

Hamar Pál – Karsai István

Az önmotiváció szerepe 11–18 éves erdélyi tanulók iskolai testnevelés iránti affektivitásában

Bevezetés

Az iskolai testnevelés területén elkezdődött „közös európai gondolkodásról” a Magiszter című szakmai-módszertani folyóirat hasábjain már korábban is írtunk (Hamar 2007). A huszonegyedik századi pedagógiai kutatások érdeklődési körének átrendeződésében – legyen az bármely európai ország – az egyik jellemző tendencia az affektív tényezők előtérbe kerülése. Ez abban mutatkozik meg, hogy egyre nagyobb figyelmet kap a tanulás eredményességét befolyásoló, a teljesítményeket meghatározó érzelmi-akaratú dimenziók vizsgálata (Csapó 2000). Az iskolai nevelés-oktatás egyik ilyen kitüntetett tényezője a motiváció, a motiválás.

Az iskolára vonatkoztatva a motiváció témakörét, a kulcskérdés, hogy mi-ként nevelhetünk belsőleg motivált, tanulás- és tudásvágygal rendelkező gyerekeket. Pedagógiai szempontból a legfontosabb cél, hogy a tanulókat képesek legyünk hatékonyan motiválni a belső, érdeklődésből fakadó cselekvésre. Napjainkban – az élethosszig tartó tanulás korában – az igazi pedagógiai kihívás: a tudásvágy, az érdeklődés, az önképzés belső igényének felkeltése és fejlesztése (Szabó 2004).

Az iskolai testnevelésben (is) motiváló hatás csak úgy érhető el, ha valamilyen tevékenységet, eseményt, tanulói szerepet vagy tananyagot érdekessé teszünk, vagyis felkeltjük a tanulók érdeklődését. Némiképpen leegyszerűsített formában azt mondhatjuk, hogy az érdeklődés a pedagógiai alkalmazás számára elérhetővé teszi a motivációt. Mindez nem azt jelenti, hogy az iskolai oktatásban az érdeklődés felkeltése a motiválás egyetlen lehetséges formája. A (testnevelő) tanár számos egyéb motiváló eszközt, metodikai eljárást alkalmazhat, például: reális elvárások megfogalmazása, jutalmazás, visszajelzés (értékelés), magyarázat, szemléltetés, önálló feladatok adása stb. (Rétsági–Hamar 2004).

E tanulmányban – s kutatásunk során is – a motivációt nem elsősorban pszichológiai jelenségként, hanem az iskolai tanítás-tanulás, az iskolai testnevelés pedagógiai kérdésekként vizsgáljuk. A problémakör tág megközelítésében arra keressük a választ, hogy az iskolai testnevelésben milyen feltételei, lehetőségei vannak a tanulás iránti motiváció kialakításának, fenntartásának és fokozásának. A motivációt és motiválást, így mint pedagógiai funkciót tesszük elemzésünk tárgyává.

A kutatásunk két részből tevődik össze. Első kérdőíves vizsgálatunk céljaként azt tűztük magunk elé, hogy megvizsgáljuk egy adott korosztály és régió tanulóinak iskolai testnevelés iránti érzelmi reakcióit a testnevelési órán. Konkrétabb megfogalmazásban: szándékunk szerint fel kívántuk mérni a 11–18 éves magyarországi (Hamar–Karsai 2008), valamint erdélyi (Hamar–Karsai 2010) fiúk és lányok testneveléshez kötődő affektivitásának egyes jellemzőit, meghatározóit a pozitív, illetve negatív reakciókon keresztül. Fontosnak véltük megtalálni a testnevelési órához kapcsolódó azon érzelmeket, amelyek meghatározó szerepet játszanak a testnevelés tanítás-tanulás folyamatában.

