsgálni a válogatott és nem válogatott kézilabdázók közötti különbségeket, hiszen a válogatottak esetében feltételezhetően az életpálya modell erősebb megléte miatt a motivációs erő is jelentősebb értékkel rendelkezhet, amelyet alátámasztottak az eredményeink is. A személyiségjegyek alakulására a sport jelentős hatással van, ebből adódóan a sportolói személyiség kialakítására kell törekednünk (Gyömbér, 2017; Bognár, 2024). A vizsgált mintánk esetében azt tapasztaltuk, hogy a belső motiváció jelentős mértékben van jelen a válogatott kézilabdázók személyiségében, amelyet a VTS műszeres vizsgálat is megerősített, mivel az *ambíció* a legjobban meg tudta különböztetni a válogatott férfiakat a nem válogatott társaiktól, valamint a válogatott és nem válogatott kézilabdázókat a teljes mintára vonatkozólag.

A válogatott és nem válogatottak esetében mindkét nem esetében a *belső motiváció* kapcsán egyértelműen meg tudtuk különböztetni a játékosokat.

A külső motiváció egyik mintában sem volt jelen kérdőíves vizsgálat során. A mélyinterjúk alatt a sportolók részéről viszont megjelent a külső motiváció is, a pozitív visszajelzések kapcsán, valamint a válogatott sportolók esetében a közönségnek, vezetőknek, szurkolóknak való megfelelés esetében. Ez az állapot nem idegen a sportközegtől, mivel az interakciós szemlélet, amelyben a résztvevő és az adott helyzet interakciója fogja meghatározni az egyén adott motivációját (Weinberg és Gould, 2011).

A motiváció és az edzői viselkedésformák kapcsolata hangsúlyos eleme a sporttevékenységnek (Duda és Whitehead, 1998). A motiváció mind a sportolói, mind az edzői oldalon a sportban való részvételre és kitartásra is ösztönöz, valamint erősíti az önbizalmat is (Hagger és mtsai, 2007; Standage és Ryan, 2012; Vallerand, 2007; García Calvo, Cervelló, Jimenéz, Iglesias és Moreno Murcia, 2010).

Amennyiben megvizsgáljuk az edzői bánásmódot, a sportolói szorongás és az önbizalom kapcsolatrendszerét (78.táblázat), akkor a válogatott férfiak esetében a *pozitív edzői bánásmód* és *belső motiváció* között közepesen erős kapcsolatot véltünk felfedezni, míg a válogatott nők esetében az *edzői negatív bánásmód* és *szomatikus*

szorongással volt kapcsolatban, valamint a *külső szabályzás* és az *amotiváció* szintén kapcsolatot mutatott az eredmények értékelésekor a válogatott nőknél. Ezek alátámasztják számunkra az edzői viselkedés, bánásmód és a sportolói motiváció minőségének a kapcsolatrendszerét, valamint hatását a sportolók teljesítményére.

Megkülönböztető képességek – készségek			
Nemek	Mérkőzés előtti állapot	Motivációs bázis	VTS személyiség vizsgálat
Férfiak	Önbizalom	Belső motiváció: (kognitív, effektív) Külső motiváció	Ambíció, Fegyelmezetttség Önbizalom
Nők		Belső motiváció:(kognitív, effektív integrált) Külső motiváció	

78. táblázat: A válogatott kézilabdázók sportpszichológiai profilja

5.5. A sportoló és szülő kapcsolat vizsgálata

A tehetségmodellek, valamint a sportkörnyezeti vizsgálatok esetében a szülők szerepe minden tehetségmodellben szerepet játszott az elmúlt években. A szülők és az edzők által létrehozott és a sportolók által észlelt elsajátítási célstruktúra kapcsolatba hozható a fiatal sportoló autonóm szabályozásával, ami az öndeterminált motiváció egyik alapköve (O'Rourke és mtsai, 2013). Az első tehetségmodellek kivételek voltak, mivel ezekben a tehetség, mint intraperszonális tényező került meghatározásra (Renzulli, 1978), figyelmen kívül hagyva a külső környezeti tényezőket, így ezek a modellek a sportkörnyezeti vizsgálatokban nem alkalmazhatóak teljeskörűen. A szülők – mint környezeti tényező – szerepe ma már nem lehet kérdés számunkra, amikor tehetséggondozásról beszélünk. A szülők szerepe és pozitív magatartása erősíti a motivációs bázist, és segíti elkerülni a lemorzsolódást is. (Smilkstein, 1980; Hellstedt, 1987; Kamm, 1998; Williams és Lester, 2000). Vizsgálataink során a teljes minta esetében a *teljes szülői támogatás* (erkölcsi és anyagi) volt a legjellemzőbb a sportolók visszajelzése alapján, ami összecseng a vonatkozó szakirodalommal, mivel az öndeterminált motivációval jellemezhető fiatalok szülei nagyobb arányban engedik dönteni a fiatal sportolókat, és támogatják önálló törekvéseikben őket, így nemcsak az eredményességben, hanem az erős kompetencia érzésükben is megjelenik az ilyen

típusú szülői viselkedés pozitív oldala (Pomerantz, Grolnick és Price, 2005; Holt és mtsai, 2009).

A fiatal sportolók esetében a környezet felől észlelt elsajátítási célstruktúra, akárcsak az autonómiát támogató közeg olyan pozitív kimeneteleket eredményezhet, mint a hibák hatékonyabb kezelése és a sporthoz kapcsolódó fokozottabb öröme (Vazou és mtsai, 2006).

A férfi válogatott és nem válogatott sportolókat határozottan el tudtuk különíteni, ahol a válaszok során a szülők és a sportolók közti nyitottság, támogatás és megfelelő interakció volt tapasztalható a szülők részéről a sportolókkal kapcsolatban.

A nők esetében a szülőkkel kapcsolatos vizsgálatok esetében nem tudunk egyértelmű különbségeket megállapítani a válogatott és nem válogatott kézilabdázók között, csak a mélyinterjúban elhangzott válaszokat elemeztük (79. táblázat).

A szakirodalom szerint a szülők szerepe legelőször a sportágválasztásban jelentkezik, majd átalakul és kibővül ez a szerep és a feladatok köre, amelyben a sportoló fiatal életkora meghatározó (Révész és mtsai 2023). A kutatásban résztvevő korosztály esetében – mivel már zömmel felnőttkorúak, vagy ahhoz közeli sportolók alkották a mintát – inkább a megértés, bátorítás és kevésbé a segítségadás, tanácsadás volt jellemző a sportoló-szülő viszonyrendszerében. Ennek az is lehet az egyik oka, hogy a korosztály esetében már egy letisztultabb szakmai profilt láthatunk, ahol a különböző képességszintek már jobban elhatárolódtak egymástól, így a szülők ennek megfelelően vesznek részt a gyermekük sporttevékenységében. A játékosok korának előrehaladtával a szülők támogatásának az intenzitása csökken és át is alakul (Kovács, Földi és Gyömbér 2023). A mélyinterjúk során a sportolók megerősítették a szakirodalomban található különböző életkorokhoz köthető eltérő szülői támogatási és viselkedési formákat, amelyek az edzők válaszaiban is egyértelműsíthetőek voltak, valamint az edzők külön kiemelték, hogy a szülők ismeretbővítésére továbbra is szükség van.

A szülői támogatás és annak hatása a sportolók teljesítményére a különböző életkorokban különböző intenzitással jelentkezik, de mindig jelen van a sportolók életében, így a hatását nem lehet vitatni. Azok a szülők, akik képesek biztosítani a sportolók számára a kellő autonómiát, kisebb mértékben mutatnak dühöt a mérkőzések során, valamint jobb a kapcsolatuk az edzővel is (Goldstein és Iso-Ahola, 2008; Keegen és mtsai, 2010).

A szülői támogatás vizsgálata esetében a válogatott nők esetében korrelációt véltünk felfedezni a *szülői támogatás* minősége és a *belső motiváció* között, amely a válogatott lányok vizsgálata esetében bizonyítja a szülői autonómia támogatás és a belső motiváció kapcsolati rendszerét.

Nem	Megkülönböztető képességek – készségek – jegyek
Férfiak	Kommunikáció minősége Tapasztalat megosztás Dicséret, bátorítás Környezeti feltételek biztosítása Ismeretbővítés
Nők	Szülői autonómia biztosítása – belső motiváció kapcsolata

79. táblázat: A válogatott kézilabdázók sportoló-szülő kapcsolatrendszerének profilja

5.6. Az edző-sportoló kapcsolat vizsgálata

Az edző-sportoló kapcsolatrendszerek minősége meghatározó lehet a teljesítményben, ezért ennek a kapcsolatnak a minőségi fejlesztésével foglalkozni szükséges (Jowett és Cockerill, 2003). Az edző-sportoló kapcsolatrendszerét több oldalról térképeztük fel, abból a célból, hogy az edző szerepét és az azzal összefüggő tevékenységrendszert a beválás vonatkozásában meg tudjuk határozni, mivel a sportban az edzésfeltételek, sporttudományos háttér mellett a versenyzők tudatos pedagógiai felkészítése is szükséges (Gombocz, 2005).

Az edzői bánásmód és autonómiatámogatás kapcsán elmondhatjuk, hogy az autonómia biztosítása és annak támogatása jelentős hajtóerővel rendelkezik a sportolói közegben, és a sportoló motivációja is erősebb lesz (Black és Deci, 2000). A teljes minta esetében a leíró statisztika eredményeire építve – az edző és tanítvány viszonylatában – elmondhatjuk, hogy a kézilabdázók kapcsolati rendszerét a *nyíltság és a bizalom* jellemezte.

Amennyiben a válogatott és a nem válogatott mintát elemezzük, akkor a férfiak és a nők esetében is egy kölcsönös bizalmon alapuló viszonyrendszert véltünk felfedezni. A válaszok alapján a két csoportot – mindkét nemnél – a válogatott kézilabdázók véleménye alapján tudtuk megkülönböztetni. Ebből következően

elmondhatjuk, hogy a válogatott kézilabdázók véleménye alapján az edzőkhöz kapcsolható viszonyrendszer *bizonyosan támogatni tudja a sportolók biztonságos sportolói környezetét is*. A korábbi vizsgálatok esetében többször találtunk utalást arra, hogy az edzői szakmában az autokratikus stílus gyakran előfordul, viszont a sportolók elvárásai eltérnek ettől (Gombocz és Gombocz, 2006), melyet a bevált kézilabdázók véleménye alapján meg tudunk erősíteni.

Az edző-sportoló kapcsolatrendszer esetében vizsgáltuk a közelséget (érzelmi oldal), az elköteleződést (kognitív érzelmi oldal) és az edzői viselkedést/kiegészítést is. Ezek alapján a teljes minta elemzése esetén a *közelség* válaszok kapták a legnagyobb értéket, amely azt mutatja, hogy a kézilabdázók *kedvelik, tisztelik és bíznak* az edzőjükben. A szakirodalom szerint az autonómia támogatásnak és az érzelmi kötődésnek együtt kell megjelenni a közös munka során, ellenkező esetben a bizonytalanság érzetét jelentheti a sportolók esetében (Reynolds és McDonough, 2015).

Amennyiben a válogatott és nem válogatott mintának az eredményeit értékeljük (80. táblázat), akkor nők esetében nem tudtuk statisztikailag is kimutatható módon megkülönböztetni a két csoportot, míg a férfiak esetében a válogatottakat az *elköteleződés* alapján tudtuk a legjobban megkülönböztetni a nem válogatottaktól. Ez azt jelenti számunkra, hogy a férfi kézilabdázók életében az edzők érzelmi támaszként is megjelennek, valamint a sportolók bíznak az – edzőjükkel végzett – közös munkában, amely sikereket jelenthet majd számukra a jövőben. Ez megerősít bennünket abban, hogy a sport területén a sportolóknak sokféle kompetenciával kell rendelkezniük, viszont a szükségletek esetében három alapvető szükséglet a jellemző, úgy, mint a hatékonyságérzet (kompetencia), *kötődés* és az *autonómiai igénye* (Ryan és Deci, 2002). A kellő autonómiával rendelkező sportolók nem csak a sporttevékenység során lesznek eredményesek, hanem tovább maradnak elkötelezettek a tevékenységükkel kapcsolatosan (Amiot és mtsai, 2004).

A sportolói mélyinterjúk alátámasztották a folyamatosan alakuló edzői feladatokat és az azokhoz rendelhető kompetenciákat. A válaszok során a játékosok fontosnak tartották – de nem tudták rangsorolni – a *sportszakmai, pedagógiai és pszichológiai* területeket. A válogatott sportolók esetében erősebben jelent meg az eredménykényszerből adódó helyes pedagógiai bánásmód. Az ő megítélésük szerint a világversenyek során az edzőknek sokkal inkább *pszichológusnak* kell lenni bizonyos

helyzetekben, mint edzőnek, amely megfelel a szakirodalomba található kutatásoknak (Gombocz, 2005, Gombocz és Gombocz, 2006).

Az edzők esetében szintén megjelent a *bizalom, őszinteség, tisztelet*, mint alapvető együttműködési faktor, amely szükséges alapelem a közös munkához. Az edzők különböző, eltérő képzettségi szintjével kapcsolatban megjegyezték, hogy a különböző képességek megléte vagy hiánya az edzők esetében korlátjai lehetnek a más korosztályokban végzett munkának. Ennek a felismerése a vezetők részéről igényel körültekintő döntést a foglalkoztatás során.

Az edző-sportoló kapcsolat minősége hatással van a sportoló teljesítményére, valamint a sportoló önértékelésre is (Felton és Jowett, 2013; Gyömbér és mtsai, 2016). Az élsportolók között végzett vizsgálatok rámutattak arra, hogy a sportolói eredményesség háttérében a hatékony edzői-sportoló együttműködés áll, amelynek jelentős része az érzelmi közelség és az elköteleződés az edző és a sportág iránt (Jowett és Cockerill, 2003; Felton és Jowett, 2014).

Kutatásunk során a férfi és a női válogatott kézilabdázók vizsgálatakor közepesen erős kapcsolatot fedeztünk fel az edzői támogatás minősége és az elköteleződés, valamint a közelség között. A válogatott férfiak esetében az edző iránti elköteleződés és az önbizalom szintén összefüggést mutatott. Ezek a tények bizonyítják számunkra – a szakirodalommal megegyezően –, hogy a sportolók által mutatott minőségi teljesítmény, az edzői bánásmód jelentősége nem elhanyagolható a kézilabdázók felkészítése során.

Nem	Megkülönböztető képességek – készségek
Férfi	Feladatmegértés – cselekvés közös megalkotása Autonómia biztosítása Elköteleződés Bizalmi kapcsolat kialakítása Választási lehetőség biztosítása Elköteleződés az edző és a sportág iránt
Női	Közös cél meghatározás a képességeknek megfelelően Véleményformálás támogatása Az emberi kapcsolatok minősége

80. táblázat: A válogatott kézilabdázók edző-sportoló kapcsolatrendszerének profilja

5.7. A válogatott kézilabdázók belső és külső környezeti tényezők alapján kialakított profiljai (férfiak – nők)

Kutatásunk során megpróbáltuk meghatározni a sikeres sportolói modellt a pszichomotorikus, pedagógiai és pszichológiai területeken, valamint a kutatási eredményeinket összevetettük a szakági szövetség ide vonatkozó eredményeivel is. A vizsgálatainkat kondicionális és pszichés mérőműszeres tesztekkel, kérdőíves vizsgálatokkal, mélyinterjúk felhasználásával végeztük. Célul tűztük ki, hogy a kapott eredmények alapján meghatározzuk a vizsgálatban részt vevő korosztály pedagógiai, pszichés, pszichomotorikus jellemzőit, valamint megpróbáltuk feltérképezni a sportolók teljesítményét befolyásoló környezeti tényezőket is, úgy, mint a család – sportoló és edző – sportoló viszonyrendszerét is.

Összességében elmondhatjuk, hogy a férfiak esetében (81. táblázat) az összes módszertanra vonatkozólag jóval egyértelműbben szét tudtuk választani, meg tudtuk határozni a válogatottak és nem válogatottak közti különbségeket, míg a nők vonatkozásban (82. táblázat), már jóval árnyaltabb volt a kép a válogatott és a nem válogatott kézilabdázók között. A környezeti feltételek esetében az interperszonális kapcsolatrendszer vonatkozásában a szülők esetében a férfiak között egyértelműen kimutatható a bevált és nem bevált kézilabdázó szülő-sportoló viszony közti különbözőség, míg a nők esetében ezt nem tudtuk megtenni, mivel nem volt igazolható szignifikáns különbség a csoportok között. Az edző-sportoló kapcsolat esetében mindkét nemnél igazolt különbségeket találtunk, amelyek hozzájárultak a bevált sportolói profilok megalkotásához.

Az eddigi eredményeink értékelését és elemzését felhasználva kísérletet teszünk a válogatott sportolók sportkörnyezeti profiljának a megalkotására. Remélhetőleg a profilok megalkotásával meg tudjuk határozni – illetve jól el tudjuk határolni – a későbbiekben azokat a feladatokat, amelyek hatással lesznek inter- és intraperszonális környezetre a kézilabdázók felkészítési folyamatában.

