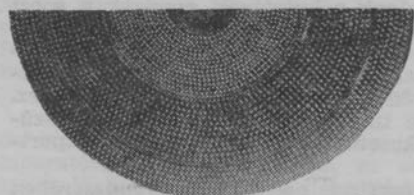


CSÁKY ZOLTÁN—VÁRHEGYI ISTVÁN

Futball és tudomány

Tv-interjú a futballpszichológia kérdéseiről



Cs. Z.: Szakmai státusod, tudományos kutatómunkád, valamint eddig közölt tanulmányaid alapján hivatásos szociológusnak ismerünk. Ugyanakkor fehér hollóként tartunk számon a romániai sportéletben: te vagy mind ez ideig az egyetlen hivatalosan alkalmazott tudományos munkatársa egy sportklubnak. Szenvedély számodra a sporttal való kapcsolatod, avagy tudományos kutatómunkádba szervesen beilleszkedő módszeres tevékenység?

V. I.: Mindkettő. Sportkedvelő vagyok gyermekkorom óta. A kolozsvári futballpályán nyolcéves koromban jelentem meg először a KAC mezében — kérlek, ne lepődj meg ezen, de én ma is büszkén gondolok vissza arra, hogy „cikfogója” lehettem egy nagyszerű futballcsapatnak. A tudományos megismerés térképén eddig még fel nem tárt területnek számít általában a sport és azon belül a futball. A sport társadalmi jelenség, mondhatnám a tudományos-műszaki forradalom mellett egyik legjellemzőbb megnyilvánulása a modern ipari civilizációnak: e jelenség sokoldalú feltárása tudományos érdeklődés.

Cs. Z.: Hogyan került sor a marosvásárhelyi Hadsereg Sportegyesületnél való alkalmazásodra?

V. I.: A körülmények alakulása folytán pályámat pszichológusként kellett kezdenem az ország egyik nagyfontosságú fémipari üzemében, a Kolozs megyei Aranyosgyéresen. Egy évi tevékenység után (engedd meg, hogy Molière-t parafrázáljam): a *le psychologue malgré lui* otthagyta az üzemet. A Társadalomtudományi Akadémia marosvásárhelyi kutatóintézetéhez kerültem. Ezután ismerkedtem meg a marosvásárhelyi Hadsereg Klub főnökével, aki sokat látott és tapasztalt sportszakember, és akkor tért vissza egy külföldi tanulmányútról. Elmondotta, hogy mily meglepetés volt számára az a sokoldalú képzés, amiben a nagy eredményeket felmutató nyugatnémet és holland csapatok részesülnek. Mint újdonságot fedezte fel a sportolók pszichológiai felkészítését, s az orvos mellett a pszichológus, illetve szociológus jelenlétét és aktív közreműködését a klubok életében. Felajánlotta az együttműködés lehetőségét, és én azt készséggel elfogadtam. Így lettem a marosvásárhelyi katonaklub külső munkatársa.

Cs. Z.: Hogyan kapcsolódik a sport a pszichológia, illetve szociológia területéhez?

V. I.: A sporttevékenységre mint specifikus emberi tevékenységre az anyagi mozgásformák valamennyi szintjének (fizikai, kémiai, biológiai, pszichológiai és társadalmi) működéstörvényei egyaránt érvényesek. A kérdés most csupán az, hogy milyen szempontból vizsgáljuk a sportjelenséget, illetve ennek cselekvő alanyát, az embert. Az ember egyszerre biológiai és társadalmi lény. Ha a biológia síkján közelítjük meg, érdeklődésünk iránya az individuum, a cselekvő egyén, a maga motivációs rendszerével — akkor kétségtelenül a pszichológia körében mozgunk; ha azonban az emberi motivációk társadalmi meghatározottságát, a sportcselekmények-

ben rejlő társas relációk szerepét vizsgáljuk, szükségszerűen a szociológia területére lépünk. A sport tudományos megközelítése tehát csakis interdiszciplináris módszerrel lehetséges. Erre kitűnő példa a sportpszichológia. Ez olyan határtudomány, amely támpontul szolgál mind a biopszichológiai, mind a pszichoszociológiai természetű kutatás számára.