A pszichológiai vizsgálatokból ismert önmotivációs kérdőív alkalmazásával mintegy feltételeztük, hogy megerősítést szerzünk az érzelmi reakciókat vizsgáló kérdőívünk eredményeihez. Feltételezésünk szerint az iskolai testnevelés el-sajátítási folyamatában az olyan, tanulókat motiváló tényezők, mint a teljesítményorientáltság (performance), eltökéltség, kitartás (tenacity), megbízhatóság (reliability), kényelemszeretet (comfort), kikapcsolódni vágyás, szórakozás keresése (distraction), kockázatkerülés (no risk taking) dominánsan fellelhetők, és ezek egymással összefüggésben állnak. További feltételezésünk volt, hogy a testnevelési órákon meghatározó szerepet játszó, felsorolt motivációs tényezők a nemek és az életkor függvényében jellemzően nyilvánulnak meg.

Módszerek

Vizsgált személyek

A minta 1101 11–18 éves tanulóból állt, a nemek megoszlása szerint: 411 fiú és 690 lány. A tanulók nembeli és életkorbeli eloszlását az 1. táblázatban összegeztük. Az adatfelvétel Aradon és Székelyudvarhelyen, hat iskolában zajlott. A vizsgálatban részt vett oktatási intézmények: Elena Ghiba Birta National College, Csiky Gergely Iskolacsoport, Generală nr. 4. „Ioan Slavici”, Liceul de Artă „Sabin Drăgoi”, Liceul Pedagogic „Dimitrie Tichindeal”, Eötvös József Mezőgazdasági SZKI.

1. táblázat. *A vizsgált személyek nembeli és életkorbeli eloszlása (fő)*

Nem/Életkor	11–12 év	13–14 év	15–16 év	17–18 év	Összesen
Fiúk	88	130	89	104	411
Lányok	102	156	190	242	690
Összesen	190	286	279	346	1101

A vizsgálat módszere

A keresztmetszeti vizsgálat módszere kérdőíves felmérés volt. Az önmotivációs kérdőív 36 kérdésből állt, ahol a vizsgált személyeknek egy ötfokozatú

Likert-skálán kellett a kérdésekben szereplő kijelentéseket önmagukra vonatkoztatva értékelniük (lásd melléklet). A kérdőívet – az iskola kérésének megfelelően – magyar és/vagy román nyelven egyaránt kiosztottuk. A mellékletben csak a magyar nyelvű változatot közöljük. E kérdőívet Biróné (1994) korábban már felhasználta egy kutatása során. Az eredeti kérdőívet Dishman és Ickes (1981) állították össze, majd Svoboda és Jansa (1987) fejlesztette tovább. Az adatfelvételre, a kérdőívek kitöltésére a 2006/2007. tanévben került sor, minden esetben az iskolaigazgatók hozzájárulásával és a testnevelő tanárok közreműködésével.

Adatfeldolgozás

Az önmotivációs kérdőív 36 kérdéséből hat faktort (F) képeztünk. A hat önmotivációs faktort betűjellel láttuk el (ezek a jelölések találhatóak az egyes faktorok nevei után):

1. teljesítményorientáltság (Fv);
2. eltökéltség, kitartás (Fc);
3. megbízhatóság (Fs);
4. kényelemszeretet (Fp);
5. kikapcsolódni vágyás, szórakozás keresése (Fr);
6. kockázatkerülés (Fbr).

A faktorokhoz azonos számban tartoztak kérdések, a következő elosztásban: Fv – 3., 18., 19., 29., 33., 36.; Fc – 5., 9., 20., 21., 27., 35.; Fs – 6., 10., 12., 15., 23., 24.; Fp – 4., 14., 17., 22., 25., 32.; Fr – 1., 2., 7., 8., 26., 30.; Fbr – 11., 13., 16., 28., 31., 34.

E kérdőívvel lehetőségünk nyílt a személyiség uralkodó hajlamának meghatározására. Az első három (Fv , Fc , Fs) faktor a teljesítés iránt megnyilvánuló pozitív motívumokat, míg az Fp , az Fr és az Fbr jelű faktorok a teljesítéstől való távol tartást mutatták.

