Osobine ličnosti i motivacijske dimenzije kod košarkaša različitih dobnih skupina i pozicija u igri

Trninić, Marko

Doctoral thesis / Disertacija

2015

Degree Grantor / Ustanova koja je dodijelila akademski / stručni stupanj: **University of Split, Faculty of Kinesiology / Sveučilište u Splitu, Kineziološki fakultet**

Permanent link / Trajna poveznica: https://urn.nsk.hr/urn:nbn:hr:221:822397

Rights / Prava: In copyright / Zaštićeno autorskim pravom.

Download date / Datum preuzimanja: **2024-03-29**

Repository / Repozitorij:

Repository of Faculty of Kinesiology, University of Split

SVEUČILIŠTE U SPLITU

KINEZIOLOŠKI FAKULTET

MARKO TRNINIĆ

Osobine ličnosti i motivacijske dimenzije kod košarkaša različitih dobnih skupina i pozicija u igri

DOKTORSKA DISERTACIJA

SPLIT, 2015.

Dana 03. lipnja 2015. godine, Marko Trninić, mag.cin., **obranio** je doktorsku disertaciju pod naslovom:

OSOBINE LIČNOSTI I MOTIVACIJSKE DIMENZIJE
KOD KOŠARKAŠA RAZLIČITIH DOBNIH SKUPINA I POZICIJA U IGRI

pod mentorstvom dr.sc. Zvjezdana Penezića,
izvanrednog profesora Odjela za psihologiju Sveučilišta u Zadru,
i sumentorstvom dr.sc. Maria Jeličića,
izvanrednog profesora Kineziološkog fakulteta u Splitu

javnom obranom pred Stručnim povjerenstvom u sastavu:

1. dr.sc. Goran Gabrilo, docent Kineziološkog fakulteta u Splitu, predsjednik
2. dr.sc. Mario Jeličić, izvanredni profesor Kineziološkog fakulteta u Splitu, član
3. dr.sc. Vladan Papić, redoviti profesor Fakulteta elektrotehnike, strojarstva i brodogradnje u Splitu, član
4. dr.sc. Đurđica Miletić, redoviti profesor Kineziološkog fakulteta u Splitu, član
5. dr.sc. Hrvoje Karninčić, docent Kineziološkog fakulteta u Splitu, član

Pozitivno izvješće Povjerenstva za ocjenu doktorske disertacije prihvaćeno na sjednici Fakultetskog vijeća održanoj dana 27. svibnja 2015. godine.

SVEUČILIŠTE U SPLITU

KINEZIOLOŠKI FAKULTET

MARKO TRNINIĆ

Osobine ličnosti i motivacijske dimenzije kod košarkaša različitih dobnih skupina i pozicija u igri

DOKTORSKA DISERTACIJA

Mentor: izv.prof.dr.sc. Zvjezdan Penezić

Sumentor: izv.prof.dr.sc. Mario Jeličić

SPLIT, 2015.

UNIVERSITY OF SPLIT

FACULTY OF KINESIOLOGY

MARKO TRNINIĆ

Personality traits and motivational dimensions among basketball players of different age groups and positions

DOCTORAL THESIS

Mentor: Zvjezdan Penezić, Ph.D., associate professor

Co-mentor: Mario Jeličić, Ph.D., associate professor

SPLIT, 2015.

ZAHVALE

Posebnu zahvalnost dugujem mentoru prof.dr.sc. Zvjezdanu Peneziću na usmjerenju i nesebičnoj pomoći koju mi je pružio pri oblikovanju doktorske disertacije, kao i sumentoru prof.dr.sc. Mariu Jeličiću na poticaju i podršci prilikom stvaranja ovog rukopisa.

Iskreno zahvaljujem prof.dr.sc. Ani Proroković na pomoći i korisnim savjetima pri obradi podataka te prof.dr.sc. Vladanu Papiću na važnim smjernicama prilikom oblikovanja brojnih modela.

Želio bih se zahvaliti mojem ocu Slavku na velikoj pomoći i izuzetnim životnim savjetima koji su stalna inspiracija u mom radu, majci Danici na podršci tijekom pisanja doktorske disertacije, kao i sestri Viktoriji za pomoć pri testiranju.

Zahvaljujem članovima Stručnog povjerenstva za ocjenu doktorske disertacije na konstruktivnim primjedbama i savjetima u svrhu poboljšanja rada.

Na kraju bih se zahvalio svim juniorskim i seniorskim košarkašima i njihovim trenerima koji su sudjelovali u ovom istraživanju.

SAŽETAK

Temeljne osobine ličnosti i motivacijske dimenzije važne su odrednice konzistentnosti ili stabilnosti izvedbe i sportskog postignuća u interakcijskim sportovima. Pregledom dosadašnjih istraživanja vidljivo je da nedostaju ispitivanja razlika u temeljnim osobinama ličnosti i motivacijskim dimenzijama između igrača u košarkaškoj igri juniorske i seniorske dobi te između igrača na različitim pozicijama u igri. Također, neopravdano su zanemarena istraživanja o povezanosti između osobina ličnosti i motivacijskih dimenzija kod košarkaša.

U ovom istraživanju korišten je petofaktorski model, kao i teorije motivacije za postignućem (teorija potrebe za postignućem i teorija ciljnog postignuća).

Cilj ovog istraživanja bio je trojak: provjeriti metrijske karakteristike primjenjenih upitnika, utvrditi razlikuju li se igrači s obzirom na dob i pozicije u igri u osobinama ličnosti i motivacijskim dimenzijama te ispitati postoji li povezanost između osobina ličnosti i motivacijskih dimenzija na uzorku košarkaša.

U istraživanju je sudjelovalo 168 košarkaša (88 juniorske i 80 seniorske dobi) te su primjenjeni sljedeći upitnici: Upitnik za mjerenje „Velikih pet“ faktora ličnosti (*Big Five Inventory - BFI;* Benet-Martinez i John, 1998), Upitnik sportske motivacije (*Sport Attitudes Inventory - SAI;* Willis, 1982), Upitnik *task* i *ego* orijentacije u sportu (*Task and ego orientation in sport questionnaire - TEOSQ;* Duda, 1989). Evaluacija korištenih mjernih instrumenata potvrdila je da su mjere zadovoljavajuće ili dobre s obzirom na pouzdanost i valjanost.

Dobiveni rezultati u području ispitivanja razlika nisu u potpunosti potvrdili očekivane razlike u stupnju izraženosti s obzirom na pozicije u igri, niti s obzirom na dobne skupine. Istraživački nalazi pokazuju kako vanjski igrači u košarci imaju višu razinu osobine Savjesnost u odnosu na unutarnje igrače. Seniorske igrače, u odnosu na juniorske, obilježava niža razina Neuroticizma, tj. viša Emocionalna stabilnost. Isto tako, kod osobine Neuroticizam utvrđena je značajna interakcija između dobi i pozicija u košarkaškoj igri. U području motivacijskih dimenzija dobiveni rezultati upućuju da vanjski igrači, u odnosu na unutarnje, imaju veći stupanj izraženosti motiva za postizanje uspjeha i motiva za postizanje dominacije. Također, kod motiva za postizanje dominacije postoji značajna interakcija između dobi i pozicija u igri. Nalazi pokazuju da igrači juniorske dobi, u odnosu na seniorsku, imaju izraženiju ciljnu usmjerenost na ishod.

Rezultati korelacijskih analiza u području osobina ličnosti su potvrdili da je Ekstraverzija u umjerenoj pozitivnoj korelaciji s osobinama Savjesnost i Otvorenost, dok je povezanost osobine ličnosti Neuroticizam s osobinom Ugodnost i Savjesnost negativna. Također, osobina Savjesnost je umjereno pozitivno povezana s osobinama Ugodnost i Otvorenost.

U području motivacijskih dimenzija utvrđeno je da postoji pozitivna povezanost motiva za postizanje uspjeha i ciljne usmjerenosti na zadatak. Također, dobivena je umjerena pozitivna korelacija motiva za postizanje dominacije s motivom za postizanje uspjeha i ciljnom usmjerenosti na zadatak.

Rezultati korelacijskih analiza upućuju da postoji umjerena pozitivna povezanost između motiva za postizanje uspjeha i motiva za postizanje dominacije s osobinama Ekstraverzija, Savjesnost i Otvorenost. Isto tako, potvrđena je umjerena pozitivna povezanost motiva za izbjegavanje neuspjeha s osobinom Neuroticizam. Također, ciljna usmjerenost na zadatak je u srednjoj pozitivnoj korelaciji sa osobinom Savjesnost.

Kanoničkom korelacijskom analizom dobivena su dva para kanoničkih faktora. Prvi par kanoničkih faktora u domeni osobina ličnosti u najvećoj mjeri određuju varijable Savjesnost i Ekstraverzija, te u manjoj mjeri Otvorenost, kao i motivacijske dimenzije motiv za postizanje dominacije, motiv za postizanje uspjeha i ciljna usmjerenost na zadatak što upućuje na predisponiranost za prilazeće ponašanje. Drugi par kanoničkih faktora u području osobina ličnosti primarno je određen varijablom Neuroticizam te u manjoj mjeri varijablama Ugodnost i Savjesnost (na negativnom polu), kao i motivom za izbjegavanje neuspjeha i ciljnom usmjerenosti na ishod što podrazumijeva predisponiranost za izbjegavajuće ponašanje.

Zaključno, preporuke izvedene iz implikacija istraživanja mogu biti primjenjive pri oblikovanju selekcije igrača te u upravljanju procesom cjelovite sportske pripreme koji je usmjeren na povećanje razine stvarne kvalitete igrača u košarci. U konačnici, u radu su opisana ograničenja i smjernice za buduća istraživanja.

Ključne riječi: ličnost, petofaktorski model ličnosti, potreba za postignućem, ciljna usmjerenost, dob, pozicije u igri, košarka

ABSTRACT

The basic personality traits and motivational dimensions are important determinants of consistency or stability of performance and sport achievements in interactive sports. A review of previous research shows the lack of examinations of the differences in basic personality traits and motivational dimensions between players in basketball junior and senior age groups, and between players in different positions in the game. Also, research on the relationships between personality traits and motivational dimensions of basketball players are unjustifiably neglected.

In this research we used the five-factor model, as well as theories of achievement motivation (need achievement theory and achievement goal theory).

There are three goals of this research: to assess the measurement properties of the applied inventories, to establish whether the players differ in personality traits and motivational dimensions with respect to age and position in the game and examine whether there is a correlation between personality traits and motivational dimensions on the sample of basketball players.

The study included 168 players (88 junior and 80 senior age) and were administered the following questionnaires: Big Five Inventory - BFI (Benet-Martinez and John, 1998), Sports attitudes Inventory - SAI (Willis, 1982), Task and ego orientation in sport questionnaire - TEOSQ (Duda, 1989). Evaluation of the applied measured instruments showed that measures were acceptable or good with regard to reliability and validity.

The results obtained in the tests of differences not fully confirmed the expected differences in the reached level of traits and motivational dimensions with respect to the position in the game and with respect to age groups. Research findings show that outside players in basketball have higher levels of Conscientiousness traits than inside players. Senior players, in relation to junior, are characterized by a lower level of Neuroticism, ie. higher Emotional stability. Also, with the trait Neuroticism, there is a significant interaction between age and position in the basketball game. In the motivational dimension domain obtained results suggest that outside players in relation to the inside show higher degree of expression of motives to achieve success and motives to achieve dominance. Also, with the motive to achieve dominance, there is a significant interaction between age and position in the game. Findings show that junior age players, in relation to the senior, have more expressed outcome goal orientation or competition goal orientation.

Results of correlation analysis in the personality traits domain confirmed that Extraversion is in a moderate positive correlation with the traits of Conscientiousness and Openness, whereas the correlation between personality trait Neuroticism and Agreeableness and Conscientiousness is negative. Also, traits Conscientiousness is moderately positively correlated with traits Agreeableness and Openness.

In the motivational dimension domain, it was found that there is a positive correlation between motive to achieve success and task goal orientation or mastery goal orientation. Also, moderate positive correlation between motive to achieve dominance and motive to achieve success and task goal orientation was obtained.

Results of correlation analysis show that there is a moderate positive correlation between motive to achieve success and motive to achieve dominance with traits of Extraversion, Conscientiousness and Openness. Likewise, the moderate positive correlation between motive to avoid failure and trait Neuroticism was obtained. Also, task goal orientation is in the medium positively correlated with trait Conscientiousness.

Canonical correlation analysis resulted in two pairs of canonical factors. First pair of canonical factors in the domain of personality traits mostly determine variables Conscientiousness and Extraversion, and to a lesser extent, Openness as well as motivational dimensions: motive to achieve dominance, the motive to achieve success and task goal orientation suggesting a predisposition for the approaching behavior. Second pair of canonical factors in the personality trait domain is primarily determined by variable Neuroticism and to a lesser extent by variables Agreeableness and Conscientiousness (on the negative pole) as well as by motive to avoid failure and by outcome goal orientation implying predisposition for avoiding behavior.

Inclusive, recommendations derived from the implications of the research may be applicable in the forming of the selection of players, as well as in the management of the integral sport preparation process which is focused on increasing the level of actual quality of basketball players. Finally, the paper describes the limitations and future directions for research.

Key words: personality, five-factor model, need achievement, goal orientation, age, player positions, basketball

SADRŽAJ

1. UVOD 1

1.1. Sportska aktivnost 2

1.1.1. Kolektivne sportske igre kao adaptivni, složeni i dinamički sustavi 3

1.1.1.1. Momčadske sportske igre 4

1.1.1.1.1. Košarkaška igra 8

1.1.1.1.1.1. Temeljni tipovi igrača u košarkaškoj igri 11

1.2. Ličnost 14

1.2.1. Osobinski modeli ličnosti 40

1.2.1.1. Petofaktorski model ličnosti 41

1.2.1.1.1. Opis pet temeljnih osobina ličnosti 45

1.3. Motivacija 51

1.3.1. Motivacija u sportu 55

1.3.2. Teoretski okvir istraživanja motivacijskih dimenzija 58

1.3.2.1. Teorija potrebe za postignućem 63

1.3.2.2. Teorija ciljnog postignuća 68

2. DOSADAŠNJA ISTRAŽIVANJA 81

2.1. Razlike u ličnosti prema vrsti populacije 82

2.1.1. Razlike između sportaša i nesportaša 82

2.1.2. Razlike između muškaraca i žena u sportu 83

2.1.3. Razlike između sportaša s obzirom na vrstu sporta 83

2.1.4. Razlike između igrača na temelju pozicija u igri 85

2.1.5. Dobne razlike u ličnosti 86

2.2. Povezanost između psiholoških obilježja 89

2.2.1. Povezanost osobina ličnosti i motivacijskih dimenzija 89

2.2.2. Povezanost između temeljnih osobina ličnosti 91

2.2.3. Povezanost motivacijskih dimenzija 93

2.3. Povezanost ličnosti i izvedbe u sportu 94

2.4. Ličnost, sudjelovanje u sportu i tjelesnom vježbanju 99

3. POLAZIŠTE NA OSNOVI DOSADAŠNJIH ISTRAŽIVANJA 104

4. ZNAČAJNOST STUDIJE 105

5. CILJEVI, PROBLEMI I HIPOTEZE ISTRAŽIVANJA 107

5.1. Ciljevi istraživanja 107

5.2. Problemi i hipoteze istraživanja 107

6. METODE RADA 109
6.1. Uzorak ispitanika 109
6.2. Uzorak varijabli 110
6.3. Instrumenti 110
6.4. Metode analize podataka 113
6.5. Postupak istraživanja 114
7. REZULTATI 115
7.1. Metrijske karakteristike mjernih instrumenata 115
7.1.1. Pouzdanost 116
7.1.2. Valjanost 118
7.2. Deskriptivna analiza varijabli 123
7.3. Razlike između igrača različite dobi i pozicija u igri u osobinama ličnosti 124
7.4. Razlike između igrača različite dobi i pozicija u igri u motivacijskim dimenzijama 127
7.5. Relacije između osobina ličnosti i motivacijskih dimenzija 130
8. RASPRAVA 133
8.1. Razlike između igrača različite dobi i pozicija u igri u osobinama ličnosti 136
8.2. Razlike između igrača različite dobi i pozicija u igri u motivacijskim dimenzijama 147
8.3. Relacije između osobina ličnosti i motivacijskih dimenzija 155
8.4. Ograničenja istraživanja 177
8.5. Implikacije 179
8.6. Smjernice za buduća istraživanja 192
9. ZAKLJUČAK 198
10. LITERATURA 200
11. PRILOZI 239
Životopis 250

1. UVOD

Osobine ličnosti (temeljne i specifične) i motivacijske dimenzije vjerojatno određuju u kojoj mjeri će pojedini sportaš izraziti kognitivni, motoričko-funkcionalni i morfološki potencijal, osobito u situacijama trenažnog i natjecateljskog stresa (npr. Neuroticizam) te napredovati u izvedbi (npr. visoka Savjesnost, visok motiv za postizanje uspjeha i visoka ciljna usmjerenost na zadatak ili učenje).

Koncept osobina ličnosti pretpostavlja slične reakcije u nizu različitih situacija (Pervin, Cervone i John, 2008) i u skladu s tim, postojanje određene osobine ličnosti pokazuje se putem dosljednih obrazaca ponašanja (Cervone i Pervin, 2008). Također, osobine ličnosti su kontinuirane i bipolarne dimenzije prema kojima se sportaši, u odnosu na dobne skupine i pozicije u igri, mogu uspoređivati.

Nadalje, brojne povijesne i suvremene teorije motivacije definiraju motivaciju kao jedinstven koncept fokusirajući se prije svega na *količinu* motivacije koju ljudi (sportaši) imaju za određena ponašanja ili aktivnosti (Alispahić, 2013). S tim u vezi, motivacija se smatra ključnim faktorom sportskog uspjeha; brojni se istraživači, treneri i sportaši slažu da se promjene u razini motivacije neposredno odražavaju na svim područjima sportskog funkcioniranja (Lazarević, 1981; Tušak, 1997; Barić, 2007).

Pretpostavlja se da bi sportaši koji sustavno treniraju i natječu se u sportskom klubu u juniorskoj 1. ligi i seniorskoj A-1 ligi morali imati određenu kombinaciju izraženosti pojedinih osobina ličnosti i motivacijskih varijabli, a da bi ostvarili potencijal i bili učinkoviti u načinu treniranja i pokazateljima individualne i timske izvedbe. Pritom je za kineziologiju, kao i psihologiju sporta i vježbanja, između ostalog, bitno koju kombinaciju i razinu razvijenosti psiholoških obilježja bi trebali imati juniori da bi imali adaptivan obrazac ponašanja i uspješan prijelaz u seniorsku košarku. Važno je istaknuti kako je ponašanje u interakcijskim sportovima multikauzalne prirode te da nikada ne ovisi samo o osobinama ličnosti i motivacijskim dimenzijama, već i o sklopovima antropoloških dimenzija i njihovoj interakciji sa okolinom (integrativan pristup u kineziologiji).

Pritom u sportskom okruženju izvedbu i natjecateljski uspjeh određuju kapacitet sportaša i cijele momčadi. Tako primjerice, sposobnost da se sportaš učinkovito adaptira na trenažni i natjecateljski stres te da je visoko savjestan, emocionalno stabilan te ciljno usmjeren na zadatak može biti temeljna odrednica napredovanja sportaša, kao i preduvjet sportskog

postignuća. S tim u vezi, i razina razvijenosti morfoloških osobina, motoričko-funkcionalnih sposobnosti, perceptivnih, kognitivnih i emocionalnih vještina čine determinante sportske izvedbe.

U elitnom sportu puno pažnje posvećuje se i dimenzijama koje određuju kvalitetu individualne i timske izvedbe, a što uključuje utjecaj temeljnih i specifičnih osobina ličnosti, kao i motivacijskih dimenzija. Da bi se istražile osobine ličnosti i motivacijske dimenzije, u sklopu teoretskog okvira ovog rada, koristiti će se osobinski pristup (petofaktorski model ličnosti) i dvije teorije koje pripadaju području teorija motivacije za postignućem: teorije potrebe za postignućem i teorije ciljnog postignuća.

1.1. Sportska aktivnost

Sport se određuje kao svaka visoko strukturirana, cilju usmjerena fizička aktivnost određena pravilima koja traži visoku razinu predanosti, poprima oblik borbe sa sobom ili uključuje natjecanje s drugima, ali isto tako ima neke karakteristike igre (Kent, 1998). Nadalje, autor tvrdi kako sport uključuje ili energičan fizički napor ili korištenje relativno složenih fizičkih vještina od strane pojedinaca čije je sudjelovanje motivirano kombinacijom intrinzičnog zadovoljstva povezanog s aktivnošću samoj po sebi i vanjskih nagrada stečenih kroz sudjelovanje.