Cs. Z.: *Tehát abból indulsz ki, hogy a modern tudományban az ismeretszerzés és -rendszerezés egyidejű differenciálódása és integrálódása a fejlődés szükségszerű útja. Milyen úton kapcsolódik ehhez a sport akár mint individuális, egyéni cselekvés, akár mint társadalmi jelenség?*

V. I.: Éppen a sporttevékenység ambivalenciája, szükségszerűen kettős gyökerű természete biztosítja e kapcsolat objektívációját. Mint már említettem, a sporttevékenység magában foglalja a sportoló mind biológiai, mind társadalmi lényegét. E tevékenységben megtaláljuk nemcsak az egyént, minden pszichológiai kutatás alfáját és ómegáját, hanem a *társas környezet szociológiai tényét is*. Ebből a helyzetből adódik, hogy a sport interdiszciplináris megközelítése kölcsönösen termékeny kapcsolatokra ad lehetőséget mindkét irányban. Azok a kutatások, amelyek a sport biopszichológiai természetét vették alapul, áthatnak a szociálpszichológia, illetve szociológia területére, és azok a megközelítések, amelyek a sport társadalmi lényegét, azaz szociológiai mivoltát tartották fontosnak, szükségszerűen eljutnak a társadalomlélektani, sőt mélylélektani tényezők döntő szerepének a felismeréséhez. Ebből a két irányból jövő érdeklődésből, illetve tudományos kölcsönhatásból születik ma egy új, mind jobban megszilárduló szerkezetű tudománycsoport — a sporttudományok.

Cs. Z.: *Véleményed szerint e tudománycsoportban, esetleg ezek rendszerében kap helyet a sportpszichológia, illetve a sportszociológia?*

V. I.: Már helyet is kapott. A még csak most megszilárduló sportpszichológia mellett új hajtásként jelentkezik a sportszociológia is. Mindkét területen megindultak a kutatások, a határtudományok esetében ismert módon (a fogalmi kategóriák tisztázatlansága is jelzi a még kezdeti szakasz bonyolultságát).

Cs. Z.: *És te pont ebben a stádiumban jutottál oly szerencsés helyzetbe, hogy egy komoly katonaklub sporttevékenysége révén gyűjthetsz anyagot, kutathatsz?...*

V. I.: Hát nem éppen olyan sima dolog ez. De akibe a kutatás ördöge belebújt, azt nem lehet olyan könnyen leültetni. Vannak az életben helyzetek, amikor a szociológust, még ha udvariasan is, de kitessékeli az ajtón. És ekkor visszatér az ablakon, ha kell, hát... sportpszichológusi mosollyal — csakhogy szalonképessé lehessen, csakhogy dolgozhasson...

Cs. Z.: *Most már értem. Tehát mégsem hobby, kedvenc elfoglaltság az, amit csinálsz?*

V. I.: Több annál. Szigorú, módszeres adatgyűjtés, empirikus megfigyelés. Az élet bármely területéről, így a sport világából is fel kell vennünk minden olyan jelzést és még inkább társadalmi rendelést, amely a szociológia elméleti fontosságát és gyakorlati szerepét fogja növelni. És ma tagadhatatlan tény, hogy a nagy horderejű társadalmi kérdések mellett a sport diadalmasan uralkodik nemcsak mint divat, hanem mint mindennapi életszükséglet is. A sport mint társadalmi jelenség; a sportolás mint a tömegek és az egyén önkifejezésének lehetősége; a sport és tömegkommunikáció; a sportolás mint státusszimbólum; folytassam-e? Mindez oly gazdag tárháza a sport-társadalmi életnek, és mégis szegények vagyunk egy megfelelő szintű tudományos szintézis kidolgozásához...

