

# Felnöttek érték- és tevékenységrendszerének feltárása

Olvasztóné Balogh Zsuzsa<sup>1</sup>, Bognár József<sup>2</sup>, Fügedi Balázs<sup>3</sup>,  
Gangl Judith<sup>2</sup>, Polgár Tibor<sup>3</sup>

<sup>1</sup> Debreceni Egyetem, Pedagógiai Főiskolai Kar, Hajdúböszörmény

<sup>2</sup> Semmelweis Egyetem, Testnevelési és Sporttudományi Kar, Budapest

<sup>3</sup> Berzsenyi Dániel Főiskola, Sporttudományi Intézet, Szombathely

## Bevezetés

Az ember mindennapos viselkedését, valamint cselekedetei jellegét és irányát elsősorban a számára fontos értékek irányítják. Emellett természetesen a közösség elvárásai és normái is jelentősen befolyásolhatják értékítéleteinket, döntéseinket, választásainkat és az ezekhez kapcsolódó tevékenységeinket. Az értékek és értékrendszerek Andorka (2006) szerint egyrészt olyan meggyőződések és erények, amelyek cselekedetekben is kifejezésre jutnak, másrészt olyan kulturális alapelvek, amelyek kifejezik azt, hogy az adott társadalom mit tart kívánatosnak és fontosnak.

Az emberi társadalomban léteznek olyan általános értékek, amelyek a társadalom működését, valamint a társadalmi együttélést teszik lehetővé és minden emberi kultúrában megtalálhatóak. Ilyenek például az igazmondás, a becsület vagy a törvények betartása. Más értékek viszont csak egy szűkebb társadalom vagy esetleg egy vallás sajátos viszonyaihoz kapcsolódnak. Azonban az egyre nyilvánvalóbb, hogy értékrendszerünk elvesztette stabilitását, éppen aktuális értékeink folyamatosan változnak, újrastrukturálódnak (Magyari, 2004). Ezek után nem meglepő, hogy ma egyetlen olyan alapvető értéklista sincs hazánkban, amelyben általános egyetértés mutatkozna (Mihály, 2001).

Bő húsz évvel ezelőtt Hankiss (1983) a Rokeach-féle értékvizsgálati módszer alapján négy értékrendtípust különböztetett meg: *a hagyományos keresztény, a puritán-felhalmozó, a fogyasztói hedonista, illetve a XIX. századi és korai*

*XX. századi munkásmozgalmi értékrendet.* Egy évtizeddel később Füstös és Szakolczai (1994) azt mutatták be, hogy a hazai értékrendszer erősen individualizált és intellektualizált, továbbá, hogy az értelmesség, a morális értékek és az anyagi jólét fontossága erősödő tendenciát mutat. Mindezek mellett a szociabilitás, a közösségi értékek, valamint a munka hasznossága csökkenő jelentőséggel bír. Az 1991. évi nemzetközi értékvizsgálat pedig arra mutatott rá, hogy a magyarok számára kiemelkedően fontosak a materiális értékek, emellett kisebb jelentőségűek a szellemi értékek, a szabadság, a felelősségvállalás, illetve az egyéni kezdeményezés (Andorka, 2006).

Fisek (2006) pszichológiai megközelítése alapján elmondható, hogy az emberi értékek szerkezete elsősorban *a biológiai szükségleteket, a személyek közötti koordinációt és a csoport jólétét* veszi alapul. Itt érdemes még megemlíteni Schwartz (1992) munkáját is, aki az egyetemes értékek szerkezetének bemutatásakor *a biztonságot, a hatalmat, a teljesítményt, a hedonizmust, az ingerlést, az önirányítást, az egyetemességet, a jóindulatot, a hagyományt és a konformitást* emelte ki.

Nem vitatható, hogy az értékrend, amely a személyiség egyik alapvető jellemzője, döntő szerepet játszik a személyiség működésében és a viselkedés szabályozásában. A pedagógia szerint az érték olyan produktum, amely egyrészt az emberi közösségek, másrészt az egyén fejlődését is elősegíti (Bábosik, 2004). Az elméletben az egyik legfontosabb emberi érték a szociálisan és egyénileg is hatékony konstruktív életvezetés, amelyhez elenged-

hetetlen *a közösségfejlesztő (morális) és az önfejlesztő (az életvezetés sikerét biztosító)* komponensek jelenléte. Az egyénenként interiorizálódó értékek ereje és a magatartásban is megnyilvánuló hatása attól függ, hogy az egyén értékrendszerében mely értékek dominánsak és mely értékek erősítik vagy gyengítik egymást (Bábosik, 2001).

A pedagógia másik megközelítése szerint a kreativitás, a szabadságfok növekedése, valamint az egyéni értékrend pozitív irányú változásai együtt eredményezik a személyiség szociális és perszonális értékrendjének fejlődését (Nagy, 2000). Az elmélet szerint a szociális értékrend alapja a proszociálitás, amelynek fő tényezője a másik ember, csoport, társadalom, valamint az emberi faj létérdekeit figyelembe vevő segítő hozzáállás, magatartás. A perszonális értékrend pedig a viselkedés olyan másodlagos szabályozója, amelynek jellemző jegye az egyén túlélése, illetve életminőségének fenntartása, javítása.

## A felmérés célja

A magyar lakosság körében a rendszeres és tudatos testmozgás még nem terjedt el (Olvasztóné, Huszár, Konczos, 2007), pedig egyértelműen bizonyított, hogy az egyén életmódjával, tevékenységrendszerével szabályozhatja egészségi állapotát (Elekes, 2006). Az életmód és annak a társadalmi struktúrával való összefüggései, illetve az egészségkulturális magatartás vizsgálata többnyire az ifjúság körében történik, kevés a felnőtt lakosságra irányuló, többszempontú empirikus tanulmány (Uvacsek, 2003).

