

**Kéringer Gábor**

**„Lusta fiúk, szorgos lányok(?)”**

*Nemi sztereotípiák- A kötelességteljesítés nemek szerinti összevetése a zenésznek készülő 14-20 éves fiatalok zenei munkavégzést akadályozó panaszainak vizsgálata során, különös tekintettel a sportolási szokások hatásaira*

## **1.Bevezetés**

Munkám közvetlen előzménye az a 2019- ben elkészített és publikált kérdőíves felmérés, mely egy adott intézmény keretén belül vizsgálta a 14-20 éves zenésznek készülő korosztály sportolási szokásait, illetve annak hatását haladásukra, teljesítményükre. Megközelítésében szakít az eddigi hagyományokkal: a méltán ismert és elismert megelőző, kontrolláló és korrigáló specializált zenei munkaképességgondozás (Kovács- módszer) kétségkívüli eredményeit szem előtt tartva a „valós” sport – vagyis a „meghatározott szabályok szerint, időtöltésként vagy versenyszerűen folytatott testedzés” (NÁDORI,2005) – irányából indul ki. Ennek több intézményre történt kiterjesztése készülő disszertációm alapja. Kutatásom fő csapásiránya a zenésznek készülő fiatalok munkáját gátló tényezők vizsgálata sportolási szokásaik függvényében, egyszersmind azon téves és káros sztereotípiák tételes cáfolata, mely a muzsikusmunkát gyakran ellehetetlenítő jelenségekben nyilvánul meg. Ilyen a zene és sport kibékíthetetlen ellentéte, avagy a nemi sztereotípiák egy sajátos – és manapság kevésbé divatos – megközelítése, nevezetesen a „lusta fiúk, szorgos lányok” széles körben elterjedt gondolata, mely a lányok kötelességvállalásának nagyobb idő és energiabefektetését hangsúlyozza (PÁSKUNNÉ, 2013).

Munkám gerincét adó kérdőívcsorom egyaránt kitér a vizsgált csoportok időbeosztására, – ezen belül a tanintézményen belül eltöltött időre, a hangszeres gyakorlás, a közismereti tárgyak tanulásával eltöltött időre, az előadó tevékenységek prakszisára – valamint a szabadidő eltöltése során (tehát a kötelező iskolai testnevelési alkalmak keretein kívüleső) megjelenő sport -attitűdökre: az alkalmak heti mennyiségére és esetenkénti időintervallumára. E vizsgált adatokat vetettem össze a zenész lét megtapasztalt problémáival, méghozzá annak három szintjén: az általános, életmódból eredeztethető panaszok, a gyakorlási-felkészülési időszakok, illetve a téthelyzetben (koncert/vizsga) megtapasztalt gondok és traumák előfordulási mutatóival.

A teljes minta mellett szükségesnek éreztem olyan bontások vizsgálatát, melyek plasztikusabban szemléltetik –és az eredményektől függően igazolják, avagy cáfolják – alapvető hipotéziseim. E hipotézisek arra feltételezésre épülnek, hogy a sportolási szokások mérhetően befolyásolják a zenész- munka folyamatát és kibontakoztatását.

A bontások közül kiemelkedő jelentőséget mutatott a nemek szerinti vizsgálatok sora. Prioritás, mert egy olyan berögzött sztereotípiát cáfolatának lehetőségét rejti, mely hosszú idő óta mérgezi oktatási rendszerünket. A címben szereplő kijelentés (kérdés?) ezt a témát igyekszik körbejárni.

## **2. Az adatok feldolgozása- új változók**

A kérdőív beérkezett adatainak rendszerezését követően a statisztikai munkát a Yamovi 2.4.8. verziójával végeztem el. Ez az alkalmazás volt segítségemre az eredmények minél pontosabb és plasztikusabb megjelenítésében is. Mivel néhány esetben a vizsgált alapváltozók tartalmi okokból nehezen összevethetőek, szükségessé vált néhány új változó létrehozása. Ezek a következők:

-A hangszeres gyakorlás és közismereti tárgyak tanulását egyesítő *Kötelesség- változó (KV)*

-A sportolás heti alkalmait és eseti időtartamát összegző *Sportolás- változó (SV)*

-Az életmódból eredeztethető problémák észlelésének mennyiségiátlagát jelölő *Életmód probléma- változó (ÉPV)*

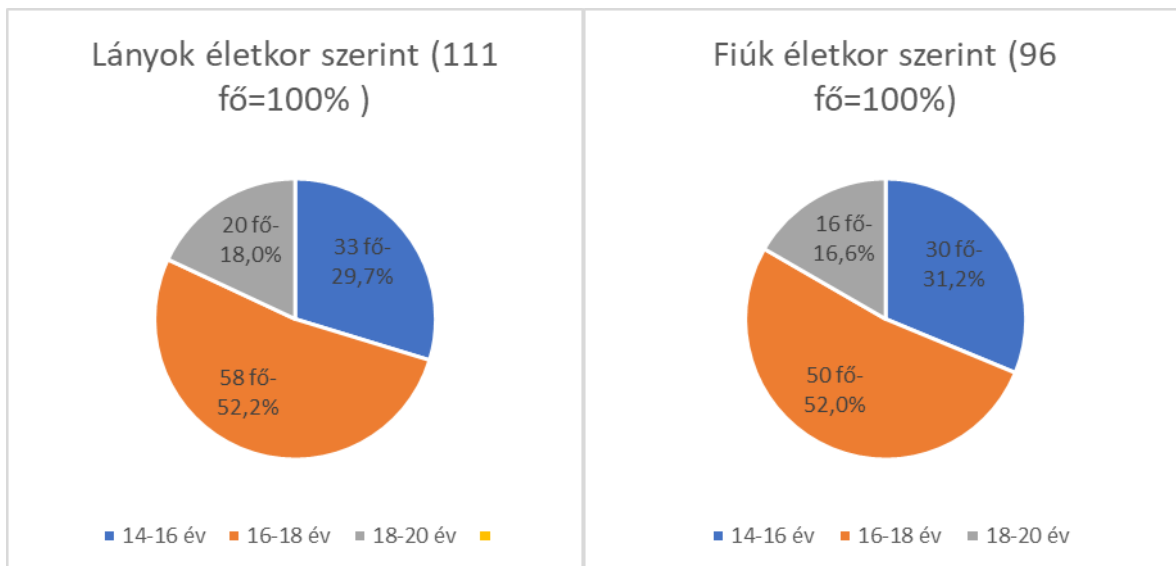
-A felkészülési és téthelyzeti szakasz panaszintenzitásának Likert- skála értékeit átlagoló *Felkészülési probléma- változó (FPV)* és *Téthelyzeti probléma- változó (TPV)*