Cs. Z.: *Milyen elvi követelmények szerint akarod megfigyeléseid eredményét egy szintézis kereteibe fogni?*

V. I.: A szociológiai elmélet és módszertani kutatás mai fejlődési szakaszában a *komplex rendszerre* irányult szemléletmód alkalmazását tartom jónak. Ennek a szemléletnek egyik igen fontos eleme a strukturális elv. Ezt az elvet szeretném a sport, konkrétan a futball jelenségeire alkalmazni. Ezt mint kutatási modellt egy hármas tényezőrendszerre (környezet—személyiség—tevékenység) redukálom. Ebből a hármas rendszerből is tovább kell lépünk, éppen a strukturális megközelítés statikus mivoltának túlhaladása érdekében, és egy funkcionálisan differenciált tevékenységközpontúságra kell fordítanunk a figyelmet.

Cs. Z.: *Mint látom, szemléletmódod szervesen foglalja magába mind a strukturális, mind a funkcionális elvet. Az erre épülő hármas tényezőrendszerben melyik a legfontosabb láncszem?*

V. I.: A fenti két elv természetes és dialektikus egységéből következik, hogy számunkra a sportoló fizikai és személyi (pszichikai) környezetének, valamint személyiségének kölcsönhatásából származó sporttevékenység a legfontosabb. Ez a funkcionálisan differenciált tevékenységközpontúság, jelen esetünkben a futball az, amivel mélyrehatóan foglalkozom.

Cs. Z.: *Mondj valamit a munkamódszerekről. Kutatótevékenységről vagy kísérleti vizsgálatról van szó?*

V. I.: Módszerem lényege a megfigyelés, empirikus kísérletek és adott esetben az ezekből adódó változatok. A sportoló magatartásáról, különböző helyzetekben megnyilatkozó fiziológiai, érzelmi, akarati és legfőképpen motivációs megnyilatkozásairól rendszeres észlelést végzek. Ebben igen nagy segítséget jelent az a tapasztalat, amelyet még munkapszichológusként az iparban szereztem. Nagyon sok esetben a mozgástevékenység mint tevékenység — attól függetlenül, hogy az iparban vagy a sportban megy végbe — fizikai, fiziológiai, biomechanikai vonatkozásban szinte teljesen azonos tényezőktől függ. A sporttevékenységben azonban a sportoló személyisége sokkal közvetlenebbül nyilvánul meg, mint például a dolgozó személyisége a munkában. Ezt különösképpen a futballtevékenységben figyelhetjük meg, amelyben a játékos érzelmi feszültsége, emocionális telítettsége a személyiség legrejtettebb rétegeit is mozgásba hozza. Ez a specifikum a munkában mint standard, racionalizált célirányos tevékenységben nem juthat felszínre, csak igen áttételesen. Míg a sportban a tevékenység motívumainak és céljainak közvetlenebb viszonyából oly átélés és spontaneitás fakad, hogy azt minden fárasztó, kimerítő és energiát fogyasztó lényege ellenére is játéknak, gyönyörködtető kedvtelésnek, sőt esztétikumnak tekintjük és élvezzük.

Cs. Z.: *Mi a felszerelésed, milyen munkaeszközökkel dolgozol?*

V. I.: Mint már említettem, nem laboratóriumi kutatásról van szó. Munkamódszerem lényege az élő, eleven játék és játékos megfigyelése. A legcsodálatosabb laboratórium: a futballpálya, az edzések színtere, az öltöző, a lelátón szorongó szurkoló, a néha forrongó, néha titokzatos néma csendben figyelő közönség, a bírók, a bíráskodás spontán lereagálása és még sok minden. Külön beszélhetnénk például a frontbetörések, frontátvonulások nemcsak biometeorológiai, hanem társadalomlélektani kihatásáról egy adott mérkőzés alkalmával; az időjárásról is eléggé függő rajtláz vagy hangulati rajtpatémia szerepéről, amely bizony sokszor feldönti az utolsó pillanatig oly keményen őrzött sportformát. Mindezeket gyakorlati vonatkozásban mondtam el. Elméletileg rendelkezéseimre állnak mindazok a lehetőségek, amelyeket egy interdiszciplináris kutatás nyújthat. Konkrétan, ha egy kapuralövés elemzünk, akkor a jó lövést meghatározó tényezők sorában fel kell tárunk a következőket: a fizikai (ballisztikai) tényezőket, amelyekről a labda röppályája függ; a biomechanikai tényezőket, amelyek a lövést végrehajtó játékos testére vonatkoznak; a fiziológiai és pszichológiai tényezőket, melyek a fáradsággal és figyelemkoncentrációval kapcsolatosak; legvégül említtem meg a kiscsoportok (mint amilyen egy futballcsapat) norma- és értékrendszerére vonatkozó szociológiai tényezőket, a kollektív mentalitást, a sikerélményt és elismerésre való törekvést. Csupán egy kapuralövés értékelésében is a tényezők gazdag skáláját elemezhetjük.