Megkülönböztető képességek - készségek				
Kondicionális képességek, alkati jegyek	Sportpedagógiai jellemzők	Pszichológiai jellemzők	Szülői kapcsolatai jellemzők	Edző - sportoló kapcsolati jellemzők
Láberő Felső test ereje Testmagasság Testtömeg	Taktikai készség Életvitel Az edző erkölcsi és pszichés háttere Szakmai stáb minősége és támogatása	Önbizalom Belső motiváció: (kognitív, effektív) Külső motiváció Ambíció, Fegyelmélettség	Kommunikáció minősége Tapasztalat megosztása Dicséret, bátorítás Feltételek biztosítása a sporthoz	Feladatmegértés biztosítása Cselekvés közös megalkotása Autonómia biztosítása Elköteleződés az edző és a sportág iránt Bizalmi kapcsolat az edzővel szemben Választási lehetőség a sportoló számára

81. táblázat: Válogatott férfi kézilabdázók sportkörnyezeti profilja

Megkülönböztető képességek - készségek				
Kondicionális képességek, alkati jegyek	Sportpedagógiai jellemzők	Pszichológiai jellemzők	Szülői kapcsolatai jellemzők	Edző - sportoló kapcsolati jellemzők
Testmagasság	A család támogatása Társas kapcsolatok fontossága	Belső motiváció: (kognitív, effektív, integrált) Külső motiváció		Közös célmeghatározás A véleményformálás támogatása Az emberi kapcsolatok minősége

82. táblázat: Válogatott női kézilabdázók sportkörnyezeti profilja

5.8. Hipotézis vizsgálatok

Kutatásunk eredményeire alapozva körbejártuk és megalkottunk egy olyan kézilabdázó – sportolói modellt – profilt, amely a kiválasztás, a felkészítés, a beválás hármas egységét hívatott támogatni a sportág számára. Ennek ismerete segítséget nyújthat a sportági szövetség utánpótlásigazgató programjainak a megalkotásához, valamint a napi szintű felkészítéshez a különböző területeken tevékenykedő szakemberek részére. A tehetséggondozás kérdéseinek vizsgálatához kapcsolódóan megvizsgáltuk a sportági szövetség stratégiai elképzeléseit a tehetséggondozás témakörében, valamint felmértük az edzői és a sportolói véleményeket is a különböző szinteken és módszerekkel. Tanulmányoztuk, hogy a sportágban jelenleg is aktívan résztvevők hogyan határozzák meg a tehetséges sportolók beváláshoz szükséges intra- és interperszonális kapcsolatrendszerüket. A vizsgálatok során a kitűzött célok mentén a kutatási

kérdéseinkre próbáltunk válaszolni, valamint a kutatáshoz kapcsolódó hipotéziseinket is megvizsgáltuk. A hipotézisekkel kapcsolatban az alábbi megállapításokat tehetjük:

Feltételeztük (H1), hogy a szakági szövetség stratégiájában az utánpótlás nevelés rendszerszinten működik, elsősorban a sportszakmai feladatokhoz igazodóan.

Hipotézisünk vizsgálatakor egyértelműen bizonyítást nyert, hogy az országos szakszövetség 2022-2028-as stratégiájában az utánpótlás nevelés rendszerszinten működik. A különböző korosztályok a szövetség által elkészített szakmai anyagok felhasználásával eltérő, de egymásra épülő képzési és versenyeztetési struktúrában működnek. A stratégia szakmai pillérének tartalmában a képzés és a versenyeztetés központi szerepet kap, de – főleg az alacsonyabb korosztályokban – a nevelés és a személyiségfejlesztés szerepe említésre került. Kutatásunk során elemzett sportolókat körülvevő környezeti tényezők vonatkozásban kizárólag az edző és azok képzése jelenik meg rendszerszinten szervezett keretek között a stratégiában, zömmel szakmai tartalmakra korlátozottan.

Feltételeztük (H2), hogy a sportolók és az edzők véleménye alapján a sikeresség szempontjából a legfontosabb összetevőket a sportszakmai – főleg a belső tényezőkkel összefüggő – nézetek alkotják.

A hipotézisünk nem igazolódott be, mivel a sportolók véleménye alapján nem csak a sportszakmához közvetlen kapcsolható tényezőket tartottak fontosnak a kézilabdázók, hanem olyan egyéb más külső környezeti tényezőket is, amelyek hatással lehetnek a sikerességükre, mint például az edzők pedagógiai és pszichés felkészültsége. Az edzők az interjúk során a csapatban való gondolkodást tartották fontosnak. Természetesen ezzel nem azt mondjuk, hogy a belső tényezőknek, a sportszakmának és az azzal szorosan összefüggésben hozható edzéseleméleti háttérnek nincs jelentős erővel bíró hatása a felkészítésben, de kutatásunk bizonyította a sportolók körülvevő környezeti tényezők erős befolyását is, valamint az interperszonális kapcsolatrendszer fontosságát is a sportban elérhető sikerek érdekében.

Feltételeztük (H3), hogy a válogatott és nem válogatott utánpótláskorú kézilabdázók esetében különbség mutatkozik a pszichomotoros, pedagógiai és pszichés területeken.

A hipotézisünk részben igazolódott be, mivel a férfiak esetében mind a három vizsgált területeken statisztikailag kimutatható módon meg tudtuk különböztetni a válogatott és nem válogatott kézilabdázókat, míg a nők esetében nem minden esetben.

A pszichomotoros képességek esetében a férfi válogatottak és a nem válogatottak csoportját a kondicionális és alkati mutatókban is el tudtuk különíteni, míg a nők vizsgálata alkalmával csak egy – alkati tényező – esetében. A kondicionális képességek elemzése során nem találtunk olyan különbséget a válogatott női kézilabdázóknál, amely a válogatottak eredményei alapján tudta volna megkülönböztetni a két mintát a nők esetében.

A pedagógiai területek elemzésekor a válogatott férfiakat meg tudtuk különböztetni a nem válogatottaktól. A válogatott nők esetében viszont korántsem volt egyértelmű a különbség a két beválási szint között, sőt, a szülői kapcsolatokban nem találtunk különbséget a nők esetében a két csoport között.

A pszichés területek vonatkozásában mind a férfiak és mind a nők esetében a válogatottakat meg tudtuk különböztetni a nem válogatott társaiktól a belső motiváció különböző tényezői alapján.

Feltételeztük (H4), hogy a válogatott és nem válogatott férfiak és nők esetében eltérőek lesznek a beválás jellemzői.

A hipotézisünk bizonyítást nyert. A válogatott férfiak és nők között a beválást meghatározó jellemzők esetében különbségeket találtunk minden területen.

A férfiak vonatkozásában minden vizsgált jellemző esetében találtunk legalább négy változóban szignifikáns különbséget, amelyek azt erősítik, hogy a vizsgált férfiak csoportjai jól elkülöníthetőek voltak. A két nem összehasonlítása esetében erőteljes különbséget véltünk felfedezni a férfiak kapcsán kondicionális képességekben, viszont a nők között nem találtunk olyan különbséget, amely a válogatott kézilabdázókat megkülönbözteti a nem válogatott társaiktól. A pedagógiai háttér esetében a férfiak esetében találtunk külső, mind pedig belső tényezőket, míg a nők esetében csak külső tényezőket. A pszichológiai területekhez tartozó motivációs bázisok esetében találhattunk közös fő jellemzőt – a válogatott férfiak és nők között – a belső motiváció vonatkozásában, de az azon belüli jellemzők kapcsán már eltérést találtunk, valamint a különféle szorongástípusok esetében is eltérőek voltak a jellemzők a két nem között. A

kapcsolatrendszer eredményei vonatkozásában a válogatott férfiak mind a szülői, mind az edzői kapcsolatok feltárása során különbséget mutattak. A nők esetében a válogatottak csak az edzői kapcsolatok során voltak megkülönböztethetők, viszont a szülői autonómia támogatás és a belső motivációban kapcsolat rajzolódott ki a válogatott nők esetében. A személyiségjegyek elemzése során csak férfiak esetében találtunk megkülönböztető jegyeket a nem válogatott mintával szemben. A két nem eltérő jellemzői eddig is nyilvánvalóak voltak. Ezek az eltérő vonások erősen megjelennek, és fel is erősödhetnek a sporttevékenység során, így ezeknek az ismereteknek számunkra fontos tudásanyaga lehet, melyet birtokolni szükséges a felkészítésben részt vevő szakembereknek.

5.9. A kutatás eredményeink hasznosulása a gyakorlati munkában, ajánlás

Összegezve kutatási eredményeinket és megállapításainkat elmondhatjuk, hogy új és a sportág számára is hasznos információkat kaptunk a tehetséggondozás és a beválás kérdéseire kapcsolódóan. A hazai kézilabdázásban ilyen vizsgálat még nem történt korábban, amely a környezeti feltételeket koherens módon próbálta meg kezelni a beválás vonatkozásában. Vizsgálatunk során feltártuk a hazai kézilabda utánpótlás nevelés, kiemelten az elit képzésben részt vevők helyzetét, státuszát, az őket körülvevő belső és külső környezet állapotát, szerepét a sikeresség és a beválás érdekében. A kutatásunk elsődleges célja az volt, hogy értékeljük és támogassuk is egyben a hazai utánpótlás - nevelés rendszerét, amellyel felkészítjük a játékosokat a versenysportra. Az utánpótlásban bevált, elit kézilabdázók – zömmel ezek a fiatalok – jelennek majd meg a felnőtt, nemzetközi mezőnyben is. Céljaink között szerepelt, hogy mindezt elsősorban a sportolók szemszögéből tegyük, de az interjúk során a sportági szakemberek is hozzájárultak véleményükkel a kutatás eredményeihez.

Kutatásunk legjelentősebb eredményét akkor könyvelhetnénk el, ha a tudomány által igazolt megállapítások mellett a napi gyakorlati munka számára is támpontokat nyújthatnánk majd javaslatainkkal. Ehhez szükségesnek tartjuk, hogy a sportági szövetség megismerje kutatásunk eredményeit a különböző publikációk és ismeretterjesztő előadások, továbbképzések során az edzőképzésben, amely új gondolatvilágot indíthat el a hazai sportszakemberek felkészítési és képzési programjainak összeállítása kapcsán.

A feltáró kutatómunka rámutatott arra, hogy – bármennyire és jogosan is – a pszichomotorikus és sportszakmai képességek és készségek minőségét mind a sportolók, mind a szakemberek (minden szinten) az első helyeken említik. Ezen túl viszont igényük van egyéb olyan környezetből érkező támogatásra is, amelyek befolyásolhatják a teljesítményüket. Ebben a tudatban a sportszakember képzésből nem hiányozhatnak a rendszeres pedagógiával, pszichológiával összefüggő modulok – amelyek támaszkodva a sportolói környezeti kutatások eredményire – biztos tudást és biztonságos környezetet adhatnak a gyakorlati munkában részt vevő szakembereknek. A férfiak és a nők beválásnak a különbözősége pontosan arra mutat rá, hogy a nők esetében – mivel a kondicionális képességek esetében a bevált nőkre vonatkozólag nem volt egyértelmű különbség a nem beváltakkal szemben – a környezeti tényezők, a pszichés háttér minősége erőteljesebb hatással lehet a teljesítményre.

A beváláshoz szükséges inter- és intraperszonális rendszerek egymásra és egymásba épülése erőteljes felhajtóerővel rendelkezik a megvalósuló teljesítmény kapcsán. A szülők, edzők edukációja és széles körű ismereteinek bővítése ma már elengedhetetlen követelményként kell, hogy beépüljön a képző és önképző folyamatokba. A szülők tájékoztatása – gyermeke aktuális állapotáról – feladattá kell, hogy váljon a sportszervezetek részéről, melyhez az országos szakági szövetségnek kell megadni azokat a tartalmakat, amelyeknek szükséges megjelenniük az edukációs folyamatban.

Vizsgálatunk során rávilágítottunk arra, hogy az edzők szerepe kiemelt jelentőséggel van jelen a felkészítés minősége kapcsán. A vezetési stílusok ötvözése, és azoknak a helyzethez való adekvát alkalmazása, a sportolók számára való autonómiai biztosítása ma már elvárás egy hivatására felelősséggel gondolkodó pedagógus-szakember számára. A válogatott sportolókat egyértelműen el tudtuk különíteni a nem válogatottaktól az edző-sportoló kapcsolata és a sportolói autonómia vizsgálata során. A válogatottak és nem válogatottak közti különbséget a két csoport között a válogatottak pozitív véleménye jelentette minden mintában. Ebből arra következtethetünk, hogy a válogatott sportolókkal foglalkozó szakemberek esetében a pedagógia ismeretek minősége és azok alkalmazása egyéni és csapatszinten erőteljesen megkülönbözteti a válogatottakkal és a nem válogatottakkal foglalkozó szakembereket. A napi gyakorlat esetében számunkra ez fontos információ, mivel a legtöbb kézilabdázó a nem

beváltak/válogatottak szintjén tevékenykedik, viszont a sportág számára jelentős szerepet töltenek be. Ebből a tényből kiindulva nem mondhatunk le róluk, mivel az ő tevékenységük és a sport által történő személyiségfejlesztésük a társadalom számára legalább annyira fontos számunkra, mint a nemzetközi eredmények, így a velük foglalkozó edzők pedagógiai tudástartalmának a fejlesztése a sportág számára elégedhetetlen, nem beszélve a legjobbak számára az edzés -, illetve a versenytárs szerepükről.

Az edzők pszichés háttere esetében ugyan nem találtunk különbséget a válogatott és nem válogatott, valamint a férfi és női minta között, de a neveléstudomány komplexitásából adódóan – amennyiben a pedagógiai háttér fejlődik –, úgy az azzal szoros összefüggésben lévő pszichés képességek rendszere is fejleszthető lesz az edzők esetében, amelyet elvárásként megfogalmaztak a kézilabdázók is.

A sportolók pszichés-mentális állapota erősen befolyásoló tényező a csapatsportok esetében is. A csapatban való tevékenykedés eredményének a minősége az egyének pszichés-mentális-motivációs állapotának a függvénye is. Ezeknek az egyéni állapotoknak a szintje és azok működésének az eredménye a csapatsportágakban csapatszinten fog realizálódni. Tehát számunkra nem mindegy, hogy a csapatot alkotó egyének milyen pszichés-mentális állapotban és motivációs bázissal rendelkeznek. A riportok alapján az edzők, valamint a sportolók is felismerték és egyre inkább fontosnak tartják a pszichés-mentális-motivációs felkészültségét, ami egy nagyon fontos információ a napi gyakorlati munka tervezése esetében. A pszichés-mentális-motivációs állapotok fejlesztése a legtöbb esetben igénylik a szakemberek bevonását is a felkészítésbe. Ezek a képességek a felkészítés során, valamint az életkorok és környezeti hatások során változnak, erősödhetnek, gyengülhetnek. A hosszú távú felkészítési folyamatok eredményességének a támogatása érdekében nem elégségesek az egyszeri vizsgálatok sem a szakmai, sem a neveléstudományt érintő területek esetében. Emiatt javaslatunk mindenképp az, hogy nem csak egyszeri vizsgálatokon keresztül érdemes adatokat gyűjteni a sportolókról, hanem folyamatos felmérések által, így nyomon követhetőek lennének a változások, és megállapítható lenne a változás tendenciája is. Az általunk alkalmazott tesztek alkalmasak a pszichomotoros képességek, a motivációs környezet, a személyiségvonások, a sportpedagógiai aspektusok és a teljesítményleadást megelőző állapot mérésére. Eredményeink alapján elmondhatjuk, hogy hazai

környezetben is jól alkalmazhatóak ezek a tesztek, és az eredmények elemzése sok hasznos információt nyújt a felkészítés további menetéhez.

A kézilabdázók sorozatterhelése, valamint a mérkőzések közbeni adekvát döntések meghozatala során a pszichés képességek szerepe felértékelődött a kézilabdázásban. Ez hatványozottan igaz a beváltak esetében világversenyekre, ahol közel azonos képességű csapatok ellen kell bizonyítani tartósan, több mérkőzésen keresztül.

Az eredmények kiértékelése után látható, hogy a válogatott sportolók mérkőzés előtti állapot szintje az önbizalom- és a szorongásmentesség alapján különböztethető meg a nem válogatottakkal szemben. Ezek a jellemzők biztosíthatják a felkészülés sikerességét, valamint az eredményes pályafutást. A külső motiváció a riportok alapján került említésre, kizárólag a válogatott sportolók esetében. Továbbá nem elhanyagolható a kérdés – igaz, ez a nem válogatottak esetében volt lényeges –, hogy az amotiváció miért lehet jelen egy utánpótláskorú kézilabdázó esetében? Ez alapján érezhető, hogy a nem válogatottak edzőinek esetében – amely, ahogy ezt megelőzően említettük, a nagyobb közeget alkotja az edzői társadalomban – érdemes pedagógiaiilag megújulni, valamint a korábban alkalmazott pedagógiai eszközöket és módszereket újragondolni, hiszen ezekből az eredményekből következtethető, hogy a sportolók kézilabdához kapcsolódó motivációs irányultsága megváltozik az utánpótláskor vége felé.

5.10. A vizsgálat korlátai, további kutatási lehetőségek

Vizsgálatunk során a mintaválasztás esetében az elemszámot erősen meghatározta a beváltak csoportjába tartozó válogatott kézilabdázók elemszáma, mivel a nem beváltak/nem válogatottak elemszámát is ehhez kellett meghatároznunk. Ebből adódóan a kutatás eredményei a mintavételi eljárás során meghatározott közegekre érvényesek. A kutatásnak nem volt célja a teljes korosztályos minta vizsgálata.

