

„KUTATÁS KÖZBEN”

A 7–13 ÉVES SPORTOLÓ GYERMEKEK SZÜLEIVEL KAPCSOLATOS KÉTSZEMPONTÚ SPORTSZÜLŐI TÁMOGATÁS KÉRDŐÍVCSOMAG MAGYAR VÁLTOZATÁNAK BEMUTATÁSA



SZÉPLAKI Anita,¹ BACHMANN Patrik,¹ SIMON Judit,¹
KOVÁCS Krisztina,² GYÖMBÉR Noémi,² SMOHAI Máté¹
smohai.mate@kre.hu

ÖSSZEFOGLALÓ

Háttér és célkitűzések: A fiatalok sport számos bio-pszicho-szociális előny lehetőségét hordozza magában (Mikulán, Pikó és Keresztes, 2010). Gyakorló sportpszichológusi tapasztalatok szerint ennek megvalósulásában fontos szerepe van a sportoló gyermek szülei felől érkező megfelelő jellegű és intenzitású támogatásnak (Gyömbér és Kovács, 2012). Jelen tanulmány célja a sportszülői támogatás kulcskérdéseinek elméleti áttekintése, valamint a fiatalok sportolókkal való pszichológusi munkához szorosan kapcsolható és hasznosnak ígérkező kérdőív bemutatása. A sportszülői támogatás empirikus megismerésével, mérésével kapcsolatban világszinten mindössze kezdeti próbálkozásokról van tudomásunk. E hiány betöltésének első lépéseként fordítottuk le a Kétszempon-tú Sportszülői Támogatás Kérdőívcsomagot (Dale, 2011). *A kérdőívcsomag bemutatása:* A mérőeszköz a szülő gyermekének sporttízéséhez való hozzáállását és viselkedését méri két nézőpontból, a sportoló gyermek és szülője szem-szögéből egyaránt, tíz-tíz tétellel. A szülői támogatás kiemelt témái: nézőtérben való viselkedés, elvárások, kommunikáció, szerephatárok, anyagi megtérülés, sport iránti elkötelezettség. A fordítás menete fordítás-visszafordítás eljárással történt. *További lépések:* A kérdőívcsomag magyar változata gyakorlati lehetőséggel bír az alkalmazott gyermeksport-pszichológia területén, hiszen a sportszülői támogatás, mint fontos téma mérhetővé válik igen gazdaságos formában, tíz-tíz tétellel. Az adaptációnak ezen első lépését a közeljövőben mindenképp adatfelvétel, reliabilitás-, megerősítő faktorelemzés és validitásvizsgálat kell hogy kövesse, hogy ily módon a sportszülői támogatás megbízható módon mérhetővé váljon, facilitálva a témában

¹ Károli Gáspár Református Egyetem, Bölcsészettudományi Kar, Pszichológiai Intézet, Budapest

² Testnevelési Egyetem, Gazdaság és Társadalomtudományi Intézet, Pszichológia és Sportpszichológia Tanszék, Budapest

való empirikus kutatások elindulását. Az eszköz a későbbiekben a sportoló-sportszülő-edző kapcsolatrendszer (Hellstedt, 1987, 2005) optimális működését is támogathatja.

Kulcsszavak: család, sport, sportpszichológia, sportszülő, Kétszempontú Sportszülői Támogatás Kérdőívcsomag

BEVEZETÉS

A versenysportban kiemelt cél a győzelem, valamint hogy a sportoló minden helyzetben lehetőleg a maximumot hozza ki magából. Hogyan tekintünk a győzelemre fiatal sportolók esetén? Melyek legyenek azok a célok, amiket el szeretnénk érni úgy, hogy közben a gyermek önbizalma, egészséges személyiségfejlődése ne sérüljön? Egy nagyszabású, százezer fiatal sportolóval végzett kutatás (Smoll, 1999) szerint a gyermekek sportolást illető legfőbb motivációi – még a mai teljesítményorientált sportolói világban is – a következők voltak: jó szórakozás; izgalom; barátokkal együtt töltött idő; a fiatalok csak ez után említették a sikert vagy a győzelmet. Ezt a kutatási eredményt frissebb vizsgálatok is alátámasztották (például Allen, 2003; Holt és Knight, 2014). Az UNICEF Magyar Bizottsága 2014-ben készítette el az első gyermekjogi vizsgálatát a gyermekek sportban szerzett tapasztalatairól, ami az előbb említett kutatáshoz hasonló eredményekkel zárult a gyermekek motivációit illetően. Az online kérdőívet 957 fő töltötte ki (18–63 év között). A kutatási eredmények tanúsága szerint a gyermekek elsősorban a mozgás öröme (29%), a barátokkal való együttlét (22%) és a kikapcsolódás kedvéért (14%) kezdenek el sportolni. A siker és a küzdelem – mint motivációs tényező – csak ezt követően, 13% illetve 12% arányban jelent meg a válaszok között (Gyurkó és Németh, 2014). Egy gyermek versenysportolói léte általában igen jelentős időt, anyagi és energiaráfordítást igényel, ami sok esetben elvárásokat von maga

után, rossz sportteljesítmény esetén pedig a szülők emelkedett szintű frusztrációját eredményezheti (Hellstedt, 2005). A sportesemények a nyilvánosság előtt zajlanak, ezért a szülőknek bőven akad alkalmuk azonnali visszajelzést adni sportoló gyermekük számára, mellyel erősen befolyásolhatják azt, hogy a gyermek mennyire leli örömét az adott sportban, illetve azt, hogy hogyan értékeli önmagát (Weiss, 2004). A szélsőséges sportszülői viselkedésről szóló tanulmányában Weiss (2004) kifejti, hogy a túlzottan magas elvárások óriási nyomást gyakorolhatnak a gyermekekre, ezáltal befolyásolhatják teljesítményüket is. Ezt a folyamatot teszi érthetőbbé Harwood és Knight (2009), amikor arról írnak, hogy a gyermekek megmérettetése előtt, alatt és után a szülők jelentős mértékű stresszt élnek át, mely számtalan forrásból fakad. Mindezt fontos lenne azonosítani, felismerni és megtanítani hatékonyan kezelni.

