

Fiatal felnőttek sportfogyasztási szokásainak felmérése

Szentei András, Paár Dávid

Pécsi Tudományegyetem Egészségtudományi Kar
Egészségtudományi Doktori Iskola, Pécs

E-mail: szenteia@gmail.com

Bevezetés

A fiatal felnőttkorban elkezdnek jelentős mértékben csökkenni a fizikai aktivitás mutatói. Annak érdekében, hogy jobban megismerjük a fiatal felnőttek sportfogyasztását, amely tudás később felhasználható különböző intervenciók tevékenységeiben, a kutatásunk több szempontból vizsgálta a fiatal felnőtt korcsoportot: (1) szocio-demográfiai, (2) sportra fordított költségek, (3) fizikai aktivitás, (4) sportpszichológiai, (5) milyen sporttevékenységet végez.

Anyag és módszerek

A fent említett jelenségek önkitöltős kérdőívvel kerültek felmérésre. Kutatásunkban 117 fő 18-29 év közötti (átlagéletkor: $23,18 \pm 3,01$ év) fiatal felnőtt (férfi=44, nő=73) vett részt. A kérdőívcsomag saját szerkesztésű kérdések mellett tartalmazta a GPAQ, H-SMS és RSES-H validált kérdőíveket. Az adatok feldolgozására az IBM SPSS 22. programot használtuk.

Eredmények

A szocio-demográfiai tényezők közül az édesapa végzettsége, a lakhely, a szabadidő és az, hogy milyen sporttevékenységet végez, jelentősen ($p < 0,05$) befolyásolta a résztvevők fizikai aktivitását. Szignifikáns különbség mutatkozott ($p = 0,009$) az egy főre jutó nettó jövedelem szerinti csoportok sportköltségei között. Emellett a sportköltség jelentős pozitív irányú összefüggést mutatott egyes sportmotivációs faktorokkal. Eredményeink alapján az e-sportolók önértékelése szignifikánsan ($p < 0,05$) alacsonyabb, mint az egyéni sportolóké. A belső sportolási motiváció tekintetében az effektív, azaz az önhatékonyság növelése, az egyéni sportolóknál magasabb volt, mint az e-sportolóknál. A külső sportolási motivációk közül az identifikált és introjektált szabályozásban az egyéni és a csapatsportolók magasabb értéket értek el, mint az e-sportolók, valamint az integrált szabályozó motiváció tekintetében is magasabb volt az egyéni sportolók értéke az e-sportolókhoz képest.

Következtetések

A szocio-demográfiai tényezőkkel kapott eredményeink konzisztensek a hazai és nemzetközi kutatásokkal. A fiatal felnőttek között egyre népszerűbb e-sport tevékenység rizikófaktornak bizonyult a megfelelő mennyiségű rekreációs aktivitás és a mentális jóllét szempontjából. Emellett a tradicionális sportolók és e-sportolók közti sportolási motivációs különbségek arra hívják fel a figyelmet, hogy a különböző sportokhoz eltérő sportélmények társulhatnak.

Kulcsszavak: fiatal felnőtt, sportköltség, fizikai aktivitás, sportpszichológia, e-sport