A pozitív és negatív motívumokat tartalmazó faktorok azonban nem egymás ellentétpárjai és nem egy-egy kontinuumon helyezkednek el, minden faktor önálló tulajdonságot foglal magában. Az adatfelvétel során nem tehetjük meg, hogy minden kérdés esetében az ötös válasz legyen a „jó”, az egyes válasz pedig a „rossz”. Ennek kiküszöbölésére, az adatok számítógépes feldolgozása előtt, homogenizáltuk az adatokat. Azoknak a faktoroknak (Fp , Fr , Fbr) a kérdéseinél, ahol az egyes jelentette a „helyes” választ, a kapott számadatokat megfordítottuk, vagyis az egyes válasz ötös lett és fordítva, a kettes válasz pedig négyes és fordítva. A hármast értelemszerűen nem kellett megváltoztatnunk.

Az alapstatisztikai számításokat követően (átlag, szórás), két szempontos varianciaanalízist (2*4 between – subjects ANOVA) és Bonferroni Post Hoc-tesztet használtunk a nemek (nő, férfi) és az életkori csoportok (11–12, 13–14, 15–16, 17–18 éves tanulók) közötti eltérések vizsgálatára. A faktorértékek (*Fv*, *Fc*, *Fs*, *Fp*, *Fr* és *Fbr*) csoportonkénti eloszlásvizsgálatát a Kolmogorov–Smirnov-teszttel végeztük, a csoportok közötti homogenitást Leven’s-teszttel ellenőriztük. Szignifikánsnak tekintettük a különbséget, amennyiben $p < 0,05$ értéket találtunk. A statisztikai számításokat az SPSS 20-programmal (SPSS Inc., Chicago, Illinois, USA) végeztük.

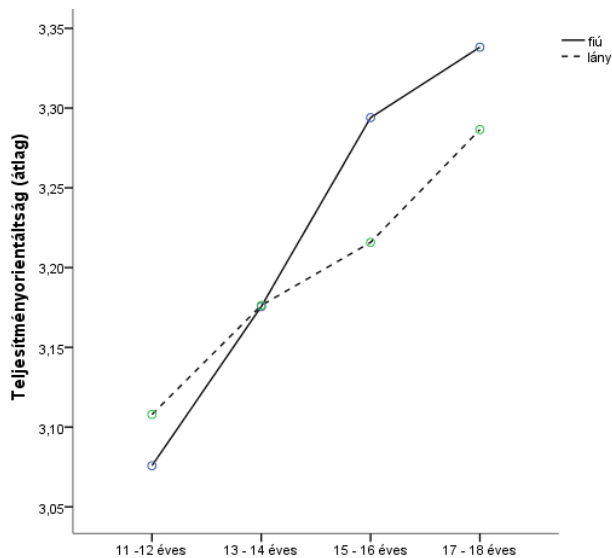
Eredmények

A nemenkénti és csoportonkénti bontásban elvégzett eloszlásvizsgálat eredményei, valamint a csoportok közötti varianciák homogenitásának vizsgálata alapján megállapítottuk, hogy az adatok kielégítik a paraméteres statisztikai eljárás lefuttatásának követelményeit.

Általánosságként megállapítható, hogy a testneveléshez mint a fizikai aktivitás megnyilvánulásához kapcsolódó pozitív (*Fv*, *Fc* és *Fs*) karakterű faktorok, valamint a kockázatkerülés (*Fbr*) mint negatív tartalommal rendelkező faktor mind a lányok, mind a fiúk esetében magasabb értékeket vettek fel, mint a negatív tartalmú kényelemszeretet (*Fp*) és a kikapcsolódni vágyás, szórakozás keresése (*Fr*) faktorok (2. táblázat).