A Hellstedt (1987) által megfogalmazott, ma már általánossá vált megközelítés szerint háromféle sportszülői szerep különíthető el: a gyermek sportolói életében „túlságosan részt vevő” (*over-involved*), a „kevésbé részt vevő” (*under-involved*) és a legtöbb esetben optimálisnak tekinthető opció, az úgynevezett „mérésékelt módon részt vevő” (*moderate level*) szülő. Igen gyakori probléma, hogy a szülők túl aktívan vesznek részt a gyermek sportéletében. Ilyenkor minden családi esemény a gyermek sportolói élete köré szerveződik, a család mindennapjait kitölti a sport (Ferguson, 2008; Sacks és mtsai, 2006). Ezt a jelenséget a „felcserélődő szerepek csap-

dájának” (Smoll, 1999) is szokták nevezni. Többek között a többes szám első személyben elhangzott mondatok bizonyítják egyértelműen ilyenkor az azonosulási folyamatot: „Megnyertük a versenyt!” A gyermekekre ilyen esetekben túl nagy, életkorának nem megfelelő elvárás, teher nehezedhet, hiszen a szülő önértékelése is legalább részben az ő eredményességén múlik (Gyömbér és Kovács, 2012). A Kay és Charlesworth (2005, idézi Kay és Bass, 2011) kutatásában részt vevő családok 36%-a nyilatkozott a gyermekükkel kapcsolatos sportéletről úgy, mint ami életük fő mozgatója, további 49% szerint pedig igen nagy hatással van életükre. A legtöbb esetben az ilyen gondolkodású szülők gyermekei fogják később abbahagyni a sportolást, bár a kiegész jelei már korábban megmutatkoznak náluk. A másik véglet, amikor a szülőt egyáltalán nem érdekli gyermeke sportolói élete. A fiatal sportoló ilyen esetben erősen kötődik csapattársaihoz és edzőjéhez, hiszen tőlük várja el a pozitív visszajelzéseket. A legjobb megoldás az „arany középút”, amikor a család szerepe a támogatás és a bátorítás a sportoló életében, de a sporton kívül másról is szól az életük, rendelkeznek egyéb közös élményekkel, tapasztalatokkal. Nagyon nehéz azonban minden esetben a fent említett kategóriákba sorolni a szülőket, ugyanis más szerzők beszámolnak küszöbközeleli vagy „határeseti” nyomásról is (Ginsburg és mtsai, 2006). A külső szemlélő számára kiegyensúlyozottnak tűnő szülő–gyermek kapcsolatokon belül nagy az eltérés abban a tekintetben, hogy mi számít megfelelő támogatásnak a fiatal sportoló életében a szülők részéről. Ha például egy teniszező gyermeknek dobálógépet vesznek otthonra a szülei, hogy ott is gyakorolhasson, ez tűnhet megterhelőnek is a gyermek számára, de lehet, hogy örülni fog

szülei aktív segítőkészségének. A gyermekkel foglalkozó sportpszichológusok éppen ezért szinte mindig egyedi esetekkel foglalkoznak, hiszen nem elég a sportolót magát megismerniük valamilyen probléma esetén, hanem a családi környezetet, a család dinamikáját is fel kell térképezniük, mielőtt javaslatokat tennének a gyermek fejlesztésére vonatkozóan (Sacks és mtsai, 2006).

Keagan és munkatársai (2014) azt találták, hogy a szülők hatása jelentősen csökken, amikor a gyermek profi sportolóvá válik, és ezzel egy időben az edző és a csapattársak befolyása fokozatosan növekszik, mintegy átveszik a szülő szerepét. Ám annak, hogy a gyermek kiemelkedő sportolóvá váljon, egyik fontos befolyásoló tényezője a támogató családi légkör (Sacks és mtsai, 2006).

A fiatalok sportolók és szülei egymásról alkotott véleményét több kutatásban is vizsgálták, általában kérdőíves formában. Kanters, Bocarro és Casper (2008) vizsgálatukat 12 délkelet-amerikai jégkorongcsapat 9–11 éves játékosai körében végezték. A 11 kérdésből álló, Likert-típusú kérdőívet (Leff és Hoyle, 1995) 180 gyermek és szülei töltötték ki. Az eredmények azt mutatták, hogy a szülők sokkal alacsonyabbra becsülik, hogy mekkora nyomást helyeznek gyermekükre elvárásaikkal, mint ahogyan azt a gyermekek megélik. Azok a szülők, akik úgy gondolják, igazi támogató környezetet – pénzt és időt sem kímélve – biztosítanak gyermekük számára (over-involved parent), okozzák leggyakrabban a gyermekek lemorzsolódását a sportban. A kutatás egyik fontos konklúziója, hogy a szülők általában nem ismerik fel azt aényt, hogy ha túl sok energiát fektetnek gyermekük sportolói életébe, az a gyermek szemében nem támogatásként, hanem stresszfaktorként jelenik meg. Sportpszichológiai megfontolások alapján ebben a helyzetben

optimális megoldási irányt jelent a szülő és gyermeke közötti nyílt kommunikáció elősegítése, melynek keretében a gyermekek is őszintén felfedhetik érzéseiket szüleik viselkedésével kapcsolatban.

Sportszülő a nézőtérén

A sportszülő nézőtéri és szurkolói viselkedésmódja erősen befolyásolhatja gyermeke sporttevékenységét (Blom és Drane, 2008; Dale, 2011; Holt és Knight, 2014). Többek között a sportszülő agresszivitása negatív példát szolgáltat gyermeke számára, aminek hatására a fiatal sportoló a mérkőzéseken szintén agresszívebben léphet fel csapattársaival, ellenfeleivel szemben. A sportolás megélt örömét is sok esetben jelentősen csorbítja a szülő negatív magatartása (Lazarotti, 2010). Petersen (2010) rávilágít arra, hogy ha a versenyző szülője a nézőtérrel bekiabál, az ellenfelet inzultálja, az a gyermek számára morálisan megkérdőjelezhető üzenetet közvetít. A bekiabálás mindemellett a gyermek koncentrációját is ronthatja (Sacks és mtsai, 2006).

A versenyek előtti érzelmi állapot kialakításában is egyértelmű a szülők meghatározó szerepe. A túl nagy szülői nyomásnak és a magas elvárásoknak kitett sportolók már a verseny előtt sokkal izgatottabbak, mint azok a társaik, akiket szüleik támogatásukról biztosítanak, bármi is lesz a verseny végkimenetele (Hedstrom és Gould, 2004). Blom és Drane (2008) 110 szülővel folytatott vizsgálatot a POISE (*Parent Observation Instrument for Sport Events*) teszt (Kidman és McKenzie, 1999) alkalmazásával. Eredményeik szerint a szülők megjegyzéseinek 52%-a volt pozitív tartalmú („Jól csinálod!”, „Szép munka!” stb.), 32% volt negatív jellegű („Gyerünk, keményebben!”, „Húzzál már bele!” stb.), a maradék pedig viszonylag