Horga (1993, str. 187) navodi kako su „sportska aktivnost sama po sebi i svi njezini elementi (trening, natjecanje, druženje, pobjeda, poraz, napredovanje, stagnacija, nagrada i drugi) svakodnevno podvrgnuti provjeri samog sportaša: da li ispunjavaju njegove želje i potrebe, da li ga povremeno više ili manje razočaravaju, da li su dovoljno atraktivni da smanjuju privlačnu moć drugih aktivnosti.“ Autorica upućuje da je temelj sportske motivacije osjećaj zadovoljstva koji proizlazi iz zadovoljavanja pojedinih motiva sportaša u kontekstu sportske aktivnosti.

Sportsku aktivnost obilježavaju natjecateljska uspješnost i neuspješnost koje utječu na variranje intenziteta motivacije sportaša o kojem ovise, ne samo sportaševa karijera, već i njegova izvedba i sportsko postignuće.

1.1.1. Kolektivne sportske igre kao adaptivni, složeni i dinamički sustavi

Sustave u sportu možemo podijeliti na jednostavne i složene, a razlikuju ih određene karakteristike. Pritom, teorija kompleksiteta osim strukture uključuje koherentnost i samoorganiziranost takvih adaptivnih sustava koji mogu imati slojevite organizacijske razine. Lebed i Bar-Eli (2013) navode kako momčadske sportske igre kao složene sustave obilježavaju modeli taktike igre, sustav sportske institucije te sustav utakmice. Osim navedenog, autori tvrde da je momčad nelinearni, dinamički sustav koji se sastoji od više pojedinaca koji su u međuodnosu, a njihova međusobna djelovanja su nelinearna. S tim u vezi, teorije dinamičkih sustava omogućavaju novu perspektivu razumijevanja strukture momčadskih sportskih igara (Lames i McGarry, 2007).

Nadalje, istraživači navode kako dinamički sustavi sportaš i momčad imaju karakteristike složenih sustava koji su samoorganizirani i samoregulirani (Lebed, 2007; McGarry i Franks, 2007; Lebed i Bar-Eli, 2013). Autori upućuju kako su igrač i momčad sposobni sami organizirati obrasce ponašanja bez utjecaja vanjskog faktora kao odgovor na podražaj (situacija). Također, autori sugeriraju da su veze u složenim sustavima nelinearne, a vrste vanjskih poveznica sa okolinom linearne i nelinearne. S tim u vezi, nelinearnost složenih sustava izražena je u njihovim nepredvidljivim učincima.

Isto tako, bitna kvaliteta složenih sustava je njihova nelinearna i dinamička priroda (Carver i Scheier, 1998; Guastello, 2000). Također, složeni sustavi su otvoreni sustavi u kojima postoje mnoge direktne i indirektne povratne petlje (Dežman, 1999; Cilliers, 2005). Lebed i Bar-Eli (2013) upućuju da multiplikativne interakcije između različitih sastavnica sustava sudjeluju u nelinearnim sustavima što je u suprotnosti s aditivnim pristupom linearnih sustava. Trninić, Jeličić i Papić (2015) navode da nelinearnost može bolje opisati ponašanje kompleksnih sustava koji imaju velik broj unutarnjih elemenata. Nadalje, autori tvrde da pretpostavka linearnog odnosa može biti polazišna točka u slučajevima kada postoji nedostatna količina informacija da bi se mogao odrediti odnos između komponenata sustava (Trninić, Jeličić i Papić, 2015).

Međutim, potrebno je istaknuti kako linearni model, koji je dominantno prisutan u objašnjavanju čimbenika uspješnosti u sportu, ne objašnjava interakciju unutarnjih i vanjskih čimbenika natjecateljske uspješnosti (Trninić, Jelaska i Papić, 2009). Za razliku od linearnog, nelinearni model omogućava primjereniji uvid i razumijevanje višestrukih interakcija između unutarnjih i vanjskih čimbenika koji čine odrednice izvedbe i sportskog postignuća. Svrha moderne znanosti je razumjeti nelinearne odnose koji obilježavaju složene sustave,

uključujući i one ljudske (Lane i Corrie, 2006). U konačnici, autori tvrde kako novu znanost obilježava njen holistički pogled na svijet.

1.1.1.1. Momčadske sportske igre

Momčadski sportovi pripadaju grupi složenih motoričkih aktivnosti u kojoj se obrazac akcija temelji na suradnji i suprotstavljanju (dinamička interakcija) te je prisutna neizvjesnost u odnosu na suigrače i protivnika, kao i u kriteriju suđenja. Timske sportove obilježava višestruka verbalna i neverbalna komunikacija, a glavni nositelj informacija je položaj lopte koji određuje način sudjelovanja igrača u akcijama te način kontrole prostora (obrana) i korištenja prostora (napad) od strane momčadi koje participiraju u igri.

Kolektivne sportske igre uključuju odnose međuzavisnosti između igrača vlastite i protivničke ekipe, odnosno između pojedinaca vlastite i vanjske grupe. S tim u vezi, momčadske sportske igre pripadaju i kompleksnim sportskim aktivnostima gdje sportaši moraju istodobno ispunjavati individualne i timske zadatke i odgovornosti te ostvariti zajednička očekivanja i ciljeve u igri (Trninić, 1995). Sportaši i momčadi pojedinih sportskih institucija razlikuju se u standardima i ciljevima koje sebi postavljaju te na taj način uspostavljaju kontrolu nad svojim postignućima.

Momčadske sportske igre smatraju se najzanimljivijima jer zahtijevaju najveću međusobnu suovisnost sportaša za razliku od monostrukturnih (trčanje, plivanje i biciklizam) i polistrukturnih sportskih aktivnosti (borilačke vještine) te konvencionalno-estetskih sportskih aktivnosti (ritmička i sportska gimnastika). Dakle, ni u kojoj sportskoj aktivnosti se ne javljaju u tolikoj mjeri različiti oblici suradnje i interakcije kao proizvod međudjelovanja igrača u svrhu efikasnog funkcioniranja grupe. Nadalje, postoji međudjelovanje između igrača unutar ekipe i drugih osoba sportskog okruženja. U skladu s tim, u višesubjektnim ili ekipnim sportskim igrama potiče se kvaliteta suradnje (funkcionalni odnosi) koja ima presudnu ulogu u kolektivnom nadmetanju, kolektivnoj situacijskoj učinkovitosti i natjecateljskoj timskoj uspješnosti (Tušak, 1997, 1999). Dakle, kvaliteta suradnje između članova sportske ekipe tijekom treninga i natjecanja, kao i razina adaptacije i fleksibilnost pojedinca (u kojima se sportaši razlikuju) u odnosu na najviše zahtjeve u sustavima pomaganja u igri čine *differentiu specificu* momčadskih sportskih igara u odnosu na druge sportske aktivnosti.

U kolektivnim sportskim igrama uspjeh predstavlja samo pobjeda, a sportaš mora neke osobne ciljeve zamijeniti timskim (Maehr i Nicholls, 1980) što zahtijeva od sportaša visoke

adaptivne sposobnosti. Nadalje, sportaši se suočavaju s različitim adaptivnim problemima na različitim razinama natjecanja te u različitim razdobljima sportske karijere. Pritom, osobine ličnosti i motivacijske dimenzije kao regulatori usmjerenog ponašanja imaju važnu ulogu u načinu treniranja, a samim tim u razvoju stvarne kvalitete igrača, kao i u ostvarenju cjelokupnog potencijala kroz njegovu sportsku karijeru (Trninić, Trninić i Papić, 2009).

Važno je istaknuti da su osobine ličnosti i motivacijske dimenzije povezane s funkcioniranjem sportaša u grupi (Trninić, Kardum i Mlačić, 2010; Cox, 2012). Pretpostavlja se da su osobine ličnosti i motivacija odrednice kohezivnosti i kolektivne učinkovitosti te da jedni na druge povratno djeluju u timskim sportovima. Shaw, Gorely i Corban (2005) navode da kohezivnost uzrokuje izvedbu, a izvedba uzrokuje kohezivnost. S tim u vezi, socijalna kohezivnost (engl. *social cohesiveness*) i *task* kohezivnost (engl. *task cohesiveness*) se pojavljuju u grupi i čine središnje obilježje pojedine momčadi, a koje je potrebno za ostvarenje potencijala cijele momčadi. U skladu s tim, autori tvrde da momčad koja je kohezivna u obavljanju zadataka (engl. *task cohesive*) ima zajedničke ciljeve i uvježbana je u rješavanju situacija u igri te svaki član poznaje zadatke unutar svoje uloge u sklopu cjelokupne strategije. Pritom, Shaw, Gorely i Corban (2005) ističu da je društveno kohezivna grupa (engl. *socially cohesive group*) ona u kojoj postoje pozitivne društvene interakcije.

Mullen i Cooper (1994) su istraživali koji aspekt kohezivnosti određuje da grupe imaju učinkovitiju izvedbu. Pritom su meta-analizom utvrdili da je izravniji učinak od izvedbe prema kohezivnosti nego od kohezivnosti prema izvedbi. S tim u vezi, istaknuto je da je kohezivnost važnija u interaktivnim nego u individualnim ili koaktivnim sportovima jer uspješnost izvedbe i sportsko postignuće ovise o interakciji između članova momčadi te o suprotstavljanju protivnika. U skladu s dobivenim rezultatima, autori navode da je uspješnost izvedbe povezana sa timskom kemijom i kako ne treba uvijek očekivati mir i koheziju u timu te da je od velike važnosti kako tim rješava probleme. Carron i sur. (2002) su meta-analizom dobili veličine učinka od kohezije prema izvedbi (0.57) i od izvedbe prema koheziji (0.69).

Interakcija između članova momčadi određena je i raznim oblicima adaptabilnog i socijabilnog ponašanja. S tim u vezi, sportske igre se najčešće tumače kao proces dinamičke interakcije između dva protivnika (Lames i McGarry, 2007). Ponašanje u momčadskim sportskim igrama rezultat je navedenog interakcijskog procesa više nego produkt temeljnih stabilnih osobina sportaša, kao što je slučaj u drugim sportovima (Lames i McGarry, 2007). Vjerojatno i „male" razlike u osobinama ličnost, motivacijskim dimenzijama i kognitivnim

sposobnostima mogu biti odrednice natjecateljske uspješnosti pojedinog sportaša i cijele momčadi (Bosnar i Balent, 2009).

Pregled bihevioralno-genetičkih podataka upućuje na to da je značajan dio varijance u osobinama ličnosti po podrijetlu okolinski (Larsen i Buss, 2008). Isto tako, trenerovo rukovodeće ponašanje i motivacijska klima usmjerena na ovladavanje vještinama mogu poticati kod igrača ciljnu usmjerenost na zadatak koja je temeljni preduvjet uspješnog obavljanja zadataka u igri (Tušak, Misja i Vičić, 2003). Pretpostavlja se da bismo na temelju poznavanja izraženosti psiholoških obilježja i njihovih interakcija kod juniorskih i seniorskih igrača mogli predvidjeti tko od njih ima pretpostavke da učinkovitije iskoristi cjelokupni potencijal. S tim u vezi, radi se o timskim sportovima u kojima sportaši, za razliku od drugih sportskih grana, imaju zadatke unutar uloga u igri u kojima je izražena interakcija sa suigračima te u kojima izraženost i međudjelovanje pojedinih osobina ličnosti i motivacijskih dimenzija može utjecati na izvedbu i sportsko postignuće, osobito na visokim razinama natjecanja. Pretpostavlja se da razina pojedinih osobina ličnosti (npr. niski Neuroticizam, visoka Savjesnost i visoka Ekstraverzija) i motivacijskih dimenzija (npr. visok motiv za postizanje uspjeha, niski motiv za izbjegavanje neuspjeha i visoka ciljna usmjerenost na zadatak) te njihove interakcije u timskim sportovima s loptom mogu značajnije utjecati na sportaševu individualnu i timsku izvedbu i sportsko postignuće cijele momčadi.

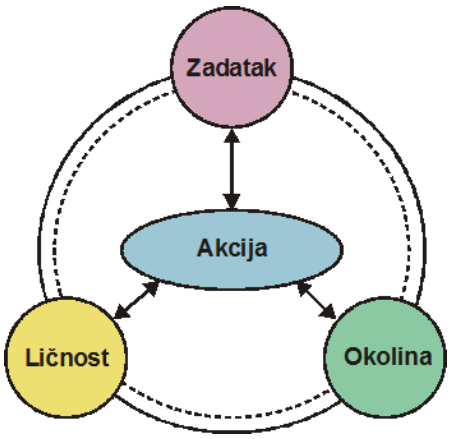
Vjerojatno timski sportovi u suvremenom svijetu predstavljaju dobru simulaciju za istraživanje grupnih aktivnosti. Takvo poimanje interakcijskih sportova sugerira na činjenicu da su ljudi vrsta koja živi u grupi, a što govori u prilog „ličnosti kao adaptivnoj okolini“ (Buss, 1996). Weinberg i Gould (2003) upućuju da interaktivni ili timski sportovi zahtijevaju zajedničko i kontinuirano djelovanje igrača i momčadi u timskoj izvedbi, kao i postizanje zajedničkih ciljeva igre za razliku od individualnih sportova.

Pretpostavlja se kako za pojedinog igrača u njegovoj sportskoj karijeri može biti presudno kakva mu je kombinacija/interakcija izraženosti različitih osobina ličnosti i motivacijskih dimenzija. Tako primjerice, sportaš koji ima visok Neuroticizam, nisku Savjesnost, nisku Ekstraverziju, visok motiv za izbjegavanje neuspjeha i nisku ciljnu usmjerenost na zadatak vjerojatno neće ostvariti cjelokupan potencijal, kao ni imati uspješnu karijeru. S tim u vezi, postavlja se pitanje kako se pojedini igrač može nositi s navedenom kombinacijom osobina ličnosti i motiva te kako se to očituje na izražavanje njegovog kognitivnog i motoričkog potencijala, posebice u kompleksnim sustavima kao što su momčadske sportske igre.

Akcijska situacija kao posljedica odnosa između ličnosti, okoline i zadataka

Situacija, atributi sportaša i tima, izvedba i sportsko postignuće su neodvojive varijable. S tim u vezi, individualna i kolektivna efikasnost posljedica je njihova recipročnog međudjelovanja. Postoje složeni i recipročni interaktivni procesi u realnim sportskim i istraživačkim situacijama između atributa sportaša i tima te ponašanja i situacije, a ti procesi određuju izvedbu i sportsko postignuće. Nadalje, među istraživačima postoji suglasnost da se temeljna akcijska situacija u timskom sportu sastoji od sljedećih komponenti: osobe, zadatka i okoline (Nitsch i Hackfort, 1981; Nitsch, 1982, 1985, 2000, 2004; Newell, 1986).

Ponašanje, sportaševa izvedba i sportsko postignuće u timskim sportovima u kontekstu sportskog okruženja mijenjaju se od situacije do situacije i primarno ovise o selekciji igrača, trenerovom rukovodećem ponašanju (engl. *leadership*), kao i o razini kvalitete natjecanja. S druge strane, s funkcionalnog stajališta, organizacija akcija u timskim sportovima temeljena je na relacijama između zadatka, ličnosti i okoline (Slika 1.). Odnosi zadatak - ličnost - okolina prikazani na Slici 1. temelj su za razumijevanje konstrukcije akcija (Schack i Hackfort, 2007). U primijenjenim disciplinama pristup akcijske teorije oblikovan je i objašnjen u psihologiji sporta (Hackfort, Munzert i Seiler, 2000; Hackfort, 2001; Nitsch, 2004; Hackfort i Munzert, 2005).



Slika 1. Dinamički model: akcijska situacija kao posljedica odnosa između ličnosti, okoline i zadataka (Schack i Hackfort, 2007)

U skladu s prethodnim dinamičkim modelom, pretpostavlja se da su sportaš, visoki natjecateljski stres, osobine ličnosti, motivacijski faktori, atributi sportaša i tima te sportaševa izvedba i sportsko postignuće u uzajamnom odnosu.

1.1.1.1.1. Košarkaška igra

Košarka pripada grupi momčadskih sportova u kojoj obje ekipe razvijaju svoje akcije u zajedničkom prostoru i uz sociomotoričku interakciju igrača u odnosu na loptu, što znači da obje momčadi mogu djelovati na loptu bez prethodnog „čekanja“ završetka akcije protivnika.

Karakteristike košarkaške igre su:

- igralište - prostor pravokutnog oblika s jasno određenim elementima koji ga obilježavaju
- lopta - pokretni objekt okruglog oblika
- suigrači - međusobno surađuju kako bi postigli najveći broj poena, a spriječili protivničku momčad u postizanju istih
- protivnici - suprotstavljaju se akcijama druge momčadi međusobno surađujući
- poeni - konačni cilj svake momčadi i temeljni cilj igre
- pravila - određuju uvjete za početak i odvijanje igre

Košarkašku igru, kao i ostale momčadske sportske igre, obilježava dinamička interakcija između igrača vlastite i protivničke momčadi (Lames i McGarry, 2007). U skladu s tim, košarka je tipičan predstavnik interakcijskog sporta gdje je cilj u fazi tranzicijskog i pozicijskog napada stvoriti prednost i kreirati selektivan šut, a u fazi tranzicijske i pozicijske obrane spriječiti otvoren šut protivnika kroz suradničko ponašanje i interakciju igrača cijele momčadi te ne dozvoliti više od jednog šuta. Dakle, košarkašku igru obilježava suradnja i suprotstavljanje među sudionicima natjecanja, ali i neizvjesnost u ponašanju suigrača i protivnika te u odnosu na kriterij suđenja. U košarkaškoj igri ponašanje igrača je rezultat procesa dinamičke interakcije između dva protivnika u kojima se izražavaju antropološka obilježja košarkaša kroz njegovu stvarnu kvalitetu u igri. S tim u vezi, teorija dinamičkih sustava, omogućava novu perspektivu koja je primjerena za razumijevanje strukture košarkaške igre. U konačnici, analize pokazatelja izvedbe u košarkaškoj igri isključivo na temelju kvantitativnih podataka nisu dostatne i zahtijevaju analize praktične uspješnosti uz primjenu kvalitativnih metoda, jer to omogućuje razumijevanje događaja u igri. U košarkaškoj igri postoji dinamika kretanja koja zahtijeva prostorno-vremensko usklađivanje akcija u kojima sudjeluje svih pet igrača.

Način na koji ekspertni treneri i znanstvenici-praktičari razmišljaju o sportskoj izvedbi u momčadskim sportskim igrama je sintetički jer je košarkaška igra nedjeljiva cjelina, tj. obrana uvjetuje napad, a napad uvjetuje obranu. Dakle, postoji recipročni determinizam, tj. obostrani

utjecaj obrane na napad i napada na obranu. Pritom je važno istaknuti da obje ekipe istodobno tendiraju istom cilju. Tako primjerice, u košarci, u fazi napada temeljni cilj je kreirati otvoren šuta, dok je u fazi obrane ishodišni cilj spriječiti otvoren šut. Navedeno motoričko ponašanje, proizlazi iz dinamičke interakcije između protivnika. U skladu s tim, dinamička interakcija determinira stabilnost ili nestabilnost izvedbe pojedinog igrača ili cijele momčadi.

Zbog velike kompleksnosti košarkaške igre i raznovrsnosti uloga igrača u igri njihov potencijal i uspješnost u igri mogu biti različito strukturirani. To znači da igrači uspjevaju postići približno jednaku razinu uspješnosti u igri na različite načine, odnosno da specifična struktura dimenzija igračeva potencijala uvjetuje i specifičnu strukturu faktora koji određuju uspješnost u igri (Dežman, Trninić i Dizdar, 2001). S tim u vezi, smatramo kako je optimalna kombinacija/interakcija izraženosti osobina ličnosti i motivacijskih dimenzija vjerojatno preduvjet za učinkovito funkcioniranje košarkaša. To stoga što u interaktivnim sportovima igrač treba uskladiti vlastito reagiranje, ne samo sa suigračima, već i u odnosu na protivničku momčad i kriterij suđenja. Osobine ličnosti i motivacijske dimenzije, kao regulatori usmjerenog ponašanja, mogu biti različito izraženi kod pojedinih tipova igrača zbog njihovog genskog potencijala te zbog kompleksnosti zadataka unutar uloga pojedinog igrača u igri, kao i variranja grupnih procesa u momčadi.