Mindezek alapján célunk, hogy a tanulmányban részt vevő felnőttek preferált érték- és tevékenységrendszerének jellegzetességeit feltárjuk. Arra voltunk kíváncsiak, hogy a kutatásban részt vevő felnőttek milyen értékeket és ehhez kapcsolódóan milyen mindennapos tevékenységeket preferálnak. Kiemelt figyelmet szenteltünk a pszichoszomatikus értékeknek (egészség, sport, szabadidő), illetve olyan tevékenységeknek, mint a sporttevékenység és kirándulás, séta. A tanulmány arra is választ keres, hogy a felnőtt lakosság értékei és tevékenységformái milyen eltéréseket mutatnak nem, korcsoport, lakóhely, iskolai végzettség és sportolási gyakoriság terén.

## A módszer

### A minta

Budapesten és nyolc vidéki városban, illetve településen hólabdás, nem valószínűségi, kiválasztási eljárást alkalmaztunk (Babbie, 1996). Mintánkban 142 fő felnőtt alkotja, amelyben 54,2% nő és 44,8% férfi, 45 éves vagy annál fiatalabb 45,8% míg a 45 év feletti aránya 54,2% ( $M=45,8$ ,  $SD \pm 8,810$ ). Mintánk 53,5%-a Budapesten, 46,5%-a vidéken lakik. Egyetemi, illetve főiskolai végzettséggel 45,1%, középiskolai végzettséggel 54,9% rendelkezik. A felnőttek 59,9%-a minimum heti kétszer sportol, míg 40,1%-a ennél kevesebbszer vagy egyáltalán nem. Itt sportolás alatt, megegyezés szerint, az egy alkalommal legalább 30 percnyi tudatos és minimum közepes terhelésű fizikai aktivitást értjük.

### Az adatgyűjtés

Tanulmányunkban kérdőíves adatgyűjtést alkalmaztunk. A kérdőívet összesen 25 nyílt, illetve zárt kérdés alkotta, amely kiterjedt a felnőttek demográfiai jellemzőire, értékrendszerére, szokásaira, egészségtudatos érték- és tevékenységrendszerére. Jelen tanulmányban csak a demográfiai mutatókra, valamint az értékekre és a mindennapos tevékenységhez kapcsolódó kérdésekre koncentráltunk. A kérdőívet a dolgozat szerzői töltötték ki olyan, élsporttal kapcsolatban nem álló felnőttekkel, akik vállalták a kutatásban való részvételét.

Kérdéseink elsősorban a preferált értékekre, az erre épülő, prioritást élvező tevékenységformákra vonatkoztak. Mindkét esetben a felnőtteket arra kértük, hogy rangsorolják a kérdőíven megjelölt érték- és tevékenységkategoriókat. A kategóriákat a szakirodalom útmutatásai, illetve előtanulmányunk alapján állítottuk össze (Huszár, Bog-nár, 2007) (1–2. táblázat).

### Az adatelemzés

A személyes értékrendszer, illetve a mindennapos szokásjellegű tevékenységformák vizsgálatához is rangsort alkalmaztunk. A válaszadókat arra kértük, hogy a felsorolt értékeket fontossági sorrendben rangsorolják, amely szerint az 1 szám mindkét esetben a legfontosabb, míg az értékeknel a 13, illetve a mindennapos tevékenységek-nél a 8 a legkevésbé fontos tényezőt jelölte.

A rangsort a nemzetközi szakirodalomhoz illeszkedően intervallumskálának fogadtuk el, így az alminták összehasonlítása T-próbával vagy varianciaanalízissel történt. Ezen felül a megértést az átlag, a szórás, a minimum-maximum és az összesített rangsor bemutatásával segítjük. A korrelációhoz Spearman-féle rangkorrelációt használtunk. Szignifikáns szintnek a  $p<0,05$ -t fogadtuk el, a korrelációnál viszont  $p<0,01$ -t. A számításokhoz az SPSS 14.0 for Windows statisztikai programot használtuk.

## Az eredmények

Az eredmények bemutatását az arányokkal és a fontossági sorrenddel kezdjük. Ehhez a felnőttek által preferált értékek és tevékenységek átlagértékeit, a szórást, minimum és maximum értékeit, illetve rangsorát vettük alapul (1–2. táblázat).

A preferált értékrendszer vizsgálatánál arra kértük a résztvevőket, hogy 1-től 13-ig saját belátásuk és értékítéletük szerint helyezték fontossági sorrendbe a felsorolt érték kategóriákat. A minta egészét tekintve a minimum és a maximum értékek azt mutatják, hogy a lakás, az élsport és a béke kivételével az összes érték szerepelt az első és az utolsó helyen egyaránt.

Az 1. táblázat alapján elmondható, hogy a mintánkban szereplő felnőttek egyértelműen a családot ( $2,82 \pm 2,72$ ) vélték a legfontosabbnak a meghatározott érték kategóriák közül. Ezen kívül a még az egészséget ( $4,06 \pm 2,91$ ), a szeretetet ( $4,33 \pm 3,23$ ) és a becsületet ( $5,05 \pm 2,40$ ) helyezték érték rangsoruk elejére. A legkevésbé elfogadott, illetve preferált értékek a rangsor végéről kezdve a sport ( $11,23 \pm 2,68$ ), a karrier ( $10,39 \pm 2,64$ ), illetve a szabadidő ( $10,18 \pm 2,94$ ) számított.