## **3.A kérdőív nemek szerinti bontásának eredményei**

### **3.1. Demográfiai mutatók**

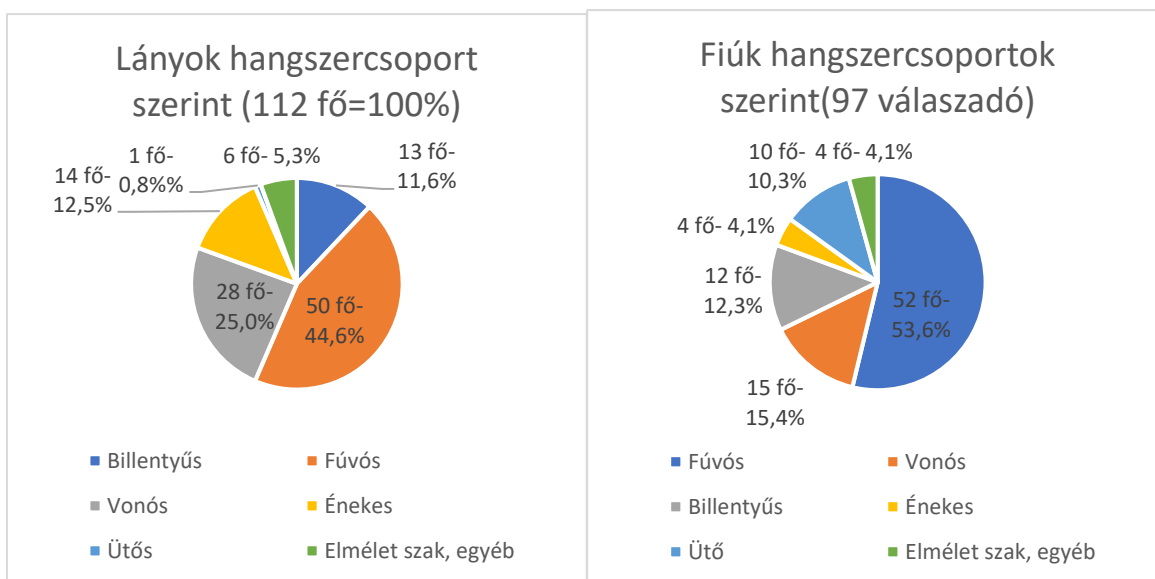
A vizsgálatban 211 zeneművészeti szakgimnáziumi tauló vett részt. A nemek szerinti megoszlásban a résztvevők 53,5%-a (113 fő) leány, 46,4%-a (98 fő) fiú.

#### **3.1.1.Életkor szerinti megoszlás**



1. ábra. Életkor szerinti megoszlás nemek szerint (saját ábra)

### 3.1.2. Hangszercsoportok megoszlása



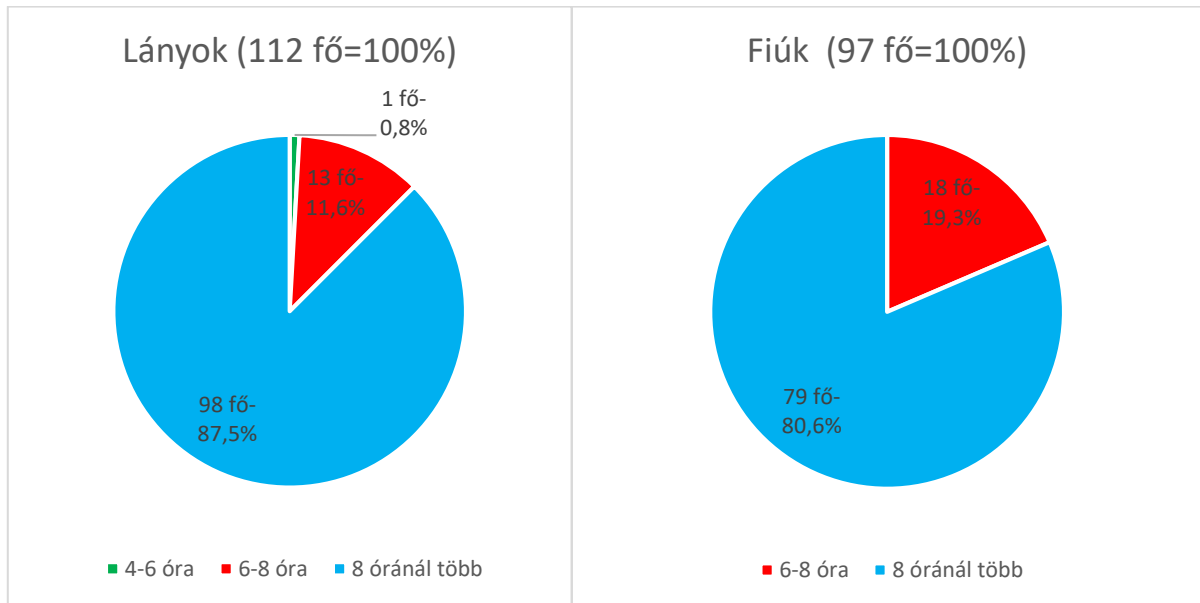
2. ábra. Tanult hangszercsoportok megoszlása (a két tanszakot jelölőkkel együtt) nemek szerint (saját ábra)