semleges („Hogy ment a játék?”, „Kérsz inni?” stb.). Ez az eredmény első hallásra pozitív összképet közvetíthet, azonban a szülői megjegyzések harmada negatív tartalmú üzenetet hordoz a gyermekek számára. A szerzők javaslata szerint verseny alatt nem érdemes utasításokat kiabálni a gyermekeknek az edző feje fölött, és szintén nem javasolt az edzővel való kiabálás sem. Ha a gyermek előtt versenytársait szidjuk, sértő megjegyzéseket teszünk a bírókra, az ellenfél csapata, azzal elveszünk a fiatal sportolótól a versenyzés örömét. Sacks és munkatársai (2006) a verseny alatti magatartás kapcsán kizárólag egy dolgot javasolnak a szülőknek: biztassák őt verbális és nonverbális kommunikációval egyaránt. Még a helyes technikák bekiabálása sem tanácsos. Verseny után sem érdemes lerohanni a fiatal sportolót a kritikával, hasznosabb kivárni a megfelelő pillanatot, és a szülőknek csak akkor tanácsos kifejezni véleményüket gyermekük teljesítményével kapcsolatban, ha kíváncsi rá. A gyermek teljesítményének értékelése nem a szülő feladata, szerepköre ezért határátlépésnek számít, ha mégis így cselekszik. A szülő jelenléte az érzelmi támogatás biztosítása miatt fontos a sportoló gyermek számára, aki ily módon érzi, bárhogy is alakul a meccs, a szülei szeretik őt (Sacks és mtsai, 2006).

Omli és Wiese-Bjornstal (2011) edzőkkel és fiatal sportolókkal végzett felmérések alapján három tipikus szülői magatartást különített el a versenyeken tanúsított szülői magatartásokra vonatkozóan: a „támogató” szülő (*supportive parent*) a versenypálya szélén empátiát és bátorítást nyújt gyermekének. A „nagy igényeket támasztó” szülő (*demanding coach*) folyamatosan kioktat és kritikus megjegyzéseket tesz. A harmadik az „őrült rajongó” (*crazed fan*), aki mindenkire rákiabál, fanatikus szurkol és folyamato-

san megzavarja gyermeke játékát. A gyermekek természetesen legtöbb esetben a támogató szülői magatartást preferálták.

Greg Dale (2011) sportszülői támogatás mérését célzó kérdőívcsomagját alkotó tíz-tíz tételes skálák első két és utolsó iteme a sportszülő versenyeken tanúsított magatartására és más szülőkkel, versenyzőkkel, edzőkkel és hivatalos személyekkel szembeni viselkedésére kérdez rá.

Elvárások és motiválás

Ideális esetben a sportszülő számára nem az a legfontosabb, hogy gyermeke sikeres legyen, például megnyerje a meccseket, versenyeket. Többek között a sportolás testi-lelki egészségre gyakorolt pozitív hatását tartja szem előtt, emellett a lehetséges veszélyekről sem feledkezik meg. Mérlegeli, mikor hagyhatja fiát vagy lányát önálló döntéseket hozni a sport és egyéb területeken egyaránt, és mikor indokolt közbelépnie, akár tiltania. Fontos például, hogy a szülő visszatartsa gyermekét a sportolástól, amikor komoly sérüléssel vagy betegen (például lázasan vagy mononukleózissal fertőzötten) kíván játszani, hiszen neki még nincs elég ismerete arról, hogy veszélyes számára az intenzív mozgás, vagy nem képes felmérni a káros következményeket (Petersen, 2010).

O'Rourke és munkatársai (2013) szülők által indukált motivációs klímák terén végzett vizsgálatuk során azt találták, hogy abban az esetben, ha a szülő a személyes fejlődésre, a hibákból való tanulásra, a sportolás élvezetére helyezi a hangsúlyt, és a befektetett energiát, a készségek fejlesztését pedig jutalmazza, gyermeke jobban élvezi a sportolást, magasabb eredményekre tör, pszichológiai jólléte és önértékelése magasabb. Mindez viszont nem valósul meg, ha a sportszülő inkább arra ösztökéli gyerme-

két, hogy társait előzze meg, a lehető legkevesebb befektetett energiával érjen el eredményeket (itt például szóba jöhet akár a szabályok megszegése vagy doppingszerek használata) és bünteti a hibázást. Ebben a kérdésben nyújt eligazítást a Murphy (1999) által javasolt fejlődés- és énoorientáció megkülönböztetése. A szerző szerint ideális esetnek tekinthető, amikor mindkettő orientáció magas szintű, ez a konstelláció a fejlődés és egyben a siker kulcsa.

A Kétszemponjú Sportszülői Támogatás Kérdőívcsomag (Dale, 2011) a szülők győzelemhez, a gyermek teljesítményéhez való hozzáállását is tartalmazza.

Kommunikáció, minősítés

A kritizált gyermek, aki rendszerint elégetlenséget tapasztal a szülője részéről, a nyomasztó, stresszkeltő légkörben nagyobb eséllyel mutat szorongásos tüneteket, hosszabb távon pedig nagyobb az esély arra, hogy kiégés jelei mutatkoznak rajta, majd abbahagyja a sportolást. A támogató családi háttér azonban csökkenti mindezeknek a valószínűségét. A családtagok támogatása főként abban mutatkozik meg, hogy a versenyeken bátorító szavakkal biztatják a sportolót, ha kudarc éri a gyermeket, azt megértéssel fogadják, és a versenyeredménytől függetlenül kinyilvánítják, mennyire büszkék gyermekükre és értékelik magát a résztvételt is (Sacks és mtsai, 2006; Holt és Knight, 2014).

Több kutatás kimutatta (például Eccles, 1993), hogy a sportszülők esetében is érvényesülnek a nemi sztereotípiák a bátorítás, támogatás terén nyújtott különbségekben. A legtöbb szülő a nemi sztereotípiák miatt (Bois és mtsai, 2005) a fiúknál tartja fontosabbnak a sportban való résztvételt, az apák már kisgyermekkorától több aktív időt töltenek a fiúkkal, mint a lányokkal. Sporteseményekre

járnak, közösen mozognak, míg a lányokkal más jellegű, „lányabb” programokat terveznek. Ha a lánygyermeket is érdekelni kezdi a sport, több fajtát is kipróbáltatnak vele (gimnasztika, balett stb.), míg a fiúkat korán „ráállítják” egyfajta sportra. A lánygyermek általában több pozitív visszajelzést kapnak szüleiktől sportteljesítményükkel kapcsolatban, és inkább azok a lányok lesznek élsportolók, akiknek anyja is az volt (Fredericks és Eccles, 1999). Leonard (1998) kutatási kérdése az volt, hogyan kommunikálnak a különböző nemű gyermekek szülei annak fényében, hogy gyermekük a nemüknek sztereotipikusan megfelelő vagy ellenkező sportágat választott. A kutatás eredménye szerint a szülők több kritikával illették gyermeküket, ha nem a nemüknek megfelelő sportágat választottak, egyes szülők egyenesen megkérdőjelezték, hogy a gyermek egyáltalán foglalkozzon-e az adott sporttal.