A mintánkban szereplő felnőttek eredményei nem mutattak nagy eltérést a mindennapos tevékenységek rangsorát tekintve (2. táblázat). A nyolc kategóriából álló rangsor élén az alvás/pihenés ( $3,60 \pm 2,23$ ), az olvasás ( $3,67 \pm 2,13$ ) és a televízió-/filmnézés ( $4,21 \pm 2,33$ ) szerepel. Ugyanakkor a legkisebb népszerűséggel rendelkező számítógépezés/internet ( $5,56 \pm 2,21$ ), kirándulás/séta ( $5,17 \pm 2,19$ ) és zenehallgatás ( $4,85 \pm 2,03$ ) sem rendelkezik sokkal alacsonyabb átlagértékekkel. Érdemes megjegyezni, hogy a társaság/barátok ( $4,32 \pm 2,21$ ), illetve a sporttevékenység/játék ( $4,70 \pm 2,29$ ) a rangsor közepét foglalja el.

A preferált értékek és tevékenységek bemutatása után következik az alminták összehasonlítása nem, kor, lakóhely, iskolai végzettség, illetve sportolási szokások szerint. Elmondható, hogy a preferált értékek esetében a nem, a lakóhely és a sportolási szokások alapján két-két, a kor és az iskolai végzettség alapján egy-egy érték kategóriában találtunk szignifikáns különbséget. A nők szignifikánsan többen tartották a szeretetet fontosnak, mint a férfiak ( $F=5,249$ ,  $p=0,024$ ), ugyanakkor a férfiak értékesebbnek vélték az egészséget, mint a nők ( $F=4,533$ ,  $p=0,035$ ). Az idősebbek (45 év fölött) szignifikánsan fontosabbnak ítélték a becsületet, mint a fiatalabbak ( $F=5,563$ ,  $p=0,020$ ). A Budapesten élők hangsúlyosabbnak vélték a barátságot ( $F=5,929$ ,  $p=0,016$ ) és a békét ( $F=3,952$ ,  $p=0,049$ ), mint a vidéken élők. Azt is érdemes megemlíteni, hogy az egyetemet és főiskolát végzettek a pénzt fontosabbnak tekintették, mint a középiskolai végzettséggel rendelkezők ( $F=4,638$ ,  $p=0,033$ ). Emellett azok a felnőttek,

1. táblázat

Értékek átlaga, szórása, minimum és maximum értékei, rangsora

	Pénz	Család	Barátság	Becsület	Karrier	Egészség	Szeretet	Boldogság	Lakás	Béke	Tudás	Sport	Szabadidő
Átlag	7,88	2,82	6,22	5,05	10,39	4,06	4,33	5,63	7,56	7,03	8,18	11,23	10,18
Szórás	2,868	2,722	2,941	2,407	2,646	2,912	3,234	3,105	2,547	2,775	2,386	2,688	2,942
Minimum	1	1	1	1	2	1	1	1	2	2	1	2	1
Maximum	13	13	13	11	13	13	13	13	13	13	13	13	13
Rangsor	9	1	6	4	12	2	3	5	8	7	10	13	11

2. táblázat

Preferált tevékenységek átlaga, szórása, minimum és maximum értékei, rangsora

	Televízió, film	Olvasás	Zenehallgatás	Sporttevékenység, játék	Alvás, pihenés	Számítógépezés, internet	Kirándulás, séta	Társaság, barátok
Átlag	4,21	3,67	4,85	4,70	3,60	5,56	5,17	4,32
Szórás	2,331	2,135	2,036	2,294	2,230	2,213	2,190	2,218
Minimum	1	1	1	1	1	1	1	1
Maximum	8	8	8	8	8	8	8	8
Rangsor	3	2	6	5	1	8	7	4

akik saját bevallásuk szerint heti két alkalomnál többet sportolnak, kevésbé tartották központi kérdésnek a *becsületet* ( $F=5,753$ ,  $p=0,018$ ) de fontosabbnak vélték a *szabadidőt* ( $F=47,376$ ,  $p=0,000$ ), mint azok, akik kevesebbet vagy egyáltalán nem sportolnak.

A preferált tevékenységek tekintetében nem találtunk számottevő különbséget a kor, a *nem* és a *lakóhely* tekintetében, viszont a középiskolát végzettek többet hallgatnak zenét ( $F=9,407$ ,  $p=0,003$ ) és többet kirándulnak ( $F=7,590$ ,  $p=0,007$ ), mint az egyetemi vagy főiskolai végzettséggel rendelkezők. Azok, akik heti két alkalomnál kevesebbet mozognak, többet néznek televíziót és filmet ( $F=4,699$ ,  $p=0,032$ ).

A szakirodalom alapján ismeretes, hogy az értékek egymást erősítve, illetve gátolva jelennek meg az ember magatartásában és életvitelében (Bábo-sik, 2004), így a különböző értékek és az ezekhez kapcsolódó tevékenység-

formák között lévő kapcsolatokat is fontosnak tartottuk feltárni. A 3. táblázatban láthatóak az értékek korrelációs viszonyai, míg az 4. táblázat a preferált tevékenységformák összefüggéseit mutatja be.

Az eredmények közül a 0,01 szinten szignifikáns korrelációt emeljük ki, a többi kapcsolat a 3. és 4. táblázatból kiolvasható. Ennek oka, hogy a  $p < 0,05$  szignifikanciaszinthez tartozó korrelációs értékek általában alacsonyabbak (0,2 körül), míg a  $p < 0,001$  szinthez tartozó értékek jelentősen felülmúlják ezeket (0,3 körül).