Pretpostavlja se kako košarka, kao interakcijski sport, pod utjecajem višegodišnjeg procesa sportske pripreme može poticati stupanj izraženosti pojedinih faceta osobina ličnosti (neovisno o njihovoj relativnoj stabilnosti) i motivacijskih dimenzija u odnosu na pozicije i uloge pojedinog igrača u igri. Također, vjerojatno je da razina motivacije kod sportaša varira, ne samo ovisno o tipu igrača, već i tijekom treninga i utakmice te natjecateljske sezone i sportaševe karijere (Sindik, 2009).

U skladu s tim, sportska znanost i psihologija sporta posljednjih desetljeća usmjerile su se na oznanstvenjenje sustava kriterija za procjenjivanje dispozicija (npr. rezultati na osobinama ličnosti i motivacijskim dimenzijama) i cjelokupne uspješnosti u izvedbi, kao važnih izvora informacija za upravljanje sportskom pripremom kao preduvjetom razvoja vrhunskih igrača i momčadi (Trninić, 2006). Vjerojatno su osobine ličnosti i motivacija temeljni preduvjet za uspješno učenje te za organizirano i usmjereno ponašanje u vježbanju i na sportskom natjecanju (Weinberg i Gould, 2003; Cox, 2012).

Smatramo kako se utvrđivanje potencijala pojedinog igrača za adekvatnu selekciju treba temeljiti i na osobinama ličnosti i na motivacijskim dimenzijama sportaša, a koje su predmet

istraživanja u ovom radu. Dakle, model odabira igrača trebao bi se provoditi na temelju prepoznavanja, ne samo relevantnih sposobnosti, znanja i vještina, već i na temelju stupnja izraženosti pojedinih temeljnih i specifičnih osobina ličnosti i motivacijskih dimenzija. S tim u vezi, što je povezanost između selekcijskih kriterija i prediktora (npr. osobine ličnosti i motivacijske dimenzije) veća, to bi i selekcija igrača mogla biti uspješnija.

Elitne sportske institucije imaju unutar korporativnog znanja (engl. *inside knowledge*) sustav za procjenjivanje igrača, a što omogućuje ekspertnim trenerima i znanstvenicima-praktičarima da provedu sportsku dijagnostiku i prikladnu selekciju jer je cilj dijagnostike i evaluacije igrača da stručni stožer čim manje griješi u procjenjivanju igračeva potencijala i njegove ukupne stvarne kvalitete. Vjerojatno najvažniji izvor informacija za pojedinu košarkašku instituciju jest utvrđivanje razlike između potencijala i trenutne stvarne kvalitete pojedinog igrača, a što sugerira mogućnost napredovanja sportaša (Trninić, 2006).

Pretpostavljamo kako će košarka u budućnosti zbog dinamike promjena postavljati visoke zahtjeve na adaptivne funkcije sportaša koje su primarno određene psihološkim obilježjima sportaša i njegovom razinom integralne ili cjelokupne pripremljenosti (Trninić, 1996, 2006).

Smatramo kako je košarka postala igra miniserija i praznih intervala igre, gdje selekcija izvedbe u fazi napada (npr. selekcija šuta, dodavanja i driblinga) te sprječavanje otvorenog šuta u fazi obrane (npr. pravovremen prilazak na loptu, sprječavanje prodora) čine temeljne ciljeve organizacije i kontrole igre. U skladu s tim, ekspertni treneri u košarci tvrde da kontrola intenziteta igre koja ima za cilj prisiliti protivnika na pogreške generira miniserije, a zadržavanje koncentracije na uspješno obavljanje zadataka u igri smanjuje prazne intervale igre. Navedena dva faktora zahtijevaju visoke sportaševe adaptivne sposobnosti i čine dva skrivena aspekta uspjeha u košarkaškoj igri. Zato u procesu tehničko-taktičke pripreme zahtjevi moraju biti usmjereni na zadržavanje koncentracije u obavljanju zadataka u igri, kao i na razvoj intenziteta igre gdje supraintenzivni tip tehničko-taktičke pripreme ima vodeću ulogu u ostvarenju natjecateljske uspješnosti pojedine momčadi. Osim navedenog, posebna usmjerenost tehničko-taktičkog treninga treba obuhvatiti razvoj strpljenja u čekanju pogreški protivnika, kao i „poštovanje posjeda lopte“ koji čine preduvjete kontrole igre i natjecateljskog rezultata.

1.1.1.1.1.1. Temeljni tipovi igrača u košarkaškoj igri

Igrač je sustav koji neposredno funkcionira u sportskim natjecateljskim uvjetima (Lebed i Bar-Eli, 2013) koji zahtijevaju relevantna antropološka obilježja, a koja omogućavaju pojedincu visoku razinu ukupne stvarne kvalitete u igri. Stvarnu kvalitetu igrača obilježava razina i sklad njegovih individualnih i timskih rješenja u igri, gdje je dominantno motivacijsko ishodište zajednički cilj - natjecateljska uspješnost ekipe (Trninić, 1995). U skladu s tim, natjecateljski uspjeh ovisi primarno o stvarnoj kvaliteti igrača jer su oni pretpostavka i nositelji vrhunske košarke i uspjeha taktike igre cijele momčadi. U košarkaškoj igri razlikujemo individualni i timski aspekt kvalitete pojedinog igrača. Individualni aspekt stvarne kvalitete pojedinog tipa igrača odnosi se na uspješno obavljanje onih zadataka u igri u kojima se jedan igrač suprotstavlja protivničkom igraču (npr. igra 1 na 1 u obrani i napadu). Nadalje, timski aspekt stvarne kvalitete pojedinog igrača oslikava koliko on pojedinačno pomaže u ostvarenju svojih suigrača.

Tijekom razvoja košarke iz tri izvorne pozicije ili tri temeljna tipa igrača (bek, krilo i centar) koji se međusobno razlikuju po određenim obilježjima (Semaško, 1976; Dežman, 1988; Trninić, Dizdar i Jaklinović-Fressl, 1999) razvilo se pet tipova igrača: 1 – bek organizator igre (engl. *point guard*), 2 – bek šuter (engl. *shooting guard*), 3 – krilo (engl. *small forward*), 4 – krilni centar (engl. *power forward*) i 5 – centar (engl. *center*). Navedeni tipovi igrača razlikuju se međusobno po ulogama i zadacima u igri. No uloge se mijenjaju i s obzirom na položaj igrača na igralištu i s obzirom na smjer kretanja u obrani i napadu, pa bi igrači trebali reagirati u skladu s trenutnim položajem na igralištu, s položajem lopte i s pozicijama svih igrača na igralištu (Nikolić, 1993; Trninić, 2006).

U kontekstu ovog rada uporabiti će se klasifikacija koja je u skladu s postojećim funkcionalnim modelom podjele igrača na vanjske i unutarnje (Trninić, 1995, 1996, 2006).

Vanjski igrači

Vanjski igrači ili *perimeter-players* (broj 1, 2 i 3) u fazi napada u prvom redu igraju licem prema košu, dok u fazi obrane primarno igraju u *perimeter* prostoru (Arnold, 1981; Wooten, 1992; Thompson, 1994; Wissel, 1994; Trninić, 1995, 2006).

Ekspertni treneri su skloni tvrdnji da je cijela momčad onoliko dominantna koliko su nadmoćni vanjski igrači, osobito ako su multidimenzionalni, tj. sposobni igrati na višestrukim pozicijama u svim fazama igre (npr. Michael Jordan, Scottie Pippen, Toni Kukoč). Takvi tipovi igrača imaju sposobnosti i vještine da razigravaju suigrače, da realiziraju akcije te

kontroliraju intenzitet i ritam igre. U skladu s tim, suvremena košarka zahtijeva od vanjskih igrača da budu „kormilari" igre zbog svoje pozicije i uloge u momčadi, odnosno da upravljanju obranom i napadom vlastite momčadi. Tako primjerice, u fazi tranzicijske i postavljene obrane vanjski igrači određuju intenzitet i zonu pritiska u prednjoj liniji obrane. Isto tako, vanjski igrači moraju znati i osjetiti kada je pravi trenutak za promjenu brzine i razine agresivnosti igre, jer upravo promjena ritma i tempa najčešće rezultira aktivnim minutama u igri, tj. serijom lakih koševa. Smatramo kako su vanjski igrači odgovorni za razvijanje tranzicije napada i organizaciju pozicijskog napada, i obrnuto. Nadalje, vanjski igrači u suvremenoj košarci trebaju zadovoljiti višestruke kriterije u svim fazama igre jer imaju sve šire zadatke unutar uloga u igri. Smatramo kako bi vanjski igrači, unutar strukture uloga, trebali biti *task* i socijalno-emocionalni lideri jer imaju dominantan položaj u provedbi organizacije igre.

Pokazatelji izvedbe i/ili situacijska učinkovitost igrača upućuju da vanjski u odnosu na unutarnje igrače imaju više uspješnih i neuspješnih šutova sa 3 poena, ostvaruju velik broj asistencija, manje šutiraju s dobrom efikasnošću iz prostora za dva poena, iznuđuju manje osobnih pogrešaka, slobodna bacanja izvode s visokom učinkovitošću, imaju više osvojenih nego izgubljenih lopti, čine manje osobnih pogrešaka, imaju manje skokova u obrani i napadu te manje blokada šuta (Trninić, 2006; Trninić, Jeličić i Foretić, 2012).

Prema navedenome može se pretpostaviti da se uglavnom radi o igračima koji igraju na poziciji 1 - bek organizator igre i poziciji 2 - bek šuter te o igračima na poziciji 3 – krilo. U suvremenoj košarci svi vanjski igrači bi trebali biti spremni ostvariti ulogu organizatora igre (velik broj asistencija) te imati brz i konzistentan šut iz prostora za tri poena u fazi tranzicijskog i pozicijskog napada. Nadalje, vanjski igrači u manjoj mjeri šutiraju iz prostora za dva poena, a to u prvom redu ostvaruju prodorom po dubini, nakon kojega ili asistiraju ili završavaju polaganjem lopte. U konačnici, elitni igrači na vanjskim pozicijama koji imaju visoku natjecateljsku veličinu (Wooden, 1966) posjeduju neustrašivost u igri pod pritiskom rezultata te preuzimaju odgovornost u realizaciji u presudnim trenucima utakmice.

Potrebno je dodatno istaknuti da vanjski igrači trebaju razumjeti način suradnje s unutarnjim igračima te kako im, posredno i neposredno, pomagati u svim fazama igre, i obrnuto. Nadalje, igrači na vanjskim pozicijama u suvremenoj košarci moraju biti sposobni provoditi trenerov model taktike igre, tj. biti „treneri na parketu" jer je njihova uloga upravo organiziranje i stvaranje igre. Također, vanjski igrači trebaju biti i uspješne vođe momčadi (engl. *leader*) koji su sposobni razumjeti probleme suigrača na unutarnjim i vanjskim pozicijama.

Unutarnji igrači

Unutarnji igrači ili *post-players* (broj 4 i 5) u prvom redu u fazi napada igraju leđima i bočno prema košu, dok u fazi obrane primarno igraju u *post* prostoru (Arnold, 1981; Wooten, 1992; Thompson, 1994; Wissel, 1994; Trninić, 1995, 2006).

Istraživanja situacijske učinkovitosti sugeriraju kako su unutarnji u odnosu na vanjske igrače bolji u hvatanju odbijenih lopti i u obrani i u napadu te u blokadama šuta, iznadprosječni su u šutu za dva poena, iznuđuju dosta slobodnih bacanja s relativno slabijom učinkovitošću od vanjskih igrača, više lopti gube nego što osvajaju, čine dosta osobnih pogrešaka te rjeđe šutiraju za tri poena od vanjskih igrača (Trninić, 2006; Trninić, Jeličić i Foretić, 2012). Navedene značajke te skupine igrača jasno pokazuju da se radi o igračima koji igraju na pozicijama 4 - krilni centar i 5 - centar. S tim u vezi, unutarnji igrači su najodgovorniji za timsku obranu, osobito kod zaustavljanja prodora ispod koša i unutarnje igre te za rješavanje hvatanja odbijenih lopti. S gledišta tjelesne građe igrači na unutarnjim pozicijama u pravilu su najviši i najsnažniji u momčadi i koncepcijski najkorisniji, osobito ako uspješno igraju timsku obranu. U fazi napada igrači na poziciji 5 igraju prije svega u najosjetljivijem području obrane, na poziciji niskog ili srednjeg posta, gdje igrom 1 na 1 leđima prema košu poentiraju i/ili iznuđuju osobne pogreške.

U europskoj košarci unutarnji igrači obavljaju najteže zadatke u fazi napada i obrane (Trninić, 1995, 1996, 2006). U fazi napada to se očituje u prvom redu u postavljanju uspješnih blokova za igrača s loptom i bez lopte, unutarnjoj igri i skoku u napadu, a u fazi obrane njihova je temeljna uloga da kontroliraju prostor ispod koša i kratko odbijene lopte. Ekspertni treneri usmjeravaju unutarnje igrače da obavljaju navedene zadatke u igri koji im daju status najkorisnijih igrača (Trninić, 1995).

Pored toga, tehničko-taktička obilježja unutarnjih igrača manifestiraju se u uspješnoj suradnji u igri 2 na 2, naročito u akcijama *pick & roll, pick & pop* i *handoff* te u pomaganju vanjskim igračima u igri protiv agresivne obrane kada je smanjena mogućnost protoka lopte na vanjskim pozicijama. Također, igrači na unutarnjim pozicijama trebaju znati surađivati s vanjskim igračima, kao i razumjeti njihove probleme tijekom igre.

Kao što vanjski igrači određuju razinu agresivnosti prednje linije obrane, tako i unutarnji igrači (s obzirom na poziciju u stražnjoj liniji obrane) moraju pomagati u zaustavljanju protivničkog tima, a ne samo „svog“ direktnog protivnika, kao i u zatvaranju „praznih prostora.“

1.2. Ličnost

Ličnost je latentni konstrukt koji se može definirati kroz različite teorijske perspektive i na različitim razinama apstraktnosti (Vukasović, Bratko i Butković, 2009). Pervin i Cervone (2010, str. 8) navode da se ličnost može definirati kao „psihološke kvalitete koje pridonose trajnim i distinktivnim obrascima osjećaja, mišljenja i ponašanja pojedinca". S tim u vezi, Larsen i Buss (2008, str. 4) navode kako je ličnost „skup psihičkih osobina i mehanizama unutar pojedinca koji su organizirani i relativno trajni te utječu na interakcije i adaptacije pojedinca na intrapsihičku (engl. *intrapsychic*), fizičku (engl. *physical*) i socijalnu okolinu (engl. *social environments*)." Autori tvrde da je ličnost koherentna zato što su mehanizmi i osobine međusobno povezani na organizirani način, a ne kao slučajni skup elemenata. Nadalje, Costa i McCrae (1998) smatraju da osobine ličnosti preko karakterističnih prilagodbi mogu imati različite implikacije na stavove, motivacijske varijable, uloge i ciljeve što utječe na ponašanje.

Da bi procjena sportaša bila primjereno dijagnostički uspješna nužno je uzimati u obzir stanje osobina ličnosti i motivacijskih dimenzija u određenoj vremenskoj točki tijekom sportske karijere. Ali, važno je istaknuti kako je jedan od problema mjerenja cjelokupnog potencijala pojedinog sportaša što mjerni instrumenti primarno pokazuju trenutno stanje razine razvijenosti antropoloških obilježja, a pritom ne upućuju na mogućnosti promjena te na modele upravljanja razvojem kapaciteta pojedinog sportaša.

Postoje dva glavna pristupa procjeni ličnosti: procjena prema tipu (koja kategorizira pojedinca kao jedan ili drugi tip) i procjena prema osobinama ličnosti (koja pozicionira pojedinca na nizu bipolarnog linearnog kontinuiteta). Iako se procjene prema tipu još uvijek koriste u istraživanju ličnosti (najčešće u klinikama za prepoznavanje određenih poremećaja ličnosti), često su na meti kritika psihometričara (Asendorpf, 2003; Pittenger, 2004) zbog činjenice da rezultati testova ličnosti dosljedno proizvode krivulju normalne distribucije. Ovo ne podržava koncept „tipa" (npr. introvertiran ili ekstravertiran) budući da većina ljudi spada u sredinu ljestvice (McCrae i Costa, 1989). Procjene temeljem osobina ličnosti nude točan položaj rezultata testova ličnosti na kontinuiranoj distribuciji vjerojatnosti te nakon više desetljeća istraživanja, to područje je postiglo konsenzus u vezi opće taksonomije osobina ličnosti: takozvani „Big Five", tj. „Velikih pet" dimenzija ličnosti (Allen, Greenlees i Jones, 2013).

Ličnost sportaša u timskim sportovima izražava se kroz ponašanje pojedinca u sportskoj instituciji koja se primarno očituje kroz razinu konzistentnosti u obavljanju zadataka unutar

pozicije i uloge u igri, kroz odnose prema sebi i različite odnose prema drugima, kroz odnose prema treningu i problemima momčadi te kroz trenažni i natjecateljski stres (Horga, 2009; Trninić, Papić i Trninić, 2011).

Smatramo kako tehničko-taktičke aktivnosti igrača u grupnim sportovima oslikavaju sposobnosti i vještine u igri te pojedinčevu prilagodbu na zahtjeve unutar njegove pozicije i uloge u igri. Burnstein, Crandall i Kitayama (1994) navode kako empirijska istraživanja sugeriraju da je središnja sastavnica ljudskog ponašanja pomaganje drugim ljudima, ali na način koji je izrazito ovisan o kontekstu. S tim u vezi, pretpostavlja se kako interakcijski sportovi koji se temelje na reciprocitetu pomaganja (npr. košarkaška igra) vjerojatno potiču spremnost za pomaganje na različite načine u fazi tranzicijske i pozicijske obrane i napada, a što se ostvaruje kroz model taktike igre.

Vjerojatno kolektivne sportske igre, u koje pripada i košarkaška igra, potiču sklonost pomaganju unutar faza i modela taktike igre te psihološke mehanizme suočavanja s različitim situacijskim problemima u igri. Košarkaška igra zahtijeva različite oblike suradnje koji se temelje na uzajamnom pomaganju svih pet igrača, a samim tim i na poticanju razvoja specifičnih osobina ličnosti, kao što su razumijevanje igre, ambideksternost, taktička disciplina, taktička odgovornost i kooperativnost (Trninić, Kardum i Mlačić, 2010). Takav pristup razvoju individualne i timske izvedbe temelji se na reciprocitetu pomaganja gdje se kooperativna strategija sastoji od pravila ili kriterija taktičkog odlučivanja. Postoje različite vrste kooperativnih odnosa u košarkaškoj igri koji zahtijevaju psihološka obilježja koja omogućuju zajedničko djelovanje igrača kako bi se postigli određeni ciljevi igre koji omogućavaju učinkovitu izvedbu i sportsko postignuće. Zato ekspertni treneri tvrde kako je najbolji igrač onaj koji u interakciji s ostalim igračima postiže maksimalni učinak (Nikolić, 1993). S tim u vezi, obilježje igrača koji ima izraženu natjecateljsku veličinu nije u tome koliko je koševa postigao, nego u tome koliko je unaprijedio igru suigrača. Također, Jackson i Delehanty (1995) navode kako istinski igrač od prosječnog igrača stvara uspješnog igrača.

Stoga se može kazati i kako su osobine ličnosti i motivacijske varijable, kao regulatori usmjerenog ponašanja, temeljne pretpostavke postojanja i razvoja suradničkog ponašanja, odnosno poticanja razvoja suigrača.

Pretpostavlja se kako okolinski faktori (npr. trenerovo rukovodeće ponašanje, motivacijska klima i sustav motoričkog učenja i vježbanja) mogu biti važni podražaji za izražavanje bilo koje osobine ličnosti i motivacijske dimenzije s jedne strane, te za višesmjerne i

multidimenzionalne promjene organizma vježbača ili sportaša s druge strane. Tako primjerice, motoričko učenje i vježbanje potiču neuralne i hormonalne promjene (Viru, 1995), a tim i funkcioniranje ličnosti sportaša. S tim u vezi, okolinski faktori mogu privremeno ili na duže vrijeme poticati neuroplastično funkcioniranje živčanog sustava unutar genskog ograničenja pojedinca (Berk, 2010; Pinel, 2010). U vrhunskom seniorskom sportu neuroplastično funkcioniranje se očituje u prilagodbi na trenutne zahtjeve na pojedinoj poziciji i ulozi u igri u kontekstu trenažnog i natjecateljskog stresa.

