

HAJDUNÉ LÁSZLÓ Zita

Pécsi Tudományegyetem, Általános Orvostudományi Kar  
Testnevelés és Mozgásközpont Intézete  
Pécs, Magyarország  
zita.laszlo.hajdune@aok.pte.hu  
zita@gamma.ttk.pte.hu

## A SZEMÉLYISÉGVÁLTOZÓK (ÁLLAPOT-VONÁS) MODELLJÉNEK VIZSGÁLATA

### Istraživanje modela varijabli ličnosti (stanja i osobine)

### Study of the Model of Personality Variables (State-Trait)

A sportolók identitásának (önazonosságának) fejlődéséhez személyiségjegyeik meghatározása és továbbfejlesztése szükséges. A kialakult sportolói tulajdonságok pozitívan hathatnak a szorongás, a düh és a kíváncsiság befolyásolására és ezáltal a sportolók versenypályán tanúsított attitűdjére. A vizsgálati mintába olyan egyéni sportolókat és csapatsportokban versenyzőket vontunk be, akik első osztályú besorolást szereztek ( $n = 243$ ). A vizsgálati módszer a személyiség kérdőívskála State-Trait Personality Inventory (STPI), amely egy intenzitás-skálán regisztrált állapotot és egy gyakoriság-skálán felmért hajlamreakciókat mér, ennek meghatározására a Cronbach-alfa együtthatót alkalmaztuk, amely a skálák belső konzisztenciamérését teszi lehetővé.

A vizsgálatunkban arra kerestük a választ, hogy a személyiség kérdőívskála (STPI) eredményei a jelen populációban hogyan és milyen jellemvonásokat hoznak felszínre, és mennyire befolyásolhatják az élsportolók személyiségjegyeit.

*Kulcsszavak:* szorongás, düh, kíváncsiság

### *Bevezetés*

A személyiségjegyek vizsgálatával foglalkozó régebbi és jelenlegi kutatások nagy része elsősorban arra törekedett, hogy kellő pszichológiai és pedagógiai ráhatással megvilágítsa a személy jellemvonását. A sport jellegéből adódóan

lehetőségeket kínál a helyes és valós önértékelés kialakításának egyik legjobb eszközeként, mivel a sportoló cselekvései végrehajtásában önmagára van utalva a sportpályán, így a sporttársaival való összehasonlításának folyamata objektív módon történik.

Jelen vizsgálatunkban arra keressük a választ, hogy a sportolók lelki folyamatainak – szorongás, düh, kíváncsiság – sok összetevős rendszere hogyan befolyásolhatja, mitől válhat egyedivé, hogyan határozhatja meg a sportoló egyén stílusát és a környezettel való interakcióit.

A vizsgálatunk során alkalmazott state-trait modellt Spielberger (1980) elsőként a State-Trait Szorongás Kérdőív (STAI) elméleti alapjaként fogalmazta meg, és ez a modell képezi az itt bemutatásra kerülő State-Trait Personality Inventory (STPI) kiindulópontját.

Az STPI skálák elemzésénél külön-külön végeztük el az STPI-S-nek a pillanatnyi szorongás, a pillanatnyi düh, a pillanatnyi kíváncsiság mint a helyzeti viselkedést meghatározó (determináló) aktuális állapotok vizsgálatát, valamint az STPI-T-nek mint a szorongásra, a dühre és a kíváncsiságra való hajlamnak a tartós személyiségvonás elkülönített diagnosztizálását a sportolóink körében. A kérdőív a személyiségváltozók (állapot-vonás) modelljének alapján készült, a szorongással kapcsolatosan hangsúlyozva, hogy a várható manifeszt viselkedés kialakulásában a szerzett viselkedédiszpozíciók és tárgykonzisztens reakcióké-mák kinyilvánítására való hajlam, a személyiség aktuális állapota és a situációs jellemzők együttese dinamikus kölcsönhatásban játszik szerepet.