Az értékek összehasonlítása során egyértelműnek tűnik, hogy a *pénz*, a *becsület* ezen a szinten egyik más értékkel sincsen kapcsolatban. Ugyanakkor a *család* és a *barátság* is negatív kapcsolatban van a *szeretettel* (-0,309, -0,281), emellett a *barátság* a *szabadidővel* is negatívan korrelál (-0,237). Hasonlóan, a *karrier* negatív kapcsolatot mutat az *egészséggel* (-0,315) és a

*szabadidővel* (-0,334). A *lakás* a *boldogsággal* (-0,316) és a *békével* negatív (-0,236), míg a *sporttevékenységgel* pozitív kapcsolatot mutat (0,244).

A mindennapos tevékenységek tekintetében is csak a 0,01-es szignifikanciaszintekre utalunk. A *televízió-/filmnézés* negatív kapcsolatban áll a *sporttevékenységgel* (-0,363), a *kirándulással* (-0,235) és a *barátokkal* végzett tevékenységgel (-0,249). Az *olvasás* ezen a szignifikanciaszinten nem korrelál semmivel. Viszont a *zenehallgatás* is fordított arányú kapcsolatot mutat az *alvással/pihenéssel* (-0,320) és a *társasággal* (-0,246). A *számítógépezés* és a *kirándulás* szintén negatív összefüggésben van egymással (-0,353).

Az értékrendszerek jellemzése, a különböző tevékenységek sorrendbe állítása és kapcsolódásuk bemutatása után az értékeket és a hozzájuk tartozó mindennapos tevékenységeket próbáltuk összevetni egymással.

3. táblázat

Értékek korrelációja

\*korreláció szignifikáns a  $p < 0.05$  szinten  
 \*\*korreláció szignifikáns a  $p < 0.001$  szinten

		Pénz	Család	Barátság	Becsület	Karrier	Egészség	Szeretet	Boldogság	Lakás	Béke	Tudás	Élsport	Szabad-idő
Pénz	Correlation Coefficient	1,000	,025	-,046	-,004	,227*	-,194*	-,207*	-,097	-,028	-,175	-,210*	-,012	-,049
	Sig. (2-tailed)	.	,783	,620	,969	,013	,034	,024	,294	,760	,056	,022	,893	,0594
	N	120	120	119	119	119	119	119	119	119	119	119	119	119
Család	Correlation Coefficient	,025	1,000	-,031	,027	-,019	-,226*	-,309**	-,124	-,060	,021	,032	-,103	-,031
	Sig. (2-tailed)	,783	.	,735	,768	,836	,013	,001	,180	,515	,824	,731	,264	,734
	N	120	120	119	119	119	119	119	119	119	119	119	119	119
Barátság	Correlation Coefficient	-,046	-,031	1,000	,118	,135	-,200*	-,281**	,023	-,223*	-,216*	-,158	-,025	-,237**
	Sig. (2-tailed)	,620	,735	.	,201	,143	,029	,002	,801	,015	,018	,086	,789	,010
	N	119	119	119	119	119	119	119	119	119	119	119	119	119
Becsület	Correlation Coefficient	-,004	,027	,118	1,000	-,214*	-,051	-,113	-,125	-,181*	,103	-,160	,123	-,125
	Sig. (2-tailed)	,969	,768	,201	.	,020	,585	,220	,174	,049	,263	,082	,184	,176
	N	119	119	119	119	119	119	119	119	119	119	119	119	119
Karrier	Correlation Coefficient	,227*	-,019	,135	-,214*	1,000	.	-,159	,054	-,178	-,016	,058	-,151	.
	Sig. (2-tailed)	,013	,836	,143	,020	.	,315**	,084	,562	,053	,860	,527	,101	,334**
	N	119	119	119	119	119	119	119	119	119	119	119	119	,000
Egészség	Correlation Coefficient	-,194*	-,226*	-,200*	-,051	-,315**	1,000	-,020	-,205*	,016	-,093	-,050	-,119	,203*
	Sig. (2-tailed)	,034	,013	,029	,585	,000	.	,830	,025	,859	,314	,586	,198	,027
	N	119	119	119	119	119	119	119	119	119	119	119	119	119
Szeretet	Correlation Coefficient	-,207*	-,309**	-,281**	-,113	-,159	-,020	1,000	,130	,065	,083	-,095	-,057	,058
	Sig. (2-tailed)	,024	,001	,002	,220	,084	,830	.	,159	,482	,367	,306	,539	,528
	N	119	119	119	119	119	119	119	119	119	119	119	119	119
Boldogság	Correlation Coefficient	-,097	-,124	,023	-,125	,054	-,205*	,130	1,000	-,316**	,145	-,177	-,174	-,003
	Sig. (2-tailed)	,294	,180	,801	,174	,562	,025	,159	.	,000	,115	,055	,059	,971
	N	119	119	119	119	119	119	119	119	119	119	119	119	119
Lakás	Correlation Coefficient	-,028	-,060	-,223*	-,181*	-,178	,016	,065	.	1,000	-,236**	-,031	,244**	,082
	Sig. (2-tailed)	,760	,515	,015	,049	,053	,859	,482	,000	.	,010	,741	,007	,377
	N	119	119	119	119	119	119	119	119	119	119	119	119	119
Béke	Correlation Coefficient	-,175	,021	-,216*	,103	-,016	-,093	,083	,145	-,236**	1,000	,094	-,161	-,083
	Sig. (2-tailed)	,056	,824	,018	,263	,860	,314	,367	,115	,010	.	,309	,080	,370
	N	119	119	119	119	119	119	119	119	119	119	119	119	119
Tudás	Correlation Coefficient	-,210*	,032	-,158	-,160	,058	-,050	-,095	-,177	-,031	,094	1,000	,068	-,051
	Sig. (2-tailed)	,022	,731	,086	,082	,527	,586	,306	,055	,741	,309	.	,460	,580
	N	119	119	119	119	119	119	119	119	119	119	119	119	119
Élsport	Correlation Coefficient	-,012	-,103	-,025	,123	-,151	-,119	-,057	-,174	,244**	-,161	,068	1,000	,029
	Sig. (2-tailed)	,893	,264	,789	,184	,101	,198	,539	,059	,007	,080	,460	.	,753
	N	119	119	119	119	119	119	119	119	119	119	119	119	119
Szabad-idő	Correlation Coefficient	-,049	-,031	-,237**	-,125	-,334**	,203*	,058	-,003	,082	-,083	-,051	,029	1,000
	Sig. (2-tailed)	,0594	,734	,010	,176	,000	,027	,528	,971	,377	,370	,580	,753	.
	N	119	119	119	119	119	119	119	119	119	119	119	119	119

