

# ÉSZLELT AUTONÓMIATÁMOGATÁSKÉRDŐÍVEK HAZAI ADAPTÁCIÓJA<sup>1</sup>



KOVÁCS Krisztina

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

F. FÖLDI Rita

Károli Gáspár Református Egyetem, Pszichológiai Intézet

LÉNÁRT Ágota

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

GYÖMBÉR Noémi

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

## ÖSSZEFOGLALÓ

*Háttér és célkitűzések:* A jelen tanulmány célja a szelfdeterminációs elméleten alapuló Sportkörnyezet Kérdőív két változatának (*Sport Climate Questionnaire, SCQ*; Deci, 2001; Hagger és mtsai, 2005) és az Észlelt Szülői Autonómiatámogatás (*Perceived Autonomy Support Scale for Exercise Settings, PASSES*; Hagger és mtsai, 2007) kérdőív magyar változatának pszichometriai vizsgálata: a mérőeszközök reliabilitásának és validitásának ellenőrzése.

*Módszer:* A kérdőívek érvényességét és megbízhatóságát két mintán ellenőriztük (SCQ-H – 489 fő; PASSES-H – 429 fő). A fent említett kérdőívek mellett felvételre került a Feladat- és Énorientáció a Sportban Kérdőív (*Task and Ego Orientation in Sport Questionnaire, TEOSQ*; Soós és mtsai, 2004) valamint a Kötődési Stílus Kérdőív (*Attachment Style Questionnaire, ASQ-H*; Hámosi és mtsai, 2016) Biztonság a Kapcsolatokban Alskálája.

*Eredmények:* A megerősítő faktorelemzés során a kérdőívek tekintetében, a teljes mintákra nézve elfogadható illeszkedést kaptunk. A három kérdőív belső megbízhatósága megfelelőnek bizonyult (Cronbach- $\alpha = 0,90$ – $0,95$ ). Az időbeli stabilitás vizsgálata során pozitív erős kapcsolatot találtunk a teszt-reteszt között ( $\rho(82) = 0,86$ – $0,91$ ). A konstrukumvaliditás

<sup>1</sup> Testnevelési Egyetem, az engedély száma: TE-KEB/No04/2018.

vizsgálata során a korábbi kutatásokkal megegyező, gyenge-közepes korrelációt kaptunk ( $\rho = 0,239-0,436$ ) a három autonómiatámogató kérdőív és a többi mért változó között.

*Következtetések:* A három kérdőív magyarra fordított változatai pszichometriailag megfelelő mérőeszközöknek tekinthetők a sportmotiváció szelfdeterminációs elméletének tükrében.

*Kulcsszavak:* sport, szelfdeterminációs elmélet, autonómia, edző, szülő

## BEVEZETÉS

A sportpszichológia egyik meghatározó témája a motiváció területe, ezen belül pedig kiemelkedő szerepet tulajdonít a környezetnek, amelyre a szelfdeterminációs elmélet (Ryan és Deci, 2000) is felhívja a figyelmet. Az elmélet szerint az egyén belső motivált-ságához szükséges az, hogy kompetensnek érezze magát, lehetősége legyen döntéseket hozni a saját jövőjét illetően, és tudjon kapcsolódni a társaihoz, környezetéhez.

A sportolók fejlődését nagymértékben meghatározza a környezetük; társas közegük pedig az elkötelezettségükre is jelentős hatással bírhat. Az észlelt autonómiatámogatás az egyén azon meggyőződése, amely a számára fontos személyek (tanárai, szülei, edzője vagy a barátai) olyan viselkedési mintáira vonatkozik, mint a kezdeményezőkézség támogatása, a döntés lehetőségének biztosítása, a független problémamegoldás, a döntésekbe való bevonódás, az érzések megosztása és elfogadása, valamint a nyomasztó elvárások elkerülése (Mageau és Vallerand, 2003). Az utánpótláskori sport világában az edzőt és a szülőt tekinthetjük a környezet meghatározó szereplőinek. Így az általuk biztosított autonómiatámogatás mértéke és a kialakított motivációs légkör kapcsolatba hozható a sportolói fejlődés minőségével.

A jelen tanulmány célja, hogy ismertesük a Sportkörnyezet (SCQ-H) (ld. *1. melléklet*) és az Észlelt Szülői Autonómiatámogatás

(PASSES-H) (ld. *2. melléklet*) kérdőíveket, amelyek az edző, illetve a szülők felől érkező autonómiatámogatás mértékét mérik, valamint bemutatjuk az eszközök pszichometriai jellemzőit magyar sportkörnyezetben. Mindkét kérdőív a nemzetközi szakirodalomban gyakran használt és a gyakorlati tapasztalatok alapján az autonómiatámogatás mérésére megfelelőnek bizonyuló mérőeszköz.