Kutatásunk jelen szakaszának lezárása még sok nyitott kérdést rejthet magában a kézilabdázás kapcsán. A kutatómunka során elvégzett széles körű információgyűjtés lehetőséget adhat arra, hogy további kutatásokat is folytathassunk. A jelen korosztállyal elvégzett elemzésből, értékelésből kiindulva izgalmasnak ígérkező téma lehet a jövőt érintőlegesen, ha nem csak az ifjúsági korosztályt, hanem a fölöttük lévő junior és

felnőtt korosztályos mintát is felmérnénk. A kapott eredmények és azok értékelése komoly hozzáadott értéket jelenthetnek majd a későbbiekben a kiválasztás, a felkészítés, a beválás hármas egységének a harmonikus és eredményes működéséhez a kézilabdázásban, amely tovább növelheti a sportág eredményességét és versenyképességét a hazai és a nemzetközi sportéletben.

IRODALOMJEGYZÉK

Adie, J. W., Jowett, S. (2010): Meta-Perceptions of the Coach-Athlete Relationship, Achievement Goals, and Intrinsic Motivation Among Sport Participants. *Journal of Applied Social Psychology*, 40(11). 2750–2773.

Allport, G. W.; (1980): A személyiség alakulása. *Gondolat*, 1980. 599.

A Magyar Kézilabda Szövetség sportági stratégiája (2022): <https://drive.google.com/file/d/1o3Y3KDsCNtLLuaPVL8uoWT6wlzZ53oWE/view?usp=sharing>

Amiot, C. E., Gaudreau, P., Blahard, C. M. (2004): Self-Determination, Coping, and Goal Attainment in Sport. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 26(3). 396–411.

Amorose, A. J., Anderson-Butcher, D. (2015): Exploring the Independent and Interactive Effects of Autonomy-Supportive and Controlling Coaching Behaviors on Adolescent Athletes' Motivation for Sport. *Sport, Exercise, and Performance Psychology*, 4(3), 206–218.

Arai Y, Hisamichi S., (1998): Self – Reported Exercise Frequency and Personality: A Population Based Study in Japan, *Sage Journals*, vol.87.

Balogh László (2003): Az iskolai tehetségnevelés helyzete hazánkban - európai kitekintéssel. *Alkalmazott pszichológia*, 2. 89–102.

Balogh László (2004): Iskolai tehetséggondozás. *Kossuth Egyetemi Kiadó*, Debrecen.

Balogh László, Révész György (2019): Tehetségmodellek mint a fejlesztő programok indulási alapjai. In Bajor Péter, Balogh László, Bucsí Szabó Zsolt, Polonkai Mária, Révész György (szerk), A tehetség kézikönyve. Budapest, *Magyar Tehetségsegítő Szervezetek Szövetsége*.

Bartha Éva Judith (2016): A kommunikációs stílus szerepe az edzői munka hatékonyságában = The Role of Communication Style in the Efficiency of Trainer Profession". *TAYLOR* 8(2):87-94.

Charlotte Beaudoin, Bettina C, François T, (2015): Coaches' Adoption and Implementation of Sport Canada's Long-Term Athlete Development Model, *Sage Journals*, 1–16.

Binet, A., Simon, T. (1905): New methods for the diagnosis of the intellectual level of subnormals. *Annals of psychology*, 11. 191.

Bíróné Nagy Edit (2004): Sportpedagógia. *Dialóg Campus* Kiadó, Budapest-Pécs.

Black, A. E., Deci, E. L. (2000): The Effects of Instructors Autonomy Support and Students Autonomous Motivation on Learning Organic Chemistry: A Self-determination Theory Perspective, *Science Education*, 84(6). 740–756.

Bloom, G A., Salmela, J. H. (2000): Personal characteristics of expert team sport coaches. *Journal of Sport Pedagogy*, 6,56-76.

Bloom, B.S. (1985): Developing talent in young people. *Ballantine*, New York.

Bojic-Cacic L, Ohnjec K, Vuleta D. (2017): Why do girls to practice handball and what is the coach role in their motivation enhancement? 4th EHF Scientific Conference. Scientific Approach to the Player's Environment – From Participation to the Top. *European Handball Federation*, Vienna, Austria, 114–117.

Bognár Gábor (2000): Tizenhét éves párbajtőrívó fiúk személyiségtulajdonságainak és motivációinak vizsgálata. *Kalokagathia*, 1-2. 39–50.

Bognár József, Trzaskoma-Bicsérdy Gabriella, Révész László, Géczi Gábor (2006): A szülők szerepe a sporttehetség-gondozásban. *Kalokagathia*, 1-2. 86–96.

Bognár József (2010): Pedagógiai és sportpedagógiai ismeretek. Letöltve: 2024.11.26. https://itc.semmelweis.hu/add/mob/sp_neveles/pedagogia_sportpedagogia_OKJ_jegyzet.pdf.

- Bognár József (2023): Sportpedagógia. Budapest, *Krea – Fitt Kft.*
- Bouchard, C., Blair, S., & Haskell, W. (2007): Physical activity and health. *Champaign: Human Kinetics*, (e-book).
- Brière, N. M., Vallerand, R. J., Blais, M. R., & Pelletier, L. G. (1995). Development and Validation of a Measure of Intrinsic, Extrinsic and Amotivation in the Sport Context: The Echelle de Motivation dans les Sports (EMS). *International Journal of Sport Psychology*, 26, 465-489.
- Budavári Ágota (2007): Sportpszichológia. Budapest, *Medicina*
- Calvo, T. G., Cervelló, E., Jiménez, R., Iglesias, D., Mucia, J. A. (2010): Using Self-Determination Theory to Explain Sport Persistence and Dropout in Adolescent Athletes, *The Spanish Journal of Psychology*, 13(2). 677–684.
- Carter, J. E. L. (1970): Le somatotypes of athletes – a review. – *Human Biology*. 42; 535.
- Child, D. (2004): The gifted and talented. *Psychology and the teacher*. Vol.:7. Continuum, London.
- Côté, J. (1999): The influence of the family in the development of talent in sport. *The Sport Psychologist*, 13. 395–417.
- Côté, J. (2002): Coach and peer influence on children's development through sport. In: Silva, M.J., and Stevens, D. (Eds): Psychological foundations of sport. *Allyn and Bacon*, Boston. 520–540.
- Cushion, C. J., Armour, K. M., & Jones, R. L. (2003). Coach Education and Continuing Professional Development: Experience and Learning to Coach. *Quest*, 55(3), 215–230. <https://doi.org/10.1080/00336297.2003.10491800>
- Christopher J. Cushion, Kathy M. Armour, and Robyn L. Jones: (2003): Coach Education and Continuing Professional Development: Experience and Learning to Coach, *QUEST*, 2003, 55, 215–230.

Czeizel Endre (1997): Sors és Tehetség. *Minerva Kiadó*, Budapest.

Czeizel Endre (2000): Költők-Gének-Titkok. *Galenus Kiadó*, Budapest.

Czeizel Endre (2003): Sport és genetika. *Magyar Sporttudományi Szemle*, 1. 15–22.

Czeizel Endre (2004): Sors és Tehetség. *Urbis Könyvkiadó*, Budapest.

Day, J. A. P., Duquet, W., Meerseman, G. (1977): Anthropometry and physique type of female middle and long distance runners, in relation to speciality and level of performance. – In Eiben, O. G. (ed.) Growth and Development; Physique. – Symp. Biol. Hung. 20; 385–398. *Akadémiai Kiadó*, Budapest.

Dorsch, T. E., King M. Q., Dunn, C. R., Osai, K. V., Tulane, S. (2016): The Impact of Evidence-Based Parent Education in Organized Youth Sport: A Pilot Study. *Journal of Applied Sport Psychology*, 29(2). 199–214.

Douse, N. A., & McManus, I. C. (1993): The personality of fantasy game players. *British Journal of Psychology*, 84, 505–509.

Dishman, K. R., & Buckworth, J. (2001): Exercise Psychology. In: Williams, J. M. (Ed.), *Applied Sport Psychology: personal growth to peak performance* (pp. 497–518). Houston: *Mayfi eld Publishing Company*.

Doll, J., & Mayr, U. (1987): Intelligenz und Schachleistung eine Untersuchung an Schachexperten Psychologische. *Beitrage*, 29. 270–289.

Duda J.L., Whitehead, J. (1998): Measurment of goal perspectives int he physical domain. In.: *Advances in Sport and Exercise Psychology Measurment* (edited by Duda, J.L.) *Fitness Information Technology*, Morgantown, WV.

Ericsson, K.A. Krampe, R.T., Tesch-Römer, C. (1993): The role of deliberate practice in the acquisition of expert performance. *Psychological Review*, 100. 363–406.

Ericsson, K.A., Charness, N. (1994): Expert performance: its structure and acquisition. *American Psychologist*, 49. 725–747.

Ericsson, K.A., Lehmann, A.C. (1996a): Expert and exceptional performance: evidence of maximal adaptation to task constraints. *Annual Review of Psychology*, 47. 273–305.

Ericsson, K.A., (1996b): The Road to Excellence. The acquisition of Expert Performance in the Arts and Sciences, Sport and Games. Lawrence Erlbaum Associates Publishers, Mahwah, New Jersey.

Fredricks, J.A., & Eccles, J.S. (2004): Parental Influences on Youth Involvement in Sports. In: Weiss, M.R. (Ed.): Development Sport and Exercise Psychology: A Lifespan Perspective. *Fitness Information Technology Inc*, Morgantown WV. 145–164.

Frenkl Róbert (2003): Sporttchetség. *Magyar Sporttudományi Szemle*. 2. 16.

Gagné, F. (1991): Toward a differentiated model of giftedness and talent. In. Colangelo, D. and Davis (Ed): Handbook of gifted education. *Allyn and Bacon*, Boston. 65–80.

Gagné, F. (1999): Is There Light at the End of the Tunnel? *Journal for the Education of the Gifted*, 22. 231.

Gagne, M., Ryan, R. M., Bargmann, K (2003): Autonomy Support and Need Satisfaction in the Motivation and Well-Being of Gymnasts. *Journal of Applied Sport Psychology*, 15(4). 372–390.

García Calvo T., Cervelló E., Jiménez, R., Iglesias, D., & Moreno Murcia, C. A. (2010): Using Self-Determination Theory to Explain Sport Persistence and Dropout in Adolescent Athletes . *The Spanish Journal of Psychology*, 13/2, 677–684.

Gardner, H. (1983): Frames of Mind: The Theory of Multiple Intelligences. *A subsidiary of Perseus Book*, New York.

Gardner, H. (1991): The unschooled mind. *Fontana Press*, London.

Gaudreau, P., Morinville, A., Gareau, A., Verner-Filion, J., Green-Demers, I., & Franche, V. (2016): Autonomy Support from Parents and Coaches: Synergistic or Compensatory Effects an Sport-Related Outcomes of Adolescent-Athletes? *Psychology of Sport and Exercise*, 25(1). 89–99.

Gábor Géczi, László Tóth L, Kornél Sipos, Balázs Fügedi, Henriette Dancs, József Bognár (2009): Psychological Profile Of Hungarian National Young Ice Hockey Players, *Kinesiology* 41(2009) 1:88–96.

Géczi Gábor, Baji István (2016): A Hosszú-távú Sportfejlesztési Program szükségsszerűsége a magyar sportban. *Testnevelés, Sport, Tudomány*, 1.1: 27–37.

Géczi Gábor (2009): Siker és tehetséggondozás problémaköre U18 jégkorong játékosok motoros és pszichológiai vizsgálata alapján. Doktori értekezés. *SE*, Budapest

Goldstein, J. D., Iso-Ahola, S. E. (2008): Determinants of Parents Sideline-Rage Emotions and Behaviors at Youth Soccer Games. *Journal of Applied Social Psychology*, 38(6), 1442–1462.

Gombocz János (1995): Az edző-sportoló kapcsolat néhány pedagógiai kérdése. *Mesteredző*, (5) 3. 3–5.

Gombocz János (1996): Nevelői pályák párhuzamai. *Kalokagathia*, 1-2.106–120.

Gombocz János (2004): A testnevelő tanár és az edző pedagógiai szerepe. In.: Bíróné Nagy Edit (szerk): Sportpedagógia. *Dialóg-Campus Kiadó*, Budapest-Pécs.

Gombocz János (2005): A sportegyesület, a nevelés helyszíne. *Kalokagathia*, 1-2. 27–36.

Gombocz János, Gombocz Gábor (2006): Utánpótláskorú sportolók véleménye edzőjükről. *Kolkagathia*, 44, (1-2). 76–85.

Gould, D., Horn, T. (1984): Participation motivation in young athletes. In.: Silva, M., Weinberg, R.S. (eds): Psychological Foundations of Sport. *Human Kinetics, Champaign, IL*.

Guilford, J.P. (1967): The nature of human intelligence. *Mcgraw-Hill, New York*.

Gyömbér Noémi, Kovács Krisztina, Ruzits Éva (2016): Gyereklélek sportcipőben. Budapest, *Noran Libro Kiadó*.

Gyömbér Noémi, Kovács Krisztina (2012): *Fejben dől el – Sportpszichológia mindenkinek*. Budapest, *Nolan Libro*. Kiadó

Gyömbér Noémi (2018): A sportpszichológiai felkészítés szerepe a sportolói személyiség formál(ód)ásában. Doktori értekezés, *Testnevelési Egyetem Sporttudományok Doktori Iskola*, Budapest.

Hagger, M. S., Chatzisarantis, N. L., Hein, V., Pihu, M., Soós, I. & Karsai, I. (2007): The perceived autonomy support scale for exercise settings (PASSES): Development, validity, and cross-cultural invariance in young people. *Psychology of Sport and Exercise*, 8(5), 632–653. doi: 10.1016/j.psychsport.2006.09.001.

Harris, B. S., & Watson, J. C. (2011): Assessing Youth Sport Burnout: A Self-Determination and Identity Development Perspective. *Journal of Clinical Sport Psychology*, 5(2). 117–133.

Harsányi László (2000): Edzéstudomány. *Dialóg Campus* Kiadó, Budapest-Pécs.

Hayes, J.R. (1981): The complete problem solver. *Franklin Institute Press*, Philadelphia, PA.

Hein, V., Joessaar, H. (2014): How Perceived Autonomy Support from Adults and Peer Motivational Climate Are Related with Self-Determined Motivation among Young Athletes, *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 13(3). 193–204.

Heller, K. A., Neville, J., Schofield, N.J. (2008): Identification and Nurturing the Gifted from an International Perspective. In: S. I. (Pfeiffer (Ed) *Handbook of Giftedness in Children* (pp. 93–115). New York, NY: Springer.

Hellstedt, J.C. (1987): The coach-parent-athlete relation. *The Sport Psychologist*, 1. 151–160.

Helsen, W.F., Starkes, J.L., Hodges, N.J. (1998): Team sports and the theory of deliberate practice. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 20. 12–34.

Hodge, T., Deakin, J.M. (1998): Deliberate practice and Expertise in the Martial Arts: The Role of Context in Motor recall. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 20. 260–279.

Hodges, N.J., & Starkes, J.L. (1996): Wrestling with the nature of expertise: a sport specific test of Ericsson, Krampe and Tesch-Römer's (1993) theory of deliberate practice. *International Journal of Sport Psychology*, 27. 400–424.

Holt, N., Tamminen, K., Black, D., Mandigo, J. & Fox, K. (2009): Youth Sport Parenting Styles and Practices. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 31(1), 37–59.

Istvánfi Csaba (2002): A versenysportra történő kiválasztás aktuális problémái és megoldási lehetőségei az iskolában. *Magyar Edző*, 3. 8–11.

Istvánfi Csaba (2005): Nevelés, testnevelés, sport. *Kalokagathia*, 1-2. 15–26.

Jensen K. (2003): Physical capacity in Danish national team, *Journal of Team Denmark*.

Joesaar, H., Hein, V., Hagger, M. S. (2012): Youth Athletes' Perception of Autonomy Support from the Coach, Peer Motivational Climate and Intrinsic Motivation in Sport Setting: One-Year Effects, *Psychology of Sport and Exercise*, 13(3). 257–262.

Juhász István, Horváth László, Rácz László, (2018): Serdülő korú fiú kézilabdázók kiválasztási folyamatának tapasztalatai. Eger, *ACTA Universitatis, Sectio Sport*, Tom. XLV. pp. 25–36.

Juhász István (2017): A kézilabdázók felkészítésnek edzéselméleti összefüggései. Eger, *Liceum Kiadó*.

Jowett, S., Cockerill, I.M. (2003): Olympic Medallists' Perspective of the Athlete-Coach Relationship. *Psychology of Sport and Exercise*, 4. 313–331.

Jowett, S., & Ntoumanis, N. (2004): The coach–athlete relationship questionnaire (CART-Q): Development and initial validation. *Scandinavian Journal of Medicine and Science in Sports*, 14(4), 245–257.

Jowet, S. & Felton L.: (2014): Coach – Athlete Relationships and Attachment Styles within Sport Teams, *Group Dynamics in Exercise and Sport Psychology*, eBook, ISBN: 9780203794937.

Kaminski, G., Mayer, R. & Rouff, B.A. (1984): Kinder und Jugendliche im Leistungssport. *Schorndorf*, Federal Republic of Germany

Kamm, R.L. (1998): A developmental and psychoeducational approach to reducing conflict and abuse in Little League and youth sports. *Child and Adolescent Psychiatric Clinics of North America*, 7. 891–918.

Karcher C. & Buchheit M. On-court demands of elite handball, with special reference to playing positions. *Sports Medicine* 2014 Jun;44(6):797-814. doi: 10.1007/s40279-014-0164-z. PMID: 24682948.

Keegan, R., Spray, C., Harwood, C. & Lavallee, D. (2010): The Motivational Atmosphere in Youth Sport: Coach, Parent, and Peer Influences on Motivation in Specializing Sport Participants, *Journal of Applied Sport Psychology*, 22(1). 87–105.