A pillanatnyi állapot, amely a vizsgált sportolók személyiségváltozókra utaló reakciók intenzitásával jellemezhető, a helyzet tudatos feldolgozásának, a helyzetben rejlő frusztrációk, újszerű hatások kiértékelésének a következménye. Ezt a kiértékelési folyamatot, a szituatív hatások kognitív feldolgozását ugyanakkor meghatározza a személynek a szorongásra, a dühre és a kíváncsiságra való hajlama, ami abban nyilvánul meg, ahogy a környezeti hatások szélesebb tartományát értelmezi, például a bizonytalanságot, az előre kiszámíthatatlan versenyhelyzetet (szorongásra való hajlam), a frusztrálót (dühre való hajlam) vagy az érdeklődésre számot tartót (kíváncsiságra való hajlam).

A kérdőív magyar változatát Sipos Kornél és Sipos Mária (1983) készítette el.

### *A vizsgálati anyag és módszer*

#### *A mintaválasztás módja és az elemszám meghatározása*

A vizsgálati mintába egyéni ( $n = 97$ ) és csapatsportokban ( $n = 146$ ) részt vevő sportolókat vontunk be, a teljes mintavétel  $n = 243$  fő volt. A vizsgálatban résztvevők százalékos megoszlását tekintve közel 40% volt az egyéni sportoló,

míg közel 60% volt a csapatsportokban versenyzők megoszlása. A sportágak szerinti és a nemenkénti megoszlást összesítve az 1. táblázat mutatja be. Beválasztási kritériumként meghatároztuk, hogy a csapatsportoknál *csak* leigazolt pécsi első osztályú játékos, míg az egyéni sportolóknál szintén első osztályú versenyző lehetett a mintában.

Egyéni sportágak	Női	Férfi	Összesen	Csapatsportágak	Női	Férfi	Összesen
atlétika	13	13	26	kézilabda		28	28
küzdősportok	9	10	19	kosárlabda	24	19	43
súlyemelés		2	2				
tenisz	6	6	12	labdarúgás		35	35
tollaslabda	8	10	18				
vívás	6	2	8	röplabda		20	20
úszás	4	8	12	vízilabda		20	20
Összesen	46	51	97	Összesen	24	122	146

1. táblázat. A sportágak szerinti és a sportágak nemenkénti megoszlása

#### *A vizsgálat helye és ideje*

A vizsgálat helye Pécs városa volt, a vizsgálat ideje a 2021/2022. évi őszi bajnoki idény, illetve versenyidőszaka.

#### *A vizsgálati módszer*

A vizsgálati módszer STPI szerkesztési elve teljes mértékben megegyezik az STAI szerkesztési elvével, amely egy intenzitásskálán regisztrált állapotot és egy gyakoriságskálán felmért hajlamreakciókat mér. A pillanatnyi szorongás, a pillanatnyi düh és a pillanatnyi kíváncsiság intenzitását (STPI-S) felmérő, 30 tételből (10-10 az egyes változókra), valamint a szorongásra, a dühre és a kíváncsiságra való hajlamot (STPI-T) tesztelő, ugyancsak 30 (10-10 változóként) kérdésből álló kérdőívet használtuk. A kérdőív tételeit egy négyfokú intenzitás- és egy négyfokú gyakoriságskálán kellett megválaszolniuk a vizsgált személyeknek. A vizsgálatunkban a kérdőív két tétel sorát (STPI-S és STPI-T) egyszerre alkalmaztuk.

#### *Az adatfeldolgozás módszere*

A személyiségváltozók állapot-vonás vizsgálatára az ismert módszerek közül a Cronbach-alfa együttható (Cronbach 1951) meghatározását alkalmaztuk, ami

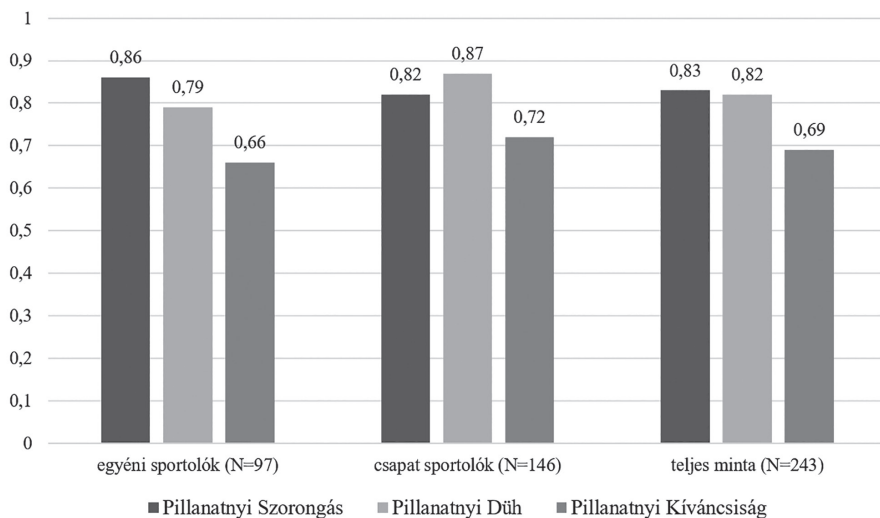
a skálák belső konzisztenciamérését teszi lehetővé. A skálán elért értékek értelmezésének alapja a standard értékhez való viszonyítás volt.