### A motiváció és az észlelt autonómiatámogatás kapcsolata

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 szükséglete 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, 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), valamint a pozitív önértékelés (Wang és Biddle, 2001); míg a nem öndeterminált motiváció (amotivált, extrinzik motivált) kiegészítéshez (Harris és Watson, 2011; Lonsdale és mtsai, 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). 112 spanyol élsportoló megkérdezése után az elsajátítási célokkal pozitív, míg a viszonyító célokkal negatív kapcsolatot találtak (Reigal és mtsai, 2018). Azok a sportolók, akik az edzőjüket támogatóknak, együttműködőnek, elkötelezettnek észlelték, 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 sportkörnyezet (szülők és edzők) szerepe**

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 verse-

nyeken való részvétel biztosítása), amely elősegíti a gyermek számára fontos, a sporthoz kapcsolódó teljesítményt. A megfelelő szülői támogatás olyan pozitív kimenetellel járhat, mint a gyermek sportolás által megélt öröme, elkötelezettsége és autonómiája (Pomerantz és mtsai, 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. 45 női tornász négy héten át tartó naplóvezetésének és kitöltött kérdőíveinek értékelése során azt találták (Gagne és mtsai, 2003), hogy edzői és szülői 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). Észtt sportolók között is hasonló eredmény született, az észlelt edzői autonómiátámogatás magas mértékét kapcsolatba hozzák a sportoló intrinzik motivációjával, amely kapcsolat nagy stabilitást mutatott egy év múltán is (Jöesaar és mtsai, 2012).

Vannak, akik a szülők hatását tartják erőteljesebbnek az edzőkével szemben az autonómiátámogatás és a célorientációk (O'Rourke és mtsai, 2013) vagy az öndeterminált motiváció (Hein és Jöesaar, 2014) viszonylatában. Akkor válik az edzői autonómiátámogatás 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).

### **Az észlelt autonómiátámogatás és a sport által megélt élmény**

Minél nagyobb hatással bír az edzők autonómiátámogatása, annál valószínűbb, hogy a sportolók elkerülő viselkedése alacsonyabb szinten lesz (Chen és Wu, 2016). Az elkerülő viselkedés alacsony szintje a versenyzők eredményességének egyik fontos tényezője, valamint a társak által teremtett motivációs környezetre (*peer-created motivation climate*) is pozitívan hat, azaz meghatározhatja a csapatban lévő hangulat minőségét is (Hein és Jöesaar, 2014). Az edzői bevonódás és az autonómiátámogatás mértéke egyaránt befolyásolhatja a fiatal sportoló által megélt élményeket. Az az edző, aki támogatja az autonómiát, de nem mutat érzelmi kötődést,

a bizonytalanság érzetét erősítheti a sportolójában. Ezzel szemben az érzelmileg támogató, bevonódott, de autonómiát nem biztosító edző a túlzott kontroll benyomását keltheti (Reynolds és McDonough, 2015). Öt európai ország, 7769 utánpótláskorú labdarúgója körében történt felmérés eredményei azt mutatták, hogy az észlelt edzői autonómiátámogató erősen bejósolja a sportolói elégedettségérzetét. Az elégedettségérzet kapcsolatba hozható a sport által megélt örömmérettel, amely negatív kapcsolatban áll a kilépés szándékával, azaz az autonómiátámogató edzői viselkedés protektív hatással is bír (Quested és mtsai, 2013). Többször élhetnek meg szubjektív vitalitást (Adie és mtsai, 2012) és nagyobb kitartással (De Muynck és mtsai, 2017) jellemezhetőek azok a sportolók, akiknek támogatják az autonómiáját, ami szintén szoros összefüggést mutat a sportban megélt örömmérettel, így a hosszú távú elköteleződéssel is.

Az autonómiátámogatás nemcsak a teljesítményre, hanem a sportoló környezetében megjelenő hangulatra és a kialakult kapcsolatokra is befolyással bírhat (Hodge és Lonsdale, 2011). Az autonómiátámogatás a csapattagok közötti proszociális viselkedéssel, míg a kontrolláló edzői működés a csapattagok közötti antiszociális viselkedéssel és az erkölcsi felmentéssel (*moral disengagement*) mutatott összefüggést.

A fiatalok által észlelt autonómiátámogatás mértéke sokszor eltér attól, ahogy az autonómia biztosítását a szülők vagy az edzők saját szemszögükből megélik, érzékelik. Előfordul, hogy a támogató szülői/edzői hozzáállást bizonyos tényezők miatt a fiatal elvárónak vagy túlon túl beszabályozónak éli meg – ebben az esetben érdemes megnézni a háttérben rejlő lehetséges okokat (Chan és mtsai, 2011).

### Az autonómiatámogatást mérő kérdőívek ismertetése

Az Észlelt Szülői Autonómiatámogatás Kérdőív (PASSES – Hagger és mtsai, 2007) a korábbiakban is elérhető volt magyar nyelven. A vizsgálatban egy átdolgozott fordítást teszünk elérhetővé, sportpszichológiai megfontolások miatt. Brit ( $N = 210$ ), észt ( $N=268$ ) és magyar ( $N=235$ ) mintán validálták a kérdőívet. Ennek során a mérőeszköz belső konzisztenciája (Cronbach- $\alpha = 0,90$ ), diszkriminációs- és konstrukumvaliditása megbízhatónak bizonyult. A kérdőív konstrukumvaliditását a *Behavioural Regulations in Exercise (BREQ)* kérdőívvel ellenőrizték, amelynek során az intrinzik és identifikált szabályozással találtak gyenge pozitív kapcsolatot. Egy 134 fős élsportolói mintán francia nyelvre is adaptálták a kérdőívet, és ennek során megerősítették az egydimenziós struktúrát. A francia verzió belső konzisztenciája megfelelőnek bizonyult (Cronbach- $\alpha = 0,91$ ), és közepes pozitív kapcsolatot találtak a *Sport Motivation Scale (SMS)* Intrinzik Motiváció Alskálájával és gyenge pozitív kapcsolatot az Identifikált Szabályozás Alskálával (Gillet és mtsai, 2010).