A Kétszempontú Sportszülői Támogatás Kérdőívcsomag (Dale, 2011) a családi kommunikációban jelen levő témákra is rákérdez (negyedik és nyolcadik tétel).

A sportszülői szerep határai

Sacks és munkatársai (2006) arra hívják fel a figyelmet, hogy a gyermek fokozott nyomást él át, ha szülője technikai és taktikai instrukciókkal látja el, különösen, ha ezt azután teszi, hogy a gyermek nem teljesített jól. Másrészt a fiatal sportolót a tanács össze is zavarhatja, különösen, ha az nem egyezik az edzője utasításaival. A szerzők szerint – amennyiben a szülő nem maga az edző is egy személyben – legelőnyösebb, ha a szülő egyáltalán nem ad efféle instrukciókat a versenyek során, ehelyett támogató, együttérző szavakkal áll gyermeke mellé.

A „sportháromszög” fogalma (Anshel, 2003), amely a sportoló, a szülő és az edző

triászát jelöli, arra utal, hogy a háromszög mindegyik csúcsa egyenlő mértékben vesz részt a sikeres sportolói teljesítmény elérésében, a három résztvevő között pedig kölcsönös, kétirányú kapcsolat van. Bass (2008) szerint akkor keletkezhet probléma ebben a hármas felállásban, ha a résztvevők előtt nem tisztázott a többiek célja, és ha ezek között semmilyen átfedés nincs. A sportoló-szülő-edző sportháromszög két csúcsának – szülő és edző – kölcsönös kommunikációja elengedhetetlen fontosságú. A szülők ebben a rendszerben összekötő szereppel is rendelkeznek. A fiatalkori sport elképzelhetetlen lenne a szülők pénzügyi, emocionális és praktikus támogatása nélkül, a háromszög nem tudna összeállni nélkülük. 132 amerikai ifjúsági teniszedző megkérdezése során Gould és munkatársai (2006) azt találták, hogy a szülők 59%-a pozitív, támogató szerepet tölt be gyermeke életében, és 36%-uk akár akaratlanul is, de akadályozza, negatív irányba befolyásolja gyermeke fejlődését a győzelem túlhangsúlyozásával, irreális elvárásokkal és a sok kritizálással.

A szülők helyzete sem egyszerű, sokszor nehéz a megfelelő módon helytállniuk sokféle – nem csak szülői – szerepükben. Mindazonáltal a szülők sok tekintetben jelentenek példaképet a sportoló számára, mind a fizikai aktivitás, az érzelmi reakciók és a magatartási jegyek szempontjából is (Hedstrom és Gould, 2004).

Az edző és a szülő közti kétirányú kommunikáció kialakítása nagyon fontos (Jowett és Timsoon-Katchis, 2005) már a szezon elejétől kezdve. Legtöbbször szülői értekezlettel indul a szezon, ahol az edző felvázolja a célkitűzéseket – lehetőleg nem csak a győzelemre koncentrálna –, kihangsúlyozva többek között a csapatszellem („én” helyett „mi”) fontosságát és a szülőktől esetlegesen

elvárt támogatások formáját – kutatások szerint ez utóbbira van a legnagyobb igény (Kay és Bass, 2011). Lehetőséget ad továbbá a szülőknek a kérdések feltevésére, elmondja, hogy a szezon alatt milyen módon lehet vele kapcsolatba lépni (Smoll, 1999). Crissman és Combs (2009) szerkesztettek egy kézikönyvet a szülők és gyermekeik számára, amelyben részletezik, hogy mit is jelent a futball, mint sportág, mit kérnek a szülők-től a sikeres szezon érdekében. Ezek között szerepel többek között a versenyeken való viselkedés, a versenyek előtti megfelelő arousal szint biztosítása, a kritikák megfogalmazásának lehetőségei.

Bár nincs tudomásunk pontos becslésekről, a gyakorlati munka során elő-előforduló jelenség fiatal élsportolók esetében, hogy a szülő egyben az edző szerepét is betölti. Ilyenkor a sportháromszög két csúcsa egy személyben fut össze, aminek vannak előnyei és hátrányai is. Tiger Woods híres golfozót például édesapja már 2 éves korától napi szintű edzésekre sarkallta – sokszor a büntetést sem mellőzve, nem adott neki például vacsorát, amíg nem ütött be bizonyos mennyiségű golflabdát a helyére –, így sok ember szemében „büntető szülő” (*pushy parent*) színben tűnik fel. Woods azonban egy videóban nyilatkozott az édesapjáról, melyben megköszönte neki, hogy elit sportolót nevelt belőle, és élete nagy részét a fiára áldozta (Faulkner, 2015). Több szakember – köztük Barber és munkatársai (1999) – vizsgálta már a motiváció és versenyszorongás szintjét szülők által edzett és nem szülők által edzett sportolók körében, és nem találtak szignifikáns különbséget a két csoport között. A fenti eredmények alapján elmondható tehát, hogy gyermekeként változik, mi számít megterhelőnek szülői oldalról és mi nem.

A Kétszempon-tú Sportszülői Támogatás Kérdőívcsomag (Dale, 2011) hatodik tétele arra kérdez rá, hogy a sportszülő a versenyek, mérkőzések során megmarad-e szülői szerepkörében, vagy annak határait átlépve edzői feladatokat is ellát.

A sport mint befektetés

Sacks és munkatársai (2006) rámutatnak, hogy kiemelkedő sportteljesítmény folyamánként kilátásba helyezett egyetemi ösztöndíj vagy profi sportolói szerződés gyakori emlegetése szintén túl nagy nyomást jelenthet a sportoló gyermek számára, hiszen ha nagy elvárásokat kell teljesítenie, a sportolásra irányuló belső motiváció, élvezeti érték és a sporttevékenységhez kapcsolódó önbizalom is csökken. A szerzők óvatosságra intenek, hiszen az említett célok megszerzéséért elkötelezett fiatal akár támogatásként is megélheti szülője elvárásait. A Kétszempon-tú Sportszülői Támogatás Kérdőívcsomag (Dale, 2011) rákérdez a szülő anyagi megtérüléssel kapcsolatos látásmódjára is (kilencedik tétel).