### 3.2. Az időbeosztás vizsgálata

#### A tanintézményben eltöltött napi idő

A két nem viszonylatában ebben az összehasonlításban jelentősnek mondható eltérés nem mutatkozik. Bár a lányok túlnyomó része két százalékponttal az átlag fölött (87,5%) jelölte a napi 8 óránál több időt (a fiúknál ez a szám csupán 80,6%), a különbség statisztikailag

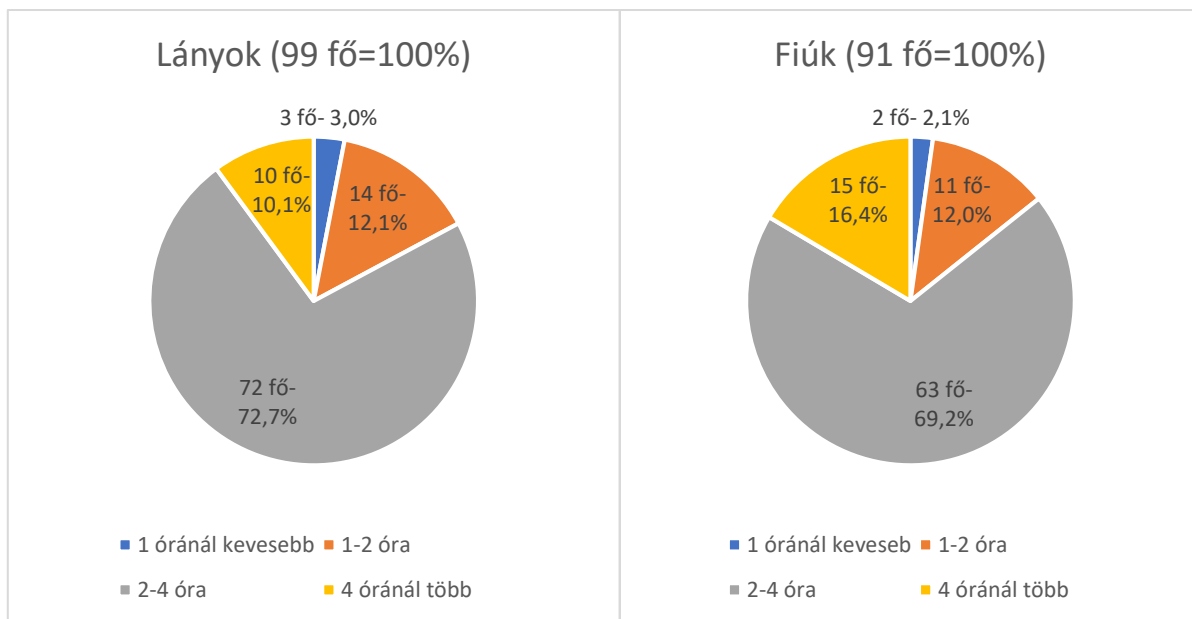
elnyészőnek bizonyult, a próba nem jelzett szignifikáns kapcsolatot ( $p=0,167$ ; Cramer's  $V=0,0959$ ). Így lényegét tekintve a két nem képviselői közel azonos időt töltenek az intézmény falain belül.



3. ábra. Tanintézményben töltött napi idő nemek szerint (saját ábra)

#### *Hangszeres gyakorlással eltöltött idő*

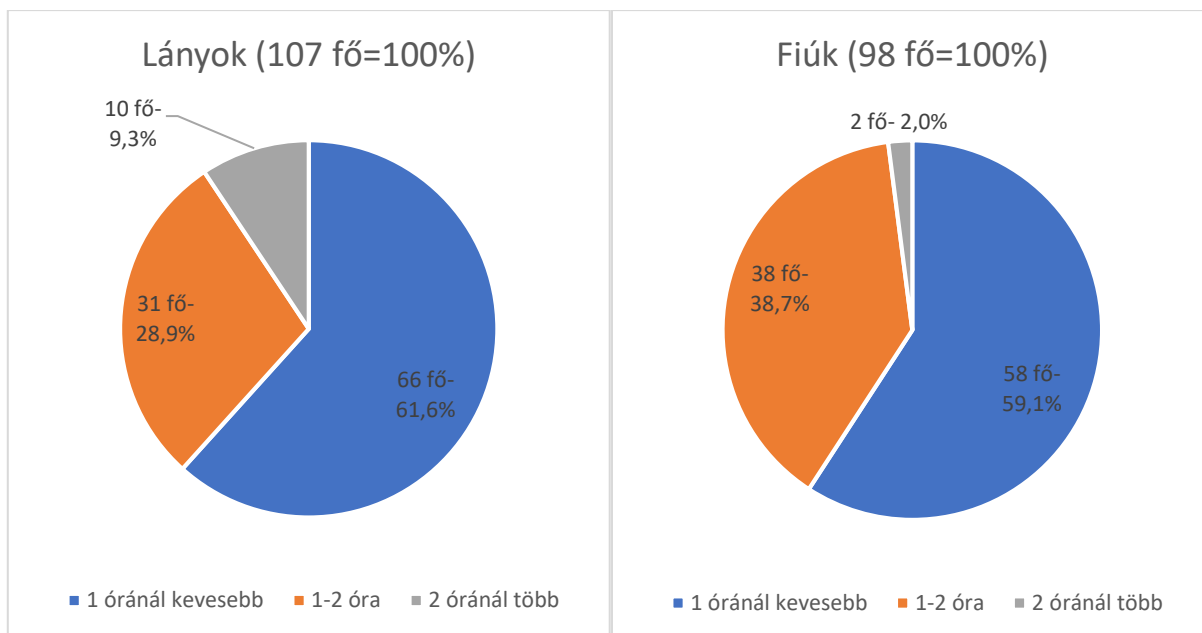
A közölt adatok (esetünkben kördiagramon bemutatott) számai a fiúk némileg nagyobb aktivitása felé mutatnak, mely megmutatkozik a keveset gyakorlók alacsonyabb, illetve a négy óránál többet hangszerükkel foglalkozók esetében is. Az eredmények ugyanakkor ezúttal sem mutattak kapcsolatot a nemek és a vizsgált változó összefüggésében ( $p=0,609$ ; Cramer's  $V=0,0980$ ).