Az észlelt edzői autonómiatámogatást mérő Sportkörnyezet Kérdőívet (SCQ – Deci, 2001; Hagger és mtsai, 2005) a jelen vizsgálat alatt fordították le először magyar nyelvre. Az SCQ spanyol adaptációja során 301 spanyol élsportolóval töltötték ki a kérdőívet. A kutatók megerősítették az egydimenziós struktúrát, a konstrukumvaliditás ellenőrzése során a 15 itemes verziónál a Sport Motivation Scale (SMS) Intrinzik Motiváció és Identifikált Szabályozás Alskáláival gyenge pozitív kapcsolatot találtak. A kérdőív (6 itemre) rövidített változatánál megmaradt az intrinzik moti-

vációval való kapcsolat, és gyenge negatív kapcsolat jelent meg a Külső Szabályozás Alskálával (Balaguer és mtsai, 2009).

## MÓDSZER

### Eljárás

A két autonómiatámogatást mérő kérdőív (PASSES és SCQ) fordításait angolról magyarra három független személy végezte, majd a három változat összevetéséből és megvitatásából készült tételsort egy angol szakfordító fordította vissza az eredeti nyelvre. A visszafordítás ellenőrzését és jóváhagyását egy sportszakpszichológus szakfordító végezte. A kérdőívek magyar nyelvre fordítását a kérdőív jogtulajdonosa jogilag engedélyezte akadémiai kutatók részére.

Az adatfelvétel egyetemi (Testnevelési Egyetem) hallgatók közreműködésével, különböző egyetemi kurzusok keretében, kényelmi mintavételi eljárással történt: a hallgatók a szemináriumi munka részeként, általuk közvetlen vagy közvetett módon elért sportegyesületek, szakképzett edzők segítségével jutottak el a vizsgálati személyekhez. Az autonómiatámogatást mérő kérdőívek ellenőrzése két különböző mintavétellel történt. Mindkét kérdőív esetén, a résztvevők egy kisebb csoportját kértük fel ismételt tesztfelvételre, a teszt–reteszt-reliabilitás ellenőrzésének érdekében. Vizsgálatunk során – az észlelt autonómiatámogatás motivációval és a teljesítménnyel mutatott kapcsolata miatt – egy célorientációs kérdőívet (Feladat- és Énorientáció a Sportban Kérdőív) vettünk alapul a kérdőívek konstrukumvaliditásának ellenőrzéséhez, továbbá a Kötődési Stílus Kérdőív Biztonság a Kapcsolatokban Alskáláját alkalmaztuk

a szelfdeterminációs elméletben megfogalmazott szükségletek tükrében (kötődés szükséglete).

A felkeresett egyesületeket és a résztvevő fiatalok szüleit és a sportolókat egyaránt tájékoztattuk a vizsgálat céljáról, a mérőeszközök tartalmáról. Utánpótlás-korosztályok esetében szülői beleegyező nyilatkozatot kértünk, és minden esetben biztosítottuk a sportolók számára az anonimitást. A kutatást az Testnevelési Egyetem Kutatás-Értékelési Bizottsága jóváhagyta, az engedély száma: TE-KEB/No04/2018.

### Statistikai elemzések

A minta jellemzéséhez, valamint az átlag- és szóráseredmények bemutatásához leíró statisztikát használtunk. Megerősítő faktoranalízist végeztünk (*Maximum likelihood* módszer, robusztus becslés) a kérdőív faktor-szerkezetének vizsgálatára. A belső konzisztencia ellenőrzésére Cronbach-alfa-értéket számoltunk. Pearson-féle korrelációs vizsgálattal elemeztük a teszt-reteszt-reliabilitást, valamint a konvergens validitás vizsgálatá-

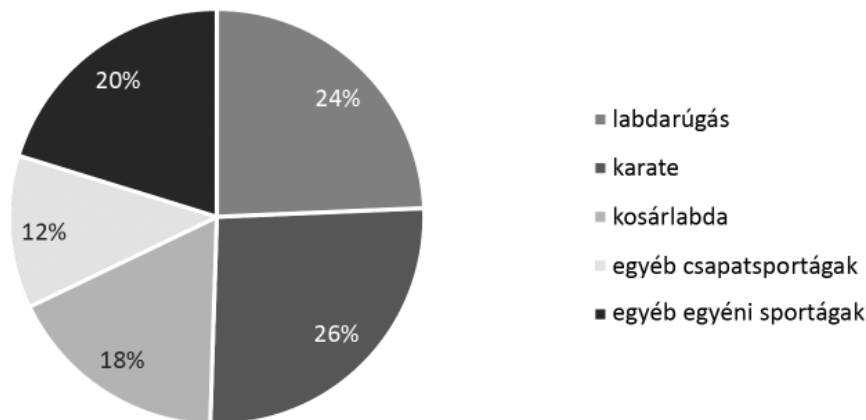
hoz Feladat- és Énorientáció a Sportban Kérdőív alszáma, a Kötődési Stílus Kérdőív Biztonság a Kapcsolatokban Alszáma és az észlelt autonómiatámogatás mértékét vizsgáló kérdőívek közötti kapcsolatot.