Budući da igrači u timskim sportovima ulaze u interakcije sa suigračima i protivnikom postoje snažni razlozi za pokušaje razumijevanja i opisivanja razlika u kombinaciji/interakciji osobina ličnosti i motivacijskih dimenzija sportaša u košarkaškoj igri, između različitih dobnih skupina te različitih pozicija u igri. Stoga se čini bitnim da se ovim istraživanjem pokuša pojasniti i odnos između osobina ličnosti i motivacijskih varijabli. Važno je istaknuti kako su ličnost i motivacija područja koja su rijetko međusobno povezivana čak i izvan konteksta košarkaške igre. Pritom se pretpostavlja kako grupni sportovi mogu biti primjereni kontekst za povezivanje tih dviju domena ljudskog funkcioniranja.

Vjerojatno osobine ličnosti i motivacijske dimenzije te mehanizmi ličnosti utječu na interakciju pojedinca i njegovu adaptaciju na zadatke unutar uloge u igri. Interakcijski sport, kao što je košarkaška igra, zahtijeva različite oblike suradnje i suprotstavljanja protivniku te različite oblike spremnosti na tjelesni kontakt s protivnikom u funkciji postizanja zajedničkih ciljeva u igri. To stoga što se važnost strukture osobnosti osobito izražava u socijalnim interakcijama (Buss, 1996).

Pretpostavlja se kako istraživanja izraženosti te kombinacija/interakcija crta ličnosti i motivacijskih dimenzija zahtijevaju odgovore o psihološkom funkcioniranju sportaša. S tim u vezi, nužnim se čini pokušati doći do odgovora na dva relevantna pitanja za elitni timski sport: 1) Kakve su razlike u izraženosti osobina ličnosti i motivacijskih dimenzija kod različitih dobnih skupina i pozicija u igri? te 2) Kakve su korelacije između osobina ličnosti i motivacijskih dimenzija sportaša u timskim sportovima kod različitih dobnih skupina i pozicija u igri?

Ponašanje se može shvatiti kao funkcija osobnih karakteristika i stvarnog stanja okoline (Barić, 2007). Autorica upućuje da se tri komponente (osoba, okolina i ponašanje) nalaze u kontinuiranoj interakciji, utječući jedna na drugu i doprinoseći uzajamno razvoju i promjenama. Stoga, autorica tvrdi kako ponašanje svakog sportaša ovisi o njegovim

individualnim karakteristikama, sportskim ciljevima, zahtjevima i očekivanjima s kojima se suočava, kao i o njegovom sportskom okruženju (ekipa, trener i uvjeti treniranja).

Pretpostavlja se kako se u timskim sportovima sportaši razlikuju u prethodno navedenom, a osobito u području funkcioniranja u interakciji s drugima, pri čemu su interpersonalne osobine ili osobine ličnosti te koje se odnose na stilove interakcije u timskom sportu pa kao takve vjerojatno mogu biti i važne za kohezivnost, za uspješno funkcioniranje cijele momčadi, za kolektivno nadigravanje protivnika te za timsku izvedbu i sportsko postignuće.

Za momčadski sport važno je kod istraživanja psiholoških obilježja ličnosti odgovoriti na pitanje: Koji postupci potiču poželjne promjene osobina ličnosti i motivacijskih dimenzija?

Istraživačko pitanje koje vrste postupaka potiču promjene osobina ličnosti i motivacijskih dimenzija neposredno je povezano s upravljanjem procesom sportske pripreme. Pretpostavlja se da je utjecaj na pojedine facete značajno veći nego na široke crte ličnosti (Vukasović, Bratko i Butković, 2009). Tako vjerojatno u višegodišnjem procesu sportske pripreme je moguće više utjecati na facetu samoodgovornost nego na široku dimenziju Savjesnost.

U ovom radu umjesto opisivanja tradicionalnih velikih i važnih teorija ličnosti, koje su inklinirale tvrdnjama o univerzalnoj biti ljudske (sportaševe) prirode, usmjerilo se na šest domena znanja o ljudskoj prirodi. S tim u vezi, ljudska priroda podrazumijeva osobine i mehanizme ličnosti koji su tipični za našu vrstu i koje posjeduju svi ili gotovo svi pojedinci (Larsen i Buss, 2014).

Kada se radi o ličnosti tada se pokušalo postaviti temeljne pretpostavke za razumijevanje cijele ličnosti i to kroz poznavanje šest različitih i povezanih domena znanja o ljudskoj prirodi:

- **Dispozicijske domene** (broj i priroda crta ili osobina ličnosti, taksonomije osobina ličnosti, mjerenja, dispozicije ličnosti tijekom vremena te konzistentnost kroz situacije)
- **Biološke domene** (fiziologija, genetika i evolucija ličnosti)
- **Intrapsihičke domene** (psihodinamika i motivi)
- **Kognitivne/doživljajne domene** (kognicija, emocije i pojam o sebi)
- **Socijalne i kulturalne domene** (socijalna interakcija, rod i kultura)
- **Prilagodbene domene** (stres, suočavanje sa stresom, zdravlje i poremećaji ličnosti)

Navedenih šest domena znanja čine posebno područje znanosti, gdje se psiholozi i kineziolozi uvode u prostor specifičnih stajališta o ljudskoj prirodi. Larsen i Buss (2008) navode kako sveobuhvatna teorija u psihologiji ličnosti treba ujediniti navedenih šest domena o ljudskoj prirodi te objasniti osobine i mehanizme (procese) ličnosti i njihov razvoj tijekom vremena. S tim u vezi, autori navode kako su osobine ličnosti i mehanizmi sile utjecanja u ljudskim životima koje određuju interakcije pojedinca s drugima, ciljeve i želje koje osoba želi ispuniti u sportu te način na koji reagira u pojedinim situacijama. Larsen i Buss (2008) sugeriraju i kako bi sveobuhvatna teorija ličnosti morala objasniti duboko ukorijenjene motive i dinamične intrapsihičke procese te objasniti kako ljudi doživljavaju svijet te kako obrađuju informacije o njemu. U skladu s tim, sveobuhvatna teorija u psihologiji ličnosti treba objasniti kako ličnost utječe na socijalni i kulturalni kontekst i obrnuto te kako ljudi funkcioniraju i kako se suočavaju s brojnim adaptacijskim problemima tijekom života. S tim u vezi, ličnost sportaša moderira (odnosno utječe na) odnos između trenažnog i natjecateljskog stresa i izvedbe te utječe na pojedinačne interakcije i adaptacije u sportskom kontekstu. U konačnici, teorije koje objašnjavaju više empirijskih podataka unutar domene općenito su superiorne onima koje objašnjavaju manje istraživačkih nalaza (Larsen i Buss, 2014). Stoga će se u nastavku prikazati spomenute domene.

Dispozicijska domena

Dispozicijska domena odnosi se na određene aspekte ličnosti koji su stabilni tijekom vremena, relativno konzistentni u različitim situacijama te čine ljude međusobno različitim (Larsen i Buss, 2014). Ovo važno područje istraživanja ličnosti obuhvaća crte ili osobine ličnosti, taksonomije crta ličnosti i dispozicije ličnosti tijekom vremena. S tim u vezi, autori tvrde da postoji mnogo načina na koji se ljudi međusobno razlikuju i kako su te razlike često stabilne i konzistentne karakteristike nečijeg ponašanja. Empirijska istraživanja osobina ličnosti sastavni su dio dispozicijske domene, a pojam dispozicija i/ili osobina ili crta ličnosti upućuje na tendenciju nekog pojedinca da se ponaša na određeni način. Pritom se osobine ličnosti tretiraju kao strukturni dijelovi ličnosti.

Dispozicijska domena bavi se načinima na koje se pojedinci (sportaši) međusobno razlikuju, a povezana je sa drugim domenama znanja o ljudskoj prirodi. Unutar ove domene od interesa su, u prvom redu, broj i priroda temeljnih dispozicija, taksonomija osobina, pitanja mjerenja i pitanja stabilnosti tijekom vremena, kao i konzistentnosti kroz situacije. Također, dispozicijska domena znanja o ljudskoj prirodi naglašava korištenje kvantitativnih metoda kao adekvatnih metoda za ispitivanje i mjerenje osobina ličnosti. Larsen i Buss (2014) upućuju

kako se rezultat na mjeri osobine odnosi na to kako će se osoba vjerojatno ponašati, u prosjeku, u većem broju prilika i situacija. Autori navode da su psiholozi ličnosti uspješniji u predviđanju prosječnih sklonosti u ponašanju nego u predviđanju specifičnih postupaka u posebnim prilikama.

Važno je naglasiti kako se stupanj izraženosti pojedinih osobina ličnosti i kombinacije/interakcije faktora ličnosti mogu primjenjivati u selekciji ljudi za određene djelatnosti pa tako i za pojedine pozicije i uloge u košarkaškoj igri. Tako primjerice, pretpostavlja se kako timski sportovi zahtijevaju ekstravertirano, emocionalno stabilno i savjesno ponašanje u procesu sportske pripreme, kao i na utakmici.

Postavlja se pitanje, čine li crte ili osobine ličnosti takve konzistentne obrasce ponašanja (engl. *consistent behavior patterns*) da na temelju pozicije nekog sportaša na određenoj osobini ličnosti (npr. visoki Neuroticizam, niska Savjesnost) možemo točno predvidjeti (engl. *accurate predictions*) kakav će biti njegov način treniranja i njegova sportska karijera. Nadalje, važno je u kakvoj su interakciji široke i specifične osobine ličnosti sa natjecateljskim *stressfull* situacijama. Pretpostavlja se kako je organizirano ponašanje pojedinog igrača određeno kombinacijom i izraženošću pojedinih osobina ličnosti. Odgovori na navedena pitanja važni su, prije svega, za adekvatnu selekciju igrača, kao i za oblikovanje intervencijskih programa psihološke pripreme. Također, u diferencijalnoj psihologiji ili psihologiji ličnosti može se postaviti pitanje u čemu se igrači međusobno razlikuju u odnosu na dob i poziciju u igri te koje su posljedice tih razlika. S tim u vezi, odgovor nam omogućava kvantitativan pristup (engl. *quantitative approach*) koji naglašava, koliko se svaki pojedinac razlikuje od onog što se smatra prosjekom (Larsen i Buss, 2008, str. 97). Autori navode da se ljudi međusobno razlikuju u količini u kojoj posjeduju određene osobine te je stoga ishodišni problem izmjeriti koliko neke osobine osoba posjeduje.

Larsen i Buss (2008, str. 100) upućuju da su „dvije najtrajnije promjene koje su psiholozi ličnosti usvojili ideja interakcije **osobe i situacije** (engl. *person-situation interaction*) te praksa agregacije (engl. *aggregation*) ili uprosjećivanja kao alata za procjenu osobina ličnosti.“ Dakle, ličnost i situacije su u interakciji i na taj način proizvode ponašanje.

Larsen i Buss (2008) tvrde kako je isticanje interakcije osobe i situacije postalo nešto što je standardno u suvremenim teorijama ličnosti. U evaluacijskim situacijama (npr. situacijski trening i utakmica) moguće je primjereno procijeniti osobine ličnosti i motivacijske dimenzije pojedinog igrača.

Diener, Larsen i Emmons (1984) su ustanovili da je potreba za postignućem u korelaciji s provođenjem više vremena u radnim situacijama i s potrebom za redom što vjerojatno implicira povezanost s osobinom Savjesnost. Nadalje, autori su utvrdili da je Ekstraverzija u korelaciji s odabirom aktivnosti (npr. odabir timskih sportova umjesto individualnih sportova). S tim u vezi, Snyder i Gangestad (1982) sugeriraju kako ljudi obično biraju situacije koje se podudaraju sa njihovim ličnostima.

U sportskoj znanosti vjerojatno je presudno, sa gledišta regrutiranja igrača, koliko je igrač stabilan ili konzistentan u izvedbi (engl. *stability or constistency performance*). Pretpostavlja se kako niski Neuroticizam i visoka Savjesnost određuju mnoga ponašanja vezana za konzistentnost u izvedbi. Tako primjerice, koliko je pojedini igrač discipliniran, odgovoran i pouzdan u obavljanju zadataka u igri, koliko je predan u učenju i vježbanju biomehanički ispravnih gibanja oslikava razinu osobine Savjesnost. Psiholozi ličnosti nastoje, pri procjeni koliko je neka osoba savjesna, promatrati ponašanja u različitim situacijama.

Osobine ličnosti su prosječne sklonosti ponašanju na određene načine. Ekspertno znanje i iskustvo brojnih trenera sugerira kako su niski Neuroticizam i visoka Savjesnost osobito važni kod igrača na vanjskim pozicijama koji su nositelji organizacije igre tijekom utakmice.

U konačnici, dispozicijska domena se bavi načinima na koje se pojedinci (sportaši) međusobno razlikuju (Larsen i Buss, 2014).

Biološka domena

U primijenjenoj kineziologiji sportski trening se može promatrati kao biološki podražaj. Pritom, znanstvenici i stručnjaci nastoje sve fiziološke i psihološke procese objasniti na temelju bioloških komponenti. S tim u vezi, geni određuju rad bioloških procesa koji u interakciji s okolinskim faktorima određuju razvoj ličnosti (Pervin, Cervone i John, 2008). U skladu s tim, istraživanju ličnosti nužno je pristupiti iz biološke perspektive koja se razlikuje od svih ostalih domena po tome što se bavi onim faktorima unutar osobe koji se temelje na fizičkim aspektima funkcioniranja, kao što su mozak, geni, neurotransmiteri i hormoni, koji utječu na ličnost ili na koje utječe ličnost (Larsen i Buss, 2008, 2014). Autori navode da biološka domena obuhvaća fiziološki pristup ličnosti, genetiku ličnosti te ličnost iz evolucijske perspektive.

U tom kontekstu, na ličnost utječe genski sustav jer se pretpostavlja da on utječe na višestruke uzroke ponašanja povezane s ličnosti. Tako primjerice, koliko je pojedini sportaš pouzdan,

organiziran, koliko je spreman za suradnju i interakciju s drugima može biti odlučujuće za razvoj karijere sportaša u individualnim i timskim sportovima. Razumijevanje kako geni utječu na ličnost neposredno je povezano s biološkom domenom znanja o ljudskoj prirodi. Pritom, bihevioralno-genetička istraživanja ispituju odnos nasljeđa i okoline. Brojni istraživački nalazi jasno pokazuju kako su osobine ličnosti petofaktorskog modela umjereno heritabilne (u rasponu od 30 do 50%) što upućuje da su pod značajnim utjecajem okolinskih faktora - između 50 i 70% (Loehlin, 1992; Bouchard, 1994; Larsen i Buss, 2014). Navedena empirijska istraživanja sugeriraju kako je značajan dio varijance u osobinama ličnosti po podrijetlu okolinski. Dakle, gensko nasljeđe i zajednička i različita okolina utječu na ličnost. S tim u vezi, dijeljenu ili zajedničku okolinu dijele braća i sestre jer odrastaju u istoj obitelji (zajednički faktori), a nedijeljenu ili nezajedničku okolinu čini okolina koju braća i sestre ne dijele iako odrastaju u istoj obitelji (različiti faktori).

Osim navedenog, molekuralna genetička istraživanja čine najnovije područje u psihologiji ličnosti koje pokušava utvrditi vezu između specifičnih gena i izraženosti osobina ličnosti. Larsen i Buss (2008, 2014) pretpostavljaju da će istraživači u budućim znanstvenim projektima nastojati utvrditi koji su geni odgovorni za sintetiziranje specifičnih neurotransmitera koji su povezani sa specifičnim osobinama ličnosti. Nadalje, Plomin i Crabbe (2000) navode kako će se vjerojatno psiholozi ličnosti udružiti s molekularnim genetičarima s ciljem lociranja specifičnih gena koji su povezani s dimenzijama ličnosti.

Biološki pristup ličnosti temelji se na pretpostavci da je čovjek strukturiran od bioloških sustava koji proizvode ponašanje, misli i emocije (npr. mozak koji stvara ponašanje). Pritom, biološki procesi mogu odrediti individualne razlike koje se mogu opaziti kod sportaša na treningu i natjecanju, kao i u drugim okolnostima. S tim u vezi, ako sportski trening promatramo kao biološki podražaj i trenažni stres, a natjecanje kao natjecateljski stres tada interakcijski učinci osobina ličnosti i motivacijskih dimenzija mogu imati važnu ulogu u efikasnom suočavanju sa stresom. Stoga je raspravu o navedenim konstruktima nužno temeljiti primarno na razini biološke i prilagodbene domene. Pretpostavlja se kako biološki procesi mogu korelirati s individualnim razlikama među ljudima (sportašima). Pritom, biološki procesi mogu biti uzrok individualnih razlika u ličnosti sportaša. Larsen i Buss (2014) tvrde kako postoje dva načina razmišljanja. Prvi način je gledanje fizioloških varijabli u korelaciji s osobinama ličnosti, dok drugi način obuhvaća promatranje fizioloških događaja kao onih koji pridonose ili kao onih koji čine fiziološki supstrat osobinama ličnosti.

Suvremena psihologija ličnosti, kao znanstvena disciplina, usmjerena je na biološke sustave te na otkrivanje načina funkcioniranja ljudskog organizma, osobito ljudskog mozga kao osnovice njegove ličnosti (Fulgosi, 1994). Pritom, isti autor tvrdi kako tradicionalne nazive, kao što su psihičke osobine, treba svesti na realna zbivanja i realne procese smatrajući kako su u osnovi svega fiziološki, biokemijski i molekularni procesi. Isto tako, recentna istraživanja su usmjerena na biokemijske osnove osobina ličnosti i motivacijskih dimenzija. Fulgosi (1994) navodi kako empirijska istraživanja pokazuju da motivacija pojedinca, kao jedno od temeljnih obilježja njegovog funkcioniranja i njegove ličnosti, ovisi o čitavom nizu organskih promjena i načina funkcioniranja organizma.

Problem razlikovanja ličnosti može se svesti na diferencijaciju kompleksnih biokemijskih i hormonalnih, kao i molekularnih funkcija. U skladu s tim, postavlja se istraživački problem utječu li pojedini geni koji se razlikuju među pojedincima na ponašajne karakteristike koje definiraju ličnosti (Larsen i Buss, 2008). Vjerojatno je poligenska priroda u podlozi svake osobine ličnosti (Vukasović, 2013). Također, problem utvrđivanja odnosa između osobina ličnosti i motivacijskih dimenzija mora se, u konačnici, temeljiti na neuralnim krugovima i kemijskim procesima u organizmu.

U kontekstu biološke domene pretpostavlja se kako razlike među ljudima (sportašima) mogu biti posljedica aktivnosti živčanog sustava koja se očituje u razlikama u ponašanju, mislima i emocijama. S tim u vezi, visoko neurotični sportaši mogu imati nisko samopoštovanje, reaktivniji simpatički živčani sustav, kao i veću aktivnost desne hemisfere mozga (negativna emocionalnost) povezane s tendencijom intenzivnijeg doživljavanja neugode te sklonost negativnom samogovoru. Takav tip sportaša u situacijama natjecateljskog stresa može biti sklon prelaženju iz greške u grešku u kontekstu obavljanja zadataka unutar pozicije i uloge u igri.

U sportskoj znanosti temeljno pitanje je koji genetski profili omogućavaju vrhunsku izvedbu i sportsko postignuće (Davids i Baker, 2007; Eynon i sur., 2011). Pretpostavlja se kako će budući pravci istraživanja ispitati koja je najbolja genska kombinacija za određenu sportsku aktivnost. Sasvim je izvjesno kako vrhunski sportaši i početnici drugačije koriste mozak, ali preciznija interpretacija u smislu funkcionalne organizacije mozga sportaša nije trenutno moguća (Yarrow, Brown i Krakauer, 2009).

U Tablici 1. prikazane su biološke osnove nekoliko specifičnih osobina ličnosti u kojima je istaknut fiziološki supstrat pojedine osobine ličnosti.