4. ábra. Hangszeres gyakorlással töltött napi idő nemek szerint (saját ábra)

#### Közismereti tárgyak tanulása

A hangszeres gyakorláshoz hasonlóan alakultak a közismereti tárgyak tanulására fordított idő eredményei, ám fordított relációval. A közölt adatok némileg a lányok nagyobb ráfordításáról tanúskodnak, szignifikanciát, de gyenge kapcsolatot jelezve ( $p=0,046$ ; Cramer'sV=0,174).



5. ábra. Közismereti tárgyak tanulására fordított napi idő nemek szerint (saját ábra)

#### Kötelesség- változó

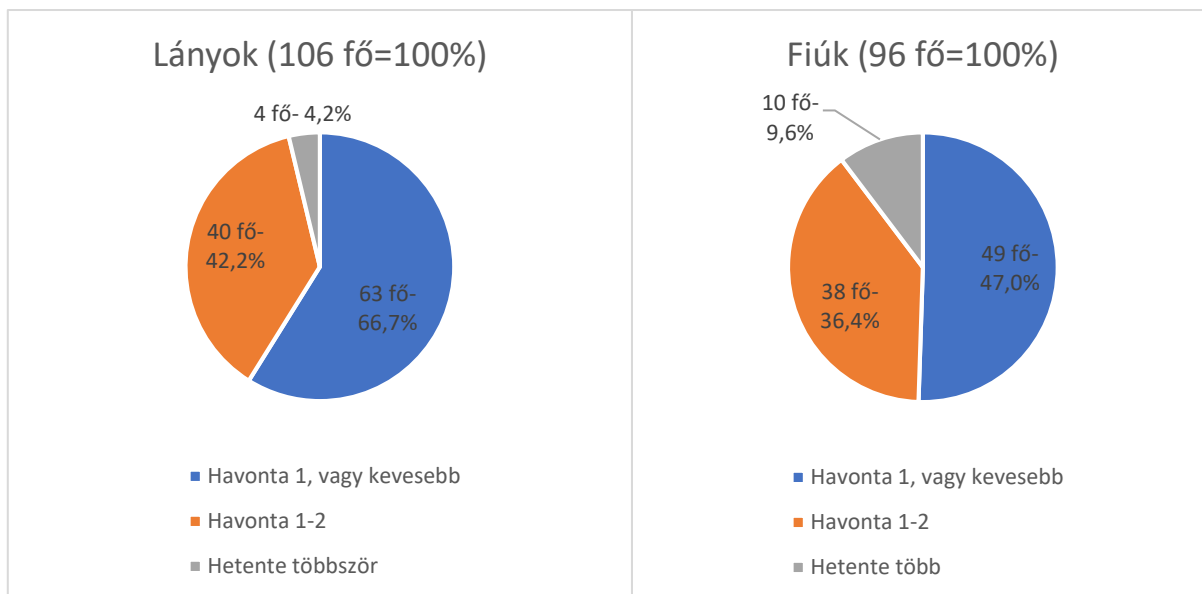
Az előző adatok után a nemek szerinti vizsgálat a Kötelesség-változó esetében nem mutat kapcsolatot ( $p=0,352$ ; Cramer'sV=0,133).

Kötelesség- változó/	Nem	Lány	Fiú	Összesen
Nem, vagy alig tanul- alig gyakorol	N	15	13	28
	%	15,6%	14,4%	15,1%
Inkább tanul	N	3	0	3
	%	3,1%	0,0%	1,6%
Inkább gyakorol	N	49	45	94
	%	51,0%	50,0%	50,5%
Gyakorol és tanul	N	29	32	61
	%	30,2%	35,6%	32,8%
Összesen	N	96	90	186
	%	100%	100%	100%

*I. táblázat. Kötelesség- változó és nemek összevetése (saját szerkesztés)*

### *Előadói tevékenységek gyakorisága*

A grafikon ezúttal is a fiúk némi előnyét mutatja, ám a statisztikai próba ezúttal sem mutat mérhető differenciát ( $p=0,160$ ; Cramer'sV=0,136).



6. ábra. Előadói tevékenységek gyakorisága nemek szerint (saját ábra)

Összességében elmondható, hogy a vizsgálat fenti szakaszában a nemek közti különbségek statisztikailag elhanyagolhatók: bár az intézményi jelenlét esetében nem szignifikánsan, illetve a közismereti tárgyak tanulásában a lányok a statisztikai próba adataival is megerősítve némileg jobban teljesítenek, a többi elem (hangszeres tárgyak gyakorlása, előadói tevékenységek gyakorlása) vizsgálati eredményei a fiúk valamivel – ám nem szignifikánsan – nagyobb aktivitása felé mutatnak. Így a vizsgálati szakasz egészétre kijelenthető, hogy az iskolai kötelezettségek teljesítésében vizsgált csoportban nem igazolható a lányok nagyobb energia és időbefektetése.

### 3.3.Mozgás, sportolás a nemek viszonylatában

#### A sportolás változó

A kapott adatok alapján kijelenthető, hogy a két nem között mérhető, közepesen erős szignifikáns különbség ( $p=0,007$ ;  $Cramer'sV=0,265$ ) mutatkozik a sportolási szokások vizsgált változójában: a mintában a fiúk sportolási aktivitása meghaladja a lányokét.