Az adatok statisztikai elemzését IBM SPSS Statistics for Windows, Version 22.0. (IBM Corp., 2013) és IBM SPSS Amos, Version 24.0 (IBM Corp., 2016) programokkal végeztük.

### Vizsgálati személyek

#### SCQ-H

A kérdőívet 489 fő töltötte ki (222 férfi és 267 nő), átlagéletkoruk 19,11 év ( $SD = 4,60$ ). A vizsgálatban való részvétel feltétele volt, hogy a kitöltők egy egyesület keretein belül, igazolt versenyzőként, rendszeresen részt vegyenek versenyeken. A kitöltők között 119 labdarúgó, 85 kosárlabdázó, 128 karatéka, 58 egyéb csapatsportot (4 sportág – jégkorong, kézilabda, vízilabda és röplabda) és 99 egyéb egyéni (20 sportág – pl. szertorna, atlétika, birkózás, úszás...) sportágat gyakorló sportoló volt (1. ábra).

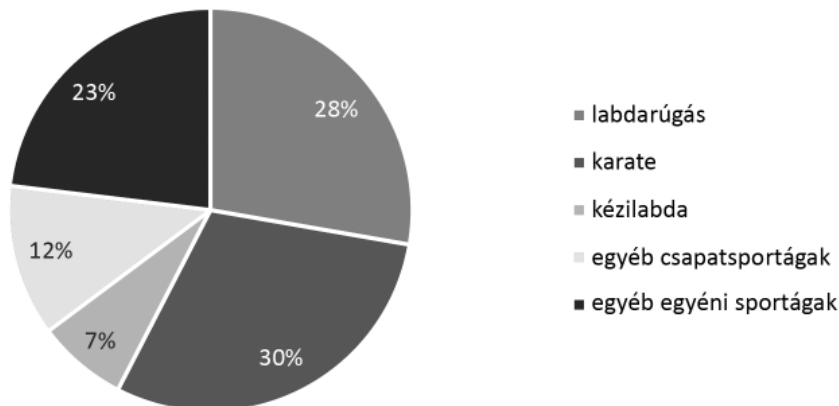


1. ábra. Sportágak százalékos eloszlása – SCQ-H

*PASSESS-H*

A kérdőívet 429 fő töltötte ki (196 férfi és 233 nő), átlagéletkoruk 18,38 év ( $SD = 4,04$ ). A vizsgálatban való részvétel feltétele volt, hogy a kitöltők egy egyesület keretein belül, igazolt versenyzőként, rendszeresen részt vegyenek versenyeken.

A kitöltők között 119 labdarúgó, 31 kézilabdázó, 128 karatéka, 52 egyéb csapatsportot (4 sportág – jégkorong, kézilabda, vízilabda és röplabda) és 99 egyéb egyéni (20 sportág – pl. szertorna, atlétika, birkózás, úszás) sportágot gyakorló sportoló volt (2. ábra).



2. ábra. Sportágak százalékos eloszlása – PASSES-H

**Mérőeszközök***Sportkörnyezet Kérdőív (SCQ-H)*

A kérdőív (SCQ – Deci, 2001; Hagger és mtsai, 2005) célja, hogy felmérje, milyen mértékű autonómiatámogató viselkedést észlel a sportoló az edzője felől. A kérdőív hosszabb, 15 itemből álló verzióját fordították le, egy fordított kérdése van (13-as kérdés). A kérdésekre a kitöltők hétfokú Likert-skálán adják meg a választ (1 = Egyáltalán nem értek egyet; 4 = Semleges; 7 = Teljesen egyetértek), a magasabb pontértékek az autonómiatámogatás magasabb szintjét jelzik.

*Sportkörnyezet Kérdőív – rövidített (SCQ-HR)*

Jövőbeli kutatási megfontolások szempontjából – mivel nemzetközi szinten az

SCQ kérdőív rövidített formáját is széles körben használják – megvizsgáltuk a rövidített változat pszichometriai mutatóit is. Az SCQ-H kérdőív (Deci, 2001; Hagger és mtsai, 2005) 6 itemes rövidített verziója is ugyanolyan megbízhatónak bizonyult a kutatások során, mint az eredeti verzió (Jödesaar és mtsai, 2012). A rövidített formába a következő kérdések kerültek be: 1, 2, 4, 7, 10, és 14. A kérdésekre a kitöltők hétfokú Likert-skálán adják meg a választ (1 = Egyáltalán nem értek egyet; 4 = Semleges; 7 = Teljesen egyetértek), a magasabb pontértékek az autonómiatámogatás magasabb szintjét jelzik.