Kiss, B. – Balogh, L. (2019): A study of key cognitive skills in handball using the Vienna Test System. *Journal of Physical Education and Sport*, 19 (1) 733–741. University of Debrecen, Hungary.

Kiss István, Balogh László, (2004): Kellemes problémák. In: N. Kollár Katalin, Szabó Éva (szerk.): *Pszichológia Pedagógusoknak*. Osiris Kiadó, Budapest. 496–534.

Kiss Zoltán (2023): Hazai és határon túli utánpótláskorú labdarúgók tehetséggondozásának jellemzői, doktori értekezés, *Eszterházy Károly Katolikus Egyetem Neveléstudományi Doktori Iskola*, Eger

Krisztina Kovács, Johanna Takács, István Juhász, Katalin Kovács (2024): Perceptions of parental involvement in youth handball players, the effects of sport participation stage and sports injury, *Frontiers* vol:15.

Krisztina Kovács, Rita F. Földi, Noémi Gyömbér (2023): The Effects of Parent's and Children's Characteristics on Parental Involvement in Sport, *Sage Journal*, Volume 44, Issue 10.

Knight, C. J. & Holt, N. L. (2012): Working with young athletes. In S. Hanton & S. D. Mellalieu (Eds.), *Professional practice in sport psychology* (pp. 31–53). London: Routledge.

Kovács Antal, Paár Dávid, Elbert Gábor, Welker Zsanett, Stocker Miklós, Ács Pongrácz (2015): A magyar háztartások sportfogyasztási szokásainak felmérése. *Pécsi Tudományegyetem Egészségtudományi Kar*, Pécs.

Kovács Krisztina Berki Tamás, Ágoston Réka, Smohai Máté, Harsányi Szabolcs Gergő, Szemes Ágnes, Gyömbér Noémi (2020a): A Sportolói Kiegészítő Kérdőív hazai adaptációja. *Magyar Pszichológiai Szemle* 75(3), 391–406.

Kovács Krisztina, Gyömbér Noémi, Kelemen Ákos, Fodorné Földi Rita (2019): Az észlelt autonómiatámogatás hatása a teljesítéscélokra karateutánpótlás-korosztályoknál. *Magyar Pszichológiai Szemle*, 74(2/3). 163–180.

Kovács Krisztina, Fodorné Földi Rita, Lénárt Ákos, Gyömbér Noémi (2020): Észlelt autonómia támogatás hazai adaptációja. *Alkalmazott pszichológia*, Budapest, 20(1): 103–109, TE

Kovács Krisztina, Fodorné Földi Rita, Gyömbér Noémi (2021): Az edző – sportoló kapcsolat kérdőív hazai adaptációja a sportoló szemszögén keresztül. *Magyar Sporttudományi Szemle*, 22. 90. 2021 (2).

Kovács Krisztina, König-Görögh Dóra, Gyömbér Noémi (2021): Az edzői viselkedés kérdőív hazai adaptációja. *Mentálhigiéne és Pszichoszomatika* 22 (2021) 3, 261–280.

Krogius, N. (1976): Psychology in chess. *RMH Press*, New York.

- Lonsdale, C., Hodge, K. & Rose, E. (2009): Athlete Burnout in Elite Sport: A Self-determination Perspective. *Journal of Sports Sciences*, 27(8). 785–795.
- Mageau, G.A. & Vallerand, R.J. (2003): The coach-athlete relationship: a motivational model. *Journal of Sport Sciences*, 21, 883–904.
- Malina, P.M. & Bouchard, C. (1991): Growth, Maturation and Physical Activity. *Human Kinetics, Champaign*. pp. 251–272.
- Markovic G, Dizdar D, Jukic I, & Cardinale M. Reliability and factorial validity of squat and countermovement jump tests. *J Strength Cond Res*. 2004 Aug;18(3):551-5. doi: 10.1519/1533-4287(2004)18<551:RAFVOS>2.0.CO;2. PMID: 15320660.
- Marland, S.P. (1972a): In: Tóth László (szerk. és ford.) (1998): A tehetség tanítása. *KLTE-Kossuth Egyetemi Nyomda, Debrecen*.
- Martens, R., Burton, D., Vealey, R.S., Bump, L.A., & Smith, D.E. (1990): Development and validation of the Competitive State Anxiety Inventory-2. In R. Martens, R.S. Vealey, & D. Burton, *Competitive anxiety in sport* (pp. 117–190). Champaign, IL: *Human Kinetics*.
- Mészáros János, Zsidegh Miklós (2002): A sporttehetség-humánbiológiai megközelítés. *Magyar Edző*, 3. 4–8.
- Michalsik, L. B. (2004): Analysis of working demands of Danish handball players. In P. Jørgensen, & N. V. Vogensen (Eds.), What's going on in the gym?: *Learning, teaching and research in physical education* (pp. 321–330).
- Monsaas, J. A. (1985): Learning to be a world-class tennis player. In: Bloom, B.S. (Ed.): Developing talent in young people. *Ballantine Books*, New York. 211–269.
- Morris, T. (2000): Psychological characteristics and talent identification in soccer. *Journal of Sports Sciences*. 9. 715–726.
- Mouratidis, A., Lens, W. & Vansteenkiste, M. (2010): How You Provide Corrective Feedback Makes a Difference: The Motivating Role of Communicating in an

Autonomy-Supporting Way. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 32(5). 619–637.

Mönks, F.J., Knoers, A.M.P. (1997): *Ontwikkelingspsychologie*. 7th ed., Van Gorcum, Assen.

Mönks, F.J., Boxtel, H.W. (2000): A Renzulli-modell kiterjesztése és alkalmazása serdülőkorban. In: Balogh László, Herskovics Mária, Tóth László (szerk.) *A tehetségfejlesztés pszichológiája. Kossuth Egyetemi Kiadó*, Debrecen. 67–82.

Mohamed, H., Vaeyens, R., Matthys, S., Multael, M., Lefevre, J., Lenoir, M., Philippaerts, R. (2009): Anthropometric and performance measures for the development of a talent detection and identification model in youth handball. *Journal of Sports Sciences*. 27(3). 257–266.

Myer, G. D., Ford, K. R., Brent, J. L. & Hewett, T. E. (2007): Differential neuromuscular training effects on ACL injury risk factors in „high-risk” versus „low-risk” athletes. *BMC Musculoskeletal Disorders*, 8, 39–45.

Nádori László (1985): A tehetségek keresésének lehetőségei a testnevelésben. *Pedagógiai Szemle*, 4. 386–393.

Négele Zalán, Tróznai Zsófia, Pápai Júlia, Bíró Melinda, Nyakas Csaba (2017): A szelekció, a sportteljesítmény és a testfelépítés kapcsolata serdülőkorú kézilabdázóknál. *Acta Academiae Agriensis, Sectio Sport*, 2017. Nova series tom. XLIV. pp 29–48.

Neisser, U., Boodoo, G., Bouchard, T.J., Boykin, A.W., Brody, N., Ceci, S.J., Halpern, D. F., Loehlin, J.C., Perloff, R., Sternberg, R.J. & Urbina, S. (1996): Intelligence: Knowns and unknowns. *American Psychologist*, 51(2). 77–101.

Nickerson P. & Ellis D., (1991): Traveler Types and Activation Theory: A Comparison of Two Models, *Sage Journal*, 29:26.

Nieuwenhuis, C.F., Spamer, E.J. & Van Rossum, J.H.A. (2002): Prediction Function for Identifying Talent in 14- to 15-Year-old Female Field Hockey Players. *High Ability Studies*, (13)1. 21–33.

Oláh Attila, Szabó, Tamás, Mészáros Veronika, Pápai, Júlia (2012): A sportolói tehetségek kiválasztásának és nevelésének lehetséges útjai. In Kurimay, T., Faludi, V., Kárpáti, R. (szerk.) A sport pszichológiája. Fejezetek a sportlélektan és határterületeiről I. *Magyar Pszichiátriai Társaság & Oriold és Társai Kiadó*, Budapest. 17–60.

O'Rourke, D. J., Smith, R. E., Smoll, F. L., Cumming, S. P. (2013): Parent-initiated Motivational Climate and Young Athletes Intrinsic-Extrinsic Motivation: Cross-sectional and Longitudinal Relations. *Journal of Child and Adolescent Behaviour*, (2). 1–9.

Stewart PF, Turner AN & Miller SC. Reliability, factorial validity, and interrelationships of five commonly used change of direction speed tests. *Scandinavian Journal of Medicine and Science in Sports*. 2014 Jun;24(3):500-6. doi: 10.1111/sms.12019. Epub 2012 Nov 23. PMID: 23176602.

Paic Róbert, Kajos Attila, Meszler Balázs, Prisztóka Gyöngyvér (2018): A magyar nyelvű sportmotivációs skála (H-SMS) validációja és eredményei. *Magyar Pszichológiai Szemle*, 2018, 73. 2/3. 159–182.

Pápai Júlia (2000): Utánpótláskorúak testösszetétel és szomatotípus különbségei eredményességi szintjük függvényében. *Magyar Sporttudományi Szemle*, Különszám. Kutatási beszámoló 1997–1999. 57–61.

Pelletier, L. G., Fortier, M. S., Vallerand, R. J., Tuson, K. M., Briere, N. M., & Blais, M. R. (1995): Toward a new measure of intrinsic motivation, extrinsic motivation, and amotivation in sports: the Sport Motivation Scale (SMS). *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 17, 35–53.

Pelletier, L., Vallerand, R., & Sarrazin, P. (2007): Measurement issues in self-determination theory and sport. In: Chatzisarantis, N. & Hagger, M. S. (Eds), *Intrinsic motivation and selfdetermination in exercise and sport* (pp. 143–152). Champaign, IL: *Human Kinetics*.

Peltenburg, A. L. (1984): Growth and Development of Female Athletes. *Drukkeru Elinkwijk BV*, Utrecht.

- Pomerantz, E. M., Grolnick, W. S. & Price, C. E. (2005): The Role of Parents in How Children Approach Achievement. In Elliot A. J., Dweck, C. S. (eds): Handbook of Competence and Motivation. *Guilford Press*, New York, NY. 259–278.
- Pléh Csaba (2010). Kreativitás tehetség és gyakorlás, hangsúlyváltások a kutatásban. *Magyar Pszichológiai Szemle*, 65(2), 199–220.
- Radák Zsolt (2016): Edzésélettan. Budapest, *Magánkiadás*.
- Ranschburg Jenő (1989): Tehetseggondozás az iskolában. *Tankönyvkiadó*, Budapest.
- Ranschburg Jenő (2004): Gepárdkölykök. *Urbis Kiadó*, Budapest.
- Ráthonyi-Odor Kinga, Keceli Danica, Szabó Erika, Borbély Attila (2012): A Debreceni Sportiskola (DSI) növendékeinek menedzselése pszichológiai szempontból. *Magyar Sporttudományi Szemle* 13. évf., 51. sz., 2012/3 15–20.
- Renzulli, J. (1978): The Enrichment Triad Modell: A guide for developing defensible program for gifted and talented. *Creative Learning Press*.
- Reilly, T., Bangsbo, J. & Franks, A. (2000a): Anthropometric and physiological predispositions for elite soccer. *Journal of Sports Sciences*, 18, 669–683.
- Reilly, T., Williams, A. M., Nevill, A. & Franks, A. (2000b): A multidisciplinary approach to talent identification in soccer. *Journal of Sport Sciences* 20.
- Reynolds, J. & McDonough, H. (2015): Moderated and Mediated Effects of Coach Autonomy Support, Coach Involvement and Psychological Need Satisfaction on Motivation in Youth Soccer, *Human Kinetics*, Volume 29: Issue 1.
- Révész László (2023): A sporttehetség - gondozás elmélete és gyakorlata. Budapest, *Krea – Fitt*.
- Révész László, Géczi Gábor, Bognár József, Tóth László (2005a): A sporttehetség megközelítési módjai. *Magyar Edző*, 4. 5–8.

Révész László, Bognár József, Géczi Gábor (2005b): Pedagogical values reflected in elite sports: The case of talent. *10th Annual Congress, European College of Sport Science Abstract Book*, Belgrade. 225.

Révész László, Bognár József, Géczi Gábor (2007a): Kiválasztás, tehetség és pedagógiai értékek az úszásban. *Új Pedagógiai Szemle*, 4. 45–53.

Révész László (2008): A tehetséggondozás, a kiválasztás és a beválás néhány kérdésének vizsgálata az úszás sportágban, doktori értekezés, SE, Budapest

Révész László, Bognár József, Csáki István, Trazskoma-Bicsérdy Gabriella (2013): Az edző - sportoló kapcsolat vizsgálata az úszás sportágban. *Magyar Pedagógia*, 113 (1), 53–72.

Roberts, G. C. (1992): Motivation in Sport and Exercise: Conceptual Constrains and Convergence. In: Roberts, G. C. (Ed.), *Motivation in Sport and Exercise* (pp. 3–29). Champaign, IL: *Human Kinetics*.

Rókusfalvy Pál (1985): Tehetségkutatás - kiválasztás- és gondozás. *Testnevelés és Sporttudomány*, 1. 16–21.

Ryan, R.M. & Deci, E. L. (2002): Overview of Self-Determination Theory: An Organismic, Dialectical Perspective. In Deci, E. L., Ryan, R. M. (eds): *Handbook of Self-determination, Research*. The University of Rochester Press, New York, NY. 3–33.

Sack, H.G. (1980): Zur Psychologie des jugendlichen Leistungssportlers. Eine exemplarische Längsschnitt-Untersuchung an männlichen und weiblichen Langstreckenläufern über einen Zeitraum von vier Jahren am Ende der Adoleszenz. *Schorndorf*, Federal Republic of Germany.

Salmela J.H. (2011): *The Scientific of Gymnastics*, eBook, ISBN: 9780203874639, pp.5

Sapieja, K. M., Dunn, J. G., Holt, N. L. (2011): Perfectionism and Perceptions of Parenting Styles in Male Youth Soccer. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 33(1). 20–39.

Standage, M., & Ryan, R. M. (2012): Self-determination theory and exercise motivation: facilitating self-regulatory processes to support and maintain health and well-being. In: Roberts, G. C. & Treasure, D. C. (Eds), *Advances in motivation in sport and exercise* (3rd ed.) (pp. 233–270). Champaign, IL: *Human Kinetics*.

Simon, H.A., Chase, W.G. (1973): Skill in chess. *American Scientist*, 61. 394–403.

Smith, R.E., Christensen, D.S. (1995): Psychological skills as predictors of performance and survival in professional baseball. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 17. 399–415.

Smilkstein, G. (1980): Psychological trauma in children and youth in competitive sport. *The Journal of Family Practice*, 10. 737–739.

Smoll, F. L., & Smith, R. E. (1989): Leadership behaviors in sport: A theoretical model and research paradigm 1. *Journal of Applied Social Psychology*, 19(18), 1522–1551.

Sonsinak, L.A. (1985): Learning to be a concert pianist. In: Bloom, B.S. (Ed): *Developing talent in young people*. Ballantine, New York.

Souhail H, Castagna C, Mohamed HY, Younes H & Chamari K. Direct validity of the yo-yo intermittent recovery test in young team handball players. *Journal of Strength and Conditioning Research*. 2010 Feb;24(2):465-70. doi: 10.1519/JSC.0b013e3181c06827. PMID: 20072052.

Spearman, C. (1904): General intelligence, Objectively Determined and Measured. *American Journal of Psychology*, 15. 207–210.

Spearman, C. (1927): *The abilities of man*. Macmillan, New York.

Stacey E, Kevin T, Dan W, Alan B, Sergio L-B (2022): Youth Sport Participation Trends Across Europe: Implications for Policy and Practice, *Research Quarterly Exercise and Sport*, Leeds *Beckett University*.

Standage, M., & Ryan, R. M. (2012): Self-determination theory and exercise motivation: facilitating self-regulatory processes to support and maintain health and

well-being. In: Roberts, G. C. & Treasure, D. C. (Eds), Advances in motivation in sport and exercise (3rd ed.) (pp. 233–270). Champaign, IL: *Human Kinetics*.

Stern, W. (1914): The psychological methods of testing intelligence. *Warwick and York*, Baltimore, MD.

Starkes, J.L., Deakin, J.M., Allard, F., Hodges, N.J., Hayes, A. (1996): Deliberate practice in sports: what is it anyway? In.: Ericsson, K.A. (eds.): *The Road to Excellence: The Acquisition of Expert Performance in Arts and Sciences, Sports and Games*. *Lawrence Erlbaum Associates*, Mahwah, New Jersey. 81–106.

Stepnicka, J. (1977): Somatotypes of Czechoslovak athletes. In: Eiben, O. G. (ed.) *Growth and Development; Physique. Symp. Biol. Hung. 20; 357–364. Akadémiai Kiadó*, Budapest.

Sternberg, R. (1977): Intelligence, information processing and analogical reasoning: The componential analysis of human abilities. Hillsdale. *Erlbaum*, New Jersey.

Sternberg, R. (1991): Giftedness according to the Triarchic Theory of Human Intelligence. In: Colangelo, N.; Davis, G. (Eds): *Handbook of Gifted Education*. *Allyn and Bacon*, Boston. 45–54.

Szabó Tamás (1994): Gyermekek funkcionális (motorikus) és szomatikus sajátosságainak vizsgálata (Kandidátusi értekezés tézisei). *Testnevelés- és Sporttudomány*, 4. 169–178.

Szabó Tamás (1995): Adottság vagy szorgalom? Néhány gondolat a tehetségek felismeréséről és gondozásáról. In: Zag J. (szerk.): *Somogyi sport szabadegyetemi füzetek V*. Somogy megyei TSH, Kaposvár. 19–26.