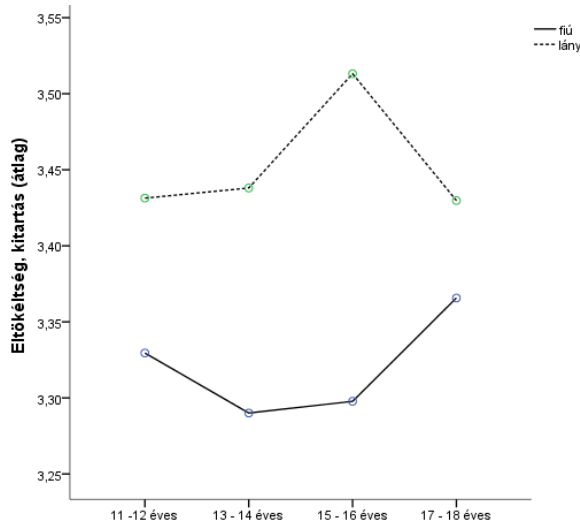
2. táblázat. *Alapstatisztikai adatok nem és korosztály szerinti bontásban*

	11–12 év				13–14 év				15–16 év				17–18 év			
	fiú		lány		fiú		lány		fiú		lány		fiú		lány	
	átlag	SD	Átlag	SD	átlag	SD	átlag	SD	átlag	SD	Átlag	SD	átlag	SD	átlag	SD
Fv	3,07	,70	3,10	,66	3,17	,68	3,17	,60	3,29	,62	3,21	,60	3,33	,61	3,28	,56
Fc	3,32	,68	3,43	,61	3,29	,60	3,43	,52	3,29	,51	3,51	,53	3,36	,56	3,42	,50
Fs	3,30	,75	3,34	,65	3,22	,71	3,53	,62	3,44	,57	3,52	,49	3,40	,65	3,50	,56
Fp	2,71	,71	2,87	,67	2,78	,69	2,88	,72	2,72	,62	2,79	,64	2,92	,73	2,82	,56
Fr	2,95	,71	3,08	,64	3,17	,60	3,08	,61	3,03	,53	3,11	,57	2,99	,70	3,00	,54
Fbr	3,31	,75	3,26	,70	3,24	,67	3,28	,62	3,31	,75	3,44	,65	3,24	,63	3,32	,58

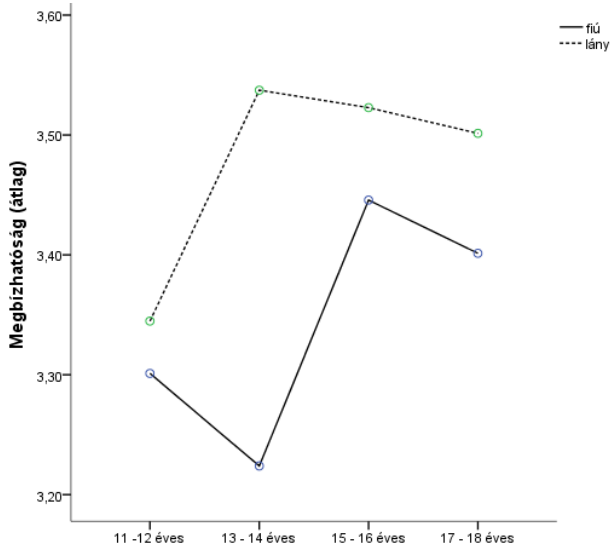


1. ábra. F_v faktor átlagértékei nemek és korcsoportok szerinti bontásban

Az eredmények nemenkénti és korosztályonkénti összehasonlításakor a legmarkánsabb nemi eltérések az eltökéltség, kitartás (F_c) faktornál tapasztalhatók (2. ábra). A legnagyobb nemi differenciákat mutató korosztály a 13–14 éveseké (1–6. ábra). Az F_c faktornál és a megbízhatóság (F_b) faktornál a fiúk átlagai minden korosztálynál a lányok értékei alatt maradnak (2. és 3. ábra). Szembetűnő, hogy a teljesítményorientáltság (F_v) faktor esetében az átlagértékek mindkét nemnél folyamatosan emelkednek (1. ábra).