*Észlelt Szülői Autonómiatámogatás Kérdőív (PASSES-H)*

A kérdőív (PASSES – Hagger és mtsai, 2007) célja, hogy felmérje, milyen mértékű

1. táblázat. A kérdőívek egydimenziós modelljeinek illeszkedési mutatói

	$\chi^2/df$	TLI	CFI	RMSEA	SRMR
SCQ-H	5,38*	0,91	0,93	0,09	0,04
SCQ-HR	4,55*	0,96	0,98	0,08	0,04
PASSES-H	5,53*	0,91	0,93	0,10	0,04

\* $p < 0,001$

autonómiatámogató viselkedést észlel a sportoló a szülei felől. A kérdőív 12 itemből áll, nem tartalmaz fordított tételt. A kérdésekre a kitöltők hétfokú Likert-skálán adják meg a választ (1 = Egyáltalán nem értek egyet; 4 = Semleges; 7 = Teljesen egyetértek), a magasabb pontértékek az autonómiatámogatás magasabb szintjét jelzik.

#### *Feladat- és Énorientáció a Sportban* *Kérdőív*

A kérdőív (TEOSQ – Soós és mtsai, 2004) két alskálája a feladatorientáció és az énorientáció. A feladatra irányuló orientációval (elsajátítási célok; Cronbach- $\alpha = 0,67$ ) jellemezhető sportoló motivációjának közép-pontjában önmaga fejlesztése áll, míg az énorientációval (viszonyítási célok; Cronbach- $\alpha = 0,87$ ) jellemezhető sportoló célja a győzelem, illetve az, hogy másokhoz viszonyítva kiemelkedőbben teljesítsen. A kérdőív 13 kérdésből áll és ötfokozatú Likert-skálán jelölhető a sportoló válasza (1 = Egyáltalán nem értek egyet; 5 = Teljesen egyetértek).

#### *Kötődési Stílus Kérdőív*

A kérdőív (ASQ-H – Hámori és mtsai, 2016) Biztonság a Kapcsolatokban Alskálája (*Confidence in Relations*, CR –10 tétel) került felhasználásra. A kérdőívben hatfokozatú Likert-skálán lehet bejelölni a választ (1 = Egyáltalán nem értek egyet; 6 = Határozottan egyetértek).

## EREDMÉNYEK

### Megerősítő faktoranalízis

A három kérdőív faktorstruktúráját megerősítő faktorelemzéssel (CFA) ellenőriztük. A változók normalitásának sérülése miatt a *maximum likelihood* becslés robosztus változatát alkalmaztuk. A faktorelemzés megerősítette, hogy a magyar mintán is – az elméleti modellnek megfelelően – egy faktorba rendeződnek a kérdőívek, a teljes mintára nézve elfogadható illeszkedést kaptunk (1. táblázat).

### Belső konzisztencia

Mindhárom kérdőív belső megbízhatósága megfelelőnek bizonyult, a kérdőív tételei magas belső konzisztenciát mutatnak. A PASSES-H Cronbach-alfa-mutatója 0,946 (Interitem korreláció maximuma = 0,74), míg az SCQ-H Cronbach-alfa-mutatója 0,936 (Interitem korreláció maximuma = 0,77), míg a rövidített verzióé 0,901 (Interitem korreláció maximuma = 0,71).

A skálák normalitásai ferdeség és csúcsosság próbák alapján közel normális eloszlást mutatnak (lásd 2. táblázat), az adatok elemzéséhez használt statisztikai próbákat ennek figyelembevételével választottuk ki. A kérdőívek pszichometriai mutatóit a 2. táblázat mutatja.



2. táblázat. A kérdőívek pszichometriai jellemzői

	N	Min.	Max.	M	SD	Ferdesség		Csúcsosság	
						Érték	SE	Érték	SE
PASSES-H	429	15	84	70,56	14,80	-1,63	0,12	2,37	0,24
SCQ-H	489	15	105	79,83	18,89	-1,10	0,11	0,78	0,22
SCQ-HR	489	6	42	31,81	8,08	-0,93	0,11	0,40	0,22

### Teszt–reteszt-reliabilitás

A kérdőíveket kéthetes eltéréssel töltötte ki a résztvevők egy kisebb, felkeresett csoportja ( $N = 83$ , 52 férfi, 31 nő, átlagéletkor = 16,30;  $SD = 1,79$ ). Pozitív erős kapcsolat található a két kitöltés között mind az SCQ-H ( $\rho(82) = 0,907$ ;  $p < 0,001$ ), mind az SCQ-H rövidített verziójában ( $\rho(82) = 0,871$ ;  $p < 0,001$ ), és a PASSES-H ( $\rho(84) = 0,861$ ;  $p < 0,001$ ) kérdőívben.

$p < 0,001$ ), mind a Biztonság a Kapcsolatokban Skálával ( $\rho(192) = 0,239$ ;  $p < 0,001$ ).

A PASSES-H pozitív közepes kapcsolatot a Biztonság a Kapcsolatokban Alskálával ( $\rho(193) = 0,436$ ;  $p < 0,001$ ) és statisztikailag szignifikáns, de értékében elhanyagolható kapcsolatot mutat a Feladatorientációval ( $\rho(194) = 0,188$ ;  $p < 0,001$ ). Az eredményeket összesítve a 3. táblázat mutatja.

### Érvényesség

#### Konvergens validitás

Az SCQ-H pozitív gyenge kapcsolatot mutat mind a Feladatorientációval ( $\rho(195) = 0,299$ ;  $p < 0,001$ ), mind a Biztonság a Kapcsolatokban Skálával ( $\rho(192) = 0,267$ ;  $p < 0,001$ ).