Az értékrendszer és az erre épülő mindennapi tevékenységek kapcsolata

Ahogy az 5. táblázatban látható, a  $p < 0,01$ -es szignifikancia szinten a *barátság*, a *becsület*, a *karrier*, a *lakás*, a *béke* és a *tudás* semmilyen korrelációt nem mutatott a mindennapos tevékenységekkel. Hasonlóan, az *olvasás*, az *alvás/pihenés*, és a *társaság/barátok*, mint rendszeres tevékenységek nem korreláltak egyetlen preferált értékkel sem. Azonban a pénz pozitív összefüggést mutat a *televízió-/filmnézéssel* (0.213), míg a *család* negatívan korrelál a *sporttevékenységgel* (-0.202). Az *egészségnek* pozitív (*kirándulás*, 0.297) és negatív irányú kapcsolata is van (*számítógépezés*, -0.276). A *szere-*

*tes* és a *boldogság* is negatívan korrelál a *kiránduláshoz* (-0.198, -0.241), ahogyan a *szabadidő* a *zenehallgatáshoz* (-0.211). Emellett a *sport*, mint érték, pozitívan viszonyul a *sporttevékenységhez* (0.223).

Összefoglalás

Vizsgálatunk célja az volt, hogy felmérjük, mely értékeket és tevékenységeket preferálják a magyar felnőttek. A feltárt szakirodalom alapján elmondható, hogy az értékrendszerek és a mindennapos tevékenységek témakörében számos hazai empirikus tanulmány található, azonban ezek összevetéséről kevés a hozzáférhető szakirodalom (Huszár és Bognár, 2006; Kóte, 1998; Meleg, 2000; Pikó, 2007). Tanulmányunkban e

két részt összekapcsolva próbáltunk új információt nyújtani. Az eredmények ismertetésénél különböző *nem*, *életkor*, *lakhely* és *iskolai végzettség* alapján kialakított csoportok közötti különbségeket is vizsgáltunk.

A korábbi szakirodalmi utalásokkal megegyezően, a felnőtt társadalom érték rangsorának vizsgálatából kiderült, hogy a *sport* és *kirándulás* jóval kevésbé preferált értéknek és tevékenységformának számít, mint a passzív *pihenés*, az *alvás*, az *olvasás* és a *televíziónézés* (Pikó, 2007). Ezzel szemben tanulmányunk nem erősíti meg az 1991. évi nemzetközi értékvizsgálat eredményeit, amely szerint a magyarok számára kiemelkedően fontosak a materiális értékek (Andorka, 2006). Jelen eredményeink alapján elmondható, hogy az



4. táblázat

**Mindennapos tevékenységek korrelációja**

\*korreláció szignifikáns a  $p < 0.05$  szinten

\*\*korreláció szignifikáns a  $p < 0.001$  szinten

		Televízió	Olvasás	Zene-hallgatás	Sporttevékenység	Aktív pihenés	Számítógépezés	Kirándulás	Társaság, barátok
Televízió	Correlation	1,000	-,177	-,118	-,363***	-,039	,149	-,235**	-,249**
	Coefficient	.	,052	,197	,000	,669	,102	,009	,006
	Sig. (2-tailed)								
	N	121	121	121	121	121	121	121	121
Olvasás	Correlation	-,177	1,000	,124	-,138	-,109	-,171	-,125	-,210*
	Coefficient	,052	.	,176	,130	,232	,061	,171	,021
	Sig. (2-tailed)								
	N	121	121	121	121	121	121	121	121
Zene-hallgatás	Correlation	-,118	,124	1,000	-,151	-,320**	-,190*	,149	-,246**
	Coefficient	,197	,176	.	,099	,000	,037	,102	,007
	Sig. (2-tailed)								
	N	121	121	121	121	121	121	121	121
Sporttevékenység	Correlation	-,363***	-,138	-,151	1,000	-,083	-,144	,022	-,108
	Coefficient	,000	,130	,099	.	,365	,116	,814	,239
	Sig. (2-tailed)								
	N	121	121	121	121	121	121	121	121
Aktív pihenés	Correlation	-,039	-,109	-,320**	-,083	1,000	-,213*	-,227*	,032
	Coefficient	,669	,232	,000	,365	.	,019	,012	,726
	Sig. (2-tailed)								
	N	121	121	121	121	121	121	121	121
Számítógépezés	Correlation	,149	-,171	-,190*	-,144	-,213*	1,000	-,353**	-,164
	Coefficient	,102	,061	,037	,116	,019	.	,000	,072
	Sig. (2-tailed)								
	N	121	121	121	121	121	121	121	121
Kirándulás	Correlation	-,235**	-,125	,149	,022	-,227*	-,353**	1,000	-,122
	Coefficient	,009	,171	,102	,814	,012	,000	.	,183
	Sig. (2-tailed)								
	N	121	121	121	121	121	121	121	121
Társaság, barátok	Correlation	-,249**	-,210*	-,246**	-,108	,032	-,164	-,122	1,000
	Coefficient	,006	,021	,007	,239	,726	,072	,183	.
	Sig. (2-tailed)								
	N	121	121	121	121	121	121	121	121