Tablica 1. Biološke teorije specifičnih osobina ličnosti (Larsen i Buss, 2014)

POVEZANOST OSOBINA LIČNOSTI S FIZIOLOŠKOM REAKTIVNOŠĆU	
Osobine ličnosti	**Biološke osnove**
Ekstraverzija-Introverzija	Razina pobuđenosti mozga (ranija teorija) Pobudljivost živčanog sustava ili neuronska podražljivost (nova teorija)
Osjetljivost na znakove nagrade i kazne	Bihevioralni aktivacijski sustav (BAS) Bihevioralni inhibicijski sustav (BIS)
Traženje uzbuđenja	Optimalna razina pobuđenosti (ranija teorija) Monoaminooksidaza (MAO) razina
Trodimenzionalni model ličnosti	
Traženje novosti	Dopamin (niska razina)
Izbjegavanje štete	Serotonin (odstupanje u metabolizmu)
Ovisnost o nagradi	Norepinefrin (niska razina)
NEPOVEZANOST OSOBINA LIČNOSTI S FIZIOLOŠKOM REAKTIVNOŠĆU	
Osobine ličnosti	**Biološke osnove**
Jutarnjost – Večernjost	Dužina cirkadijurnog ritma (biološki ritmovi) Kraća = jutarnji tip Duža = večernji tip
Afektivni stil	Asimetrija u frontalnoj aktivaciji mozga Lijeva = tendencija prema pozitivnom Desna = tendencija prema negativnom

Navedenih šest primjera obuhvaćaju dimenzije ličnosti za koje se pretpostavlja da u pozadini njih postoje višestruki biološki procesi (npr. neurotransmiteri i hormoni). Za dimenziju Ekstraverzija-Introverzija postoje brojni empirijski nalazi koji upućuju na to da se razlika između introverta i ekstraverta temelji na njihovoj neuronskoj pobudljivosti, a ne na njihovoj osnovnoj razini pobuđenosti (Larsen i Buss, 2008, 2014). Zbog različite osjetljivosti, reaktivnosti i pobudljivosti živčanog sustava iste izvanjske okolnosti i podražaji okoline različito će biti interpretirani i doživljavani od strane ekstraverata i introverata pa će postojati i razlike u optimalnoj okolini (Fulgosi, 1994). S tim u vezi, ispitivanja Zuckermana (1979) pokazala su da postoji optimalna razina stimulacije za svakog pojedinca i da u tom pogledu postoje velike individualne razlike.

Nadalje, osjetljivost na znakove nagrade i kazne može se objasniti na temelju neuralnih krugova bihevioralno-inhibicijskog sustava (BIS) i bihevioralno-aktivacijskog sustava (BAS). Navedena dva hipotetska-biološka sustava u mozgu utemeljio je Gray (1972, 1975). Isti autor navodi kako sustav aktivacije ponašanja (engl. *behavioral activation system-BAS*) odgovara na poticanje poput znakova za nagradu i regulira ponašanje prilaženja (motivacija za pristupanje). Drugi hipotetski biološki sustav koji je utemeljio Gray nazvao je sustav inhibicije ponašanja (engl. *behavior inhibition system-BIS*) koji odgovara na znakove za kaznu, frustraciju i nesigurnost. Larsen i Buss (2008, 2014) upućuju kako se prilikom aktivacije BIS-a pojedino ponašanje inhibira ili se razvija izbjegavajuće ponašanje. S tim u vezi, Larsen i Buss (2008, 2014) sugeriraju kako se BAS može percipirati poput akceleratora koji motivira pojedinčevo pristupajuće ponašanje, dok se BIS može promatrati kao „prigušivač" koji inhibira ponašanje.

Nadalje, u Tablici 1. navodi se osobina ličnosti traženje uzbuđenja za koju se pretpostavlja da ljudi (sportaši) koji imaju vrlo izraženu ovu crtu ličnosti imaju potrebu za povišenim razinama stimulacije u svakodnevnom životu (Zuckerman, 1979). Vjerojatno su određeni enzimi, prije svega, monoaminooksidaza (MAO), odgovorni za održavanje odgovarajućih razina neurotransmitera. Pretpostavlja se kako ljudi (sportaši) s izraženom osobinom traženja uzbuđenja imaju niže razine MAO-a u svom krvotoku od ljudi s niskom potrebom za traženje uzbuđenja (Zuckerman, 1991). Isti autor navodi kako su ponašanja traženja uzbuđenja posljedica nedostatne količine biokemijskih kočnica u sinapsi. Za razliku od Zuckermanove teorije traženja uzbuđenja, koja se temelji na razinama MAO-a i hormona u krvotoku, brojni istraživači pretpostavljaju da razina i distribucija neurotransmitera isključivo uzrokuje specifične individualne razlike. Fulgosi (1994) tvrdi kako enzim monoaminooksidaza utječe i kontrolira stvaranje neurotransmitera monoamina (dopamin, norepinefrin, epinefrin i serotonin) koji imaju važnu ulogu u regulaciji raspoloženja, emocijama, motivaciji i aktivaciji pojedinca, a prisutni su u malim skupinama živčanih stanica čija su stanična tijela smještena uglavnom u moždanom deblu (Pinel, 2010). Nadalje, Fulgosi (1994) navodi kako su potreba i traženje senzacija i uzbuđenja povezane s određenim stavovima i vrijednostima. Isti autor upućuje kako empirijski nalazi pokazuju da su osobe koje imaju niže potrebe za senzacijama konzervativnije i religioznije.

U Tablici 1. prikazana je i Cloningerova trodimenzionalna teorija ličnosti temeljena na neurotransmiterima. Trodimenzionalan model ličnosti obuhvaća osobine kao što su: traženje novosti, izbjegavanje štete i ovisnost o nagradi (Cloninger, 1986, 1987; Cloninger, Svrakic i

Przybeck, 1993). Navedene osobine ličnosti vezane su uz razine neurotransmitera. Prva osobina u trodimenzionalnom modelu ličnosti je traženje novosti koja je vjerojatno posljedica niske razine dopamina, dok je druga osobina ličnosti izbjegavanje šteta za koju se pretpostavlja da je posljedica odstupanja u metabolizmu serotonina.

Treća osobina u trodimenzionalnom modelu ličnosti je ovisnost o nagradi za koju Cloninger pretpostavlja da je povezana s niskim razinama norepinefrina.

Također, u Tablici 1. prikazana je osobina ličnosti koju su psiholozi ličnosti nazvali jutarnjost-večernjost (Home i Ostberg, 1976). U skladu s tim, pretpostavlja se postojanje jutarnjeg i večernjeg tipa. Razlika između jutarnjih i večernjih tipova vjerojatno je posljedica razlika u biološkim ritmovima ili dužini cirkadijurnog ritma. Osobe koje imaju kraće biološke ritmove obilježava često jutarnji tip, a osobe s dužim biološkim ritmovima karakterizira večernji tip. S tim u vezi, jutarnji tipovi u prosjeku ustaju i idu spavati ranije i ranije su tijekom dana u optimalnoj formi u usporedbi s večernjim tipovima. U sportu su navedene osobine važne kod formiranja „cimera“ zbog doziranja opterećenja i satnice natjecanja. U skladu s tim, jutarnji tipovi mogu imati razvojne treninge ujutro, za razliku od večernjih koji tada mogu imati obnavljajuće ili održavajuće treninge. Sa stajališta iskustva ekspertnih trenera i znanstvenika-praktičara večernji tipovi mogu imati razvojne treninge u popodnevnim satima (npr. iza 17 h).

U Tablici 1. među osobinama ličnosti spomenut je i afektivni stil (hemisferna asimetrija u frontalnoj aktivaciji mozga). Pretpostavlja se kako afektivni stil ima oslonac u asimetriji i frontalnoj aktivaciji mozga. Vjerojatno relativno aktivnija lijeva hemisfere čini biološku osnovu za tendencije prema pozitivnom i obratno, relativno aktivnija desna hemisfera je biološka osnova tendencije prema negativnom. Larsen i Buss (2014) navode kako istraživački nalazi upućuju na to da je lijeva hemisfera relativno aktivnija od desne onda kada osoba doživljava ugodne emocije i obratno, da je čeoni režanj desne hemisfere aktivniji od lijeve kad osoba osjeća negativne emocije. S tim u vezi, Sutton i Davidson (1997) su potkrijepili hipotezu da dispozicijski pozitivne osobe imaju relativno veću aktivaciju lijevog frontalnog režnja u stanju mirovanja, u odsutnosti emocionalnih podražaja, ali i poboljšano funkcioniranje imunosnog sustava (Davidson i sur., 2003). Vjerojatno osobe koje su u kroničnom stresu imaju veću aktivaciju desne hemisfere.

Navedena istraživanja čine samo polaznu osnovu za različite razine objašnjenja u rasponu od sinapse (molekularni pristup) do funkcioniranja cijelog mozga (molarni pristup). Pretpostavlja

se kako nije primjereno objašnjavati linearnu vezu između osobina ličnosti i pojedinog gena jer su vjerojatno kod stvaranja bilo koje osobine ličnosti uključeni brojni geni (Azar, 2002) koji vjerojatno zahtijevaju okolinske pokretače za izražavanje bilo koje biološki zasnovane osobine ličnosti (Larsen i Buss, 2014). Buduća evolucijska istraživanja ispitivat će individualne razlike koje se odnose na važne društvene adaptivne probleme s kojima se ljudi suočavaju u kontekstu života u grupi (Cervone i Pervin, 2008). Međutim, istraživanja u biološkoj domeni prilično su zahtjevna i teško je ostvariti sve preduvjete za njihovu provedbu (Larsen i Buss, 2008, 2014).

Intrapsihička domena

Ova domena primarno obuhvaća psihodinamiku te motive i ličnost. Pritom se bavi mentalnim mehanizmima ličnosti od kojih mnogi djeluju izvan svijesti, a koji utječu na ponašanje, misli i osjećaje (Larsen i Buss, 2014). Postoji ideja da informacija koja je nesvjesna (npr. potisnuta želja) može zapravo motivirati ili utjecati na ponašanje. Međutim, ne postoji suglasnost među istraživačima ličnosti o tome može li informacija koja je nesvjesna imati veliki utjecaj na stvarno ponašanje. U skladu s navedenim, dominantna teorija u ovoj domeni jest Freudova psihoanalitička teorija koja je jedna od najobuhvatnijih teorija ličnosti s gledišta objašnjenja funkcioniranja ljudske prirode. Larsen i Buss (2008, 2014) navode da psihodinamička teorija kreće od temeljne pretpostavke o univerzalnim instinktnim sustavima - seksualnim i agresivnim silama za koje se pretpostavlja da pokreću i energiziraju većinu ljudskih aktivnosti. Freud ističe univerzalne psihičke strukture koje čine id, ego i superego te univerzalne stadije psihoseksualnog razvoja (oralni stadij, analni stadij, falusni stadij i genitalni stadij). S tim u vezi, Freud upućuje na ideju da je ljudski um podijeljen na dva dijela - svjesni i nesvjesni. Isti autor je naglašavao važnost događaja u djetinjstvu za formiranje odrasle ličnosti. Intrapsihička domena, također, uključuje obrambene mehanizme, kao što su potiskivanje, negiranje i projekcija. Važno je istaknuti kako su neke Freudove ideje preživjele test vremena. To se prije svega odnosi na obrambeni mehanizam potiskivanja, nesvjesno procesiranje informacija i prizvana sjećanja (Larsen i Buss, 2008).

Važno je istaknuti kako psiholozi ličnosti sve više ističu psihološku važnost funkcija ega, koje obuhvaćaju planiranje, razvijanje strategija postizanja ciljeva, kao i razvijanje stabilnog identiteta. Predstavnik ego psihologije Erikson (1978) naglašava u alternativnoj teoriji razvoja ličnosti cjeloživotni razvoj i socijalne zadatke koje se postavljaju pred pojedinca. Također, Horney (1937, 1945), kao zagovarateljica ego psihologije, ističe ulogu kulture i društvene uloge kao faktore razvoja ličnosti.

U sklopu ove domene psiholozi naglašavaju obrambene mehanizme, kao što su potiskivanje, negiranje i projekcija te zajedničke motive za koje pretpostavljaju da ih većina ljudi posjeduje u različitom stupnju. S tim u vezi, Larsen i Buss (2014) navode kako individualne razlike u motivima pomažu psiholozima da odgovore na pitanje: „Zašto ljudi rade to što rade?“ Autori navode kako su objašnjenja pomoću motiva jedinstvena po tome što uključuju cilj koji pokreće ljude da misle, djeluju i osjećaju se na određen način. U skladu s tim, autori tvrde kako su tri najčešća zajednička motiva istraživana u ovoj domeni sljedeća: želja za postignućem, potreba za bliskim odnosima s drugim ljudima i motiv da se ima moć i utjecaj nad drugima. S tim u vezi, potreba za postignućem je potreba koja podrazumijeva da pojedinac unaprjeđuje individualnu i timsku izvedbu koja će mu omogućiti da ostvari natjecateljsku uspješnost. U timskom sportu postoje individualne razlike u razini potrebe za postignućem koja u konačnici određuje napredovanje pojedinca. Potreba za moći odnosi se na želju za utjecajem na druge ljude te za dominiranjem nad drugima i pokušaje postizanja boljih rezultata u odnosu na druge.

Larsen i Buss (2014) upućuju na ideju koja sugerira da motivi mogu biti svjesni i nesvjesni te da nesvjesni motivi utječu na drugačije oblike ponašanja od onih na koje utječu svjesni motivi. Nadalje, suvremeni pristup u psihoanalizi ističe važnost internaliziranih reprezentacija važnih odnosa te se oslanja na ideju da je djetinjstvo presudno za razumijevanje odrasle ličnosti. Također, suvremeni pogledi u psihoanalizi daju naglasak na odnosima, kao što je privrženost novorođenčeta primarnom skrbniku.

Larsen i Buss (2014) navode kako se termin odnos objekata primjenjuje u svrhu označavanja trajnog obrasca ponašanja u odnosima s drugim osobama te kognitivnih, motivacijskih i emocionalnih procesa koji stvaraju te obrasce ponašanja. Ova se teorija temelji na pretpostavci kako mentalne slike stvorene u djetinjstvu kroz iskustva s bliskim osobama određuju obrazac ponašanja u kasnijim odnosima. Pritom, teoretičari odnosa objekata tvrde da većina problema i mentalnih poremećaja uključuje poremećaje u odnosima te da razvoj i održavanje odnosa čine temeljni preduvjet za optimističnu i pozitivnu sliku pojedinca. S druge strane, osobe koje imaju poteškoće u odnosima često imaju pesimističnu sliku, očekuju loš tretman ili zlostavljanje u odnosima s drugima (Larsen i Buss, 2014).

Konačno, potrebno je naglasiti i kako su suvremeni psihoanalitičari više usmjereni na interpersonalne obrasce ponašanja te na emocije i motive koji ih prate. U skladu s tim, pretpostavlja se kako će suvremeni psihoanalitičari vjerojatnije promatrati ličnost kao rezultat

rješavanja niza socijalnih kriza i kretanja koja idu prema sve zrelijim oblicima povezivanja s drugima (Larsen i Buss, 2014).

Kognitivna/doživljajna domena

Usmjerava se na kognicije (svijest i mišljenje, percepcija, interpretacija, prisjećanje, anticipiranje i očekivanje) i subjektivno iskustvo, kao što su svjesne misli, osjećaji, vjerovanja i želje o sebi i drugima (Larsen i Buss, 2008). S tim u vezi, ovo područje obuhvaća, u prvom redu, istraživanje aspekata ili stupnjeva kognicije (percepcija, interpretacija i svjesni ciljevi), emocija i pojma o sebi (način na koji osoba vidi, razumije i definira sebe). Ova domena uključuje naše osjećaje o sebi, identitet, samopoštovanje, naše ciljeve i planove, naše emocije te način na koji osoba percipira i interpretira svijet (Larsen i Buss, 2008). Nadalje, važno je istaknuti kako ciljevi imaju kognitivne, emocionalne i ponašajne komponente, kao i da emocije čine važan koncept za ličnost. Pritom, važno je istaknuti kako se ljudi (sportaši) razlikuju u svojim svjesnim ciljevima, a te su razlike dio njihove ličnosti (Larsen i Buss, 2008). Analogno navedenom, postoje specifični ciljevi koje ekspertni treneri postavljaju unutar modela taktike igre, a koji ovise o stvarnoj kvaliteti igrača i cijele momčadi, poziciji i ulozi u igri, dobi i sustavu natjecanja.

Iz literature je vidljivo da tri stupnja kognicije zaokupljaju pažnju istraživača ličnosti - percepcija, interpretacija i svjesni ciljevi. U navedenim dimenzijama ličnosti sportaši se međusobno razlikuju. Tako primjerice, individualna razlika u perceptivnoj vještini ima veze sa perceptivnom brzinom uočavanja pogreški u reakcijama protivnika. Pojedinci u ekipi se razlikuju u načinima na koje primaju, prerađuju (interpretiraju) i zadržavaju odnosno zaboravljaju informacije (selekcioniranje informacija) što u konačnici utječe na njihovo motoričko ponašanje.

U kontekstu kognitivno-doživljajne domene postoje razlike između tipova doživljaja sebe. Prvo postoje opisni aspekti sebe: tko smo, koje slike o sebi imamo iz prošlosti i koje su moguće slike sebe u budućnosti. Drugo, postoji evaluativna sastavnica doživljaja sebe koju nazivamo samopoštovanje. Treća sastavnica našeg doživljaja sebe odnosi se na društvene uloge koje pojedinac ima, što podrazumijeva socijalni pojam o sebi koji nazivamo identitet. Važno je istaknuti kako pojedinci mogu prolaziti kroz krize identiteta tijekom različitih životnih razdoblja. S tim u vezi, razumijevanje kako pojedinci razvijaju i održavaju identitet dio je kognitivno-doživljajne domene (Larsen i Buss, 2008).

Također, potrebno je istaknuti kako postoji povezanost između kognitivnih čimbenika i ponašajnih odgovora (izvedba). Eksplicitnije, sportaši obrađuju informacije i koriste ih u tehničko-taktičkim aktivnostima unutar pozicije i uloge u igri. Moguće greške u obradi informacija manifestiraju se u pogreškama u motoričkom ponašanju.

Larsen i Buss (2008) navode kako specifični mehanizmi primaju informacije kao ulaz (situacija), obrađuju te informacije na temelju pravila odlučivanja (npr. kriteriji za taktičko odlučivanje u igri) te proizvode izlaz (reakciju) (Slika 2.). U košarkaškoj igri najvažnija je brzina procesiranja vidnih informacija. S tim u vezi, sposobnost zadržavanja koncentracije, perceptivna brzina, brzina prepoznavanja situacija, predviđanje poteza suigrača i protivnika i selektivno odlučivanje (na temelju kriterija za taktičko odlučivanje) su nužni preduvjeti za selektivno motoričko reagiranje (Trninić, 2006). Tako primjerice, sportaši mogu imati pravila odlučivanja poput "ako-onda": ako je postavljen niski čeonolinijski blok onda ga izbjegavamo kretnjom iznad bloka ili ako je čeonolinijski blok postavljen na poziciji srednjeg posta ili više onda ga izbjegavamo ispod bloka. U ovom su primjeru ulazne informacije vezane za obranu protiv blokova na igrača bez lopte kroz pravila odlučivanja "ako-onda" pretvaraju u izlazne informacije (motoričko ponašanje ili reakcija).

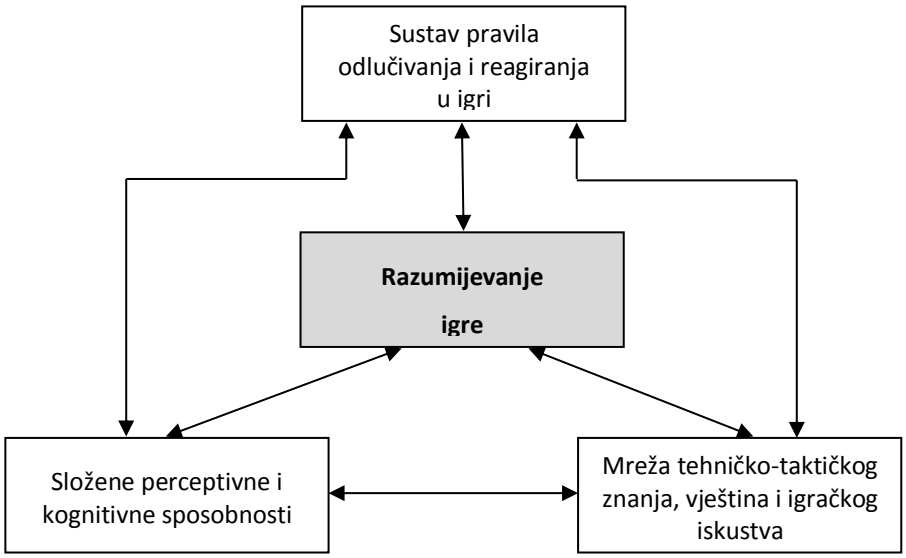


Slika 2. Sustav obrade informacija za rješavanje situacija
(adaptirano prema Larsen i Buss, 2008)

Mehanizmi ponašanja u obrani skup su postupaka koji obuhvaćaju pravila odlučivanja koja prethode motoričkoj reakciji u igri. Mehanizam koji je povezan sa pravilima odlučivanja "ako-onda" mora dopuštati nekoliko mogućnosti reakcija da bi izazvao zahtjeve za adaptacijom napada. Mozak rješava sve problemske situacije zbog svoje "plastičnosti" jer je u mogućnosti adaptirati se na svaku informaciju.