A vizsgálat adatainak feldolgozása az SPSS. 15 program alapján történt.

### A vizsgálati eredmények

A vizsgálati eredményeket és a következtetéseket párhuzamosan, skálák szerint szétválasztva mutatjuk be.

Az STPI skálák elemzésénél külön-külön végeztük el az aktuális állapot-ra STPI-S (1. ábra), valamint a hajlamreakciókra STPI-T (2. ábra) vonatkozó változók vizsgálatát.



1. ábra. Az STPI-S skálák Cronbach-alfa értékeinek bemutatása

A pillanatnyi szorongás skála valamennyi tétele mindkét vizsgált csoportnál magas Cronbach-alfa értékeket mutat, egyéni sportágban a sportolók 0,86-os, míg a csapatsportokban sportolók 0,82-es, míg a teljes mintára vonatkozóan 0,83-as értékkel jellemezhetők. Ez azzal magyarázható, hogy a sportolók szervezete egy olyan átmeneti érzelmi állapotba kerül, amelyet szubjektív, tudatosan felfogott feszültség, aggodalomérzet, valamint intenzívebb idegrendszeri aktivitás jellemz, ilyenek például a téthelyzetek, a versenyszituációk és a döntési helyzetek, amelyek befolyásolhatják a mérkőzés vagy a verseny menetét.

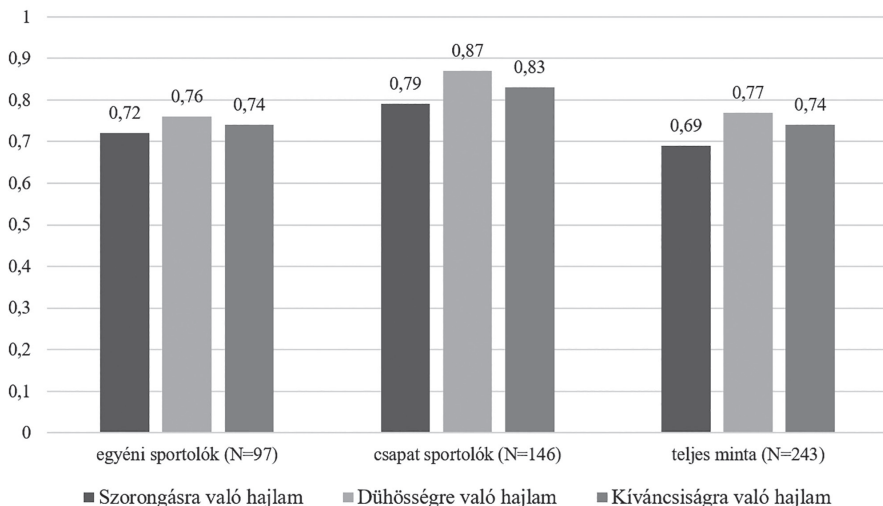
A pillanatnyi düh vagy a düh aktuális állapotát jellemző skála nem a düh kifejezésének módját vagy az agresszív reakciókat, hanem a düh élményének intenzitását méri fel az adott pillanatban. Jól mutatja vizsgálatunkban a skála

mutatója (0,79), hogy az egyéni sportolók versenyszituációja kevésbé ad okot a dühkitörésre, míg a csapatsportokban küzdők Cronbach-alfa értéke 0,87-tel jellemezhető. Ilyen helyzeteket gyakran látunk a labdarúgópályákon, ami átmeneti emocionális állapotra utal. A teljes mintára vonatkozóan 0,82 a skála együtthatója.