Szabó Tamás (2002): Jelen és távlatok. *Magyar Edző*, 3. 21–22.

Tanner, J.M. (1964): *Le Physique of the Olympic Athlete*. *G. Allen and Unin Ltd.*, London

Terman, L.M. (1916): The measument of intelligence. *Houghton Mifflin*, Boston.

Terman, L. (1925): Genetic Studies of Genius. Vol1.: Mental and Psysical traits of a Thousand Gifted Children. *Stanford University Press*, Stanford, CA.

Tóth László (2005): 10-15 éves általános iskolás tanulók testi fejlettségének, motoros- és iskolai teljesítményének, emocionális folyamatainak összehasonlító vizsgálata. Doktori értekezés, SE, Budapest.

Tóth László (2015): A motiváció, mint folyamat komplex értelmezése az iskolai Testnevelés és sport műveltségi terület keretében. In: Révész, L. & Csányi, T. (Eds), *Tudományos alapok a testnevelés tanításához* (pp. 105–134). Budapest: Magyar Diáksport Szövetség.

Tróznai Zsófia, Pápai Júlia, Szabó Tamás, Négele Zalán (2009): Labdajátékosok testfelépítésének jellemzői. *Magyar Sporttudományi Szemle* 10. évf. 38. 2009/2; 58.

Zsófia Tróznai, Katinka Utczás, Júlia Pápai, Zalán Négele, István Juhász, Tamás Szabó and Leonidas Petridis, (2021): Talent Selection Based on Sport-Specific Tasks Is Affected by the Relative Age Effects among Adolescent Handball Players, *International Journal of Environ. Res. Public Health*.

Thurstone, L.L. (1938): Primary Mental Abilities. *University of Chicago Press*, Chicago.

Tóth Ákos (2002): Úszás (Oktatás). *Semmelweis Egyetem Testnevelési és Sporttudományi Kar*, Budapest.

Tróznai Zs. Zsófia, Pápai Júlia (2008): Sportoló fiatalok testfelépítésének különbségei az eredményesség függvényében. In: Bendiner, N., Bognár, J. (szerk.) VI. Országos Sporttudományi Kongresszus II. *Magyar Sporttudományi Társaság*, Budapest. 226–233.

Tróznai Zs. Zsófia, Pápai Júlia (2011): Utánpótláskorú kézilabdázók testszerkezete. *Magyar Edző*, 2011(3); 54.

Tróznai Zs. Zsófia, Pápai Júlia, Szabó Tamás, Négele Zsolt (2009): Labdajátékosok testfelépítésének jellemzői. *Magyar Sporttudományi Szemle* 10. évf. 38. 2009/2; 58.

Vallerand, R. J. (2007): Intrinsic and extrinsic motivation in sport and physical activity: a review and a look at the future. In: Tennenbaum, G. & Eklund, R. (Eds), *Handbook of sport psychology* (3rd ed.) (pp. 59–83). New York: John Wiley & Sons.

Vallée, C. & Bloom: (2005): Building a Successful University Program: Key and Common Elements of Expert Coaches, *Journal of Applied Sport Psychology*, vol.17, pp.179–196.

Vazou S., Ntoumanis N. & Duda J.L. (2006): Predicting young Athletes' Motivational Indices as a Function of Their Perceptions of the Coach-and Peer-Created Climate. *Psychology of Sport and Exercise* 7(2), 215–233.

Wallingford, R. (1975): Long distance running. In: A. W Tayler and F Landry (Eds.): *The scientific aspects of sports training*. Charles C. Thomas, Springfield, IL. 118130.

Wechsler, D. (1939): The measurement of adult intelligence. *Williams and Wilkins*, Baltimore.

Weinberg RS, Gould D. (2011): Foundations of Sport and Exercise Psychology. *Human Kinetics*, United States of America. 27–33.

Williams, A.M., Franks, A. (1998): Talent identification in soccer. *Sports Exercise and Injury*. 4. 159–165.

Williams, W., Lester, N. (2000): Out of Control: Parents' becoming violent at youth sporting events. *Sports Illustrated*, 93. 86–95.

Williams, A.M., Hodges, N.J. (2004): Skill Acquisition in Sport. *Routledge*, London.

Wang, C. J., Biddle, S. J. (2001): Young People's Motivational Profiles in Physical Activity: A Cluster Analysis. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 23(1). 1–22.

Zsákai Annamária, Tausz Katalin, Ágota Annamári, Bodzsár Éva (2009): A gyermekek testszerkezete és szocio-demográfiai státusza közötti kapcsolat hazai jellemzői. *ELTE Antropológiai közlemények*, 50; 61–73.

Zsheliaskova-Koynova Zs, Varbanova I. (2013): Relationships between Psychological, Tactical, Technical and Physical Characteristics of Young Female Handball Players. In: 2nd EHF Scientific Conference. Women and Handball: Scientific and Practical Approaches. *European Handball Federation*, Vienna, Austria, 181–185.

ÖSSZEFOGLALÁS

A sport nemzetstratégiában elfoglalt szerepe és az abból adódó szakmai és egyéb működési szintek minőségének az emelkedése jelentős hatást váltott ki a kézilabdázásban. A kézilabdázás népszerűségének egyik mutatója a megnövekedett sportolói és edzői létszámok. Amennyiben a mennyiségi növekedésből szeretnénk minőségi javulást is elérni, akkor szükséges megvizsgálnunk a kézilabdázók teljesítmény növeléséhez szükséges intra – és interperszonális környezeti tényezőket.

Az értekezésünkben többek közt arra kerestünk választ, hogy a válogatott/bevált és nem válogatott/nem bevált kézilabdázókat, valamint a férfiakat és a nőket milyen motorikus – alkati, pszichés és pedagógiai tényezők alapján tudjuk megkülönböztetni, valamint a sportági szövetség szabályzói hogyan támogatják a tehetséggondozást. A céljaink között szerepelt, hogy a dolgozat eredményeivel támogassuk a szakemberképzés tartalmait és lehetőséget adjunk annak megújítására is. A vizsgálatunk során alkalmaztunk mélyinterjúkat, dokumentumelemzést, motorikus és alkati teszteket, személyiségvizsgálatokat, pedagógiai és pszichológiai kérdőíveket. A kutatásunk során 82 sportolót vizsgáltunk meg különböző csoportokra bontva a beválási szintek és a nemek szerint. Az interjúk során 8 kézilabdázóval és 3 sportszakemberrel készítettünk strukturált interjút. Az adatokat szövegelemzéssel, leíró statisztikával, kétmintás – t próbával, diszkriminancia analízissel és Pearson – korrelációval dolgoztuk fel.

A kutató munka eredményeként rávilágítottunk a sportági stratégia sportszakmai területeinek tartalmi összefüggéseire, valamint a tehetséggondozás során fontos belső és külső tényezőkre, a beválás kapcsán. Az eredmények bizonyították, hogy a teljesítmény szintek emelésének elengedhetetlen feltétele a sportoló és edző között meglévő bizalmi légkör és autonómia támogatás megléte, a megfelelő szintű szülői bevonódás, a mérkőzés előtti szorongás mentesség, a genetikai tényezők és a felkészítési módszerek kapcsolatrendszere, valamint a személyiségvonások minősége is. A sportszakemberek széleskörű (sportszakma, pszichológia, pedagógiai) képzettségének a megléte elengedhetetlen feltétele az utánpótláskorú sportolók felkészítésének. Az eredményeink bizonyították az utánpótlás nevelés sokoldalú tevékenységi rendszerének a fontosságát, amelynek a minőségét legnagyobbbrészt felnőtt szinten elért eredmények fogják majd meghatározni.

SUMMARY

The role of sport in the national strategy and the resulting increase in the quality of professional and other operational levels have had a significant impact on handball. An indicator of the popularity of handball is the increased number of athletes and coaches involved in it. If we want to achieve a qualitative improvement from the quantitative increase, it is necessary to examine the intra- and interpersonal environmental factors necessary for increasing the performance of handball players.

In our dissertation, we sought answers, among other things, to the following questions: what motoric, structural, psychological and pedagogical factors can be distinguished between selected/proven and non-selected/unproven handball players, as well as between men and women, and how the regulators of the sports association support talent development. With the results of the dissertation our goals included supporting the content of professional training and providing an opportunity for its renewal. During our study, we used in-depth interviews, document analysis, motor and structural tests, personality tests, pedagogical and psychological questionnaires. In our research, we examined 82 athletes divided into different groups according to their performance levels and gender. During the interviews, we conducted structured interviews with 8 handball players and 3 sports professionals. The data were processed using text analysis, descriptive statistics, two-sample t-test, discriminancy analysis and Pearson correlation.

As a result of the research work, we highlighted the content connections between the sports professional areas of the sports strategy, as well as the important internal and external factors in talent management, in relation to success. The results have proven that the essential conditions for increasing performance levels are the existence of an atmosphere of trust and autonomy support between the athlete and the coach, the appropriate level of parental involvement, getting free from pre-match anxiety, the system of connections between genetic factors and preparation methods, and the quality of personality traits. The existence of versatile (sports profession, psychology, pedagogical) training of sports professionals is an indispensable condition for the preparation of youth athletes. Our results have proven the importance of a versatile activity system of youth education, the quality of which will largely be revealed by the results achieved at the adult level.

SAJÁT KÖZLEMÉNYEK JEGYZÉKE

István Juhász, Eszter Boda, Anetta Müller, Melinda Bíró, Anikó Molnár, Éva Bácsné Bába, István Soós, Ian Whyte, (2021): Daily Physical Education and the Impact of a „Handball at School” Project, *GeoSport for Society*, volume 11, no. 2/2019, (pp. 59–75.)

Zsófia Tróznai, Katinka Utczás, Júlia Pápai, Zalán Négele, **István Juhász**, Tamás Szabó and Leonidas Petridis, (2021): Talent Selection Based on Sport-Specific Tasks Is Affected by the Relative Age Effects among Adolescent Handball Players, *International Journal of Environ. Res. Public Health*.

Juhász István, Horváth László, Rácz László, (2018): Serdülő korú fiú kézilabdázók kiválasztási folyamatának tapasztalatai. Eger, *ACTA Universitatis, Sectio Sport, Tom. XLV.* pp. 25–36.

Istvan Juhasz (2018.): Impact of Teaching Handball on the Improvement of Target Accuracy of Students in Consideration for the Impact Assessment of the 'Handball at School' Project, Vienna, *European Handball Federation*, 4th EHF Scientific Conference, ISBN: ISBN: 978-3-9503311-3-4. (előadás)

Anetta Muller, **Istvan Juhasz**, Eszter Boda, Zsuzsa Nagy & Melinda Biro, (2018.): Role of the Handball in School Programme in Everyday Physical Education, *Hungarian Educational Research Journal* Vol 8, N 2.

István Juhász, Eszter Boda, Melinda Bíró, Anetta Müller, Maria D. Macra-Oşorhean, (2016): Impact of Teaching Handball on the Improvement of Target Accuracy of Students in Consideration for the Impact Assessment of the Project “Handball at School”, *Studia Universitatis Babeş-Bolyai Educatio Artis Gymnasticae*. N 4.

Juhász István, Müller Anetta, Boda Eszter, Bíró Melinda (2016): A „Kézilabda az iskolában program” értékelése egy kutatás tükrében. *Eger, ACTA*, (pp. 21–55.)

Kovács Katalin, Takacs Johanna, Novak Anges, **Juhasz Istvan**, Kovacs Krisztina, (2023): Effect of Parental Involvement among Hungarian Young Handball Players, In: Guilhem G.; Rabita G.; Brocherie F.; Tsolakidis E.; Ferrauti A.; Helge J.W.; Piacentini

M.F. (szerk.), *Book of Abstracts of the 28th Annual Congress of the European College of Sport Science*, Párizs.

Juhász István, Bognár József, Révész László, Trzaskoma-Bicsérdy Gabriella (2024): Környezeti hatások szerepe a kézilabdázóknál: Kulcs a sikeres utánpótlásneveléshez? Eger, *HUCER* Konferencia.

Krisztina Kovács, Johanna Takács, **István Juhász**, Katalin Kovács (2024): Perceptions of parental involvement in youth handball players, the effects of sport participation stage and sports injury, *Frontiers in Psychology*.

Juhász István, Müller Anetta, Boda Eszter, Bíró Melinda (2017): A „Kézilabda az iskolában” című program ismertetése és hatásnak vizsgálata a tanulók motorikus teljesítményére. Budapest, *Magyar Edző* (pp. 52–57).

Annamaria Zsakai, Fanny Zselyke Ratz-Sulyok, Csilla Jang-Kapuy, Leonidas Petridis, Peter Bakonyi, Tamas Dobronyi, **Istvan Juhasz**, Tamas Szabo (2024): Muscular robusticity and strength in the lower extremities in elite handball players, *Scientific Reports*, (14:28883), (www.nature.com/scientificreports)

Juhász István (2024): Tinisztárok helyett felnőttklasszisok? Utánpótlás szakmai és tudományos konferencia, Budapest, Magyar Olimpiai Bizottság, Sportért Felelős Államtitkárság, *Utánpótlássport.hu*, (előadás), www.utanpotlaskonferencia.hu

Horváth János, **Juhász István**, Mocsai Lajos, Németh András (2003): Kézilabda I. *Papírusz Duola*, Budapest, (pp. 90–114) ISBN 963-86340-7-3

Juhász István, Kovács László, Mocsai Lajos: Kézilabda (2005): Kézilabda II., *Papírusz Duola*, Budapest. (pp. 49–191) ISBN 963-7452-09-5

Juhász István, Kovács László, Papp György, Zsiga Gyula (2013): Kézilabda módszertani kézikönyv a 6 – 14 éves korosztály képzéséhez. MKSZ, Bp. (pp. 65–124)

Juhász István (2017): A kézilabdázók felkészítésének edzéselméleti összefüggései. Líceum, Eger ISBN 978-5621-46-8

Juhász István (2018): A kézilabdázók felkészítésének edzéselméleti összefüggései. Líceum, Eger (változatlan kiadás)

Juhász István, Ökrös Csaba, Papp György, Varga József, Marczinka Zoltán, Zsiga Gyula (2018): Korosztályos képzési kézikönyv. Budapest, *Kék Európa*, Budapest, ISBN 978-515-80560-1-4

Istvan Juhasz – Muller Anetta -Melinda Biro (2017): The Impact Assessment of The Project „Handball at School”, *Lamberet Academic Publishing*, ISBN 978-3-330-32937-9

Juhász István: Impact of Teaching Handball on the Improvement of Target Accuracy of Students in Consideration for the Impact Assessment of the 'Handball at School' Project (2017): *4th EHF Scientic Conference, Vienna, 2017*. A cikk elérhetősége: <http://ebook.eurohandball.com/EHFScienceBook2017/index.html>,: ISBN: 978-3-9503311-3-4

István, Juhász; Melinda, Bíró (2015): Ball Games - Handball, Eger, *Eszterházy Károly Katolikus Egyetem Sporttudományi Intézet* 125 p. pp. 3-36. ISBN: 9786155297717

Juhász István, Bíró Melinda (2015): Kézilabda. Eger, *Líceum* Kiadó, pp. 69–108. ISBN: 9786155621079

Juhász István, Kónya Réka (2024): Edző-sportoló kapcsolat jellemzői ifjúsági kézilabdázók körében: fókuszban a beválás, Eger, *ACTA, Universitatis De Carolo Eszetrházy Nominatate: Sectio Sport*, (2677-0105): 55 2024 pp 57-74.