	Nem	Lány	Fiú	Összesen
Sportolás- változó/				

Lényegében nem sportol	N	19	9	28
	%	17,3%	9,7%	13,8%
Alig sportol	N	58	32	90
	%	52,7%	34,4%	44,3%
Gyakran keveset, vagy ritkán sokat sportol	N	18	28	46
	%	16,4%	30,1%	22,7%
Gyakran, sokat sportol	N	13	22	35
	%	11,8%	23,7%	17,2%
Összesen	N	110	93	203
	%	100%	100%	100%

*II. táblázat. Sportolás- változó és nemek összetétele (saját szerkesztés)*

Összegezve: A kapott adatok és kapcsolatok alapján megállapítható, hogy a nemek tekintetében a lányok közismereti tárgyak tanulására fordított valamivel több idejétől eltekintve nem detektálható lényegi különbség a lányok fiúkhöz viszonyított több idő és energiabefektetésében sem a szakmai felkészülésben, sem az iskolai kötelezettségekben. Eltérést mértünk ugyanakkor a szabadidő sportolásra fordított idejében a fiúk javára. E jelenségek valószínűsíthető következményeire az elkövetkező szakaszok eredményeiből következtethetünk. Mindezek tükrében érdemes vizsgálnunk tehát a három problématerület adatait.

### ***3.4.Életmódból eredő problémák észlelése a megkérdezettek adott csoportján belül***

A 113 válaszadó lány közül 16 nem jelzett panaszt. A fennmaradó 97 főre összességében 163 panaszt jelentkezett. Ez fejenként 1,68 észlelést jelent. A fiúk esetében (98 fő válaszadó) a panaszt nem észlelők száma lényegesen magasabb: 28 fő, a fennmaradó 70 főre 117 észlelés érkezett. Ez fejenként 1,67 észlelést mutat. Mindkét nem esetében leggyakoribb problémát az alvászavar jelzi. A hét megkérdezett probléma közül négyben a lányok érintettsége hangsúlyosabb. Egy esetben (látásprobléma) lényegében azonos arányt látunk. Legmarkánsabb különbséget az alvászavar esetén észlelhetünk. Két panasz esetén (állóképesség zavara és



testsúlyprobléma) ugyanakkor a lányok számolnak be kedvezőbb helyzetről. A panasz nélküli csoport a fiúk esetében 28,5%. Ez a lányok adatának kétszerese (14,1%).

Az egyes panaszok relatíve kis mértékű észlelése, illetve az ehhez viszonyított kis elemszám miatti csekély szignifikancia- észlelési esély okán a statisztikai vizsgálat a leírt különbségek közül kettőben erősítette meg a kapcsolat jelenlétét: a legtöbb megkérdezettet sújtó alvászavar tekintetében gyenge erősséggel a lányok nagyobb érintettségét ( $p=0,038$ ;  $Cramer'sV=0,144$ ), valamint a panaszt nem észlelők tekintetében ugyancsak gyenge kapcsolatot jelezve ( $p=0,009$ ;  $Cramer'sV=0,182$ ) rámutat a fiúk jelentősen nagyobb számára és arányára.

Életmódból eredő panaszok	Észlelés	Lányok N=113	Fiúk N=98	Összesen N=211
Alvászavar	N	47	27	74
	%	41,5%	27,5%	
Tartászavar	N	35	22	57
	%	30,9%	22,4%	
Mozgásszervi probléma/gerincprobléma	N	28	19	47
	%	24,7%	19,3%	
Látászavar	N	22	19	41
	%	19,4	19,3%	
Testsúlyprobléma	N	9	12	21
	%	7,9%	12,2%	
Állóképesség zavara	N	11	13	24
	%	9,7%	13,2%	
Légzésprobléma	N	11	5	16
	%	9,7%	5,1%	
Panasz összesen		163	117	280
Nincs panasz	N	16	28	44
	%	14,1%	28,5%	

*III. táblázat. Életmódból eredő problémák észlelése nemek szerint. Elemszám és a 100%- hoz viszonyított megjelenési arány. (saját szerkesztés)*

Az Életmódprobléma- változó

Az észlelések száma	Nem	N	%
0	Lány	18	9,0%
	Fiú	28	23,1%
1	Lány	41	20,6%
	Fiú	38	19,1%
2	Lány	21	10,6%
	Fiú	14	7,0%
3	Lány	16	8,0%
	Fiú	5	2,5%
4	Lány	9	4,5%
	Fiú	4	2,0%
5	Lány	1	0,5%
	Fiú	2	1,0%
6	Lány	0	0,0%
	Fiú	2	1,0%
Összesen		193	100%

*IV. táblázat. Az Életmódprobléma- változó megoszlása nemek szerint (saját szerkesztés)*

Összegezve elmondható: az *Életmódprobléma- változó* statisztikai próbája közepes erősségű kapcsolata ( $p=0,044$ ;  $Cramer'sV=0,255$ ) megerősíti a jelen szakaszban vizsgált panaszok észlelésének tendenciáit, vagyis a lányok súlyosabb érintettségét, illetve a fiúk kevesebb problémáját és ennek legjellemzőbb megjelenési formáját, miszerint a semmilyen panasszal nem rendelkezők között jelentős a fiúk dominanciája.

### **3.5.A felkészülés problémái nemek szerinti bontásban**

#### *Fáradékonyság észlelése*

A fáradékonyságot mind fiúk, mind a lányok hasonlóan magas arányban jeleztek, de a fáradékonyság gyakoriságát figyelve már jelentős az eltérés a két nem között: a "gyakran" és a

"mindig válaszok" tekintetében a lányok érintettsége sokkal intenzívebb problémára utal, míg a fiúk esetében ez a jelenség ritkább.

		Lány	Fiú	Összesen
Fáradékonyság				
soha	N	11	16	27
	%	10%	16,4%	13%
ritkán	N	34	39	73
	%	30,9%	40,2%	35,3%
időnként	N	33	34	67
	%	30,0%	35,1%	32,4%
gyakran	N	24	7	31
	%	21,8%	7,2%	15,0
mindig	N	8	1	9
	%	7,3%	1,0%	4,3%
Összesen	N	110	97	207
	%	100%	100%	100%

V. táblázat. Fáradékonyság észlelése nemek szerint (saját szerkesztés)

#### A figyelmi panaszok észlelése

Következő elemünk, vagyis a *figyelmi panaszok* vizsgálatánál a súlyosbodó tünetek arányai kiegyenlítődni látszanak ugyan, ám a két minta alapján így is jól észlelhető a „soha” és „ritkán” válaszok magas aránya a fiú válaszadók körében.