Sposobnost predviđanja ponašanja protivnika na temelju njihovih kretnji zahtijevaju vještine (perceptivne, kognitivne i motoričke) i visok stupanj razumijevanja igre. Da bi pojedini igrač uspješno obavio zadatke u fazi obrane i napada mora riješiti niz problema obrade informacija (npr. hvatanje odbijenih lopti, brz i siguran prijenos lopte i realizaciju). S tim u vezi, psihološki mehanizmi omogućavaju sportašu da uči i da promjeni svoje motoričko ponašanje u svrhu poboljšanja izvedbe. Različiti sustavi poučavanja/učenja i vježbanja omogućuju situacijsko iskustvo, stabilnost u izvedbi vještina te povećanje razine razumijevanja igre koji smanjuju vrijeme odlučivanja i reagiranja u igri.

U sportskoj znanosti ili kineziologiji sporta konstrukt „razumijevanje igre“ možemo definirati kao sposobnost konceptualnog i problemskog shvaćanja sportske igre (Trninić, Kardum i Mlačić, 2010). S tim u vezi, stupanj razumijevanja igre i razina vještina (npr. perceptivne i kognitivne) određuju iskoristivost potencijala i stvarne kvalitete igrača unutar modela taktike igre. U skladu s tim, razumijevanje igre se mijenja poticanjem razvoja specifičnih kognitivnih sposobnosti te ovladavanjem perceptivnim i kognitivnim vještinama u sportskom treningu, kao i postavljanjem zahtjeva na utakmici koji omogućavaju oblikovanje igračkog ili natjecateljskog iskustva. Na razumijevanju igre temelji se sustav pravila odlučivanja (ako-onda) i vrijeme reagiranja u igri, a rezultat je u prvom redu interakcije složenih perceptivnih mehanizama i kognitivnih sposobnosti, igračeva natjecateljskog iskustva te mreže povezanih tehničko-taktičkih znanja i vještina (Slika 3.).



Slika 3. Komponente koje određuju igračevo razumijevanje igre i njihov utjecaj na uspješno rješavanje situacija u igri (modificirano prema Trninić, Kardum i Mlačić, 2010)

Razumijevanje igre, shvaćanje i prihvaćanje pozicije(a) i zadataka unutar uloge(a) u igri te iskorištavanje ukupnog potencijala, kao i primjena stečenih tehničko-taktičkih znanja i vještina i natjecateljskog iskustva za rješavanje situacija u igri temeljni su čimbenici ukupne stvarne kvalitete sportaša (Trninić, Perica i Dizdar, 1999; Dizdar, 2002; Trninić, Kardum i Mlačić, 2010). Trninić, Kardum i Mlačić (2010) navode kako igrači stalno uče spoznavanjem onoga što opažaju u odnosu između reakcija u igri i posljedica tih reakcija s ciljem da se skrati vrijeme reagiranja u igri i povećaju reakcijske mogućnosti igrača i momčadi.

U procesu tehničko-taktičke pripreme, na temelju povratnih informacija, igrač zna kada, gdje i zašto je pogriješio i što treba korigirati u reakcijama u igri. Pritom, način obrade informacija te interpretiranje događaja u igri može biti presudno u odlučivanju i reagiranju pojedinog igrača (kognitivna shema). Nadalje, u procesu sportske pripreme, nakon brojnih ponavljanja motoričkih vještina, pojedinačne motoričke reakcije organiziraju se u složene motoričke programe koji se prilagođavaju pod utjecajem osjetnih povratnih informacija bez svjesne kontrole zato što se senzomotoričke vještine koje sportaš uvježbava prenose, pod utjecajem velikog broja ponavljanja, s viših na niže razine živčanog sustava. Pritom, različiti hijerarhijski niži neuralni krugovi mogu djelovati usporedno, istovremeno, a da ne dolazi do njihova međusobnog ometanja (Schmidt i Lee, 2005). Neuralni se krugovi mogu aktivirati i prije no što završi prethodna reakcija u igri (Trninić, 1996), na čemu se temelji uspješnost te napredovanje i samoostvarenje svakog igrača u natjecateljskim uvjetima (stvarna kvaliteta), a onda i momčadi kao cjeline. U skladu s tim, u procesu sportske pripreme automatizirani motorički programi oslobađaju sportaševe kognitivne funkcije za prepoznavanje i anticipaciju situacija u igri (Trninić, Kardum i Mlačić, 2010).

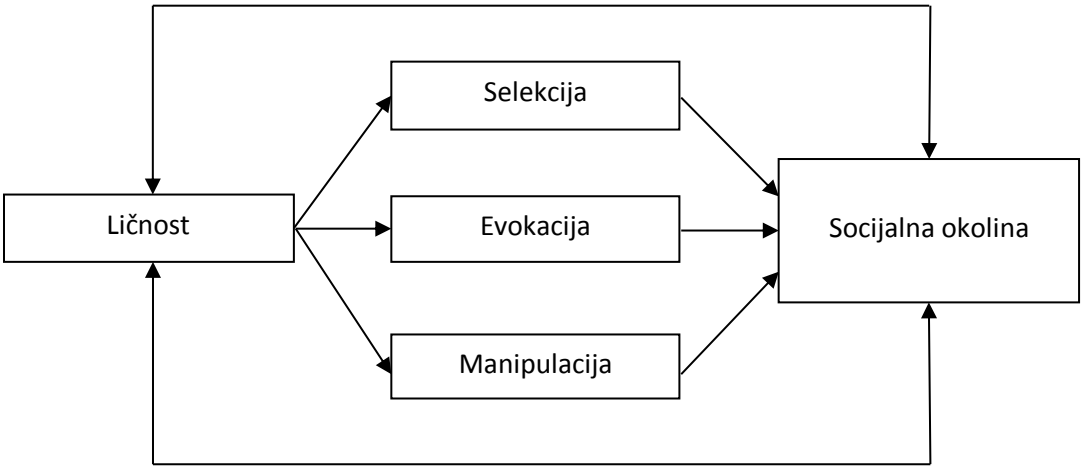
Socijalna i kulturalna domena

Larsen i Buss (2014) navode kako ličnost utječe na socijalno i kulturalno okruženje i da je pod njegovim utjecajem (recipročni determinizam). Isto tako, ličnost pojedinca koji je dio socijalne grupe ima ishodišnu ulogu u socijalnoj interakciji. Fulgosi (1994) navodi da svaki pojedinac ostvaruje socijalne kontakte i interakcije na poseban način. U skladu s tim, autor ističe kako ovi načini socijalnog ponašanja u vezi s kontaktima i interakcijama predstavljaju značajne komponente ličnosti pojedinca.

Raab i Deisz (1975) navode kako socijalni uvjeti života i socijalne interakcije potiču promjene u količini i izlučivanju serotonina što se očituje na regulaciju raspoloženja pojedinca. Autori

navode kako život pojedinca u grupi dovodi do pojačanog izlučivanja serotonina. Psihološka obilježja pojedinca utječu na vanjski svijet i obrnuto (Slika 4.).

Na Slici 4. prikazana su tri procesa (selekcija, evokacija i manipulacija) kojima ličnost utječe na socijalnu interakciju (Larsen i Buss, 2014). Prvi proces odnosi se na odabir ljudi i okoline gdje ličnost ima ishodišnu ulogu u procesu selekcije. Pojedinac aktivno odabire određene interpersonalne okoline, aktivnosti, partnere i prijatelje, ali i selektivno izbjegava druge. Drugi proces se odnosi na evokacije koje se temelje na obilježjima pojedine ličnosti. Tako primjerice, visoko izražena osobina Savjesnost može biti primjereni prediktor pouzdanosti. Treći proces je manipulacija koja se odnosi na način na koji ljudi eksploatiraju druge. Sva tri procesa utječu na socijalnu okolinu, kao što socijalna okolina utječe na ličnost. Pritom, jedan od ciljeva psihologije ličnosti je razumjeti kako socijalni i kulturalni čimbenici oblikuju ličnost jer sportaši različitih kultura imaju različita iskustva koja utječu na razlike između pojedinaca iz različitih kultura. Nadalje, grupni ciljevi koji određuju usmjerenost ponašanja obilježavaju timski sport. S tim u vezi, razlike u osobinama ličnosti i motivacijskim dimenzijama u timskim sportovima pokazuju se u igračevim interpersonalnim odnosima.



Slika 4. Ličnost i socijalna interakcija (Larsen i Buss, 2014)

Ova domena istraživanja ličnosti uključuje istraživanje socijalne interakcije, roda i kulture. Larsen i Buss (2014) tvrde kako postoje tri procesa kojima ličnost utječe na socijalne interakcije (Slika 4.). Prvi je proces selekcija, kojom ljudi mogu izabrati specifične socijalne okoline prema svojim ličnostima. Drugi proces je evokacija koji se odnosi na utjecaj ličnosti na socijalnu interakciju, a uključuje reakcije koje izazivamo kod drugih. Treći proces kojim pojedina ličnost utječe na socijalne interakcije je manipulacija radi utjecanja na druge. Pritom,

važno je istaknuti kako pojedinci primjenjuju različite strategije u svrhu da dobiju ono što žele od drugih.

Pretpostavlja se kako proces sportske pripreme može poticati razvoj genskog potencijala pojedinca, različite facete sportaševe ličnosti i motivacijske dimenzije koje se izražavaju u sportaševom ponašanju. U elitnom timskom sportu u procesu sportske pripreme potiče se razvoj ponašanja koji omogućava efikasnu adaptaciju na trenažni i natjecateljski stres te na različite pritiske koje generiraju mediji.

Prilagodbena domena

U sklopu prilagodbene domene istraživači smatraju kako ličnost igra ishodišnu ulogu u suočavanju sa stresom te da su određena obilježja ličnosti povezana sa zdravstvenim statusom pojedinca, kao i njegovom lošijom socijalnom ili emocionalnom prilagodbom. S tim u vezi, u sklopu ove domene provode se istraživanja koja su usmjerena na stres, suočavanje sa stresom, zdravlje i poremećaje ličnosti. Nadalje, aspekti ljudske prirode poput temeljnih motiva i emocija mogu se promatrati u kontekstu njihove prilagodbene vrijednosti (Pervin, Cervone i John, 2008). Također, postoje empirijski nalazi o plastičnosti živčanog sustava, tj. postoji potencijal za promjenu neurobiološkog sustava zbog utjecaja iskustva (Pinel, 2010). Važno je istaknuti kako se neurobiološki sustavi mogu mijenjati privremeno ili na duže vrijeme unutar genskih ograničenja kako bi zadovoljili trenutne zahtjeve za prilagodbom (Pervin, Cervone i John, 2008; Cervone i Pervin, 2008). S tim u vezi, u elitnom sportu moguće je provoditi selektivne kompenzacije slabih strana sportaša i selektivnu optimizaciju razvoja genskog potencijala (Trninić, Trninić i Papić, 2009).

Važno je istaknuti kako ličnost funkcionira tako da pojedincu pomaže u prilagođavanju zahtjevima unutar pojedine pozicije i uloge u košarkaškoj igri te na trenažni i natjecateljski stres. Mogli bi reći kako proces sportske pripreme u višegodišnjem ciklusu potiče razvoj adaptivnih funkcija organizma sportaša (Viru, 1995). U tom kontekstu, iskaz funkcija razvija strukturu, funkciju i ponašanje je temeljni biološki iskaz koji se može primijeniti na sportski trening. Sportski trening i natjecanje zahtijevaju kontinuirano prilagođavanje novim trenažnim i natjecateljskim opterećenjima, ali i usvajanje intervencijskih programa psihološke pripreme koji smanjuju štetnost stresa.

S tim u vezi, intervencijski programi psihološke pripreme sportaša koji su u funkciji smanjivanja stresa moraju se temeljiti na uključivanju sedam sastavnica (Meichenbaum, 1977; prema Burton, 1997):

- učenje pojedinca kako samogovor utječe na njegove emocionalne i ponašajne probleme
- učenje pojedinca kako misli utječu na neprilagođeno ponašanje
- učenje osnovnih vještina rješavanja problema
- sastavljanje željenih oblika samogovora i slika
- modeliranje, vježba i poticanje pozitivnog samovrednovanja, suočavanje sa stresom i vještine usmjeravanja pozornosti
- upotreba bihevioralnih i kognitivnih tehnika kao što su relaksacija, vizualizacija i različite vježbe ponašanja
- „domaći zadatak“ koji pojedinci postepeno izvršavaju na sve višem nivou kontroliranog stresa

Smatramo kako u elitnom sportu o trenažnom i natjecateljskom stresu treba razmišljati kao o poticajnom i/ili pozitivnom biološkom i psihološkom podražaju koji dovodi sportaša do razvoja motoričko-funkcionalnih sposobnosti i morfoloških osobina te kognitivno-afektivnih programa koji omogućavaju sportašu konzistentnost u izvedbi i sportskom postignuću.
Međutim, stres može biti, ne samo egzogeni podražaj, već ovisi i o tome kako pojedini sportaš reagira na sportske događaje. S tim u vezi, pojedini sportaš, s obzirom na kognitivnu procjenu i interpretaciju događaja, doživljava pojedine situacije stresnima ili ne. Psiholozi ličnosti smatraju da ličnost ima ishodišnu ulogu kako će pojedini sportaš procijeniti i interpretirati događaje, suočiti se s njima, prilagoditi im se i uskladiti sa zahtjevima pojedine konkretne situacije u sportskom treningu i natjecanju.

Učinkovito upravljanje stresom trebalo bi predstavljati temeljni cilj procesa sportske pripreme. Istraživanja pokazuju kako visoka Ugodnost, visoka Savjesnost i visoka Emocionalna stabilnost čine temeljne dispozicije stabilne ličnosti koja određuje integritet pojedinca. Nadalje, ličnost je povezana i sa zdravstvenim statusom, ali i s određenim ponašanjima koja imaju posljedice na stanje zdravlja. Tako primjerice, stres može nastati zbog raskoraka između individualnog i grupnog identiteta. Timski sustav pred pojedinca postavlja normativna očekivanja u vezi izvedbe, što može djelovati na mišljenje, osjećaje i akcije sportaša, a koji mogu biti izvor stresa.

Znanstvena istraživanja usmjerena na funkcionalno snimanje mozga pokazuju strukturalne i fiziološke promjene primarne senzoričke i motoričke kore pod utjecajem treninga (Yarrow, Brown i Krakauer, 2009). Pretpostavlja se kako u elitnom sportu visoki trenažni i natjecateljski stres preko medijatora u obliku kognitivne procjene i interpretacije utječe na stanje raspoloženja sportaša (Trninić, Papić i Trninić, 2011). Isto tako i stanje raspoloženja, utječe na kognitivnu procjenu i interpretaciju. Lazarus i Folkman (2004) navode da ovisno o tome kako osoba shvaća situaciju, proizlaze i specifične kvalitete emocionalnih reakcija i/ili stanja raspoloženja. Pritom, autori smatraju da je procjena nužna za emociju, ali da ona ne mora nužno biti svjesna.

U skladu s navedenim, Beck (2003) ističe da su kognitivni procesi važni za emocije. Dakle, pojedinac kognitivno procjenjuje i interpretira situacije koje imaju popratne komponente. Pritom je vjerojatno da su kognitivne procjene situacije i fiziološka pobuđenost međusobno isprepletene te da je moguće da procjena situacije i razine pobuđenosti određuje emocionalnu reakciju (Lazarus i Folkman, 2004).

Nadalje, kognitivno tumačenje iste situacije može navesti osobu na različito emocionalno i motoričko reagiranje, kao i na specifično stanje raspoloženja. Dakle, uzročnost je dvosmjerna jer se emocije i kognicije, u prirodnim uvjetima, javljaju udruženo. Stanje motivacije i stupanj izraženosti pojedinih osobina ličnosti (npr. niski Neuroticizam, visoka Ekstraverzija, visoka Savjesnost) može biti posredna odrednica sportaševog ostvarenja potencijala i cjelokupne uspješnosti u pojedinom sportu (Trninić, Kardum i Mlačić, 2010). Autori navode da su čvrstoća ličnosti, optimizam i atribucijski stil, strategije i načini suočavanja sa stresom te spremnost za kontaktnu igru specifične osobine koje omogućavaju u interaktivnim i kontaktnim sportovima uspješno rješavanje situacija pod visokim trenažnim i natjecateljskim pritiskom. Pretpostavlja se da navedene osobine ličnosti imaju ulogu medijatora u kontekstu visokog natjecateljskog pritiska te da utječu na sportaševu emocionalnu reakciju i stanje raspoloženja, ali i na sportaševu izvedbu koja je određena motoričko-funkcionalnim sposobnostima i morfološkim osobinama.

Stariji i natjecateljski iskusniji sportaši te kognitivno vještiji igrači anticipiraju više poteza unaprijed predviđajući izlaze u različitim situacijama koje zahtijevaju složeno donošenje odluka (Starkes, 1993, 2003). Iskustvo je povezano s procesom učenja i presudno je u oblikovanju osobina ličnosti, a očito utječe i na kognitivnu procjenu i interpretaciju događaja te sportsku izvedbu. Niska razina iskustvenog znanja može ograničiti razvoj cjelokupnog sportaševog potencijala.

U kontekstu kineziologije i/ili sportske znanosti temeljna kategorija je sposobnost prilagođavanja sportaša na različita informacijska (kognitivna), energetska i emocionalna trenažna opterećenja, što je preduvjet za sve specifične pozitivne adaptacijske promjene organizma. Pritom je važno programirati sportski trening u smjeru da organizam sportaša nauči učinkovito reagirati na trenažni i natjecateljski stres. To se, u prvom redu, odnosi na prilagodbu senzomotornog, vegetativnog i endokrinog sustava. U skladu s tim, u procesu sportske pripreme ne potiče se samo morfološka adaptacija (npr. hipertrofija brzih mišićnih vlakana), funkcionalna adaptacija (npr. povećanje periferne kapilarizacije, vitalnog kapaciteta, maksimalnog primitka kisika i sniženje dijastoličkog tlaka), nego i specifične adaptacijske promjene koje se očituju u dovođenju motoričkih programa do visoke automatizacije (Viru, 1995). S tim u vezi, senzomotoričke vještine koje sportaš savladava tijekom situacijskog treninga prenose se s viših na niže razine živčanog sustava (Schmidt i Lee, 2005; Pinel, 2010) što znatno povećava pravovremenost, kontinuitet i brzinu reakcije tijekom košarkaške igre.

Dakle, u kontekstu prilagodbene domene može se istaknuti kako brojna ponavljanja i usmjerenost na kvalitetu izvedbe omogućavaju da se kontrola motoričkih programa prebacuje s viših na niže razine senzomotoričke hijerarhije, koja se očituje u sljedećem:

- Povećava se razina autoregulacije (npr. mogućnost selektivnog korigiranja pogreške tijekom situacijskog treninga)
- Smanjuju se vremenski programi reagiranja
- Povećava se selektivna optimizacija razvoja genskog potencijala, što pospješuje uspješno obavljanje zadataka u igri
- Povećava se selektivna kompenzacija bioloških deficita sportaša
- Povećava se razina iskoristivosti cjelokupnog sportaševog potencijala

Schmidt i Lee (2005) upućuju kako različiti hijerarhijski niži neuralni krugovi mogu djelovati usporedno, istodobno, a da pritom međusobno ne interferiraju. Nadalje, Horga (2009) ističe da se neuralni krugovi mogu aktivirati i prije no što završi prethodna reakcija u pojedinoj sportskoj aktivnosti. Dakle, kod pojedinog sportaša nisu najvažniji svjesni psihički procesi, već niži senzomotorički krugovi jer profesionalni sport zahtijeva refleksne reakcije sportaša.