ÁBRÁK JEGYZÉKE

1. ábra: Az edzettséget meghatározó belső tényezők kapcsolata (Juhász, 2017. 30. o.).....	8
2. ábra: Teljesítménypiramis és a sportági támogatás intenzitás összehasonlítása (MKSZ Stratégia 74. o.).....	8
3. ábra: Renzulli háromkörös tehetségmodellje (Juhász, 2017. 77.o.)	17
4. ábra: Mönks és Knoers (1997) többtényezős tehetségmodellje (Juhász, 2017. 77. o.)	18
5. ábra: Czeizel (2003) 2x4+1 sorsfaktoros modellje (Révész, 2023. 43. o.).....	19
6. ábra: Differenciált adottság és tehetség modell (Juhász, 2017. 80. o.)	20
7. ábra: A vizsgált minta adatfelvételi hálózatának a bemutatása	50
8. ábra: Az MKSZ Stratégiáját alkotó pillérek (MKSZ Stratégia, 14. o.).....	64
9. ábra: A sportszakmai pillér széleskörű feladatrendszere (MKSZ Stratégia, 72. o.)	66
10. ábra: A férfi válogatott kézilabdázók teljesítményére ható tényezők kapcsolatrendszere	136
11. ábra: A női válogatott kézilabdázók teljesítményére ható tényezők kapcsolatrendszere ..	136

TÁBLÁZATOK JEGYZÉKE

1. táblázat: A licensz-l rendelkező kézilabda edzők létszámának alakulása 2012–2023. között	7
2. táblázat: A magyar utánpótlás válogatottak eredményei (2018–2024).....	11
3. táblázat: A kézilabdázók kiválasztásának és felkészítésnek hosszútávú modellje.....	24
4. táblázat: Férfi és női kézilabdázók alkati és kondicionális paraméterei.	40
5. táblázat: A mélyinterjú szereplőinek bemutatása és jellemzése.....	44
6. táblázat: A sportolói minta decimális életkorok szerinti jellemzése	48
7. táblázat: A minta sportági posztok szerinti eloszlása.....	49
8. táblázat: A vizsgált minta adatfelvételi folyamatának bemutatása	50
9. táblázat A VTS által mért „Big Five” személyiség funkciók.....	57
10. táblázat: A válogatott és nem válogatott férfi kézilabdázók kondicionális tesztjeinek összehasonlítása kétmintás t-próba alapján	85
11. táblázat: A válogatott és nem válogatott férfi kézilabdázók kondicionális teszt eredményeinek összehasonlítása diszkriminancia analízissel	86
12. táblázat: A válogatott és nem válogatott női kézilabdázók kondicionális tesztjeinek összehasonlítása kétmintás t-próbával	87
13. táblázat: A válogatott és nem válogatott női kézilabdázók kondicionális teszt eredményeinek összehasonlítása diszkriminancia analízissel	87
14. táblázat: A vizsgált sportolók teljes mintájára vonatkozó átlag és szórás értékek csökkenő sorrendiséggel a VTS személyiség vizsgálata alapján.....	88
15. táblázat: A válogatott és nem válogatott férfi sportolók VTS személyiség vizsgálat eredményeinek összehasonlítása kétmintás t-próbával	89
16. táblázat: A válogatott és nem válogatott férfi sportolók VTS személyiség vizsgálat eredményeinek összehasonlítása diszkriminancia analízissel	90
17. táblázat: A válogatott és nem válogatott női sportolók VTS személyiség vizsgálat eredményeinek összehasonlítása kétmintás t-próbával	90
18. táblázat: A válogatott (férfi és női) és nem válogatott (férfi és női) sportolók VTS személyiség vizsgálata eredményeinek összehasonlítása kétmintás t-próbával	91
19. táblázat: A válogatott (férfi és női) és nem válogatott (férfi és női) sportolók VTS személyiség eredményeinek vizsgálata diszkriminancia analízissel	92
20. táblázat: Férfi (válogatott és nem válogatott) és női (válogatott és nem válogatott) sportolók VTS eredményeinek összehasonlítása kétmintás – t próbával	93
21. táblázat: Férfi (válogatott és nem válogatott) és női (válogatott és nem válogatott) sportolók VTS eredményeinek összehasonlítása diszkriminancia analízissel.....	93

22. táblázat: A vizsgált sportolók teljes mintájára vonatkozó átlag és szórás értékek csökkenő sorrendiséggel a sportpedagógiai kérdőív alapján.....	95
23. táblázat: A válogatott és nem válogatott férfi sportolók sportpedagógiai kérdőív eredményeinek összehasonlítása kétmintás t-próbával	97
24. táblázat: A válogatott és nem válogatott férfi sportolók sportolói sportpedagógiai kérdőív eredményeinek vizsgálat diszkriminancia analízissel	97
25. táblázat: A válogatott és nem válogatott női sportolók sportpedagógiai kérdőív eredményeinek összehasonlítása kétmintás t-próbával	99
26. táblázat: A válogatott és nem válogatott női sportolók sportolói sportpedagógiai kérdőív eredményeinek vizsgálat diszkriminancia analízissel	100
27. táblázat: A válogatott (férfi és női) és nem válogatott (férfi és női) sportolók sportolói sportpedagógiai kérdőív eredményeinek összehasonlítása kétmintás t-próbával	102
28. táblázat: A válogatott (férfi és női) és nem válogatott (férfi és női) sportolók sportolói sportpedagógiai kérdőív eredményeinek vizsgálata diszkriminancia analízissel	103
29. táblázat: Férfi (válogatott és nem válogatott) és női (válogatott és nem válogatott) sportolók sportpedagógiai kérdőív eredményeinek összehasonlítása kétmintás t-próbával	105
30. táblázat: Férfi (válogatott és nem válogatott) és női (válogatott és nem válogatott) sportolók sportpedagógiai kérdőív eredményeinek vizsgálata diszkriminancia analízissel	107
31. táblázat: A vizsgált sportolók teljes mintájára vonatkozó átlag és szórás értékek csökkenő sorrendiséggel a mérkőzés előtti önértékelési kérdőív alapján.....	107
32. táblázat: A válogatott és nem válogatott férfi sportolók mérkőzés előtti önértékelési kérdőív eredményeinek összehasonlítása kétmintás t-próbával	108
33. táblázat: A válogatott és nem válogatott férfi sportolók mérkőzés előtti önértékelési kérdőív eredményeinek elemzése diszkriminancia analízissel	108
34. táblázat: A válogatott és nem válogatott női sportolók mérkőzés előtti önértékelési kérdőív eredményeinek összehasonlítása kétmintás t-próbával	108
35. táblázat: A válogatott (férfi és női) és nem válogatott (férfi és női) sportolók mérkőzés előtti önértékelési kérdőív eredményeinek összehasonlítása kétmintás t-próbával.....	109
36. táblázat: A válogatott (férfi és női) és nem válogatott (férfi és női) sportolók mérkőzés előtti önértékelési kérdőív eredményeinek elemzése diszkriminancia analízissel	109
37. táblázat: Férfi (válogatott és nem válogatott) és női (válogatott és nem válogatott) sportolók mérkőzés előtti önértékelési kérdőív eredményeinek összehasonlítása kétmintás t-próbával.....	110

38. táblázat: Férfi (válogatott és nem válogatott) és női (válogatott és nem válogatott) sportolók mérkőzés előtti önértékelési kérdőív eredményeinek vizsgálata diszkriminancia analízissel	110
39. táblázat: A vizsgált sportolók teljes mintájára vonatkozó átlag és szórás értékek csökkenő sorrendiséggel a sportkörnyezeti kérdőív kapcsán az edzői bánásmód vonatkozásban	111
40. táblázat: A válogatott és nem válogatott férfi sportolók sportkörnyezeti kérdőív edzői bánásmód eredményeinek összehasonlítása kétmintás t-próbával	112
41. táblázat: A válogatott és nem válogatott férfi sportolók sportkörnyezeti kérdőív edzői bánásmód eredményeinek vizsgálata diszkriminancia analízissel.....	113
42. táblázat: A válogatott és nem válogatott női sportolók sportkörnyezeti kérdőív edzői bánásmód eredményeinek összehasonlítása kétmintás t-próbával	114
43. táblázat: A válogatott és nem válogatott női sportolók sportkörnyezeti kérdőív edzői bánásmód eredményeinek vizsgálata diszkriminancia analízissel.....	114
44. táblázat: A válogatott (férfi és női) és nem válogatott (férfi és női) sportolók sportkörnyezeti kérdőív edzői bánásmód eredményeinek összehasonlítása kétmintás t-próbával	115
45. táblázat: A válogatott (férfi és női) és nem válogatott (férfi és női) sportolók sportkörnyezeti kérdőív edzői bánásmód eredményeinek vizsgálata diszkriminancia analízissel	116
46. táblázat: Férfi (válogatott és nem válogatott) és női (válogatott és nem válogatott) sportolók sportkörnyezeti kérdőív edzői bánásmód eredményeinek összehasonlítása kétmintás t-próbával	117
47. táblázat: Férfi (válogatott és nem válogatott) és női (válogatott és nem válogatott) sportolók sportkörnyezeti kérdőív edzői bánásmód eredményeinek vizsgálata diszkriminancia analízissel	118
48. táblázat: A vizsgált sportolók teljes mintájára vonatkozó átlag és szórás értékek csökkenő sorrendiséggel az Észlelt szülői autonómiatámogatás kapcsán	119
49. táblázat: A válogatott és nem válogatott férfi sportolók Észlelt szülői autonómiatámogatás kérdőív eredményeinek összehasonlítása kétmintás t-próbával	120
50. táblázat A válogatott és nem válogatott férfi sportolók Észlelt szülői autonómiatámogatás kérdőív eredményeinek vizsgálata diszkriminancia analízissel	121
51. táblázat: A válogatott és nem válogatott női sportolók Észlelt szülői autonómiatámogatás kérdőív eredményeinek összehasonlítása kétmintás t-próbával	122
52. táblázat: A válogatott (férfi és női) és nem válogatott (férfi és női) sportolók Észlelt szülői autonómiatámogatás kérdőív eredményeinek összehasonlítása kétmintás t-próbával	123

53. táblázat: A válogatott (férfi és női) és nem válogatott (férfi és női) sportolók Észlelt szülői autonómiatámogatás kérdőív eredményeinek vizsgálata diszkriminancia analízissel.....	124
54. táblázat: Férfi (válogatott és nem válogatott) és női (válogatott és nem válogatott) sportolók Észlelt szülői autonómiatámogatás kérdőív eredményeinek összehasonlítása kétmintás t-próbával.	125
55. táblázat: A vizsgált sportolók teljes mintájára vonatkozó átlag és szórás értékek csökkenő sorrendiséggel az Edző – sportoló kérdőív eredményei kapcsán	125
56. táblázat: A válogatott és nem válogatott férfi sportolók Edző – sportoló kérdőív eredményeinek összehasonlítása kétmintás t-próbával	126
57. táblázat: A válogatott és nem válogatott férfi sportolók Edző – sportoló kérdőív eredményeinek vizsgálata diszkriminancia analízissel.....	126
58. táblázat: A válogatott és nem válogatott női sportolók Edző – sportoló kérdőív eredményeinek összehasonlítása kétmintás t-próbával	126
59. táblázat: A válogatott (férfi és női) és nem válogatott (férfi és női) sportolók Edző - sportoló kérdőív eredményeinek összehasonlítása kétmintás t-próbával	127
60. táblázat: A válogatott (férfi és női) és nem válogatott (férfi és női) sportolók Edző - sportoló kérdőív eredményeinek vizsgálata diszkriminancia analízissel	127
61. táblázat: Férfi (válogatott és nem válogatott) és női (válogatott és nem válogatott) sportolók Edző – sportoló kérdőív eredményeinek összehasonlítása kétmintás t-próbával	128
62. táblázat: Férfi (válogatott és nem válogatott) és női (válogatott és nem válogatott) sportolók Edző – sportoló kérdőív eredményeinek vizsgálata diszkriminancia analízissel	128
63. táblázat: A vizsgált sportolók teljes mintájára vonatkozó átlag és szórás értékek csökkenő sorrendiséggel az Edzői viselkedés kérdőív kapcsán.	128
64. táblázat: A válogatott és nem válogatott férfi sportolók Edzői viselkedés kérdőív eredményeinek összehasonlítása kétmintás t-próbával	129
65. táblázat: A válogatott és nem válogatott női sportolók Edzői viselkedés kérdőív eredményeinek összehasonlítása kétmintás t-próbával	129
66. táblázat: A válogatott (férfi és női) és nem válogatott (férfi és női) sportolók Edzői viselkedés kérdőív eredményeinek összehasonlítása kétmintás t-próbával.....	129
67. táblázat: Férfi (válogatott és nem válogatott) és női (válogatott és nem válogatott) sportolók Edző viselkedés kérdőív eredményeinek összehasonlítása kétmintás t-próbával	129

68. táblázat: A vizsgált sportolók teljes mintájára vonatkozó átlag és szórás értékek csökkenő sorrendiséggel a Sportolói motiváció kérdőív kapcsán	130
69. táblázat: A válogatott és nem válogatott férfi sportolók Sportolói motiváció kérdőív eredményeinek összehasonlítása kétmintás t-próbával	131
70. táblázat: A válogatott és nem válogatott férfi sportolók Sportolói motiváció kérdőív eredményeinek vizsgálata diszkriminancia analízissel.....	131
71. táblázat: A válogatott és nem válogatott női sportolók Sportolói motiváció kérdőív eredményeinek összehasonlítása kétmintás t-próbával	132
72. táblázat: A válogatott és nem válogatott női sportolók Sportolói motiváció kérdőív eredményeinek vizsgálata diszkriminancia analízissel.....	132
73. táblázat: A válogatott (férfi és női) és nem válogatott (férfi és női) sportolók Sportolói motiváció kérdőív eredményeinek összehasonlítása kétmintás t-próbával	133
74. táblázat: A válogatott (férfi és női) és nem válogatott (férfi és női) sportolók Sportolói motiváció kérdőív eredményeinek vizsgálata diszkriminancia analízissel.....	133
75. táblázat: Férfi (válogatott és nem válogatott) és női (válogatott és nem válogatott) sportolók Sportolói motiváció kérdőív eredményeinek összehasonlítása kétmintás t-próbával	134
76. táblázat: Válogatott férfi és női kézilabdázók kondicionális és alkati profilja	140
77. táblázat: A válogatott kézilabdázók sportpedagógiai profilja	143
78. táblázat: A válogatott kézilabdázók sportpszichológiai profilja	146
79. táblázat: A válogatott kézilabdázók sportoló-szülő kapcsolatrendszerének profilja.....	148
80. táblázat: A válogatott kézilabdázók edző-sportoló kapcsolatrendszerének profilja.....	150
81. táblázat: Válogatott férfi kézilabdázók sportkörnyezeti profilja.....	152
82. táblázat: Válogatott női kézilabdázók sportkörnyezeti profilja	152

DIAGRAMOK JEGYZÉKE

1. diagram: A TAO támogatások alakulása 2018-2023 között..... 6
2. diagram: Az igazolt kézilabdázók létszámának alakulása 2011–2023. között 6

KÖSZÖNETNYILVÁNÍTÁS

Köszönettel tartozom Prof. Dr. Bognár Józsefnek egyetemi tanár úrnak, valamint Dr. Habil. Révész László docens úrnak magas szintű témavezetői tevékenységükért. A doktori tanulmányaim során áldozatos, pontos, precíz munkájukkal nagyban segítettek doktori disszertációim elkészítését. A közös munkánk során a vezetésükkel a tudományterület új dimenzióit ismerhettem meg.

Köszönöm Prof. Dr. Géczi Gábor egyetemi tanár úrnak és Dr. Bartha Csaba egyetemi docens úrnak a különös pontossággal és alaposággal elkészített elővéleményét, amellyel hozzájárultak a dolgozat végső tartalmához.

Köszönettel tartozom a Magyar Kézilabda Szövetség vezetésének, a felmérésben résztvevő egyesületeknek, a sportolóknak, edzőiknek és a szövetségben dolgozó kollégáimnak, akik lehetőséget biztosítottak számomra a kutatás elvégzésére. Külön köszönöm Prof. Dr. Szabó Tamás egyetemi tanár úrnak a támogatását és jótanácsait.

Köszönöm Dr. Molnár Lászlónak, Mórocz Rékának és Nagy Sándornak az önzetlen, türelmes segítségét az adatok bevitelével kapcsolatban.

Végül, de nem utolsó sorban köszönöm a megértését és kitartását feleségemnek Juditnak, aki végig segített és mellettem állt a tanulmányaim során.

MELLÉKLETEK

1. számú melléklet



H-3300 Eger, Eszterházy tér 1. • Tel.: +36-36 / 520-400 • www.uni-eszterhazy.hu

Eszterházy Károly Katolikus Egyetem
Kutatásetikai Bizottság
3300 Eger, Eszterházy tér 1.

Iktatószám: RK/1222/2024

A Kutatásetikai Bizottság Határozata

Juhász István, A kézilabdázók beválásnak többszemponútú vizsgálata- című kutatásával kapcsolatos kutatásetikai kérelme tárgyában a Bizottság meghozta az alábbi

határozatot.

A Bizottság a kérelmet támogatja, a kérelmező kutatását engedélyezi.

Indoklás:

A Bizottság a kutatási kérelmet az etikai kritériumok szempontjából megfelelőnek találta.

A Bizottság felhívja kérelmező figyelmét, hogy

1. felelősséggel tartozik a kutatás szakszerű és etikus lefolytatásáért, valamint a kutatásetikai szabályzat rendelkezéseinek betartásáért,
2. bármilyen, a kutatással összefüggő nehézség vagy panasz esetén a Bizottság felé értesítési kötelezettséggel tartozik,
3. a témavezető és a közreműködők egyaránt kötelesek felelősen, a szabályzatban foglaltak szerint eljárni.

Kutatásához a Bizottság sok sikert kíván!

Eger, 2024. október 8.

Tisztelettel,

Dr. Juhász Tibor
Eszterházy Károly Katolikus Egyetem
Tudományos rektorhelyettes
a Kutatásetikai Bizottság elnöke



2. számú melléklet

Szülői beleegyező nyilatkozat kiskorú sportolók részére

Tisztelt Szülők!

A Magyar Kézilabda Szövetség támogatásával az Eszterházy Károly Katolikus Egyetem Doktori Iskolája kutatást végez azzal a céllal, hogy a magyar kézilabdázás tehetséggondozásnak a minőségi javítását támogassuk. A vizsgálatunk során szeretnénk bepillantást nyerni azokba a képesség- és készségfaktorokba, amelyek segíthetik mind a gyakorló edzőket, mind a sportszakmában dolgozó vezetőket a felkészítés – beválás hármaskörének a mélyebb tartalmi megismerésében. Kutatásunk során kíváncsiak vagyunk a sportolók saját tapasztalatára, véleményére és javaslatára, amelyeket az eddigi pályafutásuk során szereztek. Ezek a vélemények, tapasztalatok valószínűleg nagy hasznára lehetnek a még eredményesebb felkészítési és versenyeztetési feladatok megvalósításának a közeljövőben.

A vizsgálatok semmilyen formában nem veszélyeztetik a sportolók testi/lelki egészségét. A kutatásban felhasznált adatokat bizalmasan kezeljük. A kutatásokra vonatkozó hazai és nemzetközi etikai szabályokat a vizsgálatok során mindvégig betartjuk és betartatjuk.

