

# A személyiségjegyek kapcsolata az önértékeléssel és a sportolói identitással

Készítette: Kárnyáczki Kata

Konzulens: Dr. Berki Tamás László

## BEVEZETÉS

Számos sportpszichológiai kutatás bizonyítja a sport és a személyiség közti kapcsolatot, mégsem beszélhetünk azonban kifejezetten sportolói személyiségről. A sport megtanítja az egyéneket beilleszkedni, akik hasznos része lehet egy csoportnak, a társak pedig empátiát, befogadást és elfogadást tanulnak. Ezek miatt a sportoló identitás, azaz én-azonossága különösen fontos lehet, hiszen mint láthatjuk a sportnak személyiség formáló hatása megkérdőjelezhetetlen. Brewer, Van Raalte és Lindner (1993) következő képpen határozták meg a sportolói identitást: "a sportolói szerep egyéni identitásba való beépülésének mértéke" (Brewer 1993. 237.o.). Azok, akiknek nagyobb a sportolói identitása, motiváltabbak, magabiztosabbak kevésbé hajlamosak a kiégésre, többet sportolnak, magasabb a jólléttel rendelkeznek és a sport hatásának köszönhetően magasabb az önértékelésük is (Burns, Jasinski, Dunn, és Fletcher, 2012; Lamont-Mills és Christensen, 2006; Martin, Fogarty és Albion, 2014).

Kutatásunk célja volt, hogy megvizsgáljuk a sportolók önértékelését sportolói identitását és azok kapcsolatát a Big5 személyiségjegyekkel.

## ANYAG ÉS MÓDSZER

### Minta:

- 290 fő (férfi=91; nő=199)
- 61,0% életkora: 19-30 év
- 65,2% hobbi sportoló
- 46,9% csapat sportágat űz

### Módszerek:

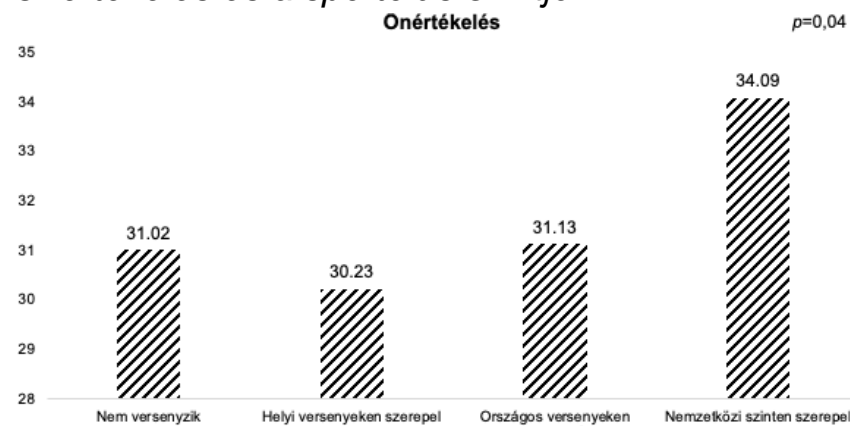
- Szociodemográfia és sportolási szokások
- Sportolói identitás skála (Berki és Pikó, 2020)
- Rosenberg féle Önértékelési skála (Sallay és mtsai, 2014)
- Tíz itemes személyiség leltár (TIPI; Azhosh és mtsai, 2020)

### Statisztikai módszer

- Leíró statisztika
- Egyszempontos varianciaanalízis
- Korreláció elemzés

## EREDMÉNYEK

### Önértékelés és a sportolás szintjei



### Big5 személyiségjegyek és sportág típusa



### A személyiségjegyek kapcsolata a sportolói identitással és az önértékeléssel.

	Önértékelés	Sportolói identitás
Extrovertált	0,305**	0,175**
Barátságos	-0,284**	-0,058
Lelkiismeretes	0,257**	-0,009
Érzelmileg stabil	-0,598**	0,013
Nyitott	0,235**	0,066

\*p<0,05; \*\*p<0,01; \*\*\*p<0,001

## KONKLUZÍÓ

Kutatásunk középpontjában a személyiségjegyek, az önértékelés és a sportolói identitás állt. Az eredmények alapján megállapíthattuk, hogy a sportolási szinttel nő a sportolók önértékelése és a személyiségjegyek a különböző sportágak hasonló képpen fejlődnek, ugyanakkor a csapatsportolók extrovertáltabbak. Az extrovertáltság a sportolói identitással is összefügg, azaz minél extrovertáltabb valaki annál magasabb a sportolói identitása. Vizsgálatunkból az is kiderült, hogy azok a sportolók, akik nem segítőkészek és hajlamosabbak negatív érzelmekre, alacsonyabb önértékeléssel rendelkeznek.