Sport iránti elkötelezettség

Amennyiben a család dinamikája, életmódja lehetetlenné teszi, hogy a gyermek elhagyja a sportágat, azt a fiatal nyomásként is megélheti (Sacks és mtsai, 2006). Côté és munkatársai (2009) vizsgálták a gyermekkori sportban a korai, 6–12 éves kor között megvalósuló specializálódás (*early specialization*) és a különböző sportágak kipróbálása (*sampling*) közötti különbségeket. A legtöbb élsportoló már nagyon korán elkötelezetté válik egy sportág iránt, komoly edzéseken (*deliberate practice*) vesz részt a teljesítmény fokozása érdekében. Azonban a korai specializáció összefüggésben áll a rövidesen bekövetkező lemorzsolódással, kilépéssel

(Fraser-Thomas és mtsai, 2005). A sport élvezete (*deliberate play*) kritikusan fontos a korai években, erre ad alkalmat például az utcai kosárlabda, ahol a játék élvezete az elsődleges. Sok esetben azokból a sportolók-ból is élsportoló lett, akik fiatal éveiket nem az elkötelezett gyakorlásnak szentelték, hanem sok sportágat kipróbáltak és élvezték a játékot (Côté és mtsai, 2009), mint például Michael Jordan, aki fiatalkorában baseballlozott is (Geoffreys, 2015).

A Kétszempon-tú Sportszülői Támogatás Kérdőívcsomag (Dale, 2011) hetedik tétele méri fel, hogy a sportszülő mennyire ragaszkodik hozzá, hogy gyermeke egy adott sportágban teljesítse ki magát, abban érje el lehetséges maximumát, vagy bátorítja-e, hogy a fiatal más mozgásformákat is kipróbáljon.

A TESZT BEMUTATÁSA

Az eredetileg angol nyelvű, 7–13 éves sportoló gyermekek szüleivel kapcsolatos Kétszempon-tú Sportszülői Támogatás Kérdőívcsomag (*Parent Self-assessment; Athlete Assessment of a Parent*; Dale, 2011) két különböző, 10-10 itemből álló kérdőívet tartalmaz a szülői támogatásra vonatkozóan: (i) a 7–13 éves gyermeksportoló szülője által kitöltendő, (ii) a 7–13 éves gyermeksportoló által kitöltendő kérdőívet. Az itemek állítások, a válaszadás 5 fokú Likert-típusú skálán történik az egyetértés mértékének megjelölésével (1 = egyáltalán nem értek egyet, 5 = teljesen egyetértek). A két kérdőív alapján képet kaphatunk arról, hogyan értékeli önmagát az egyes területeken a sportszülő, és hogyan látja szülei viselkedését a sportoló. Tekintve, hogy a kérdőívcsomag egy sportszülőknek szóló edukációs könyvben jelent meg, elsősorban vélhetően gondolatébresztőként szolgál, mintsem kuta-

tásban való alkalmazásra. Ennek megfelelően a Kétszempon-tú Sportszülői Támogatás Kérdőívcsomag pszichometriai jellemzői ismeretlenek. A kérdőívcsomag fordítása az angol változat alapján (Dale, 2011) három egymástól független, angolul felsőfokon tudó, sportban járatos személy által végzett oda-vissza fordítás összevetésének módszerével történt. A magyarra fordított kérdőívcsomag kiértékelési útmutatóval együtt az 1. és a 2. számú mellékletben található.

A fordítás során mindkét kérdőívben a kilencedik tételnél merült fel a társadalmi, kulturális eltérésből fakadó torzítás lehetősége (lásd 1. és 2. melléklet). A sportösztöndíj elterjedtsége, hagyománya és köztudatban való jelenléte még ma is lényegesen erősebb az USA-ban, mint Magyarországon. Ez a különbség annak ellenére is jelentős, hogy napjainkban a kiemelkedő magyar sportolók külföldi egyetemek sportösztöndíjainak elnyerésére is esélyesek, valamint egyre több sportösztöndíjat indítanak Magyarországon is, középiskolai és felsőoktatási szinten egyaránt. Bár ösztöndíjnak nem minősül, mégis előfordulhat Magyarországon, hogy az olimpiai sportágban elért országos, valamint a nemzetközi 1–3. helyezéért kapott pluszpontszám eredményeként vesznek fel egy középiskolás sportoló diákot államilag finanszírozott felsőoktatási képzésbe. Tudomásunk szerint az USA-ban a felsőoktatás költséges volta miatt igen sok középiskolai diák számára a sportolói ösztöndíj jelenti az egyetlen lehetőséget arra, hogy egyetemi végzettséget szerezzen. E torzító hatás csökkentése érdekében az eredeti „egyetemi ösztöndíjra” vonatkozó kifejezéseket a magyar verzióban kiterjesztettük nem egyetemi (például „középiskolai”) ösztöndíjakra is azzal, hogy az ösztöndíj elől az „egyetemi” jelzőt „sportolói” ösztöndíjra cseréltük. Az ösztöndíjrendszerek

kulturális-történeti különbségéből eredő torzító hatásának erejét vélhetően csökkenti az is, hogy a szóban forgó kilences számú tételeken az ösztöndíj mellett a profi sportolói létről is szó esik, ami a magyar és amerikai sportközegben egyaránt igen gyakran használt, anyagi jólléttel társított fogalom.

TOVÁBBI LÉPÉSEK

A Kétszempon­tú Sportszülői Támogatás Kérdőívcsomagról (Dale, 2011) elmondható, hogy rövidsége (kérdőívenként 10-10 tétel) ellenére a sportszülői támogatás szer­teágazó témáját széleskörűen lefedi. E két tényező azonban hátrányokkal is járhat, mégpedig a megbízhatóságot és az érvényességet tekintve. A kérdőívcsomagot alkotó kérdőívek egydimenziós mivolta is alátámasztásra vár, lehetséges ugyanis, hogy valójában több és nem additív jellegű aldimenzióra oszlik a sportszülői támogatás témája, mint például a feladat- és eredményorientáció (Smith és Smoll, 2012), vagy akár versenyhelyzetben való szülői támogatás és versenyhelyzetben kívüli szülői támogatás.

A Kétszempon­tú Sportszülői Támogatás Kérdőívcsomag sportpszichológusok és edzők, de akár szülők általi alkalmazhatóságában a kétszempon­tú jelleg nagy lehetőséget rejt magában, hiszen a sportszülő és a gyermek nézőpontját egyszerre magában foglalja. A gyermek és a szülő általi kitöltésnek köszönhetően mérhetővé, kimutathatóvá válik az a felszín alatti, „homlokzat mögötti” (Goffman, 1959) jelenség is, amely során saját viselkedését a szülő támogatónak szánja és érzi, a gyermek azonban másként, bizonyos tekintetben negatívabbnak látja, például nyomásgyakorlást észlel (Gyömbér és Kovács, 2016; Sacks és mtsai, 2006).