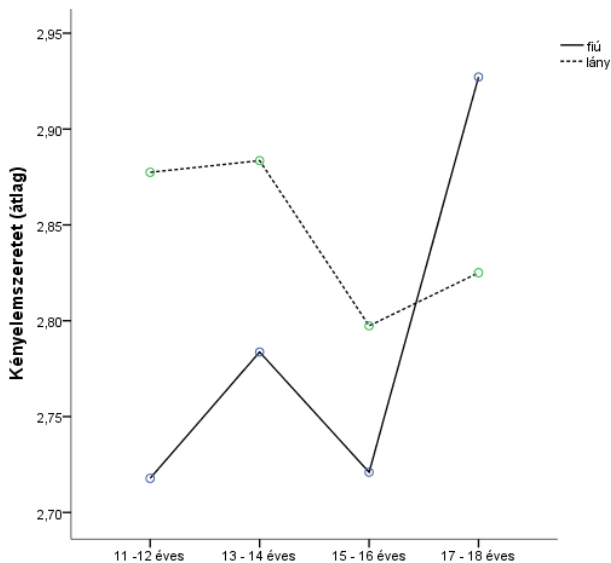


2. ábra. F_c faktor átlagértékeinek nemek és korcsoportok szerinti bontása



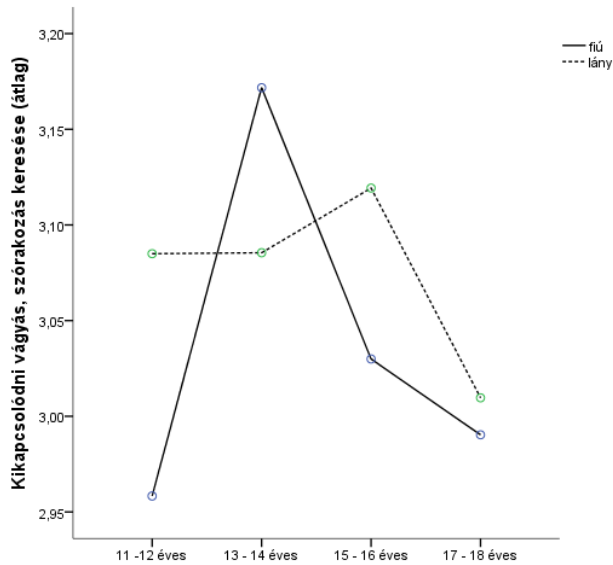
3. ábra. F_s faktor átlagértékei nemek és korcsoportok szerinti bontásban

A vizsgálatunk tárgyát képező legkényesebbnek tekinthető kényelemszeretet (F_p) faktornál a fiúk – összehasonlítva a lányok legfiatalabb korosztályának átlagával – jóval alacsonyabb értékről indulnak, de a 15–16 éves korosztálytól meredek emelkedést mutatva a lányok értékeit túlszárnyalják (4. ábra).



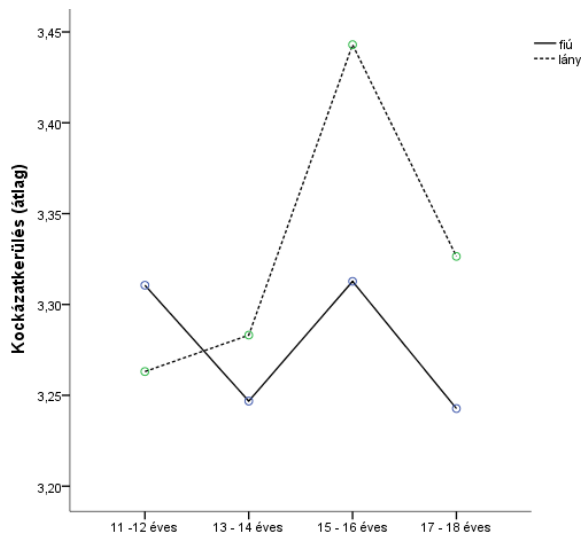
4. ábra. $A_{\xi} F_p$ faktor átlagértékei nemek és korcsoportok szerinti bontásban

A kikapcsolódni vágyás, szórakozáskeresés (Fr) faktorának legérdekesebb trendjét a fiúk meredeken emelkedő, majd erőteljesen csökkenő átlagai adják (5. ábra).