		Lány	Fiú	Összesen
Figyelmi panaszok				
soha	N	17	22	39
	%	15,3%	22,7%	18,8%
ritkán	N	29	32	61

	%	26,1%	33,0%	29,3%
időnként	N	33	20	53
	%	29,7%	20,6%	25,5%
gyakran	N	22	16	38
	%	19,8%	16,5%	18,3%
mindig	N	10	7	17
	%	9,0%	7,2%	8,2%
Összesen	N	111	97	208
	%	100%	100%	100%

*VI. táblázat. Figyelmi panaszok észlelése nemek szerint (saját szerkesztés)*

#### *Memóriazavar és tanulási zavar észlelése*

A *memóriazavar* esetében érdemes kiemelnünk, hogy e szegmensnél a lányoktól valamivel kedvezőbb képet kaptunk, mely a skála mindkét pólusán érzékelhető. A vizsgált tételek rokonsága okán ugyanezt a tendenciát léthatjuk a *tanulási nehézség* adatai között is.

		Lány	Fiú	Összesen
Memóriazavar				
soha	N	29	32	61
	%	25,9%	33,0%	29,2%
ritkán	N	37	29	66
	%	33,0%	29,9%	31,6%
időnként	N	36	24	60
	%	32,1%	24,7%	28,7%
gyakran	N	5	7	12
	%	4,5%	7,2%	5,7%
mindig	N	5	5	10
	%	4,5%	5,2%	4,8%
Összesen	N	112	97	209
	%	100%	100%	100%

*VII. táblázat. Memóriazavar észlelése nemek szerint (saját szerkesztés)*

Tanulási nehézség		Lány	Fiú	Összesen
soha	N	35	37	72
	%	31,3%	37,8%	34,3%
ritkán	N	36	34	70
	%	32,1%	34,7%	33,3%
időnként	N	34	16	50
	%	30,4%	16,3%	23,8%
gyakran	N	5	7	12
	%	4,5%	7,1%	5,7%
mindig	N	2	4	6
	%	1,8%	4,1%	2,9%
Összesen	N	112	98	210
	%	100%	100%	100%

VIII. táblázat. Tanulási nehézség észlelése nemek szerint (saját szerkesztés)

#### A fizikai fájdalom észlelése

A fizikai *fájdalom* mutatói alapján a lányok ez esetben is nehezebb helyzetről számoltak be. A fiúk csoportja ugyanakkor minden skálaszinten kedvezőbb választ adott.

Fizikai fájdalom		Lány	Fiú	Összesen
soha	N	31	44	75
	%	27,9%	44,9%	35,9%
ritkán	N	30	25	55
	%	27,0%	25,5%	26,3%
időnként	N	23	17	40
	%	20,7%	17,3%	19,1%
gyakran	N	19	9	28
	%	17,1%	9,2%	13,4%

mindig	N	8	3	11
	%	7,2%	3,1%	5,3%
Összesen	N	11	98	209
	%	100%	100%	100%

IX. táblázat. Fizikai fájdalom észlelése nemek szerint (saját szerkesztés)

#### A Felkészülési probléma- változó

Az észlelések átlagos erőssége	Nem	N	%
1	Lány	9	4,3%
	Fiú	14	6,7%
2	Lány	51	24,3%
	Fiú	58	27,6%
3	Lány	38	18,1%
	Fiú	19	9,0%
4	Lány	14	6,7%
	Fiú	7	3,3%
Összesen		210	100%

X. táblázat. A Felkészülési probléma- változó megoszlása nemek szerint (saját szerkesztés)

Összességében megállapítható, hogy bár az öt vizsgált elemből három esetben (fáradékonyság, figyelmi zavarok és fizikai fáradtság) a keresztábra elemzés adatai a fiúk kedvezőbb helyzetére utalnak, a fenti megfigyelések közül egy statisztikailag mérhető kapcsolatot találtunk: a fáradékonyság ( $p=0,004$ ;  $Cramer'sV=0,272$ ) esetében közepesen erős együttjárást. E mutatóban a lányok szignifikánsan több panaszról számoltak be, mint fiú társaik. A *Felkészülési probléma- változó* közepese erősségű kapcsolata ( $p=0,025$ ;  $Cramer'sV=0,211$ ) megerősíti az elemek vizsgálati tendenciáját, így összességében a fiúk kedvezőbb helyzetéről tanúskodik.

### 3.6. Téthelyzeti (koncert/vizsga) problémák nemek szerinti bontásban

#### A figyelmi panaszok észlelése

A téthelyzeti *figyelmi panaszok* esetében a fiúk kevésbé érintettek. E tendencia a gyakoriság növekedési szintjeivel a lányokhoz képest egyre karakteresebbé válik: az állandósulás esetén a különbség igen jelentősnek mutatkozik.

		Lány	Fiú	Összesen
Figyelmi panaszok				
soha	N	32	38	70
	%	28,6%	38,8%	33,3%
ritkán	N	39	45	84
	%	34,8%	45,9%	40,0%
időnként	N	15	8	23
	%	13,4%	8,2%	11,0%
gyakran	N	16	7	23
	%	14,3%	7,1%	11,0%
mindig	N	10	0	10
	%	8,9%	0,0%	4,8%
Összesen	N	112	98	210
	%	100%	100%	100%

*XI. táblázat. Figyelmi panaszok észlelése nemek szerint (saját szerkesztés)*

#### *A memóriazavar észlelése*

A *memóriazavar* adatai szerint a kép jóval árnyaltabb, mint a megelőző adatsoré. Ez esetben a soha nem tapasztalt tünetek tekintetében a lányok válaszai kedvezőbb arányszámokat mutatnak a fiúkénál. A tendencia ugyanakkor megfordul a gyakoribb észleléseknél. Ha nem is jelentős, de mérhető különbséget jelez a fiúk javára.