Az SCQ-H rövidített verziójában pozitív gyenge kapcsolatot mutat mind a Feladatorientációval ( $\rho(195) = 0,376$ ;

### DISZKUSSZIÓ

Kutatásunk célja, hogy magyar sportkörnyezetben adaptáljuk az autonómiatámogatást mérő kérdőíveket. A megerősítő faktoranalízis során megfelelő illeszkedési mutatókat kaptunk az egyfaktoros modelleken, és a vizsgált kérdőívek magas belső megbízhatósága igazolja a kutatási célokra való alkalmazhatóságukat. A konstruktumvaliditást

3. táblázat. A kérdőívek magyarra fordított változatának konstruktumvaliditásának ellenőrzése

	SCQ-H	SCQ-HR	PASSES-H
Énorientáció	0,023	0,000	0,057
Feladatorientáció	0,299**	0,314**	0,188**
Biztonság a kapcsolatokban	0,267**	0,239**	0,436**

\*\* $p < 0,01$

tekintve az észlelt autonómiatámogatás kérdőívek kapcsolatba hozhatóak – az előzetes feltételezéseinknek és a korábbi kutatási eredményeknek megfelelően – a feladat-orientációval és a Kötődési Stílus Kérdőív Biztonság a Kapcsolatokban Alskálájával.

A célorientációs és a szelfdeterminációs elmélet is felhívja a figyelmet arra, hogy a sportoló környezete meghatározó a fejlődés és az elkötelezettség szempontjából. A sportolók esetében az elsajátítási célstruktúra, akárcsak az autonómiát támogató közeg, olyan pozitív kimeneteket eredményezhet, mint a hibák hatékonyabb kezelése és a sporthoz kapcsolódó fokozottabb örömrészt (Vazou és mtsai, 2006), valamint a hatékonyabb önértékelés és az alacsonyabb vonásszorongás (O'Rourke és mtsai, 2014). Mindez nemcsak az edzői célstruktúrára, hanem a szülők által teremtett motivációs környezetre is jellemző, az így kialakuló viszonyító célstruktúra összefüggésbe hozható a sportolók magasabb szintű versenyszorongásával (White, 1998). A szülők és az edzők által létrehozott elsajátítási légkör kapcsolatba hozható a gyermek autonóm szabályozásával, ami az öndeterminált motiváció kialakulásához vezető út meghatározó alapköve (O'Rourke és mtsai, 2013).

Baumrind (1971) elméletének újragondolása után Steinberg és mtsai (1992) három dimenziót különített el a szülői nevelői stílusok tekintetében: elfogadás-bevonódás (szülői érzékenység, válaszkészség, bevonódás); szigor-ellenőrzés (kontroll és határállítás); pszichés autonómia biztosítása (az individualitás és érzelmi autonómiatámogatása). Az autonómiát támogató szülők – akik tanácsokkal és visszajelzésekkel szolgálnak, de támogatják, hogy gyermekük felelősséget vállaljon a saját fejlődé-

sére vonatkozó döntéseiért – gyermekei magasabb teljesítményt érnek el, erősebb a kompetenciaérzésük és intrinzi motivációval jellemezhetőek (Pomerantz és mtsai, 2005; Holt és mtsai, 2009).

A szelfdeterminációs elméletet a gyakorlati munkába is átültették, így az alkalmazott sportpszichológia számára is gyümölcsözőnek bizonyulhat. Több olyan program is született, amely a szülők (Dorsch és mtsai, 2016; Thrower és mtsai, 2017) vagy edzők (Duda, 2013; Fraser-Thomas és mtsai, 2005) számára nyújt segítséget abban, hogy megfelelő motivációs légkört teremtsenek a fiatal sportolók számára. Az egyik ilyen program például a PAPA (*Promoting Adolescent Physical Activity* – Duda, 2013), ahol a képzés elméleti hátterét a célorientációs és a szelfdeterminációs elméletek ötvöztetik.

A vizsgált kérdőívek a hazai sportéletben tovább gazdagíthatják a már meglévő sportpszichológiai diagnosztikai bázist, különös tekintettel a sportháromszög dinamikáját érintő egyre növekvő kutatási igényre. Az alkalmazott sportpszichológia és a mentális felkészítés számára is hasznos visszajelzéseként szolgálhatnak a kapott eredmények. Nemcsak a szülői és edzői pszichoedukáció kereteit alapozhatják meg, hanem a sportolók tudatosabb környezethez való alkalmazkodását is.

A kutatás limitációja a vizsgált minta sajátosságából ered. Az autonómiatámogatás mértéke függ a sportoló életkorától (Anderson és mtsai, 2003), így a jövőbeli kutatásokban fontos lenne korosztályi csoportosításokat végezni és bemutatni azok jellegzetességeit, eltéréseit. Ugyanígy meghatározó lehet maga a sportág is, hiszen a korai specializációjú sportágak nagyobb mértékű részvételt és igénybe-

vételt kívánnak meg a környezettől (Côte és mtsai, 2008). Ez az autonómiatámogató viselkedésre is hatással lehet, a jövőbeli vizsgálatok során érdemes lehet ezt szem előtt tartani. A kérdőívek megfelelő mérőeszköznek bizonyultak, ugyanakkor a jövőbeli kutatások során érdemes lehet megfontolni a kérdőívek lerövidítésének lehetőségét is. Továbbá fontos lenne ellenőrizni a kérdőív faktorstruktúráját feltáró faktoranalízis-

sel, mivel az interitem korrelációk, valamint a megbízhatósági mutatók magas szintje jelezhetik az ítemek esetleges ismétlődését.