anyagi értékek – nem hangsúlyosan – a rangsor középső részén jelennek meg (pl. *pénz, lakás*). Ezzel ellentétben, az értékek rangsorában a pedagógiai elméleteket tudjuk megerősíteni, mivel a *család, az egészség és a szeretet* hangsúlya a kutatásban részt vevő felnőttek esetében egyrészt morális és önfejlesztő (Bábosik, 2004), másrészt a proszociális és perszonális (Nagy, 2000) tényezők jelenlétét bizonyítja. A tevékenységek vizsgálatánál egyértelmű, hogy az aktív pihenés nem jelenik meg számottevő tényezőként, ellenben a rangsor első helyein az *alvás/pihenés, az olvasás és a televízió-/filmnézés* áll.

Ahhoz, hogy a szakirodalom által említett támogató értékeket (Meleg, 1998), illetve az értékrendszer jellemzéséből levonható következtetéseket (Andorka, 2006) a gyakorlatban is vizsgálni tudjuk, korrelációs számítás alkalmaztunk. Ennek segítségével megfigyelhetőek voltak a különböző tevékenységformák egymást gátló és segítő kapcsolatait.

Az értékek szempontjából kiemelésre érdemes, hogy a *karrier az egészséggel és a szabadidővel* negatív kapcsolatban van, a *lakás a sporttal* viszont pozitív kapcsolatot mutat. Ezek igazolják az eddig tapasztalatokat és elképzeléseket, vagyis aki karriert épít, az többnyire nem tud eleget törődni saját egészségével. A tevékenységekkel kapcsolatban kimutatott korrelációértékek alapján érthetőnek tűnik, hogy aki sok televíziót és filmet néz, annak nincs ideje sporttevékenységre, kirándulni és barátokkal együtt lenni. Hasonlóan, aki sok időt tölt számítógépezéssel, az kevesebbet kirándul.

Szintén érdemes közelebbről megnézni az értékek és a mindennapos tevékenységek kapcsolatát! Érdekes módon a *pénz, mint érték, pozitív összefüggést mutat a televízió-/filmnézéssel*, tehát akinek fontos a pénz, az rendszerint sok időt tölt a televízióval, filmekkel. A kérdést érdemes a másik oldalról is elemezni, tehát aki sokat néz televíziót, az a televízió által közvetít

tett értékeknek megfelelően fontosnak tekinti a pénzt. A *család, mint érték* viszont negatívan korrelál a *sporttevékenységgel*, vagyis akinek fontos a *család*, az általában kevesebb időt szán a sportolásra, így önmagára is. Az *egészség* értéként való elfogadása viszont pozitívan viszonyul a *kiránduláshoz* és negatívan a *számítógépezéshez*, amely megerősíti eddigi tapasztalatainkat (Huszár, Bognár, 2006).

Ahhoz, hogy a felnőtt társadalmat proszociális és perszonális értékek és tevékenységek felé motiváljuk, fel kell tárnunk a pozitív értékeket, emellett erősíteni kell ezen tevékenységek helyzetét és prioritását (Penney, 2006; Simon, 2002). Mindezt eredményeink is alátámasztják, mert aki kirándul, úgy tűnik, fontosabbnak tartja az *egészséget*. Emellett értelemszerűen a *sport, mint érték, pozitívan viszonyul a sporttevékenységhez*, valamint a *szabadidő negatívan a zenehallgatáshoz*. Elmondható, hogy aki fontosnak tarja a *mozgást*, az ténylegesen sportol is,

valamint aki a *szabadidőt* előkelő helyre rangsorolta, az keveset hallgat zenét. Ennek alapján úgy tűnik, hogy mintánk szempontjából a *zenehallgatás* nem a szabadidő része.

A szakirodalom alapján elmondható, hogy az értékek csak megfelelő értékrendszerre formálódva tudják befolyásolni gondolatainkat, cselekedeteinket és így egészségmagatartásunkat (Pál, Császár, Huszár és Bognár, 2005; Spiriduso, Francis, MacRae, 2005). E gondolatmenet igazolódása végigvezethető az egész tanulmányon.

Eredményeink alapján érdemes kiemelni, hogy az *egészség* és *sport* értékei a spektrum két szélső (ellentétes) oldalán helyezkednek el, vagyis a mintában résztvevők – úgy tűnik – nem ismerik fel az *egészség* és *sport* kapcsolódási pontjait. A tevékenységek tekintetében a *passzív pihenés*, a *sport*, illetve a *kirándulás/séta* megjelenése, illetve elhelyezkedése mutatja az *egészség* kategóriájának komplexitását, különbözőségét.