		Lány	Fiú	Összesen
Memóriazavar				
soha	N	36	31	67

	%	32,1%	32,0%	32,1%
ritkán	N	29	34	63
	%	25,9%	35,1%	30,1%
időnként	N	31	25	56
	%	31,3%	21,6%	26,8%
gyakran	N	7	7	14
	%	6,3%	7,2%	6,7%
mindig	N	5	4	9
	%	4,5%	4,1%	4,3%
Összesen	N	112	97	209
	%	100%	100%	100%

*XII. táblázat. Memóriazavar észlelése nemek szerint (saját szerkesztés)*

*Az indokolatlan mértékű lámpaláz észlelései*

Az indokolatlanul nagymértékű lámpaláz észlelési arányai újfent meglehetősen kontrasztos eredményeket adtak. A fiúk válaszai között ez esetben is markáns pozitív különbséget detektálhattunk.

		Lány	Fiú	Összesen
Túlzott lámpaláz				
soha	N	22	31	53
	%	19,6%	31,6%	25,2%
ritkán	N	20	26	46
	%	17,9%	26,5%	21,9%
időnként	N	18	18	36
	%	16,1%	18,4%	17,1%
gyakran	N	20	11	31
	%	17,9%	11,2%	14,8%
mindig	N	32	12	44
	%	28,6%	12,1%	21,0%
Összesen	N	112	98	210



	%	100%	100%	100%
--	---	------	------	------

XIII. táblázat. Indokolatlan mértékű lámpaláz észlelése nemek szerint (saját szerkesztés)

A Téthelyzeti probléma- változó

Az észlelések átlagos erőssége	Nem	N	%
1	Lány	20	9,5%
	Fiú	25	11,9%
2	Lány	36	17,1%
	Fiú	44	21,0%
3	Lány	31	14,8%
	Fiú	20	9,5%
4	Lány	21	10,0%
	Fiú	9	4,3%
5	Lány	4	1,9%
	Fiú	0	0,0%
Összesen		210	100%

XIV. táblázat. A Téthelyzeti probléma- változó megoszlása nemek szerint (saját szerkesztés)

Az eredményekből látható, hogy a téthelyzeti problémák vizsgálata a felkészülés panaszainak vizsgálatához hasonlóan a lányok nagyobb érintettségére felé mutat. Részleteiben elmondható, hogy a memóriazavar kiegyenlített adatai mellett a három vizsgált elemből kettőben hasonló eredmény született, melyet a statisztikai vizsgálat is megerősített. Míg a memóriazavar esetében nem mutatható ki kapcsolat ( $p=0,506$ ; Cramer'sV=0,126), a figyelmi panaszok ( $p=0,003$ ; Cramer'sV=0,274) és a túlzott mértékű lámpaláz ( $p=0,011$ ; Cramer'sV=0,250) egyaránt közepesen erős együttállást jelzett. E tendenciákat erősíti a Téthelyzeti probléma- változó közepesen erős szignifikanciája ( $p=0,020$ ; Cramer'sV=0,235).

#### 4. Összefoglalás

Összevetésünk jelen kutatás keretein belül tételesen cáfolja a gyakran megfogalmazott „lusta fiúk, szorgos lányok” sztereotípiát. A lányok statisztikai szinten igazolt minimálisan több közismereti tárgy- tanulásától eltekintve semmi nem utal az intézményi keretek közt elvárt,

vagy elvárható kötelezettségek teljesítési szintjeinek nemek közti különbségére, mi több: a fiúk a többi mutatóban (jóllehet statisztikailag nem megerősíthetően) jobban teljesítettek. Ugyanakkor jelentős eltéréseket mértünk a szabadidő eltöltésének sportolási szokásokra vonatkozó szegmensében. A fiúk minden vizsgált elemben jelentősen nagyobb aktivitást mutattak. Ugyancsak kontrasztosak a két nem észlelt panaszainak mennyiségi mutatói mindhárom vizsgált területen. Így összességében elmondható: a megfigyelt jelenségek és összefüggések okán mindenképp szükségessé válhat a tanulmány címében megfogalmazott azon sztereotíp elképzeléseink felülbírálata, melyek érdekes mód direkt módon a közösség fiú tagjait, indirekt módon ennél talán még súlyosabban annak lány tagjait sújtják.

## **Bibliográfia**

-BIANCO, Valentina, BERCHICCI, Marika, PERRI, Rinaldo Livio, QUINZI, Federico, DI RUSSO, Francesco (2017): Exercise-related cognitive effects on sensory-motor control in athletes and drummers compared to non-athletes and other musicians. In: *Neuroscience* Volume 360, 30 September 2017, Pages 39-47.

<https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0306452217305365> [2021.01.20.]

-CHAN, Clifton, ACKERMANN, Bronwen (2014): Evidence-informed physical therapy management of performance-related musculoskeletal disorders in musicians. In: *Frontiers in Psychology* 2014/5. Article 706.

<https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsyg.2014.00706/full> [2022.04.13.]

-CSÓTI Andrea Tünde (2021): *A zenekari művészek megbetegedéseinek közvetlen háttere és ajánlás a Kovács-Módszer alkalmazására*. Szakdolgozat. ELTE BTK Művészetközvetítő és Zenei Intézet Zenei munkaképesség-gondozó Szakirányú Továbbképzés.

<http://www.kovacsmethod.com/magyar/dolgozatok-m.htm> [2022.02.01.]

-DAVIES, Stephen (1994): *Musical Meaning and Expression*. Ithaca (New York): Cornell University Press.