Összességében a pszichometriai vizsgálatok megerősítik a mérőeszközök megbízhatóságát és érvényességét. A kérdőívek a jövőbeni kutatások szempontjából új perspektívát jelenthetnek a szelfdeterminációs elmélet, a sportháromszög és az utánpótláspport témaköreit tekintve.

## SUMMARY

*Background and aims:* The aim of the paper is to document the psychometric characteristics of the Hungarian translations of Sport Climate Questionnaire (SCQ, Deci, 2001; Hagger et al., 2005) and Perceived Autonomy Support Scale for Exercise Settings (PASSES, Hagger et al., 2007), which are both based on Self-Determination Theory, and to test the reliability and validity of these questionnaires.

*Methods:* Study samples consisted of 489 (SCQ-H) and 429 (PASSES-H) persons. Task and Ego Orientation in Sport Questionnaire (TEQSQ; Soós et al., 2004) and one subscale (Confidence) of the Attachment Style Questionnaire (ASQ-H; Hámori et al, 2016) were applied for validation.

*Results:* Confirmatory factor analyses (CFA) were conducted with data from two samples to test the hypothesized structure of the SCQ-H and PASSES-H. Internal consistency of the two questionnaires (Cronbach- $\alpha = 0.90-0.95$ ) test proved to be excellent. The correlation coefficient for test-retest reliability was ranging from 0.86 to 0.91. Construct validity analysis revealed low to medium relationships ( $\rho = 0.239-0.436$ ), which confirms values given in the literature, between the PASSES-H and SCQ-H and the other constructs.

*Discussion:* The Hungarian versions of the SCQ and PASSES proved to be valid and reliable questionnaires to measure autonomy supportive behaviour according to the Self-Determination Theory.

*Keywords:* sport, Self-Determination Theory, autonomy, coach, parents

## IRODALOM

- 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.
- ADIE, J. W., DUDA, J. L., NTOUMANIS, N. (2012): Perceived Coach-Autonomy Support, Basic Need Satisfaction and The Well- and Ill-Being of Elite Youth Soccer Players: A Longitudinal Investigation. *Psychology of Sport and Exercise*, 13(1). 51–59.
- AMIOT, C. E., GAUDREAU, P., BLANCHARD, 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.
- ANDERSON, J. C., FUNK, J. B., ELLIOTT, R., SMITH, P. H. (2003): Parental Support and Pressure and Children's Extracurricular Activities: Relationships with Amount of Involvement and Affective Experience of Participation. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 24(2). 241–257.
- BALAGUER, I., CASTILLO, I., DUDA, J., TOMÁS, I. (2009): Análisis de las Propiedades Psicométricas de la versión Española del Cuestionario de Clima en el Deporte. *Revista de Psicología del Deporte*, 18(1). 73–83.
- BAUMRIND, D. (1971): Current Patterns of Parental Authority. *Developmental Psychology*, 4(1). 1–103.
- 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.
- CALVO, T. G., CERVELLÓ, E., JIMÉNEZ, R., IGLESIAS, D., MURCIA, 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.
- CHAN, D. K., LONSDALE, C., FUNG, H. H. (2011): Influences of Coaches, Parents, and Peers on The Motivational Patterns of Child and Adolescent Athletes. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, 22(4). 558–568.
- CHEN, L. H., WU, C. (2016): When Does Dispositional Gratitude Help Athletes Move Away from Experiential Avoidance? The Moderating Role of Perceived Autonomy Support from Coaches. *Journal of Applied Sport Psychology*, 28(3). 338–349.
- CÔTÉ, J., STRACHAN, L., FRASER-THOMAS, J. (2008): Participation, Personal Development, and Performance through Sport. In HOLT N. L. (ed.): *Positive Youth Development Through Sport*. Routledge, London. 34–45.
- DE MUYNCK, G. D., VANSTEENKISTE, M., DELRUE, J., AELTERMAN, N., HAERENS, L., SOENENS, B. (2017): The Effects of Feedback Valence and Style on Need Satisfaction, Self-Talk, and Perseverance Among Tennis Players: An Experimental Study. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 39(1). 67–80.