Mindezek alapján úgy tűnik, hogy a felnőtteknél a *sport*, a *kirándulás* és a *séta* meghatározó tényezővel bír az *egészség*, mint érték meghatározásánál. A legfontosabb tényezők pozitív hatása – jelen tanulmány alapján – általában több kategóriához kötött, mint például *nemhez*, *életkorhoz*, *lakóhelyhez*, *iskolai végzettséghez* és *sportolási szokásokhoz*. Az egészségre való motiválást tehát differenciálva kell megvalósítani. Ha a felnőtteknek tervezett egészségfejlesztő programokat ezen értékekre építjük, nagyobb hatékonyságot remélhetünk (Chenoweth, 2007; McKenzie, Smeltzer, 1997). Az élethosszig tartó sport iránti igény felkeltésével pedig nagy mértékben javulnának a társadalom egészségügyi mutatói, csökkennének a stressz, a passzív életvitel, a mozgásszervi bántalmak okozta panaszok és lassulna az öregedés folyamata (Sidó, 2001, Vuori, 2004).

## Absztrakt

Tanulmányunk célja, hogy a felnőttek preferált érték- és tevékenységrendszerének jellegzetességeit feltárjuk. Ezen belül kiemelt figyelmet szenteltünk a pszichoszomatikus értékeknek, mint

az *egészség*, *sport*, *szabadidő*, illetve olyan tevékenységeknek, mint a *sporttevékenység* és *kirándulás, séta*. Budapesten és nyolc vidéki városban, illetve településen nyílt és zárt végű kérdéseket tartalmazó kérdőívvel gyűjtöttünk adatokat (N=142) középkorú felnőttektől (M=45,8 SD±8,810). A mintánkban szereplő felnőttek egyértelműen a *családot* vélték a legfontosabbnak a meghatározott érték kategóriák közül. Emellett az *egészséget*, a *szeretetet*, és a *becsületet* helyezték érték rangsoruk elejére. A legkevésbé elfogadott, illetve preferált értékek a rangsor végéről kezdve a *sport*, a *karrier*, illetve a *szabadidő* számított. A mindennapos tevékenységek élén az *alvás/pihenés*, az *olvasás* és a *televízió-/filmnézés* szerepel, ezeknél kisebb népszerűséggel rendelkezik a *társaság/barátok*, a *sporttevékenység/játék*, a *számítógépezés/internet*, a *kirándulás/séta* és a *zenehallgatás*. A korábbi szakirodalmi utalásokkal megegyezően, a felnőtt társadalom érték rangsorának vizsgálatából kiderült, hogy a *sport* és a *kirándulás* jóval kevésbé preferált értékek és tevékenységformának számít, mint a *passzív pihenés*, az *alvás*, az *olvasás* és a *televíziónézés*.

## Kulcsszavak

**Felnőttek, érték- és tevékenységrendszer, egészség, fizikai aktivitás**

## Abstract

The purpose of this study was to reveal the characteristics of the activity- and value system of the adults participating in our survey. Within these factors, we paid special attention to psychosomatic values such as health, sport, free time, and to such activities as sports, trips, and walking. Our sample (N=142) was selected in Budapest and in eight rural towns or settlements in Hungary and was asked to fill out a questionnaire with open and closed ended questions. The middle-aged adults participating in the study (M=45,8 SD±8,810) unequivocally considered family as the most important among the value categories. Besides, they ranked health, love and honour at the top of their

scale. The least accepted or preferred values from the bottom of the ordinal scale were sports, career, and free time. As to the rank order of everyday activities, at the top of the scale we can find sleeping/relaxation, reading, television/film. Society/friends, sports activities/games, computing/internet, trips/walking and listening to music were considered less popular. In accordance with the literature, the values rank order of the adult population has revealed that sports and trips are significantly less preferred values and activity forms than passive relaxation, sleeping, reading, and watching television.

## Keywords

**Adults, value and activity system, health, physical activity**

## Irodalom

- Andorka R. (2006): *Bevezetés a szociológiába*. Budapest, Osiris Kiadó.
- Babbie, E. (1996): *A társadalomtudományi kutatás gyakorlata*. Budapest, Balassi Kiadó.
- Bábosik I. (2004): *Nevelésemélet. Nevelés az Európai Unióban*. Budapest, Osiris Kiadó.
- Bábosik Z. (2001): „Értékközvetítés napjainkban.” *Új Pedagógiai Szemle*, 12. 3–10.
- Chenoweth, D. H. (2007): *Worksite health promotion, Human Kinetics, Champaign, IL*.
- Elekes A. (2006): *Egészségpedagógia*. Semmelweis Egyetem Egészségügyi Főiskolai Kar, Budapest.
- Fisek, S. T. (2006): *Társas alapmotívumok*. Osiris Kiadó, Budapest.
- Füstös L.–Szokolczai Á. (1994): „Értékek változásai Magyarországon 1978–1993. Kontinuitás és diszkontinuitás a kelet-közép-európai átmenetben.” *Szociológiai Szemle*, 1. 57–90.
- Hankiss E. (1983): *Társadalmi csapdák. Diagnózisok*. Magvető Kiadó, Budapest.
- Huszár A.–Bognár J. (2006): „Fiatal felnőttek testkultúrája, avagy az iskolai testnevelés felnőttkori hatásai Magyarországon és Finnország példáján.” *Új Pedagógiai Szemle*, 6. 107–114.
- Köte S. (1998): „Neveléstudomány és értékmélet.” *Új Pedagógiai Szemle*, 1. 40–45.
- Magyar Beck I. (2004): *Érték és pedagógia*. Akadémiai Kiadó, Budapest.
- McKenzie, J. F.–Smeltzer, J. L. (1997): *Planning, implementing, and evaluating health*