Kérjük, aláírásával igazolja, hogy elolvasta ismertetőnket, és tudomásul vette, hogy a vizsgálatokat tudományos célú felhasználásra kérdőívekben, számítógépes adathordozón rögzítjük. A részvétel önkéntes, és a beleegyezést bármikor visszavonhatja. Ezúton kérem beleegyezését, hogy gyermeke a leírt kutatásban részt vegyen. Kérem, hogy ha kérdésre vagy további információra van szüksége a kutatással kapcsolatban, keressen meg a fent megadott e-mail címen.

☐

Igen, hozzájárulok ahhoz, hogy nevű gyermekem részt vegyen a kutatási programban, és igazolom, hogy megfelelő írásbeli/szóbeli tájékoztatásban részesültem a tervezett kutatással kapcsolatban.

☐

Nem járulok hozzá ahhoz, hogy nevű gyermekem részt vegyen a kutatási programban.

3. számú melléklet

Strukturált személyes interjú kérdések sportolók részére

Kedves Sportoló Barátunk!

Köszönöm, hogy vállaltad a részvételt egy olyan átfogó kutatásban, amelyet a Magyar Kézilabda Szövetség támogatásával az Eszterházy Károly Katolikus Egyetem Doktori Iskolája végez. Célunk ezzel az, hogy a magyar kézilabdázás tehetséggondozásnak a minőségi javítását támogassuk. Az interjúink során - a véleményed alapján - szeretnénk bepillantást nyerni azokba a képesség- és készségfaktorokba, amelyek segíthetik mind a gyakorló edzőket, mind a sportszakmában dolgozó vezetőket a felkészítés – beválás hármas egységének a mélyebb tartalmi megismerésében. Kutatásunk során kíváncsiak vagyunk a sportolók saját tapasztalatára, véleményére és javaslataira, amelyeket az eddigi pályafutásuk során szereztek. Ezek a vélemények, tapasztalatok valószínűleg nagy hasznára lehetnek a még eredményesebb felkészítési és versenyeztetési feladatok megvalósításának a közeljövőben.

Köszönettel: Juhász István MKSZ szakmai igazgató, PhD hallgató.

Általános rész, háttérinformációk:

1. Születésed dátuma:
 2. Nemed:
 3. Milyen posztot játszol:
 4. Hány éve sportolsz versenyszerűen:
 5. Melyik osztályban szerepel a csapatod:
-
1. Szerinted melyek a legfontosabb képességek (pl. erő, gyorsaság, állóképesség, koordinációs képességek – ügyesség, döntési képesség, reakcióidő stb.) és személyiségjegyek (pl. érzelmi stabilitás, kudarcűrész, önbizalom, vezetői képességek, jó időkihasználás stb.), amelyek szükségesek egy jó kézilabdázó számára?
 2. Miben láttad és tapasztaltad/tapasztalod a különbözőséget a felkészítés (kondíció, pedagógia, pszichológia) és versenyeztetés terén a 15–16 és a 17– 8 éves életkorban?
 3. Szerinted milyen a jó edző szakmailag és bánásmód tekintetében? Számodra melyek a legfontosabb edzői tulajdonságok?
 4. Véleményed szerint a szülői támogatás a karriered tekintetében milyen mértékben és milyen formában van/volt jelen? Szerinted szükséges a szülői támogatás, vagy anélkül is lehet valakiből sikeres sportoló?
 5. A céljaid elérése esetében szerinted a belső (belülről jövő készítés a tevékenységre) és a külső (anyagi, tárgyi javak színvonalának az emelése) motivációnak milyen szerepe van? Sorolj fel kérlek néhányat ezek közül.

6. Szerinted a jó edzőnek szükséges-e nemcsak szakmailag, hanem a pedagógia és a pszichológia terén is jártasnak lenni ahhoz, hogy a felkészítésedet megfelelően megtudja valósítani? Tudsz-e erre példát mondani az eddigi pályafutásod során?

7. Szerinted a végső célod - a beválásod, sikerességed (nemzetközi szint) - elérését milyen tényezők befolyásolják/befolyásolhatják pozitívan és negatívan?

4. számú melléklet

Strukturált személyes interjú kérdések sportszakemberek részére

Kedves Kolléga!

Köszönöm, hogy vállalta a részvételt a kutatásban. A kutatást a Magyar Kézilabda Szövetség támogatásával az Eszterházy Károly Katolikus Egyetem Doktori Iskolája végzi. Célunk ezzel az, hogy a magyar kézilabdázás tehetséggondozásnak a minőségi javítását támogassuk. Az interjúink során – az Ön véleménye alapján is – szeretnénk bepillantást nyerni azokba a képesség- és készségfaktorokba, amelyek segíthetik mind a gyakorló edzőket, mind a sportszakmában dolgozó vezetőket a felkészítés – beválás egységének a mélyebb tartalmi megismerésében.

Köszönettel: Juhász István MKSZ szakmai igazgató, PhD hallgató.

Általános rész, háttérinformációk:

1. Születése dátuma:
 2. Neme:
 3. Hány éve van az edzői pályán:
 4. Milyen végzettséggel rendelkezik:
 5. Melyik osztályban szerepel a csapata/ csapatai:
-
1. Melyek azok a sportolói személyiségjegyek és szakmai képességfaktorok, amelyek véleménye szerint a legfontosabbak a kézilabdázók esetében és miért ezek?
 2. Melyek a legfontosabb motorikus – pszichomotorikus képességek (kondicionális, koordinációs képességek) kognitív (szellemi képességek kapacitása), szociális képességek (társas kapcsolatok, csoportnormák) a 15-16, 17-18 éves kézilabdázók esetében, melyek meghatározzák a sikerességet?
 3. Az edzői vezetői stílus, valamint az ehhez kapcsolható bánásmód hogyan hat az imént jelezett korosztályra a sikeresség érdekében? Véleménye szerint milyen az ideális edző profilja?
 4. Véleménye szerint a szülői támogatás mennyiben és milyen formában támogatja a tehetségfejlődést, a beválást, valamint a sportoló karrierjét?
 5. Véleménye szerint a mai utánpótlás korú sportolók esetében a belső és külső motiváció milyen arányban áll egymással? Melyek Ön szerint a sportolók legfontosabb motivációs tényezői? (belső-külső)?
 6. Igénylik- e sportolók a személyes nem csak kizárólag szakmai problémák esetében az edzői támogatást, és ha igen, milyen jellegű problémák esetében?

7. Véleménye szerint az utánpótlás kort követően a felnőttkori bevéálást milyen tényezők (szakmai, pedagógiai, pszichés) befolyásolják döntően, és jelenleg milyen tényezők gátolják ennek a megvalósulását?

5. számú melléklet

Sportpedagógiai kérdőív sportolók részére

Kedves Sportoló Barátunk!

Köszönöm, hogy vállaltad a részvételt egy olyan átfogó kutatásban, amelyet a Magyar Kézilabda Szövetség támogatásával az Eszterházy Károly Katolikus Egyetem Doktori Iskolája végez. Célunk ezzel az, hogy a magyar kézilabdázás tehetséggondozásnak a minőségi javítását támogassuk. A vizsgálatunk során szeretnénk bepillantást nyerni azokba a képesség- és készségfaktorokba, amelyek segíthetik mind a gyakorló edzőket, mind a sportszakmában dolgozó vezetőket a felkészítés – beválás egységének a mélyebb tartalmi megismerésében. Kutatásunk során kíváncsiak vagyunk a sportolók saját tapasztalatára, véleményére és javaslataira, amelyeket az eddigi pályafutásuk során szereztek. Ezek a vélemények, tapasztalatok valószínűleg nagy hasznára lehetnek a még eredményesebb felkészítési és versenyeztetési feladatok megvalósításának a közeljövőben.

Köszönettel: Juhász István MKSZ szakmai igazgató, PhD hallgató.

Általános rész, háttérinformációk:

1. Születésed dátuma:
2. Nemed:
3. Milyen poszton játszol:
4. Hány éve sportolsz versenyszerűen:
5. Melyik osztályban szerepel a csapatod:

***Jelöld X-szel azt az oszlopot, amelyik a legjobban tükrözi a te álláspontodat!
Minden állításnál csak egy választ adj!***

Mennyire tartod meghatározónak az alábbi tényezőket utánpótláskorban annak érdekében, hogy sikeres felnőtt kézilabda játékosá válj?

	Egyáltalán nem tartom meghatározónak	Inkább nem tartom meghatározónak	Inkább meghatározónak tartom	Teljesen meghatározónak tartom
1. Testösszetétel paraméterek (testmagasság, testsúly, izomtömeg)				
2. Kondicionális képességek (gyorsaság, erő, állóképesség)				
3. Koordinációs képességek (térbeli tájékozódó, reagáló és ritmusképesség)				
4. Ízületi mozgékonyaság és izomlazaság				
5. Technikai készség (cselezés, labdavezetés, szerelés, passzolás, kapura lövés)				

6. Taktikai készség (védekezés, támadás)				
7. Kézilabdázással eltöltött órák száma (edzés, gyakorlás)				
8. Szabályok ismerete és alkalmazás				
9. Kognitív tényezők (játékintelligencia, játékhelyzet megoldó képesség, kreativitás)				
10. Pszichés képességek (motiváció, stressz elviselése, önbizalom, koncentráció)				
11. Társas kapcsolatok, együttműködés				
12. Pozitív jellemvonások a sportolás során (akarati erőfeszítés, alázat, kitartás, szorgalom, önfegyelem, kötelességtudat, lelkiismeretesség)				
13. Pozitív jellemvonások a sporton kívüli életfeladatok végrehajtásában (akarati erőfeszítés, alázat, kitartás, szorgalom, önfegyelem, kötelességtudat, lelkiismeretesség)				
14. Iskolai tanulmányi eredmény				
15. A csapat eredményei az utánpótlás bajnokságban				
16. Menedzser szerepe és támogatása				
17. Profi szerződés utánpótlás játékosként				
18. Életvitel (sporttáplálkozás, pihenés, éjszakai szórakozás elkerülése, káros szenvedélyek)				
19. Létesítményi háttér, tárgyi és eszköz feltételek				
20. Az edző szakmai tudása				
21. Az edző sportszakmai végzettsége				
22. Az edző módszertani tudása				
23. Az edző pedagógiai felkészültsége				
24. Az edző motivációs bázisa, hozzáállása				
25. Az edző pszichés felkészültsége				
26. Az edző erkölcsi magatartása				
27. Az edző műveltsége, kulturáltsága				
28. A szakmai stáb (erőnléti edző, rehabilitációt irányító				

személy, sportorvos, dietetikus)				
29. Csapattársak teljesítménye (jó játékosok vegyék körül)				
30. Csapattársak együttműködése				
31. A család anyagi támogatása				
32. A család erkölcsi támogatása				
33. A család pszichés támogatása				
34. A család kulturális és műveltségi támogatása (pl. színház, múzeum látogatás)				
35. Szerencse- vagy sorsfaktor				
36. Inspiráló, támogató környezet a klubnál				
37. Szakmai műhelymunka a klubnál				
38. Megfelelő anyagi háttér a klubnál				

6. számú melléklet

**A sportolók mérkőzés előtti pszichés állapot felmérését szolgáló kérdőív
(CSAI – 2)**

Kedves Sportoló Barátunk!

Köszönöm, hogy vállaltad a részvételt egy olyan átfogó kutatásban, amelyet a Magyar Kézilabda Szövetség támogatásával az Eszterházy Károly Katolikus Egyetem Doktori Iskolája végez. Célunk ezzel az, hogy a magyar kézilabdázás tehetséggondozásnak a minőségi javítását támogassuk. A vizsgálatunk során szeretnénk bepillantást nyerni azokba a képesség- és készségfaktorokba, amelyek segíthetik mind a gyakorló edzőket, mind a sportszakmában dolgozó vezetőket a felkészítés – beválás egységének a mélyebb tartalmi megismerésében. Kutatásunk során kíváncsiak vagyunk a sportolók saját tapasztalatára, véleményére és javaslataira, amelyeket az eddigi pályafutásuk során szereztek. Ezek a vélemények, tapasztalatok valószínűleg nagy hasznára lehetnek a még eredményesebb felkészítési és versenyeztetési feladatok megvalósításának a közel jövőben.

Köszönettel: Juhász István MKSZ szakmai igazgató, PhD hallgató.

Általános rész, háttérinformációk:

1. Születésed dátuma:
2. Nemed:
3. Milyen posztton játszol:
4. Hány éve sportolsz versenyszerűen:
5. Melyik osztályban szerepel a csapatod:

Néhány olyan megállapítást olvashat az alábbiakban, amelyekkel a sportolók verseny előtti állapotaikat szokták jellemezni. Olvassa el valamennyit és húzza át a jobboldali számok közül a megfelelőt attól függően, hogy ebben a pillanatban – éppen most – hogyan érzi magát. Nincsenek helyes és helytelen válaszok. Ne gondolkozzon túl sokat, hanem a jelenlegi érzéseit legjobban kifejező választ jelölje meg.

- 1 – egyáltalán nem
- 2 – valamennyire
- 3 – eléggé
- 4 – nagyon/teljesen

1. Aggódom a következő verseny/mérkőzés miatt... 1 2 3 4
2. Ideges vagyok... 1 2 3 4

3. Gondtalannak érzem magam... 1 2 3 4
4. Kevés az önbizalmam... 1 2 3 4
5. Nyugtalannak érzem magam... 1 2 3 4
6. Kellemesen érzem magam... 1 2 3 4
7. Aggódom amiatt, hogy ezen a mérkőzésen nem fogok úgy szerepelni, ahogy szeretnék... 1 2 3 4
8. Feszültséget érzek magamban... 1 2 3 4
9. Elég önbizalmat érzek magamban... 1 2 3 4
10. Félek a veszéstől... 1 2 3 4
11. Összeszorul/remeg a gyomrom... 1 2 3 4
12. Biztonságban érzem magam... 1 2 3 4
13. Félek attól, hogy játék közben leblokkolok... 1 2 3 4
14. Nyugodtnak érzem a testem... 1 2 3 4
15. Bízom abban, hogy kiállok a próbát... 1 2 3 4
16. Félek attól, hogy rosszul fogok szerepelni... 1 2 3 4
17. A szokásosnál jobban ver a szívem... 1 2 3 4
18. Bízom abban, hogy jól fogok szerepelni... 1 2 3 4
19. Aggódom amiatt, hogy elérem-e a célomat... 1 2 3 4
20. Valami furcsa élmélygést érzek a gyomromban... 1 2 3 4
21. Nyugalmat érzek magamban... 1 2 3 4
22. Félek attól, hogy a teljesítményem csalódást okoz másoknak... 1 2 3 4
23. Nedves a tenyerem/izzad a kezem... 1 2 3 4
24. Bízom magamban, mert el tudom képzelni, hogy nyerni fogunk... 1 2 3 4
25. Félek attól, hogy nem fogok tudni koncentrálni... 1 2 3 4
26. Megfeszülnek az izmaim... 1 2 3 4
27. Tétmérkőzésen is sikeresen szerepelek... 1 2 3 4

Észlelt autonómia támogatás, sportkörnyezeti kérdőív (edzők) (SCQ – H)

Kedves Sportoló Barátunk!

Köszönöm, hogy vállaltad a részvételt egy olyan átfogó kutatásban, amelyet a Magyar Kézilabda Szövetség támogatásával az Eszterházy Károly Katolikus Egyetem Doktori Iskolája végez. Célunk ezzel az, hogy a magyar kézilabdázás tehetséggondozásnak a minőségi javítását támogassuk. A vizsgálatunk során szeretnénk bepillantást nyerni azokba a képesség- és készségfaktorokba, amelyek segíthetik mind a gyakorló edzőket, mind a sportszakmában dolgozó vezetőket a felkészítés – beválás egységének a mélyebb tartalmi megismerésében. Kutatásunk során kíváncsiak vagyunk a sportolók saját tapasztalatára, véleményére és javaslataira, amelyeket az eddigi pályafutásuk során szereztek. Ezek a vélemények, tapasztalatok valószínűleg nagy hasznára lehetnek a még eredményesebb felkészítési és versenyeztetési feladatok megvalósításának a közeljövőben.

Köszönettel: Juhász István MKSZ szakmai igazgató, PhD hallgató.

Általános rész, háttérinformációk:

1. Születési dátuma:
2. Nemed:
3. Milyen poszton játszol:
4. Hány éve sportolsz versenyszerűen:
5. Melyik osztályban szerepel a csapatod:

Ezek a kérdések az edzőjével kapcsolatos tapasztalataidhoz kapcsolódnak. Az edzők különbözőképpen kezelhetik a sportolókat, és szeretnénk többet megtudni arról, hogyan érez az edzőjével való kapcsolatát illetően. Kérem, hogy gondosan olvassa el az alábbi állításokat, majd egy hétfokú skálán jelölje be azt a válaszlehetőséget, amit önmagára nézve a leginkább jellemzőnek tart.