- DECI, E. L. (2001): *The Sport Climate Questionnaire*. <http://selfdeterminationtheory.org/pas-sport-climate> (Letöltés ideje: 2019. november 10.)
- DORSCH, T. E., SMITH, A. L., DOTTERER, A. M. (2016): Individual, Relationship, and Context Factors Associated with Parent Support and Pressure in Organized Youth Sport. *Psychology of Sport and Exercise*, 23. 132–141.
- 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.
- DUDA, J. L. (2013): The Conceptual and Empirical Foundations of Empowering Coaching™: Setting the Stage for the PAPA project. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 11(4). 311–318.
- 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.
- 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.
- 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 on Sport-Related Outcomes of Adolescent-Athletes? *Psychology of Sport and Exercise*, 25(1). 89–99.
- GILLET, N., VALLERAND, R. J., PATY, E., GOBANCÉ, L., BERJOT, S. (2010): French Validation and Adaptation of the Perceived Autonomy Support Scale for Exercise Settings to the Sport Context. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 8(2). 117–128.
- 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.
- HAGGER, M. S., CHATZISARANTIS, N. L., BARKOUKIS, V., WANG, C. K., BARANOWSKI, J. (2005): Perceived Autonomy Support in Physical Education and Leisure-Time Physical Activity: A Cross-Cultural Evaluation of the Trans-Contextual Model. *Journal of Educational Psychology*, 97(3). 376–390.
- 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.
- HÁMORI E., DANKHÁZINÉ HAJTMAN E., HORVÁTH-SZABÓ K., MARTOS T., KÉZDY A., URBÁN S. (2016): A Felnőtt Kötődés Mérése: a Kötődési Stílus Kérdőív (ASQ-H) Magyar Változata. *Alkalmazott Pszichológia*, 16(3). 119–144.
- 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.
- HEIN, V., JÖESAAR, 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.

- HODGE, K., LONSDALE, C. (2011): Prosocial and Antisocial Behavior in Sport: The Role of Coaching Style, Autonomous vs. Controlled Motivation, and Moral Disengagement. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 33(4). 527–547.
- HOLT, N. L., TAMMINEN, K. A., BLACK, D. E., MANDIGO, J. L., FOX, K. R. (2009): Youth Sport Parenting Styles and Practices. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 31(1). 37–59.
- IBM Corp. (2013): *IBM SPSS Statistics for Windows, Version 22.0*. Armonk, NY: IBM Corp. (Released 2013)
- IBM Corp. (2016): *IBM SPSS Statistics for Windows, Version 24.0*. Armonk, NY: IBM Corp. (Released 2016)
- JÖESAAR, 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.
- 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.
- KOVÁCS K., GYÖMBÉR N., KELEMEN Á., FODORNÉ FÖLDI R. (2019): Az észlelt autonómiatámogatás hatása a teljesítéscélokra karateutánpótlás-korosztályoknál, *Magyar Pszichológiai Szemle*, 74(2/3). 163–180.
- 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 Sports Sciences*, 21(11). 883–904.
- 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.
- 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(2). 1–9.
- O'ROURKE, D. J., SMITH, R. E., SMOLL, F. L., CUMMING, S. P. (2014): Relations of Parent- and Coach-Initiated Motivational Climates to Young Athletes' Self-Esteem, Performance Anxiety, and Autonomous Motivation: Who Is More Influential? *Journal of Applied Sport Psychology*, 26(4). 395–408.
- 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.
- QUESTED, E., NTOUMANIS, N., VILADRICH, C., HAUG, E., OMMUNDSEN, Y., HOYE, A. V., DUDA, J. L. (2013): Intentions to Drop-Out of Youth Soccer: A Test of the Basic Needs Theory Among European Youth from Five Countries. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 11(4). 395–407.
- REIGAL, R. E.; CRESPILO, M.; MORILLO, J. P.; HERNÁNDEZ-MENDO, A. (2018): Apoyo a la Autonomía, Clima Motivacional Percibido y Perfil Psicológico Deportivo en Jugadores de Balonmano Playa. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 18(3). 102–111.

- REYNOLDS, A. J., McDONOUGH, M. H. (2015): Moderated and Mediated Effects of Coach Autonomy Support, Coach Involvement, and Psychological Need Satisfaction on Motivation in Youth Soccer. *The Sport Psychologist*, 29(1). 51–61.
- RYAN, R. M., DECI, E. L. (2000): Self-Determination Theory and the Facilitation of Intrinsic Motivation, Social Development, and Well-Being. *American Psychologist*, 55(1). 68–78.
- 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.
- 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.
- SOÓS, I., SZABO, A., TSANG, C. K. E. (2004): Self-Determination, Goal Orientation, and Students' Anxiety in Secondary School Sport Clubs. *Journal of Coimbra Network on Exercise Sciences*, 1(1). 35–42.
- STEINBERG, L., LAMBORN, S. D., DORNBUSCH, S. M., DARLING, N. (1992): Impact of Parenting Practices on Adolescent Achievement: Authoritative Parenting, School Involvement, and Encouragement to Succeed. *Child Development*, 63(5). 1266–1281.
- THROWER, S. N., HARWOOD, C. G., SPRAY, C. M. (2017): Educating and Supporting Tennis Parents: an Action Research Study. *Qualitative Research in Sport, Exercise and Health*, 9(5). 600–618.
- 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.
- 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.
- WHITE, S. (1998). Adolescent Goal Profiles, Perceptions of the Parent-Initiated Motivational Climate, and Competitive Trait Anxiety. *The Sport Psychologist*, 12(1). 16–28.

## MELLÉKLETEK

## 1. melléklet. SCQ-H, Sportkörnyezet Kérdőív

Ezek a kérdések az edzőjével kapcsolatos tapasztalataihoz 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 egyérték
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



## 2. melléklet. PASSES – H, Észlelt Szülői Autonómiatámogatás Kérdőív

1	2	3	4	5	6	7
Egyáltalán nem értek egyet			Semleges			Teljesen egyetértek

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) 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 kapcsolatos.	1	2	3	4	5	6	7
12) Megbízom a szüleim tanácsaiban a sporttal kapcsolatban.	1	2	3	4	5	6	7