Cs. Z.: *Konkrétan igen keveset tudunk a labdarúgók versenyre készítésének pszichikai vonatkozásairól is...*

V. I.: A labdarúgók pszichológiai felkészítése csak módszertanilag határolható el a versenyre készítés általános folyamatától. Lényegében a felkészítés mindegyik tényezőjében benne van a pszichikai elem is. Végeredményben a pszichikai felkészítés csupán egyik lényeges dimenziója, de nem különálló fejezete a futballista képzésének. Ez természetesen nem jelenti azt, hogy a pszichikai felkészítés mintegy beleolvad az általános fizikai, technikai vagy taktikai képzésbe. A mérkőzésre való készülés bizonyos szakaszaiban vannak helyzetek, amikor az említett összes tényezőkből kiemelkedően fontos szerephez jut a pszichikai tényező. Ilyen helyzet adódik például, ha a csapaton vagy egyes játékosokon a túlterheltségből adódó fáradság, levertség jelei mutatkoznak. A sportoló hangulati fáradsága, rajtpatíziája vagy esetleg rajtláza már komoly pszichikai akadályt jelent. Ilyenkor természetesen a pszichológus tevékenysége lép előtérbe, de az akadályok leküzdésében csak az együttes és céltudatos csapatmunka: az edző, az orvos és a pszichológus közös erőfeszítése és ráhatása segíthet.

Cs. Z.: *Hogyan viszonyul az edző a pszichológus munkájához?*

V. I.: Kezdetben bizonyos fokú tartózkodással, de ez nem személyemre, hanem a lélektanra vagy még inkább a tudományos elemnek a futballéletben való jelentkezésére irányult. Amint azonban nyilvánvalóvá vált, hogy csupán a játékbeli mesterség, az empirikus tudás, a rutin és a könnyen legyőzhető sablonszerűség (különösen a taktikában) túlhaladott, és sok esetben a kudarc forrása, tapasztalható lett az érdeklődés a tudományos gondolkodás iránt is. Lassan elismerést és megbecsülést kapott a pszichológusi munka. Maga az edző is rájött, hogy az ő munkája által megvalósított általános fizikai és technikai felkészítés csak egyik feltetele a jó sportformának. A másik lényeges feltétel: a futballista szubjektív, lelki életével és motivációs rendszerével kapcsolatos. Csak a pszichikum mozgósíthatja

a játékos egész személyiségét, és biztosíthatja a jó sportformát. Ebben viszont nemcsak fizikai, hanem finom idegrendszeri tulajdonságok, környezeti, társas hatások és magának a futballnak mint szenvedélynek, mint önkifejezési lehetőségnek sajátosságai ötvöződnek egybe. Ez viszont már oly bonyolult és egyben intim világa a futballnak, amelyben az edző, csupán egymaga, nehezen boldogul.