5. ábra. Fr faktor átlagértékei nemek és korcsoportok szerinti bontásban

A kockázatkerülés (Fbr) faktor az egyetlen, ahol a fiúk kiinduló, 11–12 éves átlagértékei magasabbak, mint a lányoké (6. ábra).



6. ábra. Fbr faktor átlagértékei nemek és korcsoportok szerinti bontásban

A faktorértékekre mint függő változókra lefuttatott kétszemponos varianciaanalízis eredményei alapján, nemek szerinti szignifikáns differenciát állapítottunk meg az F_c ($F = 13,680 - p < 0,001$) és az F_s ($F = 11,532 - p < 0,001$) faktorok esetében. Korcsoportok közötti szignifikáns eltérést tapasztaltunk az F_v ($F = 5,464 - p < 0,001$) és az F_s ($F = 3,073 - p < 0,05$) faktoroknál.

A Bonferroni Post Hoc-féle teszt eredményeit a 3. táblázatban foglaltuk össze. Ezen eredményekből az világlik ki, hogy szignifikáns eltérés a legtöbb esetben a legfiatalabb korosztálynál található.

3. táblázat. *Bonferroni Post Hoc-teszt alapján számított korcsoportok közötti különbségek*

	13–14 év	15–16 év	17–18 év
11–12 év	NS	F_s^*	F_v^{***}, F_s^*
13–14 év	–	NS	NS
15–16 év	–	–	NS

* = $p < 0,05$; ** = $p < 0,01$; *** = $p < 0,001$

Megbeszélés és következtetések

Kutatásunk során az önmotivációs szintet és annak összetételét önmegítélés alapján vizsgáltuk. Az önmegítélésben domináns tényező a tevékenységben való részvétel minősítése. Az alkalmazott eljárásunk arra irányult, hogy a vizsgált személy a kérdések megítélő megválaszolásával személyiségének irányultságát tekintve önmagát minősítse. Ez a vizsgálati eljárás a testnevelés szempontjából – amely az aktív mozgásosságra feladatorientáltan épít – kedvező metodikának bizonyult (lásd még Biróné 1994). Az eredményeink túlnyomórészt pozitív önmotivációt mutattak.

Vizsgálati hipotéziseink megtarthatók, mert egyrészt megerősítést szerezünk az érzelmi reakciókat vizsgáló kérdőívünk eredményeihez (lásd Hamar és Karsai 2010), másrészt az iskolai testnevelés elsajátítási folyamatában az általunk vizsgált, tanulókat motiváló tényezők fellelhetők és ezek egymással összefüggéseket mutattak, harmadrészt a testnevelési órákon meghatározó szerepet játszó motivációs tényezők a nemek és az életkor függvényében jellemzően nyilvánultak meg.

Az életkori csoportosításból kiviláglik, hogy a vizsgált korosztálynál az önmegítélésben a pozitív karakterű faktorok – a teljesítményorientáltság, az eltökéltség és kitarás, illetve a megbízhatóság (önmagába vetett hitként) – mind a lányok, mind a fiúk esetében domináns tényezők. A pozitív karakterű faktorok

(F_v , F_c és F_s), valamint a kockázatkerülés (F_{br}), mint negatív tartalommal rendelkező faktor, mindkét nemnél magasabb értékeket mutattak, mint az F_p és F_r jelű negatív tartalmú faktorok. A kockázatkerülés faktorának ilyen irányú adatai némiképpen meglepőek, mivel a vizsgált életkorra inkább jellemző a kockázat keresése, a kockázatvállalás, mintsem annak kerülése. A vélhető magyarázat a vizsgált iskolák és testnevelő tanáraik tananyag-kiválasztási és/vagy oktatás-módszertani eljárásaiban keresendő.