Nyitott kérdés marad, hogy a Kétszempon­tú Sportszülői Támogatás Kérdőívcsomag megbízható és érvényes módon működik-e Magyarországon. Az adaptáció folytatását jelentő adatfelvételekre invitáljuk és buzdítjuk a kedves olvasót is. Pszichometriai beválást illetően szükségesnek bizonyul a kérdőív megbízhatóságának, belső konzisztenciájának és egydimenziós faktorstruktúrájának tesztelése, valamint az empirikus műveleteket igénylő validitásvizsgálatok (Rózsa és mtsai, 2006). A konstruk­tváliditás ellenőrzése jelenleg megoldhatatlan feladatnak tűnik a sportszülői támogatásra vonatkozó elfogadott és koherens elméleti keret híján. A konvergens validitás ellenőrzéséhez javasoljuk a Szülői Bánásmód Kérdőívet (PBI-H, Tóth és Gervai, 1999), a versenyszorongást mérő CSAI-2 tesztet (Sipos és mtsai, 1999), a Rosenberg Önbecsülés Skálát (RSES, Rózsa és Komlósi, 2014), valamint az Élettel Való Elégedettség Skálát (SWLS, Martos és mtsai, 2014).

ÖSSZEFOGLALÁS

A sportoló gyermekek teljesítményét, motívációját, sporttal kapcsolatos érzéseit jelentősen befolyásolja szüleik viselkedése és hozzáállása (Gyömbér és Kovács, 2012; Holt és Knight, 2014). A magyarra fordított Kétszempon­tú Sportszülői Támogatás Kérdőívcsomag (Dale, 2011) egy ígéretes lehetőség arra, hogy mérhetővé váljanak a sportoló fiatalok­at érő sportspecifikus szülői hatások. A kérdőívcsomag ennek érdekében kérdez rá a sportszülői támogatás, mint máig alulkutatott téma változatos és egyben releváns tényezőire, melyek magukba foglalják a nézőtérben való viselkedést, elvárásokat, kommunikációt, szerephatárokat, anyagi

megtérülést, sport iránti elkötelezettséget. Adatok és visszajelzések birtokában lehetséges lesz annak megállapítása, hogy a kérdőív jelen formájában csupán gondolatébresztőként, mindössze egyes esetekben, a gyermek–szülő párossal való sportpszichológiai gyakorlati munka során alkalmazható-e, vagy esetleg empirikus kutatásokban pszichometriailag helytálló mérőeszközként is megállná-e a helyét (Singer és Anshel, 2006).

Elmondható, hogy a Kétszemponotú Sport-szülői Támogatás Kérdőívcsomag léte és ki-próbálása fontos kiindulópontja lehet a fia-

talkorú sportolókkal történő, szülőket is bevonó pszichológiai vagy akár pedagógiai foglalkozások bizonyítékokon alapuló fejlesztésének.

KÖSZÖNETNYILVÁNÍTÁS

Ezúton is szeretnénk a tüzetes nyelvi ellenőrzésért köszönetünket kifejezni Bálint Adriennek, Kollár Máté Jánosnénak és Harkai Viktóriának.

SUMMARY

INTRODUCING THE HUNGARIAN VERSION OF THE TWO-WAY SPORTS PARENTAL SUPPORT QUESTIONNAIRE BATTERY

Background and aims: Sports at a young age may have various biological, psychological and social benefits (Mikulán, Pikó & Keresztes, 2010). Practical experience of sports psychologists underscores that parental support of the right nature and intensity has an important role in these benefits to occur (Gyömbér & Kovács, 2012). The aims of this study were to review key issues about parental support in youth sports and present a questionnaire that can be used in the process of working with young athletes. We only know about inchoative attempts in the world regarding empirical understanding and measurement of the role of parental support for sports. As a first step, to fill this gap, we adapted the Parent Self-Assessment for Parents of Athletes 7–13 and Athlete Assessment of a Parent for Athletes ages 7–13 questionnaires (Dale, 2011) for use in Hungary. *Introducing the questionnaire battery:* The ten items of both questionnaires measure attitudes and behaviors towards sports from two points of view: the athlete's and his/her parent's. Thematic priorities of parental support are behavior in the spectator area, expectations, communication, scope of the role, financial payback, commitment to the sport. We used translation – re-translation method in the adaptation process. *Future directions:* The Hungarian versions of the questionnaires provide practical opportunities in youth sports psychology to measure parental support for sports in a highly economical manner by utilizing the two ten-item tests. The first step of the adaptation must be followed by data collection, item analysis for reliability verification and validity testing, to make sport parental support measurable in a reliable manner in order to facilitate empirical research in this topic, as well as to support the optimal functioning of the athlete-sport parent-coach relationship triangle (Hellstedt, 1987, 2005).

Keywords: family, sport, sport psychology, sport parent, Two-way Sport Parental Support Questionnaire Battery