1	2	3	4	5	6	7
Egyáltalán nem értek egyet			Semleges			Teljesen egyetértek

1) Úgy érzem, az edzőm biztosítja számomra a választás lehetőségét.	1 2 3 4 5 6 7
2) Úgy érzem, az edzőm megért engem.	1 2 3 4 5 6 7
3) Nyílt tudok lenni az edzőmmel, amíg sportágam elkötelezettje vagyok.	1 2 3 4 5 6 7
4) Az edzőm bízik a képességemben, hogy jól űzöm a sportot.	1 2 3 4 5 6 7
5) Úgy érzem, az edzőm elfogad engem.	1 2 3 4 5 6 7
6) Az edzőm megbizonyosodott arról, hogy valójában megértem a sporttal kapcsolatos célokat, és azt, hogy mit kell érte tennem.	1 2 3 4 5 6 7
7) Az edzőm biztat arra, hogy kérdezzek.	1 2 3 4 5 6 7
8) Nagyon bízom az edzőmben.	1 2 3 4 5 6 7
9) Az edzőm alapos és teljes válaszokat ad a kérdéseimre.	1 2 3 4 5 6 7
10) Az edzőm hallgat arra, hogy én hogyan szeretném csinálni a dolgokat.	1 2 3 4 5 6 7
11) Az edzőm jól kezeli az emberek érzelmeit.	1 2 3 4 5 6 7
12) Úgy érzem, az edzőm törődik velem, mint emberrel.	1 2 3 4 5 6 7
13) Nem tetszik az, ahogy az edzőm velem beszél.	1 2 3 4 5 6 7
14) Mielőtt egy új módszert ajánlana az edzőm, megpróbálja megérteni, ahogyan én látom a dolgokat.	1 2 3 4 5 6 7
15) Képes vagyok megosztani az érzéseimet az edzőmmel.	1 2 3 4 5 6 7

8. számú melléklet

**Észlelt autonómia támogatás, sportkörnyezeti kérdőív (szülők)
(PASSES – H)**

Kedves Sportoló Barátunk!

Köszönöm, hogy vállaltad a részvételt egy olyan átfogó kutatásban, amelyet a Magyar Kézilabda Szövetség támogatásával az Eszterházy Károly Katolikus Egyetem Doktori Iskolája végez. Célunk ezzel az, hogy a magyar kézilabdázás tehetséggondozásnak a minőségi javítását támogassuk. A vizsgálatunk során szeretnénk bepillantást nyerni azokba a képesség- és készségfaktorokba, amelyek segíthetik mind a gyakorló edzőket, mind a sportszakmában dolgozó vezetőket a felkészítés – beválás egységének a mélyebb tartalmi megismerésében. Kutatásunk során kíváncsiak vagyunk a sportolók saját tapasztalatára, véleményére és javaslataira, amelyeket az eddigi pályafutásuk során szereztek. Ezek a vélemények, tapasztalatok valószínűleg nagy hasznára lehetnek a még eredményesebb felkészítési és versenyeztetési feladatok megvalósításának a közeljövőben.

Köszönettel: Juhász István MKSZ szakmai igazgató, PhD hallgató.

Általános rész, háttérinformációk:

1. Születésed dátuma:
2. Nemed:
3. Milyen poszton játszol:
4. Hány éve sportolsz versenyszerűen:
5. Melyik osztályban szerepel a csapatod:

Ezek a kérdések a szüleidre vonatkoznak, és arra keressük a választ, hogy mennyire bátorítanak téged arra, hogy sportolj. Kérlek, hogy gondosan olvasd el az alábbi állításokat, majd egy hétfokú skálán jelöld be azt a válaszlehetőséget, amit magadra nézve a leginkább jellemzőnek tartasz.

Együttműködésedet hálásan köszönjük!

1 2 3 4 5 6 7

Egyáltalán nem értek egyet

Semleges

Teljesen egyetértek

1) Úgy érzem, hogy a szüleim megteremtik a lehetőségét annak, hogy versenyszerűen sportoljak.	1	2	3	4	5	6	7
2) Úgy gondolom, hogy a szüleim megértik, hogy miért sportolok versenyszerűen.	1	2	3	4	5	6	7
3) A szüleim szerint megvannak a megfelelő képességeim a sportoláshoz.	1	2	3	4	5	6	7
4) A szüleim bátorítanak arra, hogy versenyszerűen sportoljak.	1	2	3	4	5	6	7
5) A szüleim hallgatnak rám a versenyszerű sporttal kapcsolatban.	1	2	3	4	5	6	7
6) A szüleim megdicsérnek, mikor versenyszerűen sportolok.	1	2	3	4	5	6	7
7) Tudok beszélgetni a szüleimmel a versenysportról.	1	2	3	4	5	6	7
8) A szüleim segítenek abban, hogy megértsem, miért van szükségem a versenyszerű sportra.	1	2	3	4	5	6	7
9) A szüleim válaszolnak a kérdéseimre, ami a versenyszerű sporttal kapcsolatos.	1	2	3	4	5	6	7
10) A szüleimet foglalkoztatja a sport, amit űzök.	1	2	3	4	5	6	7
11) Úgy érzem, megoszthatom azokat a tapasztalataimat, élményeimet a szüleimmel, melyek a versenyszerű sportolással kapcsolatosak.	1	2	3	4	5	6	7
12) Megbízom a szüleim tanácsaiban a sporttal kapcsolatban.	1	2	3	4	5	6	7

Edző-sportoló kapcsolat kérdőív (CART-Q)

Kedves Sportoló Barátunk!

Köszönöm, hogy vállaltad a részvételt egy olyan átfogó kutatásban, amelyet a Magyar Kézilabda Szövetség támogatásával az Eszterházy Károly Katolikus Egyetem Doktori Iskolája végez. Célunk ezzel az, hogy a magyar kézilabdázás tehetséggondozásnak a minőségi javítását támogassuk. A vizsgálatunk során szeretnénk bepillantást nyerni azokba a képesség- és készségfaktorokba, amelyek segíthetik mind a gyakorló edzőket, mind a sportszakmában dolgozó vezetőket a felkészítés – beválás egységének a mélyebb tartalmi megismerésében. Kutatásunk során kíváncsiak vagyunk a sportolók saját tapasztalatára, véleményére és javaslataira, amelyeket az eddigi pályafutásuk során szereztek. Ezek a vélemények, tapasztalatok valószínűleg nagy hasznára lehetnek a még eredményesebb felkészítési és versenyeztetési feladatok megvalósításának a közeljövőben.

Köszönettel: Juhász István MKSZ szakmai igazgató, PhD hallgató.

Általános rész, háttérinformációk:

1. Születésed dátuma:
2. Nemed:
3. Milyen poszton játszol:
4. Hány éve sportolsz versenyszerűen:
5. Melyik osztályban szerepel a csapatod:

A következő kérdőív célja az edző-sportoló kapcsolat minőségének és tartalmának felmérése. Kérem, olvassa el a következő állításokat, és jelölje be, hogy mennyire ért egyet azokkal. Nincsenek sem jó, sem rossz válaszok. Kérem, a válaszait a lehető legőszintébben írják le, hogyan érez az edzőjével kapcsolatban.

1 2 3 4 5 6 7

Egyáltalán nem értek egyet Közepes mértékben értek egyet Teljesen egyetértek

1. Szoros kapcsolatom van az edzőmmel	1	2	3	4	5	6	7
2. Elkötelezettnek érzem magam az edzőm iránt	1	2	3	4	5	6	7
3. Kedvelem az edzőmet	1	2	3	4	5	6	7
4. Amikor az edzőm velem foglalkozik, nyugodt vagyok	1	2	3	4	5	6	7
5. Bízom az edzőmben	1	2	3	4	5	6	7
6. Úgy érzem, ígéretes sportkarrier elé nézünk az edzőmmel	1	2	3	4	5	6	7
7. Amikor az edzőm velem foglalkozik, észreveszem az erőfeszítéseit	1	2	3	4	5	6	7
8. Tisztelem az edzőmet	1	2	3	4	5	6	7
9. Nagyra értékelem azokat az áldozatokat, amit az edzőm a teljesítményem javítása érdekében meghoz	1	2	3	4	5	6	7
10. Amikor az edzőm velem foglalkozik, készen állok arra, hogy a legjobb formámat hozzam.	1	2	3	4	5	6	7
11. Amikor az edzőm velem foglalkozik, barátságos közeget próbálok teremteni.	1	2	3	4	5	6	7

Edzői Viselkedés Kérdőív (CBQ-H)

Kedves Sportoló Barátunk!

Köszönöm, hogy vállaltad a részvételt egy olyan átfogó kutatásban, amelyet a Magyar Kézilabda Szövetség támogatásával az Eszterházy Károly Katolikus Egyetem Doktori Iskolája végez. Célunk ezzel az, hogy a magyar kézilabdázás tehetséggondozásnak a minőségi javítását támogassuk. A vizsgálatunk során szeretnénk bepillantást nyerni azokba a képesség- és készségfaktorokba, amelyek segíthetik mind a gyakorló edzőket, mind a sportszakmában dolgozó vezetőket a felkészítés – beválás egységének a mélyebb tartalmi megismerésében. Kutatásunk során kíváncsiak vagyunk a sportolók saját tapasztalatára, véleményére és javaslataira, amelyeket az eddigi pályafutásuk során szereztek. Ezek a vélemények, tapasztalatok valószínűleg nagy hasznára lehetnek a még eredményesebb felkészítési és versenyeztetési feladatok megvalósításának a közeljövőben.

Köszönettel: Juhász István MKSZ szakmai igazgató, PhD hallgató.

Általános rész, háttérinformációk:

1. Születésed dátuma:
2. Nemed:
3. Milyen poszton játszol:
4. Hány éve sportolsz versenyszerűen:
5. Melyik osztályban szerepel a csapatod:

Az alábbiakban olyan kijelentéseket olvashat, amelyekkel a sportolók szokták jellemezni azokat a tényezőket, amelyek hozzájárulnak a versenyen nyújtott teljesítményükhöz.

Kérjük, olvassa el a következő állításokat, és mindegyik kapcsán ítéld meg, hogy mennyire igaz az adott állítás. Fontos, hogy a kitöltés közben egy, az Ön számára fontos versenyre gondoljon! Ne gondolkozzon túl sokat, ne időzzön el sokáig az állításoknál!

1=egyáltalán nem értek egyet

2=nem értek egyet

3=egyetértek

4=teljes mértékben egyetértek

Az edzőm a kritikát építő jelleggel fogalmazza meg.	1	2	3	4
Az edzőm verseny alatti viselkedése feszültté és idegessé tesz.	1	2	3	4
Amikor szükségem van rá, az edzőm hangszíne megnyugtató és biztató.	1	2	3	4
Az edzőm kellőképpen higgadt és nyugodt.	1	2	3	4
Az edzőm sajátos modora és érzelm kifejezési módja hozzájárul ahhoz, hogy gyengén teljesítsek.	1	2	3	4
Az edzőm akkor is támogat engem, amikor hibát véték.	1	2	3	4
Időkérésnél és félidőben az edzőm arra helyezi a hangsúlyt, hogy mit kell csinálnom egy adott helyzetben, nem arra, hogy mit nem sikerült megvalósítanom.	1	2	3	4
Az edzőm sajátos modora és érzelm kifejezési módja segít ellazulnom és jobban teljesítenem.	1	2	3	4
Az edzőm oldalon melletti viselkedése megzavarja a figyelmemet verseny közben.	1	2	3	4
Az edzőm az időkéreseket és a félidőket arra használja, hogy megerősítse az önbizalmamat/önbizalmunkat.	1	2	3	4
Az edzőm kontrollálja az érzelmeit verseny közben.	1	2	3	4
Amikor az edzőm feszültnek tűnik, nem tudok jól teljesíteni.	1	2	3	4
Az edzőm verseny alatti viselkedése elbizonytalanít a teljesítményemmel kapcsolatban.	1	2	3	4
Idegesebb leszek az oldalon álló edzőm látványától, mint magától a versenytől.	1	2	3	4
Az edzőm feszültséget kelt bennem.	1	2	3	4

Sportolói motivációs kérdőív (H – SMS)

Kedves Sportoló Barátunk!

Köszönöm, hogy vállaltad a részvételt egy olyan átfogó kutatásban, amelyet a Magyar Kézilabda Szövetség támogatásával az Eszterházy Károly Katolikus Egyetem Doktori Iskolája végez. Célunk ezzel az, hogy a magyar kézilabdázás tehetséggondozásnak a minőségi javítását támogassuk. A vizsgálatunk során szeretnénk bepillantást nyerni azokba a képesség- és készségfaktorokba, amelyek segíthetik mind a gyakorló edzőket, mind a sportszakmában dolgozó vezetőket a felkészítés – beválás egységének a mélyebb tartalmi megismerésében. Kutatásunk során kíváncsiak vagyunk a sportolók saját tapasztalatára, véleményére és javaslataira, amelyeket az eddigi pályafutásuk során szereztek. Ezek a vélemények, tapasztalatok valószínűleg nagy hasznára lehetnek a még eredményesebb felkészítési és versenyeztetési feladatok megvalósításának a közeljövőben.

Köszönettel: Juhász István MKSZ szakmai igazgató, PhD hallgató.

Általános rész, háttérinformációk:

1. Születésed dátuma:
2. Nemed:
3. Milyen poszton játszol:
4. Hány éve sportolsz versenyszerűen:
5. Melyik osztályban szerepel a csapatod:

Kérjük, hogy gondoljon arra, hogy miért űzi az ön számára elsődlegesen választott sportágat. Az alábbi skála segítségével kérem, jelölje meg, hogy mennyire igazak önre az egyes állítások azzal kapcsolatban, hogy jelenleg miért is űzi kifejezetten ezt a sportágat.

1-	2-	3-	4-	5-	6-	7-
Egyáltalán nem igaz rá	Egészen kis mértékben igaz rá	Valamennyire igaz rá	Közepes mértékben igaz rá	Inkább igaz rá	Nagy mértékben igaz rá	Teljes mértékben igaz rá

1. Mert rosszul érezném magam, ha nem fordítanék rá időt.	1	2	3	4	5	6	7
2. Gyakran kérdezem én is magamtól, hogy miért csinálom még, mert már nem látom, hogy elérném a céljaimat, amiket kitűztem magam elé.	1	2	3	4	5	6	7
3. A nehéz mozgáskombinációk elvégzése közben érzett örömért.	1	2	3	4	5	6	7
4. Mert kifejezi a belső értékeimet.	1	2	3	4	5	6	7
5. Mert a számomra fontos embereket bosszantaná, ha nem csinálnám.	1	2	3	4	5	6	7
6. Mert az egyik legjobb módja annak, hogy fejlesszem személyiségem más oldalait is.	1	2	3	4	5	6	7
7. Mert örömet okoz, hogy többet tanulok a sportágamról.	1	2	3	4	5	6	7
8. Mert a környezetemben lévő emberek megjutalmaznak érte.	1	2	3	4	5	6	7
9. Az eddig ismeretlen edzéstechnikák elsajátításakor érzett öröm miatt.	1	2	3	4	5	6	7
10. Olyan érzésem van, hogy már nem tudok sikeres lenni ebben a sportágban.	1	2	3	4	5	6	7
11. Mert nagyon érdekes megtanulnom, hogy miként fejlődhetek.	1	2	3	4	5	6	7
12. Mert ez a sport az önfejlesztésem egyik módja.	1	2	3	4	5	6	7
13. Mert azonos a belső értékrendemmel.	1	2	3	4	5	6	7
14. Mert élvezek új technikai elemeket megtanulni.	1	2	3	4	5	6	7
15. Mert mások nem helyeselnék, ha nem csinálnám.	1	2	3	4	5	6	7
16. Mert jobb érzésem van magammal kapcsolatban, amikor csinálom.	1	2	3	4	5	6	7
17. Már nem is egyértelmű számomra, hogy miért sportolok, nem hiszem, hogy van helyem ebben a sportban.	1	2	3	4	5	6	7
18. Mert úgy gondolom, ez egy jó módja a személyiségem értékes részeinek fejlesztésére.	1	2	3	4	5	6	7
19. Mert élvezem, ha új módszereket ismerhetek meg a teljesítményem növelésére.	1	2	3	4	5	6	7

Eredetiség nyilatkozat



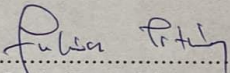
ESZTERHÁZY KÁROLY KATOLIKUS EGYETEM
NEVELÉSTUDOMÁNYI DOKTORI ISKOLA

H-3300 Eger, Klapka Gy. u. 12. • Tel.: +36-36 / 520-400 / 3157 • E-mail: ntdi@uni-eszterhazy.hu • uni-eszterhazy.hu

Nyilatkozat a munka önállóságáról, a szakirodalmi források megfelelő idézéséről

Alulírott Juhász István kijelentem, hogy *A kézilabdázók beválást meghatározó tényezők vizsgálata* című doktori értekezést magam készítettem abban csak a szakirodalmi hivatkozások listáján megadott forrásokat használtam fel. Minden olyan részt, amelyet szó szerint, vagy azonos tartalomban, de átfogalmazva más forrásból átvettem, a forrás egyértelmű megadásával megjelöltem.

Eger, 2025. 03. 17.


.....
Juhász István doktorandusz



Támogatói nyilatkozat



ESZTERHÁZY KÁROLY KATOLIKUS EGYETEM

Sporttudományi Intézet

H-3300 Eger, Leányka u. 6.
Tel.: +36-36/520-400/4178, 4345
E-mail: sporttudomany@uni-eszterhazy.hu
sporttudomany.uni-eszterhazy.hu

Támogatói nyilatkozat

Alulírottak Prof. Dr. Bognár József és Dr. Habil. Révész László témavezetőként támogatom, hogy Juhász István doktorandusz a doktori fokozatszerzési eljárásba lépjen.

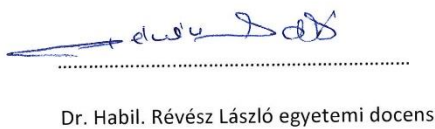
Az eljárás tudományága: Neveléstudomány

A benyújtott értekezés címe: A kézilabdázók bevalást meghatározó tényezők vizsgálata

Kelt, Eger, 2025.03.17.



Prof. Dr. Bognár József egyetemi tanár



Dr. Habil. Révész László egyetemi docens