Az önmotivációs eredményeink annyiban állnak összhangban az iskolai testnevelés affektív jellemzőiről, a tanulói attitűdről kialakult képünkkel, hogy a testnevelés iránti, alapjában véve pozitív érzelmi kötődés a feladatmegoldásra, a sikeres teljesítésre, az önmagába vetett bizalomra épül. Vizsgálati eredményeink azt mutatják, hogy a vizsgált erdélyi tanulók attitűdjét, annak érzelmi összetevőit és önmotivációját együttesen kezelve, egymásra hatásukban kölcsönösen fel erősítő tendenciák észlelhetők. Ez a testnevelés tanítása és tanulása szempontjából – mint a fizikai aktivitásra készítendő legfontosabb tényezőink egyike számára – megnyugtató háttérrel ad. A testnevelő tanároknak pedig azt közvetíti, hogy ezzel élni lehet és kell, csak visszaélni nem szabad.

Köszönetnyilvánítás

A szerzők ezúton fejezik ki köszönetüket a vizsgálatban, az adatfelvételen részt vett aradi és székelyudvarhelyi kolléganőknek, név szerint: Szomorú Elenának, Erdei Emesének és Hogyai Katalinnak.

Bibliográfia

- Biróné Nagy Edit: *A szelektív motoros stimulusok hatása a tanulók mozgásos aktivitására, az életstílus befolyásolására. Kutatási zárójelentés.* Budapest, 1994, Magyar Testnevelési Egyetem.
- Csapó Benő: A tantárgyakkal kapcsolatos attitűdök összefüggései. *Magyar Pedagógia*, 2000/3. szám, 343–366. p.
- Dishman, R. K. – Ickes, W. J.: Self-motivation and adherence to therapeutic exercise. *Journal of Behavioral Medicine*. 1981/4. szám, 421–438. p.
- Hamar Pál: Az iskolai testnevelés magyarországi helyzete és európai távlatai. *Magiszter*, 2007/3–4. szám, 65–72. p.

- Hamar Pál – Karsai István: Az iskolai testnevelés affektív jellemzői 11–18 éves fiúk és lányok körében. *Magyar Pedagógia*, 2008/2. szám, 135–147. p.
- Hamar Pál – Karsai István: Az iskolai testnevelés affektív jellemzői 11–18 éves erdélyi tanulók körében. *Fejlesztő Pedagógia*, 2010/2. szám, 42–47. p.
- Rétsági Erzsébet – Hamar Pál: A testnevelés és sport oktatásméleti alapjai. A motiválás. In *Sportpedagógia. Kézikönyv a testnevelés és sport pedagógiai kérdéseinek tanulmányozásához*. Szerkesztette: Bíró Edit. Budapest-Pécs, 2004, Dialóg Campus Kiadó, 201–203. p.
- Svoboda, B.: *Physical Education in System of Education at School of All Grades*. Praha, 1987, Universita Karlova.
- Szabó Mónika: Megismerőfolyamatok szerepe a környezettel való kapcsolatban. Motiváció. In *Pszichológia pedagógusoknak*. Szerkesztette: N. Kollár Katalin és Szabó Éva. Budapest, 2004, Osiris Kiadó. 169–191. p.

Melléklet

Önmotivációs kérdőív

Nem: **fiú – leány** Életkor:

Kitöltési útmutató: olvasd el a következő állításokat, és karikázd be a rád leginkább jellemző számot az állítás jobb oldalán. Győződj meg róla, hogy minden kérdésre válaszoltál, és próbáld meg olyan őszinte és pontos lenni, amennyire lehetséges.