Cs. Z.: *Az általános fizikai, biomechanikai törvényszerűségeken túl mi a szerepe a futballjátékban mint specializált mozgásban a tudatnak?*

V. I.: *A mozgás és a tudat viszonyára vonatkozólag nem sportszakemberek és edzéselméleti szerzők munkáira, hanem a világhírű magyar filozófus, Lukács György egyik igen érdekes, e kérdést velejéig feltáró elemzésére hivatkozom. Lukács György *Az esztétikum sajátossága* című művében rendkívül fontos szerepet tulajdonít a tudat mintegy felszabadításának — az alacsonyabb rendű mozgástevékenységek végrehajtásának ellenőrzése alól. Szerinte a mozgásautomatizmusok és azok beidegződése dinamikus kapcsolatot teremtenek a tudat irányába. Akárcsak a munkában, a sportban is egy magatartásmód, egy mozgás, illetve az annak végrehajtásához szükséges részelemek csak a *rendszeres tréning által gyakorolhatók be*, oly mélyen, amennyiben az objektív valóság ilyen reagálást megkövetel. A futballista számára tehát a tréning, a begyakorlás, lukácsi értelemben: a tudatos beállítás vagy erőfeszítés nélküli végrehajtás teszi csak lehetővé a tudatnak a játék legfontosabb, azaz racionális elemeire való koncentrációját. A mozgásautomatizmusok jelentőségét Lukács György így fogalmazza meg: „*A tudattalanná válással [...] nem szűkül, hanem bővül a tudat mozgásterét, a mozgásfantáziát.*” Ime, ennél szebben aztán senki sem fogalmazta meg azt az alapvető követelményt, hogy csak miután a futball fizikai-technikai elemei mint mozgásautomatizmusok begyakorlódtak, és végrehajtásuk már nem kívánja meg a tudat koncentrációját, csak akkor lehetséges az *alkotó képzelet, a futballista „mozgásfantáziájának” teljes kibontakozása a szép játék megvalósítására.* Innen már csak egy lépés választ el a valóban esztétikai élvezetet nyújtó bravúros labdarúgástól.*

Cs. Z.: *Bravúros futball! Hát de még bizony hiánycikk minálunk. Ezt érzem néha, amikor egy-egy mérkőzésen, ha nem is ásitanak az üres széksorok, de a közönség hangulata... válsághangulat?...*

V. I.: Nincs válságban szerintem sem a futball, sem pedig a közönsége. Egyszerűen fogalmazva, mélyreható átalakulásnak vagyunk tanúi általában a sport és különösképpen a labdarúgás terén. Az igények, a követelmények mind magasabbak. Emiatt a futball „játék“-jellege sokat változott. A modern labdarúgást, a totális futballt a jól kidolgozott és fegyelmezetten megvalósított kollektív játék, a csapatjáték jellemzi. Ez nem adhat teret az egyéni játéknak, az egyéni akciók független kibontakozásának. Ezt különösen a német és a holland csapatok mérkőzésein láthattuk. A modern futball gyors irama, az idegtépő harc minden pillanatért, a csapatküzdelem mechanikusan kiépített, szinte rideg stílusa már nem nyújthat annyi szépet, mondhatnám így is, *játékszerűséget.* A játék döntő kritériuma a hatékonyság, a *teljesítmény...*

Cs. Z.: *Tehát a modern futball kénytelen feláldozni a bajnoki ranglistán való helyezését a játék szépségét?*

V. I.: Ez a modern futball nagy ellentmondása. Elveszti lassan a játék önmagáért való szépségét, a nemes szenvedélyek lovagias labda-tornáját...

Cs. Z.: *Nem értek veled mindenben egyet... a brazilok, argentinok játéka, általában a dél-amerikai futball szenvedélyes, szép játék maradt...*

V. I.: Igen, ez így van, de Peléék romantikus trubadúrok csupán a mai modern, európai ihletésű atlétikus futballvilágban. A labdarúgás romantikus hőskorából egy nagyon racionális, nagyon pragmatikus korszakba mentünk át.

Cs. Z.: *Hogyan reagál milderre a változásra a közönség?*

V. I.: Krónikus „hiányérzettel”. Modernül: *kissé frusztráltak* a régi jó futballvilág szurkolói, de miért is kérdez, hiszen te magad állítottad az imént, hogy *kissé unatkozik, néha távol marad.* Valóban, a futball már nem nyújthat teatrális élményt — pontosan a játék modernsége miatt. Ami azonban a közönség és stadion kapcsolatát illeti, nem hagyhatjuk figyelmen kívül a modern tömegkommunikáció és elsősorban a televízió tömeghatását, befolyásoló erejét.