Osim navedenog, istraživački nalazi pokazuju kako karakter treninga, veličina opterećenja, trajanje trenažne jedinice i pojedinog ciklusa sportske pripreme određuju adaptivne promjene (Viru, 1995). Nadalje, sa stajališta zdravstvene psihologije i primijenjene kineziologije tjelesna aktivnost umjerenog ili srednjeg intenziteta je povezana s ublažavanjem anksioznosti,

stresa i depresivnosti te s povećanjem samopoštovanja, samoučinkovitosti, kognitivnih funkcija i psihološkog zadovoljstva (Hoffman i Harris, 2000).

Svi spomenuti oblici adaptacije organizma na zahtjeve treninga rezultat su promjena u središnjem i perifernom živčanom sustavu i zbivaju se tijekom oporavka (Mashiko i sur., 2004). Sears (2000) tvrde da svi sportski rezultati na elitnoj razini, u konačnici, ovise o prilagodbi i kontinuiranom treniranju. Cjelokupna sportska karijera je zapravo dugoročna, senzomotorna, endokrina i živčano-vegetativna adaptacija organizma sportaša te prilagodba pojedinih organa, organskih sustava i zglobno-koštanog, kao i živčano-mišičnog sustava. Važno je istaknuti kako postoji dvosmjerna veza bioloških procesa te trenažnog i natjecateljskog iskustva (Viru, 1995) koja čini temeljnu pretpostavku višesmjernih i multidimenzionalnih promjena (Berk, 2010). S tim u vezi, odabir vježbi te omjeri između različitih tipova programa (kondicijske, tehničko-taktičke, teoretske i psihološke pripreme), kao i modeliranje ukupnog opterećenja (broj treninga, broj trenažnih dana, broj sati treninga i provedeno vrijeme u igri na natjecanjima) u konačnici potiču adaptacijske promjene kod pojedinog igrača. Navedeni programi tijekom višegodišnjeg i godišnjeg ciklusa različito su distribuirani u odnosu na dobne skupine i pozicije u igri. Zaključno, u modeliranju trenažnog rada nužno se usmjeriti na raspored pojedinih programa i podprograma rada u sklopu integralne sportske pripreme kako bi se ostvarili višestruki pozitivni interakcijski učinci.

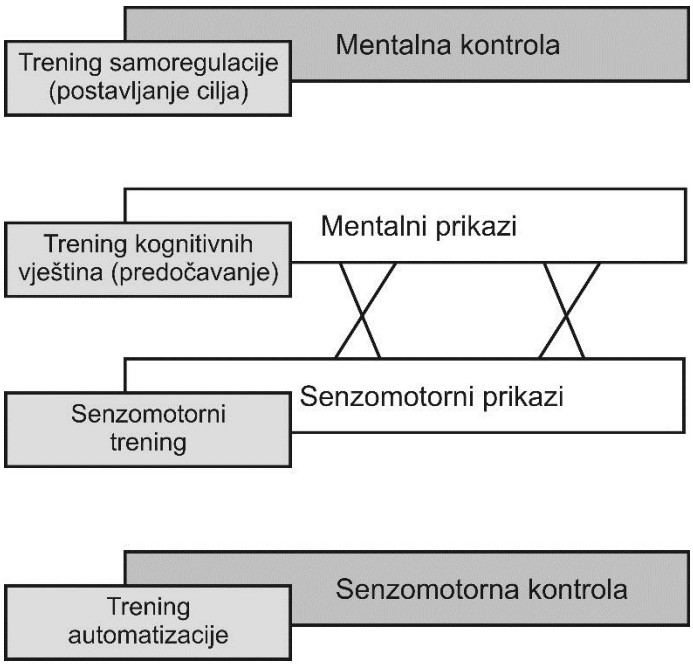
Teoretski okvir razvoja različitih razina akcijske regulacije kod sportaša

U procesu sportske pripreme jedan od ciljeva učenja i vježbanja je automatizacija košarkaških motoričkih programa. Takav pristup zahtijeva velik broj ponavljanja i kvalitetu izvedbe koji će dovesti vještine do razine subkortikalne regulacije. Osim treninga automatizacije u suvremenom procesu sportske pripreme potrebno je provesti progresivan senzomotorni treninga sa gledišta postupnog povećanja količine i intenziteta trenažnog opterećenja, kao i trening kognitivnih vještina (npr. predočavanje, pozitivan samogovor) te trening samoregulacije u okviru razvoja mentalne kontrole (Slika 5.). Samopraćenje i samovrednovanje su ključni prethodnici za učinkovitu samoregulaciju i uspjeh u sportu (Vealey, 2007). Integriranje navedena četiri tipa treninga omogućava poticanje fleksibilnosti i prilagodljivosti sportaševih reakcija. To stoga što takav sustav treninga potiče višestruki utjecaj na adaptacijske procese organizma sportaša na lokalnoj i/ili centralnoj razini.

Na Slici 5. prikazane su navedene razine akcijske regulacije u kojima je prisutan trening automatizacije, senzomotorni trening, trening kognitivnih vještina i trening samoregulacije

(Schack i Hackfort, 2007). Eksplicitnije, trening automatizacije je završni proces motoričkog učenja i vježbanja i konačni cilj informacijskog treninga koji dovodi vještine do razine koja ne zahtijeva svjesnu kontrolu jer se odvija na nivou subkortikalne regulacije. Pritom se senzomotorna kontrola može objasniti kao složeni hijerarhijski sustav kontrole niza kortikalnih i subkortikalnih područja koji se nalaze u osnovi motoričkog ponašanja. Sportaši koji dugotrajnim procesom učenja i vježbanja strukturiraju motoričke programe na razini prenaučenosti imaju stabilne i otporne motoričke sheme na ometajuće podražaje u stresnim situacijama natjecanja te ostvaruju refleksno izvođenje reakcija koje su preduvjet razvojnog treninga te ostvarenja cjelokupnog potencijala. Isto tako, automatizacija omogućava istodobni razvoj sposobnosti i vještina kod pojedinog sportaša.

S druge strane, senzomotorni trening je proces koji potiče usklađenost senzornih informacija i motoričkih aktivnosti, dok trening kognitivnih vještina obuhvaća procese koji su povezani s osjetima, percepcijom, pamćenjem, inteligencijom, govorom, mišljenjem i rješavanjem problema. U konačnici, trening kojim sportaši reguliraju vlastito ponašanje (postavljanjem ciljeva) naziva se trening samoregulacije. Pritom, kognitivna samoregulacija predstavlja proces kontinuiranog nadziranja napredovanja prema cilju pojedinog sportaša, provjeravanju ishoda i preusmjeravanje neuspješnih napora (Schack i Hackfort, 2007).



Slika 5. Razine akcijske regulacije i metoda psihološkog treninga (Schack i Hackfort, 2007)

Problemi koji mogu biti pozicionirani u područjima regulacije emocija ili motivacije proizlaze iz deficita u mentalnoj kontroli. Psihološki postupci u procesu treninga koji se primjenjuju na ovoj razini imaju za cilj poboljšati temeljnu regulaciju. Ovo se posebno može primijeniti na psihološke postupke tijekom treninga koji se odnose na kontrolu pažnje, optimizaciju samogovora, kontrolu stresa i anksioznosti itd. (Schack i Hackfort, 2007). Optimalna tehnička izvedba je većim dijelom određena razinom mentalnih prikaza. Često zapažen praktičan problem je da su sportaši sposobni optimalno izvoditi određeni pokret prilikom vježbanja, ali ne uspijevaju zadržati kvalitetu izvedbe na toj razini u natjecateljskom okruženju. U tom slučaju problem se vjerojatno nalazi u deficitima mentalne kontrole. Konačni cilj integralne sportske pripreme je da sportaš regulira vlastito ponašanje te da ima temelje ličnosti u sebi (suprotno od reguliranja od strane drugih). Standardi za samoregulaciju razvijaju se u procesu sportske pripreme kroz cijelu sportsku karijeru.

Smatramo kako proces sportske pripreme elitnih sportaša mora omogućiti poticanje adaptacijskih procesa, stjecanje vještina iz različitih trenažnih sustava koji omogućuju razvoj relevantnih sposobnosti te motoričkih vještina i psiholoških značajki da bi sportaš bio u mogućnosti ostvariti cjelokupni potencijal. Važno je istaknuti kako povećanje automatizacije izvedbe (razine senzomotorne kontrole) smanjuje utjecaj ometajućih podražaja (npr. negativnih emocija) na sportaševu individualnu i timsku izvedbu u situacijskim uvjetima. Pretpostavlja se kako povećanje sposobnosti i vještina samoregulacije kod pojedinog sportaša poboljšava razinu uspješnosti primjene usvojenih znanja, vještina i navika, osobito u kritičnim trenucima utakmice.

S obzirom da sportaši imaju sposobnost da motiviraju sami sebe (npr. postavljanjem osobnih ciljeva, planiranjem strategija, preinakom trenutnog ponašanja) oni su u mogućnosti regulirati svoje ponašanje, postavljati vlastite standarde vrednovanja i ciljeve. U skladu s tim, sportaši postavljaju visoko zahtjevne i realno ostvarive ciljeve koji motiviraju sportaše da idu dalje u unaprijeđivanju izvedbe.

Navedenih šest domena odnosilo se na različita objašnjenja ličnosti, a svih šest domena su u komplementarnom odnosu (Larsen i Buss, 2014). Eksplicitnije, svako područje znanja o ljudskoj prirodi prikazuje perspektivu i skup znanja o mehanizmima ličnosti i individualnim razlikama. Larsen i Buss (2014) tvrde kako će se empirijska istraživanja ličnosti događati na

granici navedenih domena te kako su istraživanja u svih šest navedenih područja znatno napredovala posljednjeg desetljeća.

Važno je naglasiti kako se dispozicijska domena, kao i osobinski pristup ličnosti (teorija osobina ličnosti) temelje na pretpostavci da se srž ličnosti sastoji od dispozicija reagiranja na određen način. Navedena znanstvena područja omogućavaju empirijska istraživanja na temelju procjene sebe ili drugih na cijelom nizu osobina ličnosti te ističu važnost mjerenja. Također, koriste i unapređuju kvantitativne tehnike za ispitivanje i mjerenje crta ličnosti.

Empirijski podaci prikupljeni različitim metodama mjerenja u oba znanstvena područja u polju psihologije ličnosti sve se više povezuju s funkcioniranjem živčanog sustava pojedine osobe. Kod dispozicijske domene, kao i osobinskog pristupa ličnosti, osobine ili crte ličnosti predstavljaju temeljne jedinice ličnosti koje su relativno stabilne u različitim situacijama tijekom vremena te čine sportaše međusobno različitima.

Psiholozi ličnosti koji se bave navedenim znanstvenim područjima imaju za osnovni cilj ispitati ukupan broj i prirodu temeljnih dispozicija ličnosti, utvrditi taksonomiju osobina, identificirati i izmjeriti najvažnije dimenzije individualnih razlika, kao i objasniti podrijetlo važnih individualnih razlika te odgovoriti na pitanje kako interakcija ličnosti sa situacijama dovodi do ponašanja (Larsen i Buss, 2008; Pervin, Cervone i John, 2008). Isto tako, pitanja koja se razmatraju u oba znanstvena područja, a povezana su s kineziologijom sporta su: Koliko i koje osobine ličnosti su nužne za opis ličnosti sportaša? Koje su implikacije individualnih razlika u osobinama ličnosti na izbor sporta, uspješnost u sportu te na zdravstveni status i stabilnost ličnosti sportaša. U konačnici, dispozicijska domena i osobinski pristup ličnosti organiziraju i integriraju znanja o ljudskoj (sportaševoj) prirodi.

1.2.1. Osobinski modeli ličnosti

Istraživanje ličnosti sportaša predstavlja vjerojatno najinteresantnije i najuzbudljivije područje psihologije sporta i vježbanja. S tim u vezi, oblikovanje sveobuhvatne taksonomije crta ličnosti u okviru osobinskog pristupa istraživanja ličnosti bio je jedan od ciljeva brojnih istraživača ličnosti. Pritom, važno je istaknuti nekoliko različitih taksonomija crta ličnosti koje imaju primjeren empirijski i teorijski oslonac ili utemeljenje: Eysenckova, Cattellova, Tellegenova, kružne taksonomije, taksonomija pet crta ličnosti. Vukasović (2013, str. 4) upućuje da „iako su krenuli od zajedničke pretpostavke različiti autori postulirali su različiti

broj osobina koje su smatrali temeljnima.“ Postoje dva problema osobinskog pristupa: problem cirkularnosti i problem predviđanja ponašanja na temelju osobina ličnosti. Bratko (2001, str. 166) upućuje kako je „problem cirkularnosti povezan sa samim određenjem osobina ličnosti. O njima se zaključuje na osnovi nečijeg ponašanja.“ Tako primjerice, za pojedinog igrača možemo reći da je fizički agresivan jer se u igri na taj način motorički ponaša ili traži tjelesni kontakt u fazi obrane i napada. Pritom se njegovo ponašanje objašnjava njegovom osobinom ličnosti, a o njegovoj osobini ličnosti se zaključuje na temelju njegovog ponašanja. Takvo objašnjenje nije razvojno za znanost i naziva se cirkularno. Nadalje, Bratko (2001) tvrdi da se drugi problem osobinskog pristupa očituje u tome što empirijski nalazi pokazuju kako nije moguće precizno predviđati ponašanje samo na osnovi temeljnih osobina ličnosti, jer je ponašanje prekompleksno i ne ovisi samo o crtama ličnosti. U nastavku će biti opisan jedan od osobinskih modela ličnosti - petofaktorski model.

1.2.1.1. Petofaktorski model ličnosti

Petofaktorski model ličnosti osobinska je taksonomija koja se pokazala replikabilnom u istraživanjima, a ima ishodište u leksičkoj hipotezi. Prvi psiholog koji je koristio termin „petofaktorski model“ ili „Velikih pet“ bio je Warren Norman (1963) na temelju svoje replikacije faktorske strukture koja je upućivala na sljedećih pet temeljnih osobina: Ekstraverziju, Neuroticizam ili Emocionalnu nestabilnost, Ugodnost, Savjesnost i Otvorenost prema iskustvu (ili Intelekt) (Eysenck, 1991; Larsen i Buss, 2008). Nadalje, Norman (1963) se oslanjao na istraživanja Allporta, Cattella i drugih te je ukazao na postojanje pet temeljnih dimenzija ličnosti smatrajući ih odgovarajućom taksonomijom atributa ličnosti (Pervin, Cervone i John, 2008).

Rathus (2000) i Digman (1997) navode kako se za mnoge istraživače ličnosti, a osobito za Raymonda Cattella (1943) i Donalda Fiskea (1949), može tvrditi kako su dali doprinos razvoju pet velikih dimenzija ličnosti. Isto tako, Digman (1997) navodi kako je petofaktorski model praktički bio ignoriran sve do 80-ih godina dvadesetog stoljeća.

Osobine ličnosti su kontinuirane i bipolarne dimenzije po kojima se ljudi mogu uspoređivati (Bratko, 2001, 2002). Pritom, autor smatra da osobine ličnosti omogućavaju predviđanje ponašanja, da objašnjavaju različito ponašanje ljudi u određenim situacijama, kao i da određuju relativno konzistentno ponašanje pojedinca kroz vrijeme i situacije. S tim u vezi, postoje istraživački nalazi koji ukazuju na to da su osobine ličnosti relativno stabilne tijekom

vremena (Conley, 1984a, 1984b; McCrae i Costa, 1984). Dakle, osoba koja postiže visoke ili niske rezultate u nekoj dobi, vjerojatno će postizati iste rezultate i u drugoj dobi (Costa i McCrae, 1994). Isto tako, pet temeljnih dimenzija ličnosti ostvaruju teoretski smislene povezanosti sa važnim životnim ishodima, kao što su radna i školska postignuća (Barrick i Mount, 1991; John i sur., 1994), psihološka dobrobit (Costa i McCrae, 1980), delikvencija (John i sur., 1994) i aspekti psihopatologije (Widiger i Trull, 1992).

U skladu s tim, Larsen i Buss (2014) upućuju kako petofaktorska teorija može ponuditi primjerene odgovore na pitanja kao što su:

- Za koga je vjerojatno da će napredovati u društvenoj hijerarhiji i tako steći pristup statusu i položaju u društvu?
- Za koga je vjerojatno da će biti dobar suradnik i recipročno djelovati, tko će biti odan prijatelj ili romantični partner?
- Tko će biti pouzdan u vremenima kada je to nužno i tko će marljivo raditi kako bi osigurao sredstva?
- Tko će potrošiti sva moja sredstva, opteretiti me svojim problemima, monopolizirati moje vrijeme i neće se znati dobro nositi s teškoćama?
- Kome mogu otići po dobar savjet?

Iz pregleda literature je vidljivo kako je petofaktorski model „izgrađen na jednostavnom pristupu gdje su istraživači ličnosti pokušavali pronaći temeljne jedinice ličnosti analizom riječi koje ljudi koriste kako bi opisali ličnost“ (Pervin, Cervone i John, 2008, str. 294). Pritom, upitničke mjere su bile najučestalije korištene metode ispitivanja ličnosti koje omogućuju grupiranje specifičnih reakcija u razinu faceta, a iznad razine faceta pozicionirale su se domene ličnosti (Vukasović, Bratko i Butković, 2009). Također, istraživači ličnosti upućuju kako je osnovni postupak koji se koristi u empirijskim istraživanjima da pojedinci procjenjuju sebe ili druge na cijelome nizu osobina ličnosti koje se pažljivo odabiru iz rječnika (John, Angleitner i Ostendorf, 1988). „Budući da je ličnost hijerarhijski organizirana, moguće ju je konceptualizirati i mjeriti na različitim razinama“ (Vukasović, Bratko i Butković, 2009, str. 333). S tim u vezi, procjene se tada analiziraju faktorskom analizom da bi se vidjelo koje su osobine ličnosti povezane (Pervin, Cervone i John, 2008).

Nadalje, petofaktorska rješenja su se ponovila u empirijskim istraživanjima koja su provodili istraživači ličnosti u ekstenzivnom rasponu izvora podataka, uzoraka i instrumenata procjene (John, 1990). Također, istraživanja su pokazala kako je „svih pet temeljnih dimenzija ličnosti

vrlo pouzdano i valjano“ (McCrae i Costa, 1990, 1994, 2003; prema Pervin, Cervone i John, 2008, str. 295). Izvjesno je iz pregleda literature da postoji empirijska podrška petofaktorskom modelu koja „proizlazi“ iz tri područja: faktorskih analiza velikih skupova pojmova osobina ličnosti u jeziku, međukulturalnih istraživanja koja su provjeravala univerzalnost dimenzija osobina ličnosti i povezanost upitnika osobina ličnosti s drugim upitnicima i procjenama (Pervin, Cervone i John, 2008, str. 294). Vukasović (2013) upućuje kako nazivi i konceptualizacije faktora variraju ovisno o autoru, mjernom instrumentu i istraživačkom pristupu.

Petofaktorski model nije prihvaćen bez kritike od strane brojnih psihologa ličnosti (McAdams, 1992; Loevinger, 1994; Block, 1995, 2010). S tim u vezi, petofaktorski model je kritiziran od nekih istraživača ličnosti zbog neuspješnog pružanja teorijskog razumijevanja psihičkih procesa koji generiraju pet osobina ličnosti (Larsen i Buss, 2014). Tako primjerice, Bandura (1999; prema Vukasović, 2013) navodi da crte ličnosti ne govore ništa o kauzalnim mehanizmima kojima je upravljano naše ponašanje. Isto tako, Block (1995) navodi kako nijedan od pet faktora ne zahvaća kauzalne procese koji se nalaze u osnovi ličnosti, dok McAdams (1992) upućuje kako se petofaktorski model temelji na tipičnom ponašanju te ne može objasniti iznimke koje su posljedica situacija koje se razlikuju od uobičajnih. Neovisno o toj činjenici, petofaktorski model je veliki korak naprijed, dugoročni nastavak i poboljšanje u odnosu na ranije modele. Allen, Greenlees i Jones (2013) i Vukasović (2013) navode kako je petofaktorski model postao najšire prihvaćeni model strukture osobina ličnosti te da se sve češće koristi u empirijskim istraživanjima.

Velik broj znanstvenika koji se bave psihologijom ličnosti smatra da je od kraja dvadesetog stoljeća petodimenzionalni model najutjecajniji oblik istraživanja interindividualnih razlika u području ličnosti (Digman, 1990; McCrae i John, 1992; Hogan, Johnson i Briggs, 1997). Tako primjerice, Gallucci (2008) zaključuje da je od svih modela ličnosti najutjecajniji petofaktorski model (Costa i McCrae, 1992) koji, pored Eysenckovih dviju temeljnih dimenzija ličnosti Neuroticizma i Ekstraverzije, identificira osobine Ugodnost, Savjesnost i Otvorenost prema novim iskustvima. Gallucci (2008) ukazuje da su autori ovog modela smatrali da taj model omogućuje širi opis ličnosti od Eysenckovog (Costa i McCrae, 1995).