5. táblázat

**Értékek és mindennapos tevékenységek korrelációja**

\*korreláció szignifikáns a  $p < 0.05$  szinten

\*\*korreláció szignifikáns a  $p < 0.001$  szinten

	Televízió	Olvasás	Zenehallgatás	Sporttevékenység	Alvás pihenés	Számítógépezés	Kirándulás	Társaság, barátok
Pénz	0,213**	0,010	-0,050	0,060	0,034	-0,035	-0,071	-0,125
	0,003	0,887	0,486	0,405	0,640	0,627	0,326	0,080
Család	0,015	0,091	0,045	-0,202**	-0,056	0,048	0,048	-0,053
	0,837	0,223	0,548	0,007	0,455	0,521	0,517	0,477
Barátság	-0,044	0,019	0,099	-0,057	-0,093	-0,014	0,045	0,064
	0,536	0,789	0,162	0,420	0,193	0,851	0,529	0,365
Becsület	0,000	0,056	-0,040	-0,064	-0,029	0,073	0,052	-0,060
	1,000	0,435	0,578	0,371	0,692	0,315	0,468	0,402
Karrier	0,042	0,013	0,084	-0,117	-0,021	0,117	-0,136	-0,008
	0,563	0,859	0,248	0,106	0,773	0,112	0,062	0,911
Egészség	-0,100	-0,017	-0,026	0,050	0,060	-0,276**	0,297**	0,047
	0,164	0,814	0,713	0,484	0,406	0,000	0,000	0,515
Szeretet	0,014	-0,019	-0,032	0,035	0,122	0,116	-0,198**	-0,115
	0,846	0,799	0,654	0,633	0,094	0,112	0,006	0,114
Boldogság	0,034	0,039	-0,067	-0,009	0,149*	0,050	-0,241**	0,112
	0,633	0,585	0,350	0,895	0,037	0,486	0,001	0,117
Lakás	-0,071	-0,151*	-0,138	0,073	0,115	-0,038	0,044	0,054
	0,318	0,035	0,053	0,309	0,110	0,602	0,535	0,448
Béke	0,049	0,108	0,067	-0,133	-0,148*	0,055	0,021	0,020
	0,492	0,133	0,344	0,062	0,039	0,445	0,771	0,783
Tudás	-0,067	-0,072	0,125	-0,032	-0,078	0,009	0,106	0,030
	0,351	0,319	0,083	0,661	0,282	0,906	0,140	0,673
Sport	-0,113	-0,158*	-0,079	0,223**	-0,075	0,012	0,066	0,023
	0,136	0,038	0,298	0,003	0,324	0,875	0,382	0,766
Szabadidő	-0,008	-0,035	-0,211**	0,170*	-0,039	0,046	0,049	-0,037
	0,919	0,639	0,004	0,021	0,602	0,536	0,507	0,617

*promotion programs.* Allyn and Bacon, Boston, MA.

Meleg Cs. (1998): „Az egészség értékrendszerünkben elfoglalt helye.” *Egészségnevelés*, 39. 155–159.

Meleg Cs. (2000): „Egészség. Egy szervezetfejlesztési program körvonalai.” *Új Pedagógiai Szemle*, 12. 34–42.

Mihály O. (2001): „Pedagógiai, etikai, tudományos és jogi normák az iskola erkölcsi szocializációjában.” *Új Pedagógiai Szemle*, 1. 4–16.

Nagy J. (2000): *XXI. század és nevelés.* Osiris Kiadó, Budapest.

Olvasztóné Balogh Zs.–Huszár A.–Konczos Cs. (2007): „Az egészségkultúrális magatartás és értelmezése.” *Kalokagathia*, 1–2. 111–124.

Pál K.–Császár J.–Huszár A.–Bognár J. (2005): „A testnevelés szerepe az egészségtudatos magatartás kialakításában.” *Új Pedagógiai Szemle*, 6. 25–32.

Penney D. (2006): „Physical education, realising lifelong potential.” *Healthy Lifestyles Journal*, 53/1. 22–26.

Pikó B. (2007): „A pszichoszomatikus szemlélet fontossága a családorvosi gyakorlatban.” *Hippocrates*, IX/1. 43–47.

Schwartz, S. H. (1992): “Universals in the content and structure of values: Theoretical advances and empirical tests in 20 countries.” In M. P. Zanna (ed.): *Advances in experimental social psychology*. Volume 25. 1–65. San Diego, CA: Academic Press.

Sidó Z. (2001): „A fizikai tréning szerepe az elhízás kezelésében.” *Hippocrates*, 9–10. III/5. 279–282.

Simon T. (2006): „Az egészségérték-gazdálkodás kialakítása, mint elsődleges egészségfejlesztési feladat.” *Egészségfejlesztés*, 1–2. 2–5.

Spiriduso, W. W.–Francis, K. L.–MacRae, P. G. (2005): *Physical dimensions of aging.* Human Kinetics, Champaign, IL.

Uvacsek M. (2003): „A kövérség és az életmód összefüggése.” *Magyar Sporttudományi Szemle*, 1. 22–25.

Vuori, I. (2004): „Physical activity as a disease risk and health benefits of increased physical activity.” In Pekka Oja–Jan Borms (eds.): *Perspectives. The multidisciplinary series of physical education and sport science.* Meyer and Meyer Sport, Berlin, 29–96.