A skála 27. tétele, a „Fel vagyok paprikázva”, véleményem szerint fogalmazási korrekcióra adna lehetőséget, mert humoros jellege miatt nem illeszkedik a többi tétel közé.

A homogenitás kritériumának legkevésbé a *pillanatnyi kíváncsiságot* mérő skála tett eleget vizsgálatunkban, mert ennek a skálának néhány tétele, például a 17.: „Izgatott vagyok” és a 23.: „Unatkozom”; nem egyértelműen fogalmazza meg a környezeti hatások befogadására való nyitottságot, valamint a környezet felderítésére irányuló aktuális törekvést.

A belső konzisztencia elemzése vizsgálatunkban azt mutatja, hogy az állapotot vizsgáló tételek közül az egyéni sportágban sportolóknál a 17. tétel (0,46), a 23. tétel (0,57) és a 27. tétel (0,41) nagyon gyenge, illetve elfogadhatatlan értékeket mutat, míg a csapatsportokban versenyzőknél a 17. tétel (0,41) és a 23. tétel (0,56) szintén gyenge mutatókkal rendelkezik. Így a skála értékei az egyéni versenyzők csoportjánál 0,66-os adatot, míg a csapatsportokban sportolóknál 0,72-es értéket mutatnak, a teljes minta 0,69-es eredménnyel jellemezhető.



2. ábra. Az STPI-T skálák Cronbach-alfa értékeinek bemutatása

A szorongásra és a dühre való hajlamot vizsgáló skálák valamennyi tétele a vizsgált sportolói populációban elfogadható értékeket mutattak.

A *szorongásra való hajlam* vizsgálatunkban stabil egyéni különbséget nem mutat. A Cronbach-alfa értékek egyéni sportágban versenyzőknél 0,72-es, a csapatsportokban küzdőknél 0,76-os értékkel jellemezhetők, míg a teljes mintára 0,74-es értéket kaptunk. Ez arra enged következtetni, hogy a sportolói környezetben az erős szorongási hajlam nem párosult a fokozott érzékenységgel, a környezeti hatások szélesebb köre nem tűnik veszélyesnek, a versenypályák, sportcsarnokok mint idegen helyszínen történő versenyzés, mérkőzés lejátszása nem befolyásolja a sportolókat.

A *dühre való hajlam* vizsgálata során a dühre hajlamot mutató sportolók a versenyszituációk szélesebb tartományát érzékelik frusztrálóként, és az akadályoztatás enyhébb mértéke esetén is gyorsan kerülnek a düh állapotába. Vizsgálatunkban a csapatjátékot űzők Cronbach-alfa értéke 0,87, ami magas értéknek felel meg, ez a mérkőzések situációival magyarázható. Az egyéni sportágokban versenyzők 0,79-es értékkel jellemezhetők. Ez véleményem szerint nem a versenyhelyzetre, hanem a sportolóknak a versenyen elért – számukra nem megfelelő – eredmény elérésére utal. A dühre való hajlam a teljes minta elemzésénél 0,83-as értéket mutat.

A *kíváncsiságra való hajlamot* vizsgáló skála három tétele – a 20.: „Feldobott vagyok”, a 26.: „Szellemileg aktív vagyok” és a 29.: „Unatkozom” – alaposabb magyarázatra szorul a jelen mintavétel során. A skála elsősorban a környezetben történő reakciók gyakoriságában, a változások iránti fogékonyságban, az újdonság keresésére irányuló reakciók tartósságában jut kifejezésre; jól érzékelhetőek vizsgálatunkban az egyéni sportolók (0,69) és a csapatjátékosok (0,77) közti különbségek, például a taktikai feladatok pályán történő megoldása, különböző játéksituációk helyzetmegoldó képességének szerepe. A kíváncsiságra való hajlam a teljes minta vizsgálatánál 0,74-es értékkel jellemezhető.

A vizsgálatunkba bevont versenyzők eredményeiről elmondható, hogy az STPI-S állapotskálák a Cronbach-alfa értékei az egyéni sportolók körében 0,66–0,87 között mozognak, míg a csapatsportokat űző játékosok 0,69–0,87 közötti értékkel jellemezhetők. A teljes minta értéke 0,72–0,83 közti eredményt tükröz, ami mindegyik skála tekintetében megfelelőnek mondható.