-DOBOS Bianka (2018): A zenei teljesítményszorongás (lámpaláz) kezelési és preventív módszerei. In: *Parlando* 2018/3. [https://www.parlando.hu/2018/2018-8/Dobos\\_Bianka.pdf](https://www.parlando.hu/2018/2018-8/Dobos_Bianka.pdf) [2022.01.11.]

- FALUS András (szerk.) (2016): *Zene és egészség*. Kossuth Kiadó, Budapest.
- FRANCZEL Ágnes (2017): *"Zeneszerű" életmód a mindennapokban*. Szakdolgozat. Liszt Ferenc Zeneművészeti egyetem, Zenei munkaképesség-gondozás Szakirányú Továbbképzés Program. <http://www.kovacsmethod.com/magyar/Dolgozatok/FRANCZEL%20AGNES.pdf> [2020.11.19.]
- GREEF, Mathieu de, WIJCK, Ruud van, REYNDERS, Koop, TOUSSAINT, Joost, HESSELING, Rike (2003): Impact of the Groningen Exercise Therapy for Symphony Orchestra Musicians Program on Perceived Physical Competence and Playing-Related Musculoskeletal Disorders of Professional Musicians. In: *Source: Medical Problems of Performing Artists*, Volume 18, Number 4, 1 December 2003, pp. 156-160(5).  
<https://www.ingentaconnect.com/content/scimed/mppa/2003/00000018/00000004/art00006>  
[2021.02.09.]
- GYÖMBÉR Noémi, KOVÁCS Krisztina, TÓVÁRI Zsuzsanna, DR. LÉNÁRT Ágota, HEVESI Krisztina, MENCZEL Zsuzsanna (2012): *Fejben dől el- Sportpszichológia mindenkinek*. Noran Libro, Budapest 2012.
- HINLEY, Liz (2018): Music and Sports: Why Do Both? In: *Alfred Music Musical B*. New York, USA. <https://www.alfred.com/blog/music-and-sports-why-do-both/> [2020.11.14.]
- HOFMANN, Annette R., MILLER, Monika (2018): Sport and Art: An Unexplored Connection. In: *The International Journal of the History of Sport*, 35:17-18, 1673-1674. <https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/09523367.2019.1647730> [2022.06.10.]
- HORNYÁK Erika (2019): A zenekari zenészek egészségügyi problémái. In: *Parlando* 2020/4. [https://www.parlando.hu/2020/2020-4/Hornyak\\_Erika.pdf](https://www.parlando.hu/2020/2020-4/Hornyak_Erika.pdf) [2022.07.03.]
- KELEMEN Zita (2017): *Életmód és tartáshibák összefüggése, felső tagozatosok körében*. Szakdolgozat. Miskolci Egyetem Egészségügyi Kar Ápolás és Betegellátás Szak Gyógytornász Szakirány. <http://midra.uni-miskolc.hu/document/25937/21250.pdf> [2022.06.27]
- KELLER Veronika, DERNÓCZY-POLYÁK Adrienn (2017): *Fiatalok sportolási szokásai generációs megközelítésben*. Publikáció a Széchenyi István Egyetem által az EFOP 3.6.1-16-2016-00017 „Nemzetközisítés, oktatói, kutatói és hallgatói utánpótlás megteremtése, a tudás és technológiai transzfer fejlesztése, mint az intelligens szakosodás eszközei a Széchenyi István Egyetemen” című uniós projekt keretében.

[https://kgk.sze.hu/images/dokumentumok/kautzkiadvany2017/Keller\\_Dernoczy\\_Kautz\\_2017.pdf](https://kgk.sze.hu/images/dokumentumok/kautzkiadvany2017/Keller_Dernoczy_Kautz_2017.pdf)

[2019.11.10.]

-KÉRINGER Gábor (2020): Kik a komolyzenészek? – Egy kultúráközvetítő közösség elhelyezkedése és státusza a XXI. század elején. in: *Parlando* 2020/2. szám)

-KÉRINGER Gábor (2019): Nem csak fejben dől el. Mozgás és sportolási szokások a zenei pályára készülő 14- 20 éves korosztályban. In: *Parlando* 2019/3.

[https://www.parlando.hu/2019/2019-3/Keringer\\_Gabor.htm](https://www.parlando.hu/2019/2019-3/Keringer_Gabor.htm) [2020.03.06.]

-KÉRINGER Gábor (2023): Varázsló, pap, mester, művész- A zenész-kép történelmi változásai.

In: *Parlando* 2023/1. [https://www.parlando.hu/2023/2023-1/Keringer\\_Gabor.pdf](https://www.parlando.hu/2023/2023-1/Keringer_Gabor.pdf)

[2023.01.30.]

-KODÁLY Zoltán (1959): A zeneművészeknek is szükségük van rendszeres sportolásra. In: *Parlando* 1960/3. (Eredeti cikk: Sport és Tudomány című folyóirat 1959. december havi számából) <https://www.parlando.hu/Zenemuvesz603.htm> [2019.11.11.]

-MASOPUST Katalin (2011): *A zenei munkaképesség-gondozás alkalmazása a pedagógia különböző területein*. Doktori (PhD) disszertáció. Eötvös Lóránt Tudományegyetem Pedagógiai és Pszichológiai Kar Neveléstudományi Doktori Iskola.

[https://edit.elte.hu/xmlui/bitstream/handle/10831/45512/Kd\\_11979.pdf?sequence=1](https://edit.elte.hu/xmlui/bitstream/handle/10831/45512/Kd_11979.pdf?sequence=1)

[2020.05.04.]

-PÁSKUNNÉ KISS Judit (2014): *A tehetséggondozó szolgáltatásokhoz történő hozzáférés pszichológiai és szociológiai tényezői*. Kutatási beszámoló. Debreceni Egyetem. Debrecen.

[http://www.mateh.hu/tehetsegkonyvtar/Konyvek/Paskune\\_teljes\\_kotet.pdf#page=9](http://www.mateh.hu/tehetsegkonyvtar/Konyvek/Paskune_teljes_kotet.pdf#page=9)