Nincsenek jó vagy rossz válaszok. Válaszaidat a legszigorúbb bizalommal kezeljük.

- | | |
|---|--|
| 1 | nagyon eltérő tőlem |
| 2 | eltérő tőlem |
| 3 | nem is hasonlít rám, nem is tér el tőlem |
| 4 | olyan, mint én |
| 5 | teljesen olyan, mint én |

1. Nehezen szánom rá magam, hogy nekikezdek valaminek.	1	2	3	4	5
2. Ha megunok egy feladatot, amit elkezdtem, abba-hagyom, és mással kezdek foglalkozni.	1	2	3	4	5
3. Kitartok a nehéz feladatokban, még ha azok nagyon fárasztók vagy fájdalmasak is.	1	2	3	4	5
4. Ha valami nagyon nehezé kezd válni, inkább elfelejtem.	1	2	3	4	5
5. Az önfegyelem számomra nagyon fontos.	1	2	3	4	5
6. Megtartom az ígéreteimet, főleg azokat, amiket magamnak teszek.	1	2	3	4	5
7. Nem dolgozom keményebben, mint ahogy kell.	1	2	3	4	5
8. Ritkán dolgozom teljes erőbedobással.	1	2	3	4	5
9. Nincsenek céljaim.	1	2	3	4	5
10. Ha valamit elhatározok, azt mindig végigcsinálom.	1	2	3	4	5
11. Csak addig csinálom valamit, amíg az nem túl meg-erőltető vagy fárasztó.	1	2	3	4	5
12. Gyakran teszek elhatározásokat és ki is tartok mel-lettük.	1	2	3	4	5
13. Általában a legkönnyebb utat választom.	1	2	3	4	5
14. Könnyen elkedvetlenedek.	1	2	3	4	5
15. Ha azt mondom valakinek, hogy megcsinálok va-lamit, biztos lehet benne, hogy meg is teszem.	1	2	3	4	5
16. Nem szeretem kifárasztani magam.	1	2	3	4	5
17. Alapvetően lusta vagyok.	1	2	3	4	5
18. Keményebben dolgozom, mint barátaim többsége.	1	2	3	4	5
19. Fájdalom és kényelmetlenség ellenére is ki tudok tartani.	1	2	3	4	5
20. Szeretek célokat kitűzni és dolgozni értük.	1	2	3	4	5
21. Néha jobban kihajtom magam, mint kellene.	1	2	3	4	5
22. Hajlamos vagyok túlzottan elkedvetlenedni.	1	2	3	4	5
23. Ritkán adom fel.	1	2	3	4	5
24. Nem vagyok valami megbízható.	1	2	3	4	5
25. Azokat a feladatokat szeretem, amelyek megoldá-sáért meg kell küzdenem.	1	2	3	4	5
26. Könnyen megváltoztatom a véleményem.	1	2	3	4	5
27. Nem szívesen fárasztom magam, ha nem szüksé-ges.	1	2	3	4	5
28. Elkerülöm a nehéz helyzeteket.	1	2	3	4	5

Műhely

29. Gyakran dolgozom teljes elfáradásig.	1	2	3	4	5
30. Nem sokat tervezek, inkább cselekszem.	1	2	3	4	5
31. Sosem erőltetem, hogy olyan dolgokat csináljak, amiket nem szeretek.	1	2	3	4	5
32. Nehéz rávenni, hogy valaminek neki kezdjek.	1	2	3	4	5
33. Ha elérek egy célt, kitűzők egy magasabbat.	1	2	3	4	5
34. Ha valami nem sikerül, akkor sem adom fel.	1	2	3	4	5
35. Mindig törekszem elérni a céljaimat.	1	2	3	4	5
36. Én legtöbbször azt teszem, amit akarok, s nem pedig azt, amit mondanak.	1	2	3	4	5