A vonásskálák (STPI-T) Cronbach-alfa értékei az egyéni versenyzőknél 0,69–0,77 közötti közepes erősségű értékkel, a csapatsportolóknál 0,76–0,87 közötti elfogadható erősséggel jellemezhetők. Az így kapott belső konzisztenciaérték mindhárom mutatónál a skálák megbízhatóságát jelzi, amelyet a 2. táblázatban összefoglalva nyomon követhetünk.

STPI-S	egyéni N=97	csapat N=146	teljes minta N=243	STPI-T	egyéni N=97	csapat N=146	teljes minta N=243
Pillanatnyi szorongás	0,86	0,82	0,83	Szorongásra való hajlam	0,72	0,76	0,74
Pillanatnyi düh	0,79	0,87	0,82	Dühre való hajlam	0,79	0,87	0,83
Pillanatnyi kíváncsiság	0,66	0,72	0,72	Kíváncsiságra való hajlam	0,69	0,77	0,74

2. táblázat. Az STPI-S és az STPI-T skálák értékeinek összesítése

### Összegzés

A tanulmány megírása közben elsődleges célunk az volt, hogy a személyiségváltozók (állapot-vonás) modellje alapján a vizsgálatba bevont NB I-es játékosok és az első osztályú versenyzők által alkalmazott STPI skálák elemzésénél rámutassunk arra, hogy a sporttevékenységhez elengedhetetlen a *pillanatnyi szorongás*, a *pillanatnyi düh* és a *pillanatnyi kíváncsiság*, valamint a *szorongásra*, a *dühre* és a *kíváncsiságra való hajlam* mint egy helyzeti viselkedést meghatározó szituáció.

A jelen vizsgálat tükrében elmondható, hogy az állapot-vonás kérdőív skálái érdekes kérdéseket vetettek fel. A vizsgálati eredmények alátámasztják azt, hogy a jelen populációban az adatfeldolgozás módszereként választott Cronbach-alfa együttható értékek, az STPI-S (0,72–0,83) és az STPI-T (0,73–0,83), a teljes mintára vonatkoztatva a skálák megbízhatóságát mutatták.

Az STPI személyiség-kérdőív állapot-vonás szorongásskálája leírja az egyén szubjektív érzéseit (Collins és mtsai. 2004) aggodalmaival, feszültségeivel, idegességével kapcsolatosan, kiemelve az adott versenyhelyzet hatását a szubjektív átélésre vonatkozóan. Így a teljes minta alapján a pillanatnyi szorongás (0,83) és a szorongásra való hajlam (0,74) megfelelő értékkel jellemezhető.

Az STPI személyiség-kérdőív állapot-vonás düh skálája olyan érzelmi állapotot mutat – a teljes minta adatait elemezve –, ahol a pillanatnyi düh (0,82) és a dühre való hajlam (0,83) megbízható értékeket ad, amely intenzitásában az enyhe irritációtól a düh és a harag állapotáig terjedhet. Ekman (1999) tanulmányában ezt alapérzelemnek tekinti. Ennek befolyásoló tényezői lehetnek a versenykörülmények és a nem várt, kiszámíthatatlan versenyszituációk. Az

emberi tevékenységben, így a sportolói tevékenységben is, az egész személyiség vesz részt. Ennek következtében a szorongásnak, a dühnek és a kíváncsiságnak mint egyik alaptevékenységnek, szükségszerűen személyiségformáló és személyiségbefolyásoló hatása van.

A vizsgálati eredmények arra engednek következtetni, hogy a legnagyobb különbség az egyéni élsportolók és csapatsportokban küzdő élsportolók között a sportági képességekben és a motivációban van. Nagyon fontos az is, hogy a csapatsportok sikeressége mindig több játékos együttes eredményességén múlik, az egyéni sportágak esetében viszont a helyzeti viselkedést meghatározó szituációk kizárólag az egyénen múlnak.