IRODALOM

- ALLEN, J. (2003): Social motivation in youth sport. *Journal of sport and exercise psychology*, 25(4), 551–567.
- ANSHEL, M. H. (2003): *Sport psychology: From theory to practice*. Benjamin Cummings, San Francisco.
- BARBER, H., SUKHI, H., WHITE, S. A. (1999): The influence of parent-coaches on participant motivation and competitive anxiety in youth sport participants. *Journal of Sport Behaviour*, 22, 162–171. Letöltve: 2016. március 8.
- BASS, D. (2008): *Roles and relationships. The coach-parent-athlete triangle: an investigation in age-group swimming*. Doktori disszertáció. Loughborough University Institutional Repository, Loughborough. www.dspace.lboro.ac.uk/dspace-jspui/bitstream/Thesis-2008-Bass.pdf. Letöltve: 2016. március 8.
- BLOM, L. C. DRANE, D. (2008): Parents' Sideline Comments: Exploring the Reality of a Growing Issue. *Athletic Insight, The Online Journal of Sport Psychology*, 10(3). www.athleticinsight.com/Vol10Iss3/ParentsComments.htm. Letöltve: 2016. március 8.
- CÔTÉ, J., HORTON, S., MACDONALD, D. WILKES, S. (2009): The benefits of sampling sports during childhood. *Physical and Health Education Journal*, 74(4), 6–11.
- CRISSMAN-COMBS, M. (2009): *Understanding soccer for parents and kids*. ProWrite Inc. for Kids Sports Press, Reynoldsburg. www.prowrite.com/ProWriteSoccerBook.pdf. Letöltve: 2016. február 28.
- DALE, G. (2011): *The Fulfilling Ride: A Parent's Guide to Helping Athletes Have a Successful Sport Experience*. Excellence in Performance, Durham, NC.
- ECCLES, J. S., HAROLD, R. D. (1993): Parent – school involvement during the early adolescent years. *Teachers College Record*, 94, 560–587.
- FERGUSON, A. (2008): Inside the crazy culture of kids sport. *GoSportsLife Website*. www.gosportslife.com/inspiration/2008/3/31/inside-the-crazy-culture-of-kids-sports.html. Letöltve: 2015. november 30.
- FRASER-THOMAS, J. L., CÔTÉ, J., DEAKIN, J. (2005): Youth sport programs: An avenue to foster positive youth development. *Physical Education & Sport Pedagogy*, 10(1), 19–40.
- FREDRICKS, J. A., ECCLES, J. S. (1999): Parental influences on youth involvement in sports. In: WEISS, M. R. (ed.): *Developmental sport and exercise psychology: A lifespan perspective*. Fitness Information Technology, Inc, Morgantown, US. 145–164. www.rcgd.isr.umich.edu/garp/articles/eccles04e.pdf. Letöltve: 2015. november 24.
- GEOFFREYS, C. (2015): *Michael Jordan: The Inspiring Story of One of Basketball's Greatest Players*. CreateSpace Independent Publishing Platform, Lexington, Kentucky.
- GINSBURG, R. D., DURANT, S., BALTZELL, A. (2006): *Whose game is it, anyway*. Houghton Mifflin Company, NY.
- GOFFMAN, E. (1959/2000): Az én bemutatása a mindennapi életben. Pólya Kiadó, Budapest.
- GOULD, D., LAUER, L., ROLO, C., JANNES, C., PENNISI, N. (2006): Understanding the role parents play in tennis success: a national survey of junior tennis coaches. *British Journal of Sports Medicine*, 40(7), 632–636.

- GYÖMBÉR N., KOVÁCS K. (2012): Pici lábak a pályán, avagy a fiatalkori sport pszichológiája. In: GYÖMBÉR N. & KOVÁCS K. (szerk.): *Fejben dől el. Sportpszichológia mindenkinek*. Noran Libro, Budapest. 191–220.
- GYÖMBÉR N., KOVÁCS K., RUZITS É. (2016): *Gyereklélek sportcipőben – Fiatalkori és utánpótlás sportpszichológia mindenkinek*. Noran Libro, Budapest.
- GYURKÓ SZ., NÉMETH B. (2014): UNICEF Sport jelentése 2014: Gyermek tapasztalatai a sportban. www.unicef.hu/gyerekek-tapasztalatai-a-sportban. Letöltve 2015. október 29.
- HARWOOD, C., KNIGHT, C. (2009): Understanding parental stressors: An investigation of British tennis-parents. *Journal of Sports Sciences*, 27(4), 339–351.
- HEDSTROM, R. GOULD, D. (2004): *Research in Youth Sports: Critical Issues Status*. Michigan State University.
- HELLSTEDT, J. C. (1987): The coach/parent/athlete relationship. *The Sport Psychologist*, 1(2), 151–160.
- HELLSTEDT, J. (2005): Invisible players: A family systems model. *Clinics in Sports Medicine*, 24(4), 899–928.
- HOLT, N. L., KNIGHT, C. J. (2014): *Parenting in youth sport: From research to practice*. Routledge, London and New York.
- JOWETT, S., TIMSON-KATCHIS, M. (2005): Social networks in sport: Parental influence on the coach-athlete relationship. *Sport Psychologist*, 19(3), 267–287.
- KANTERS, M. A., BOCARRO, J., CASPER, J. (2008): Supported or Pressured? An Examination of Agreement Among Parent's and Children on Parent's Role in Youth Sports. *Journal of Sport Behavior* 31(1), 64–80.
- KAY, T., BASS, D. (2011): The family factor in coaching. In: IAN STAFFORD, I. (ed.): *Coaching Children in Sport*. Routledge, NY.
- KEAGAN, R. J., SPRAY, C. M., HARWOOD, C. G., LAVALLEE, D. E. (2014): A qualitative synthesis of research into social motivational influences across the athletic career span. *Qualitative Research in Sport, Exercise and Health*, 6, 537–567.
- KIDMAN, L., MCKENZIE, A., MCKENZIE, B. (1999): The nature and target of parents' comments during youth sport competitions. *Journal of Sport Behavior*, 22, 54–68.
- KOVÁCS K. (2013): Sportoló közösségekhez tartozás mint társadalmi védőfaktor. *Educatio*, 22(2), 264–270.
- LAUER, L. (2015): *Making Parents a Part of Your Team*. ASEP Coach Training Webinar. Michigan State University. www.asep.com/news/Making_Parents_a_Part_of_Your_Team.pdf. Letöltve: 2016. március 8.
- LAZZAROTTI, T. (2010): *Assessment of Spectator Behavior at Youth Soccer Games*. Bachelor szakdolgozat. California Polytechnic State University. www.digitalcommons.calpoly.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=1013&context=rptasp. Letöltve: 2016. március 8.
- LEONARD, M. C. (1998): *Gender and Sports: Parents' Influence on their Children's Perceptions of Sports*. Master of Arts szakdolgozat. Texas Tech University.
- MARTOS, T., SALLAY, V., DÉSFALVI, J., SZABÓ, T., ITZÉS, A. (2014): Az Élettel Való Elégedettség Skála magyar változatának (SWLS-H) pszichometriai jellemzői