Edzői és oktatói tevékenységem során magam is észrevettem, hogy az élsportolók képesek arra, hogy önmagukat nagymértékben motiválják, ellenőrizzék és célirányosan irányítsák, szabályozzák gondolataikat, valamint a rossz érzéseket kizárják és egy adott feladatra tudatosan összpontosítsanak, figyeljenek. Ahhoz, hogy erre képesek legyenek, megfelelő önbizalommal kell rendelkezniük. Az önbizalom központi „tárgya” a sportolónak, elengedhetetlen, hogy tudják, elhiggyék magukról, hogy képesek egy sportágban elérni azt, amit szeretnének, amit célul tűztek ki maguk elé. Fontos, hogy a célhoz vezető utat pontosan meghatározzák és elképzeljék.

Véleményem szerint ahhoz, hogy a sportoló ne kapjon önmagáról helytelen képet, nem egy súlyos vereség után vagy egy depressziós időszakban kell a kérdőívet kitölteni, hanem rendszeresen, többször meg kell ismételni, és az aktuális változásokat fel kell jegyezni, így a sportoló egy feedbacket kap magáról. Úgy gondolom, hogy a vizsgálati mintánk nagysága alkalmas volt arra, hogy a kezdeti lépések után vizsgálatunkat kibővítsük és továbbiak elvégzését javasoljuk.

### *Irodalom*

- Collins, Robert – Litman, Jordan – Spielberger, Charles Donald. 2004. *The measurement of perceptual curiosity*. *Personality and Individual Differences* 36. 1127–1141.
- Cronbach, Lee Josef. 1951. *Coefficient alpha and the internal structure of tests*. *Psychometrika* (16): 297–334.
- Ekman, Paul. 1999. Basic emotions. In T. Dalgleish – M. Power (eds.). *Handbook of Cognition and Emotion*. 45–60. New York: John Wiley & Sons, Inc.
- Sipos Kornél – Sipos Mária. 1983. The development and validation of the Hungarian form of the State-Trait Anxiety Inventory. In C. D. Spielberger – R. Diaz-Guerrero (eds.). *Cross-Cultural Anxiety*, Vol. 2. Washington: Hemisphere.
- Spielberger, Charles Donald. 1980. *Preliminary Manual for the State-Trait Personality Inventory (STPI)*. Tampa: University of South Florida.



Zita HAJDU LASLO

## **ISTRAŽIVANJE MODELA VARIJABLI LIČNOSTI (STANJA I OSOBINE)**

Definisanje i unapređivanje ličnih osobina sportista neophodno je za razvoj njihovog identiteta (samopoštovanja). Razvijene atletske osobine mogu pozitivno da utiču na stanja anksioznosti, besa i radoznalosti, a samim tim i na stavove sportista tokom takmičenja.

Uzorak istraživanja obuhvatio je takmičare u individualnim i timskim sportovima koji su u svojoj disciplini rangirani kao vrhunski (N = 243). Metod testiranja je Upitnik za stanja i osobine ličnosti (State-Trait Personality Inventory – STPI), koji meri stanja zabeležena na skali intenziteta kao i sklonosti izmerene na skali frekvencija, koristeći Kronbahov alfa koeficijent za merenje unutrašnje konzistentnosti skale.

U istraživanju smo nastojali da odgovorimo kako se i koje karakteristike iz skale Upitnika za stanja i osobine ličnosti (STPI) očitavaju u sadašnjoj populaciji i koliko one mogu uticati na osobine ličnosti vrhunskih sportista.

*Ključne reči:* anksioznost, bes, radoznalost

Zita HAJDUNÉ LÁSZLÓ

## **STUDY OF THE MODEL OF PERSONALITY VARIABLES (STATE-TRAIT)**

Defining and further advancing the personality traits of athletes is necessary for the development of their identity (self-image). Nurtured athletic qualities can positively contribute to influencing anxiety, anger, and curiosity, and thus the attitudes of athletes in competitions. In the study sample, we included individual athletes and competitors in team sports who obtained a first-class rating (N = 243). The test method is the State-Trait Personality Inventory (STPI), which measures the condition recorded on an intensity scale and the propensity responses measured on a frequency scale, using the Cronbach's alpha coefficient to measure the internal consistency of the scales.

In the study, we sought to answer how and what traits in the Personality Inventory Scale (STPI) surface in the present population and how much they may affect the personality traits of top athletes.

*Keywords:* anxiety, anger, curiosity