- [Psychometric characteristics of the Hungarian version of the Satisfaction with Life Scale (SWLS-H)]. *Mentálhigiéné és Pszichoszomatika*, 15(3), 289–303.
- MIKULÁN R., KERESZTES N., PIKÓ B. (2010): A sport mint védőfaktor: fizikai aktivitás, egészség, káros szenvedélyek. In: PIKÓ B. (ed.): *Védőfaktorok nyomában. A káros szenvedélyek megelőzése és egészségfejlesztés serdülőkorban*. L'Harmattan – Nemzeti Drogmegelőzési Intézet, Budapest. 115–130.
- MURPHY, S. (1999): *The cheers and the tears: A healthy alternative to the dark side of youth sports today*. Jossey-Bass Publishers, San Francisco.
- OMLI, J., WIESE-BJORNSTAL, D. M. (2011): Kids speak: preferred parental behavior at youth sport events. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 82(4), 702–711.
- O'ROURKE, D. J., SMITH, R. E., SMOLL, F. L. CUMMING, S. P. (2012): Parent-Initiated Motivational Climate, Self-Esteem, and Autonomous Motivation in Young Athletes: Testing Propositions from Achievement Goal and Self-Determination Theories. *Child Development Research*, 2012, 1–9.
- 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*, 1, 1–8.
- PETERSEN, T. S. (2010): What makes a good sports parent? *Etikk i praksis. Nordic Journal of Applied Ethics*, 4(1), 23–37.
- RÓZSA, S., KOMLÓSI, A. V. (2014): A Rosenberg Önbecsülés Skála Pszichometriai Jellemzői. A pozitívan és negatívan megfogalmazott tételek működésének sajátosságai. *Pszichológia*, 34(2), 149–174.
- RÓZSA, S., NAGYBÁNYAI, N. O., OLÁH, A. (2006): *A pszichológiai mérés alapjai*. Bölcsész Konzorcium, Budapest.
- SACKS, D. N., TENENBAUM, G., PARGMAN, D. (2006): Providing Sport Psychology Services to Families. In: DOSIL, J. (ed.): *The Sport Psychologist's Handbook: A guide for sport-specific performance enhancement*. John Wiley & Sons, Ltd., West Sussex, England. 39–61.
- SINGER, R. N., ANSHEL, M. H. (2006): Assessment, Evaluation and Counseling in Sport. In: DOSIL, J. (ed.): *The Sport Psychologist's Handbook: A Guide for Sport-Specific Performance Enhancement*. John Wiley & Sons, Ltd., West Sussex, England. 63–88.
- SIPOS, K., KUDAR, K., BEJEK, K., TÓTH, L. (1999): Standardisation and validation of the Hungarian competitive anxiety inventory-2 (CSAI-2) of Martens és mtsai (1990). [Stress and Anxiety Research Society, Abstract Book, July 12–14, Cracow, Poland].
- SMITH, R. E., SMOLL, F. L. (2012): *Sport psychology for youth coaches: Developing champions in sports and life*. Rowman & Littlefield Publishers, UK.
- SMOLL, F. L., SMITH, R. E. (1999): *Sports and your child: A 50-minute guide for parents*. Warde Publishers, Portola Valley, CA.
- TÓTH, I., GERVAI, J. (1999): Szülői Bánásmód Kérdőív (H-PBI): A Parental Bonding Instrument (PBI) magyar változata. *Magyar Pszichológiai Szemle*, 54(4), 551–566.
- WEISS, M. R. (ed.) (2004): *Sport and Exercise Psychology: A Lifespan Perspective*. 145–161. Fitness Information Technology Inc., Morgantown, US.

MELLÉKLETEK

1. melléklet. Sportszülői önértékelés

Sportszülői önértékelés
7–13 éves sportolók szülei részére

Értékelje, mennyire igazak az alábbi állítások önre nézve!

1	2	3	4	5
Egyáltalán nem értek egyet	Nem értek egyet	Nem tudom eldönteni	Egyetértek	Teljesen egyetértek

_____ Minden versenyen/mérkőzésen sportszerűen viselkedem a szülőkkel, versenyzőkkel, edzőkkel, hivatalos személyekkel.

_____ Versenyeken/mérkőzéseken olyan a magatartásom, hogy a családtagok és ismerősök szeretnek melletttem ülni.

_____ Nem helyezek túl nagy nyomást a gyermekeimre, hogy nyerjen vagy különlegesen jól teljesítsen.

_____ Nem hasonlítom a gyermekemet más gyermekekhez.

_____ Nem kritizálom a gyermekem edzőjét a gyermek előtt.

_____ Nem adok technikai vagy taktikai instrukciókat a gyermekemnek vagy más sportolóknak verseny/mérkőzés alatt.

_____ Engedem és bátorítom gyermekemet arra, hogy részt vegyen különböző sportokban, mintsem egyetlen sportot üzzön egész évben.

_____ Teljesítményétől függetlenül, feltétel nélkül szeretem és támogatom gyermekem.

_____ Nem várok semmiféle anyagi megtérülést (például sportolói szerződés vagy ösztöndíj) abból az időből és pénzből, amit a gyermekem sportkarrierjébe fektettem.

_____ Gyermekeim büszke a közönségben tanúsított magatartásomra.

_____ **Összesen**

Pontszám

45–50 Nagyszerű: Kitűnő sportszülő vagy.

40–44 Nagyon jó: Beszéljess gyermekeddel, hogy szinten tartsd jelenlegi hozzáállásod.

30–39 Aggodalomra való ok: Hallgasd meg gyermeked, és változtass, hogy a megfelelő hozzáállással viszonyulj hozzá.

1–29 Átgondolandó: Rosszul értelmezted a szerepkörödet. Fennáll a veszélye, hogy tönkretesz gyermeked sportélményét.

2. melléklet

A sportszülő értékelése a sportoló szemszögéből
7–13 éves sportolók részére

Értékelj, hogy mennyire értesz egyet az alábbi állításokkal:

1	2	3	4	5
Egyáltalán nem értek egyet	Nem értek egyet	Nem tudom eldönteni	Egyetértek	Teljesen egyetértek

- _____ Szüleim sportszerűen viselkednek a mérkőzéseim/versenyeim alatt, nem kiabálnak a bírókkal, edzőkkel és játékosokkal.
- _____ Családtagok, ismerősök szívesen ülnek a szüleim mellett a mérkőzések/versenyek alatt.
- _____ Szüleim nem helyeznek túl nagy nyomást rám, hogy nyerjek.
- _____ Szüleim nem hasonlítanak engem más gyermekekhez.
- _____ Szüleim nem kritizálják az edzőmet előttem.
- _____ Szüleim nem veszik át az edző szerepét a mérkőzések/versenyek alatt.
- _____ Szüleim bátorítanak, hogy több sportot próbáljak ki, mintsem egy adott sportágra fókuszáljak egész évben.
- _____ Játshatok jól vagy rosszul, a szüleim ugyanúgy állnak hozzám, bánnak velem.
- _____ Szüleim nem beszélnek sokat olyasmiről, hogy egy nap majd profi sportoló válik belőlem vagy hogy sportolói ösztöndíjat kapok.
- _____ Büszke vagyok arra, hogy szüleim ott vannak a mérkőzéseimen/versenyeimen.

_____ **Összesen**

Pontszám

45–50 Nagyszerű: Kitűnő sportszülő vagy.

40–44 Nagyon jó: Beszéljess gyermekeddel, hogy szinten tartsd jelenlegi hozzáállásod.

30–39 Aggodalomra való ok: Hallgasd meg gyermeked, és változtass, hogy a megfelelő hozzáállással viszonyulj hozzá.

1–29 Átgondolandó: Rosszul értelmezed a szerepkörödet. Fennáll a veszélye, hogy tönkretesz gyermeked sportélményét.