Petofaktorski model pomoću (pet) temeljnih dimenzija opisuje ličnost na njenom najvišem stupnju apstrakcije, što znači da svaki od tih faktora uključuje velik broj distinktivnih, specifičnijih karakteristika ili podsastavnica (John, 1990; Costa i McCrae, 1992; Costa i McCrae, 1995; Goldberg, 2008; Trninić, Barančić i Nazor, 2008). Velika prednost

petofaktorskog modela ličnosti je u tome što nudi sveobuhvatnu, a opet jednostavnu (parsimonijsku) taksonomiju crta ličnosti (Digman, 1990). S tim u vezi, Funder (2001) navodi kako je vrijednost petofaktorskog modela u tome da obuhvaća najveći dio varijance u opisima osobina ličnosti i unosi red u inače kaotičan opis mjera ličnosti u jednostavnom skupu hijerarhijski strukturiranih dimenzija.

Larsen i Buss (2014) navode kako je posljednjih 25 godina prisutan velik broj istraživanja u prostoru pet velikih faktora ličnosti. Pritom, autori ističu kako je u navedenim istraživanjima postignut veći stupanj slaganja u vezi s pet velikih faktora ličnosti nego li kod bilo koje druge taksonomije crta ličnosti. S tim u vezi, Larsen i Buss (2014) upućuju kako se petofaktorska struktura pokazala replikabilnom tijekom vremena u različitim jezicima te u različitim formatima čestica. Nadalje, Vukasović, Bratko i Butković (2009) tvrde kako empirijska istraživanja pokazuju da je većina različitih dimenzija ličnosti umjereno i podjednako heritabilna.

Petodimenzionalna taksonomija crta ličnosti očituje se na dva glavna načina. Prvi način se temelji na samoprocjenama pridjevskih crta ili pojedinačnih riječi, kao što su pričljiv, topao, organiziran, mrzovoljan i maštovit (Goldberg, 1990). Navedena petofaktorska struktura Goldberga (1990) pokazala se ista za muškarce i za žene. Drugi način se temelji na samoprocjenjivanju na česticama u obliku rečenica (McCrae i Costa, 1999). S tim u vezi, koriste se i upitnici u obliku rečenica.

Važno je istaknuti kako svaka od pet temeljnih dimenzija ličnosti obuhvaća više specifičnih faceta ili podsastavnica koje predstavljaju osobine nižega reda apstrakcije. One su korisnije za predviđanje specifičnijeg ponašanja, a posebno bi mogle biti korisne u području mjerenja osobina ličnosti sportaša. Tako model Coste i McCraea (1992) nudi 30 faceta, po šest za svaki faktor, a Goldbergov (2008) nudi 45 faceta koje predstavljaju pet faktora višega reda. Sukladno tome, novije mjere petofaktorskog modela daju informacije i o facetama ili „užim“ komponentama unutar ili između pojedinih širokih dimenzija. Tako primjerice, crta Savjesnost obuhvaća šest faceta: kompetentnost (engl. *competence*), urednost (engl. *order*), obavljanje dužnosti (engl. *dutifulness*), potreba za postignućem (engl. *achievement striving*), samodisciplina (engl. *self-discipline*) i promišljenost (engl. *deliberation*). Navedene facete daju složenost (engl. *complexity*) i nijansiranost (engl. *nuance*) naših opisa ličnosti (Larsen i Buss, 2008, 2014).

Nužno je naglasiti kako najpoznatiji mjerni instrument NEO-PI-R (Costa i McCrae, 1992) prikazuje faktore Neuroticizam (N), Ekstraverzija (E), Otvorenost (O), Ugodnost (U) i Savjesnost (S) drugačijim redoslijedom od Goldberga (1990) gdje je prisutan sljedeći redoslijed: Ekstaverzija, Ugodnost, Savjesnost, Emocionalna stabilnost, Intelekt ili Maštovitost.

Larsen i Buss (2008, 2014) tvrde kako postoji konvergentnost između faktorskih struktura čestica koje se sastoje od jedne riječi, odnosno od rečenica što potkrepljuje postojanost i replikabilnost petofaktorskog modela. Međutim, autori navode kako neovisno o visokom stupnju replikabilnosti, s obzirom na uzorke, istraživače i formate čestica, još uvijek postoji određeno neslaganje u vezi sa sadržajem i replikabilnošću petog faktora. S tim u vezi, pojedini istraživači su diferencirano označavali peti faktor, kao Kultura (engl. *Culture*), Intelekt (engl. *Intellect*), Inteligencija (engl. *Intelligence*), Maštovitost (engl. *Imagination*), Otvorenost (engl. *Openness*), Otvorenost prema iskustvu (engl. *Openness to experience*). Pritom se pretpostavlja kako je glavni uzrok tih razlika to što su različiti istraživači tijekom primjene faktorske analize polazili od različitih skupova čestica. Dakle, postoji neizvjesnost s petim faktorom, s njegovim sadržajem, nazivom i replikabilnošću. S tim u vezi, istraživači koji su koristili čestice u obliku pridjeva su peti faktor nazivali Intelekt, dok istraživači koji su koristili čestice u obliku rečenice, su peti faktor nazivali Otvorenost ili Otvorenost prema iskustvu jer primjerenije iskazuje sadržaj tih čestica (McCrae i Costa, 1997, 1999).

Važno je istaknuti kako je ličnost hijerarhijski strukturirana na više i niže razine: razina specifičnih reakcija, razina čestica, razina faceta, razina domena petofaktorskog podela, razina faktora višeg reda i razina generalnog faktora ličnosti (Musek, 2007).

U ovom radu će se procjenjivati pet temeljnih dimenzija ličnosti na košarkašima te će se stoga pokušati šire prikazati rezultati dobiveni ispitivanjem pet crta ličnosti i njihov doprinos tumačenju ličnosti u okviru dispozicijske domene odnosno osobinskog modela ličnosti.

1.2.1.1.1. Opis pet temeljnih osobina ličnosti

EKSTRAVERZIJA (engl. *Extraversion*) – procjenjuje količinu i intenzitet međuljudskih interakcija (Costa i McCrae, 1992). Ekstraverzija sažima osobine ličnosti povezane s aktivnošću i energijom, dominacijom, društvenošću, izražajnošću i pozitivnim emocijama (Benet-Martinez i John, 1998). Ekstraverzija obično podsjeća na društvenost (McCrae i Costa,

1987; Watson, Clark i Harkness, 1994), ali ona je šire povezana s pozitivnom afektivnošću, osjetljivošću na poticaj nagrade, ponašanjem pristupanja i traženjem novosti/uzbuđenja (Costa i McCrae, 1992; Watson i Clark, 1997; Depue i Collins, 1999; Lucas i sur., 2000; Carver, Sutton i Scheier, 2000; Reeve, 2010).

Pod različitim nazivima, Ekstraverzija-Introverzija se ističe u gotovo svim glavnim teorijama osobina ličnosti (Cattell, 1957; Eysenck i Eysenck, 1985; Gough, 1987, 1989). Konzistentno se pojavljuje kao prvi ili najvažniji faktor u faktorsko-analitičkim studijama procjena osobina ličnosti (Goldberg, 1990). Winter i sur. (1998) navode kako se Ekstraverzija odnosi na ekspresivni stil interakcije koji može karakterizirati ljude dok slijede mnoge različite ciljeve (npr. postignuće i moć). Winter i sur. (1998) tvrde da je temeljna značajka Ekstraverzije usmjerenost prema vanjskom svijetu, a ne od njega. U SAD-u se osobina Ekstraverzija često smatra sinonimom normalnog ili zdravog, dok su u nekim društvima ove procjene obrnute. Tako primjerice, u Kini se osobina Introverzija smatra zdravom, a ekstraverti se smatraju neprilagođenima (Winter i sur., 1998).

Socijalna pažnja je ishodišno obilježje Ekstraverzije (Ashton, Lee i Paunonen, 2002). Pretpostavlja se kako osobe koje imaju izraženu ekstravertiranost više gravitiraju timskim sportovima (Eysenck, Nias i Cox, 1982). To odgovara „hipotezi o slaganju“ (Newton i Duda, 1999) koja kaže da sportaši igraju i treniraju u okolini koja je kompatibilna s njihovim dispozicijama. Nadalje, ekstraverti su skloni zabavi te se često uključuju u socijalnu interakciju. Pritom imaju veći utjecaj na svoju socijalnu okolinu unutar koje često zauzimaju poziciju vođe (Jensen-Campbell i Graziano, 2001). Također, osobe koje su ekstraverti obično su sretniji, a pozitivne emocije doživljavaju intenzivnije kad se osoba ponaša na ekstravertirani način (Fleeson, Malanos i Achille, 2002). Važno je istaknuti kako je sreću i doživljavanje pozitivnih emocija u svakodnevnom životu moguće najbolje predvidjeti visokom Ekstraverzijom i niskim Neuroticizmom (Steel i Ones, 2002; Stewart, Ebmeier i Deary, 2005).

Rezultati eksperimentalnih istraživanja pokazuju da su ekstraverti više kooperativni u odnosu na introverte (Hirsh i Peterson, 2009) što može doprinijeti njihovim pozitivnim radnim iskustvima. Ekstraverzija ima utjecaj na radno mjesto na način da ekstraverti tendiraju biti više uključeni i više uživati u poslu te pokazuju više predanosti u svojoj radnoj organizaciji (Erdheim, Wang i Zickar, 2006). S tim u vezi, ekstravertiraniji sportaši mogu tražiti i uočavati priliku za interakciju sa suigračima u značajno većoj mjeri nego što to čine introvertirani sportaši.

UGODNOST (engl. *Agreeableness*) – procjenjuje želju pojedinaca za suradnjom i društvenom harmonijom (Costa i McCrae, 1992). Ugodnost suprostavlja prosocijalnu usmjernost prema drugima s antagonizmom i uključuje osobine ličnosti, kao što su altruizam, blagost (engl. *tender-mindedness*), povjerenje i skromnost (Benet-Martinez i John, 1998). Ugodne osobe vole skladnu socijalnu interakciju i kooperativnost u obiteljskom životu (Larsen i Buss, 2014). Nadalje, isti autori upućuju kako je agresivnost na drugom kraju skale Ugodnosti. Dakle, neugodne osobe su agresivne i vjerojatno su sklone sukobima. Pretpostavlja se kako su osobe koje su visoko na Ugodnosti više sklone opraštati pogreške drugim ljudima (Strelan, 2007). Bratko (2001, str. 166) navodi da „osobe visoko na dimenziji Ugodnost mogu se opisati kao tople, pristojne, velikodušne i spremne za pružanje pomoći.“ Pretpostavlja se kako pojedinci koji imaju izraženu Ugodnost postavljaju manje ambiciozne ciljeve izvedbe jer su više motivirani za postizanje zajedništva nego za postizanje majstorstva ili moći (Graziano i Eisenberg, 1997).

SAVJESNOST (engl. *Conscientiousness*) – procjenjuje organizaciju i cilju usmjereno ponašanje (Costa i McCrae, 1992). Savjesnost opisuje društveno propisanu kontrolu impulsa što olakšava ponašanje usmjereno na zadatak i ponašanje usmjereno na cilj (Benet-Martinez i John, 1998). Nadalje, DeYoung, Peterson i Higgins (2002) ukazuju kako Savjesnost odražava motivacijsku stabilnost, tj. tendenciju da se postave ciljevi i radi prema njima na organizirani način. Savjesne su osobe marljive i uspješne (Larsen i Buss, 2014). Težak rad, točnost i pouzdano ponašanje od strane savjesnih pojedinaca rezultira mnogim životnim ishodima, kao što su npr. viši prosjek ocjena (Langford, 2003; Conrad, 2006; Noftle i Robins, 2007), veće zadovoljstvo poslom, veća sigurnost posla te više pozitivnih i predanih društvenih odnosa (Langford, 2003).

Visoko savjesni pojedinci postižu bolje rezultate u poslu vjerojatno zbog dva ključna korelata. S jedne strane, oni ne odgađaju za razliku od nisko savjesnih osoba. Osobe visoko na Savjesnosti su izuzetno marljive i mogu dugo ustrajati u teškom radu potrebnom za napredak. Za osobe visoko na Savjesnosti je vjerojatnije da će se držati plana treninga te da će pokazivati više strasti i ustrajnosti u postizanju dugoročnih ciljeva.

Također, Savjesnost je povezana s postignućima na poslu i statusom (Kyl-Heku i Buss, 1996; Lund i sur., 2006) te vjerojatno i sa stabilnosti momčadi, kao i sa pouzdanim, discipliniranim i odgovornim obavljanjem zadataka u košarkaškoj igri. Nadalje, visoka Savjesnost pozitivno utječe na postizanje statusa, dulji očekivani životni vijek i obiteljsku stabilnost (Buss, 2012).

U konačnici, igrači koji su visoko na dimenziji Savjesnost mogu se opisati kao organizirane, odgovorne i pouzdane u obavljanju zadataka u sportskom treningu i natjecanju.

NEUROTICIZAM (engl. *Neuroticism*) – suprostavlja Emocionalnu stabilnost širokom rasponu negativnih afekata uključujući anksioznost, tugu, razdražljivost i živčanu napetost (Benet-Martinez i John, 1998). Emocionalna stabilnost (engl. *Emotional stability*) mjeri stupanj do kojeg su pojedinci skloni emocionalnoj nestabilnosti (Costa i McCrae, 1992). DeYoung, Peterson i Higgins (2002) ukazuju da Emocionalna stabilnost prvenstveno odražava komparativnu slobodu od negativnog afekta ili motivacijskog i ponašajnog povlačenja (Larsen i Ketelaar, 1991; Costa i McCrae, 1992; Watson i Clark, 1992; Carver, Sutton i Scheier, 2000; Reeve, 2010). Različiti istraživači su koristili različite termine za Neuroticizam, kao što su Emocionalna nestabilnost, sklonost anksioznosti i Negativna afektivnost. Sportski trening i natjecanje čine stres koji sportaš mora uspješno savladavati. Pretpostavlja se kako je Emocionalna stabilnost povezana s efikasnošću suočavanja sa stresom. Obilježje Emocionalne nestabilnosti ili Neuroticizma je varijabilitet raspoloženja tijekom vremena. Takve osobe češće mijenjaju raspoloženja nego li emocionalno stabilni pojedinci (Murray, Allen i Trinder, 2002) te se više iscrpljuju tijekom dana (De Vries i Van Heck, 2002). Osobe koje imaju jako izraženu Emocionalnu stabilnost su uravnotežene, smirene i sporije u reakcijama na stresne događaje te se brzo vraćaju u normalno stanje nakon događaja koji generiraju stres što je za vrhunski sport, osobito u situacijama natjecateljskog stresa, presudno za kontroliranu i uspješnu izvedbu. Visoka razina Emocionalne stabilnosti omogućava sportašima da se uspješno nose sa izazovima sporta jer su sposobni tolerirati neregularnosti (npr. neprikladan ili neregularan kriterij suđenja). Navedena otpornost na stres može biti presudna za razvoj sportaševe karijere, kao i za preživljavanje u vrhunskom sportu.

Larsen i Buss (2014) navode kako visoka Emocionalna nestabilnost smanjuje mogućnost uspjeha u aktivnostima što je vjerojatno posljedica niske tolerancije na stres i njihovim osjećajem umora, ali i sklonosti stvaranju prepreka uspješnom postignuću u kompetitivnim situacijama (samohendikepiranje). U skladu s tim, pretpostavlja se da niska Emocionalna stabilnost utječe na funkcioniranje ličnosti u situacijama trenažnog i natjecateljskog stresa, a samim tim posredno na sportaševu izvedbu i sportsko postignuće.

OTVORENOST (engl. *Openness*) – procjenjuje tendenciju pojedinca da traži nova iskustva (Costa i McCrae, 1992). Otvorenost opisuje širinu, dubinu i složenost mentalnog i iskustvenog života pojedinca (Benet-Martinez i John, 1998). Osobe visoko na toj dimenziji mogu se opisati kao originalne, širokih interesa, znatiželjne, umjetničkih sklonosti itd. One su

maštovite te vole isprobati nešto novo (Bratko, 2001). Ova dimenzija ličnosti povezana je sa eksperimentiranjem i preferencijom novih iskustava. Pretpostavlja se da jedan od potencijalnih uzroka Otvorenosti mogu biti individualne razlike u obradi informacija (Larsen i Buss, 2014). Isti autori navode kako vjerojatno osobe koje su visoko na dimenziji Otvorenost imaju „ulaz" za percepciju i procesiranje informacija široko „otvoren" za razliku od manje otvorenih pojedinaca, koje obilježava zatvoren pogled i lakše ignoriranje podražaja. DeYoung, Peterson i Higgins (2002) smatraju da će pojedinci visoko izražene Otvorenosti vjerojatnije istraživati apstraktno, dok će ekstraverti vjerojatnije istraživati ili ispitivati novosti u konkretnom bihevioralnom smislu.

Petofaktorski model se pokazao replikabilnijim u odnosu na druge taksonomije crta ličnosti. S tim u vezi, pristalice petofaktorskog modela navode kako je taksonomija „Velikih pet" faktora predložena samo kao okvir za fenotipske atribute ličnosti koji su kodirani u prirodnom jeziku, te da ona ne sadržava pretpostavke o procesima ličnosti koji se nalaze u osnovi tih atributa. Nadalje, pet temeljnih dimenzija ličnosti trebalo je predstavljati međusobno nezavisne osobine. Međutim, istraživački nalazi pokazuju da su temeljne dimenzije ličnosti u međusobnim interkorelacijama (Digman, 1997; Becker, 1999; Musek, 2007).

Petofaktorski model je privukao najveći istraživački interes te udovoljava kriteriju replikacije kroz mnogobrojne studije. S tim u vezi, Vukasović (2013, str. 9) navodi da „za sada s velikom sigurnosti znamo da je petofaktorski model repliciran u gotovo svim zapadnim zemljama."

Smatramo da je petofaktorski model adekvatan okvir za razumijevanje ličnosti sportaša te da omogućava odgovor na pitanje razlikuju li se igrači različite dobi i pozicija u igri u stupnju izraženosti temeljnih dimenzija ličnosti. Isto tako, petofaktorski model omogućava provjeru relacija između osobina ličnosti i motivacijskih dimenzija. Cervone i Pervin (2008, str. 282) navode da „petofaktorski model ima izvanredan integrativni potencijal" (engl. *integrative potential*). Autori upućuju kako je „prvi problem petofaktorske teorije ličnosti kako povezati strukturu ličnosti (engl. *personality structures*) s procesima ličnosti", a posebno s onima koji se odnose na motivacijske aspekte ličnosti (str. 282). S tim u vezi, Musek (2007) navodi kako postoje čvrsti dokazi da su sržne dimenzije ličnosti Neuroticizam i Ekstraverzija usko povezani s emocionalnošću ili aktivacijom (npr. negativan i pozitivan afekt; Watson i Clark, 1993; Clark i Watson, 1999; Gable, Reis i Elliot, 2000) i motivacijom (Carver i White, 1994). Drugi problem petofaktorske teorije se temelji na tvrdnji da pet temeljnih dimenzija ličnosti posjeduju svi pojedinci, kao i psihološke strukture koje korespondiraju svakome od pet faktora, s time da pojedinci (sportaši) variraju u razini na svakoj osobini ličnosti i

motivacijskoj dimenziji. Cervone i Pervin (2008, str. 287) ističu kako empirijska „istraživanja osobina ličnosti daju sve više dokaza da se ličnost i „učenje ponašanja“ razvija tijekom cijeloga života kao rezultat interakcije genskih i okolinskih faktora.“ Pretpostavlja se kako interakcije unutarnjih i vanjskih varijabli generiraju razinu izraženosti temeljnih (širokih) i specifičnih (uskih) osobina ličnosti.

Dostupni istraživački dokazi pokazuju da pet temeljnih dimenzija ličnosti prikladno sažimaju individualne razlike o populaciji općenito. Vjerojatno svaki sportaš posjeduje određene razine ili određeni stupanj izraženosti osobina („sklonosti“) ličnosti za koje se pretpostavlja da kauzalno utječu na životno iskustvo, psihološki razvoj, stil života, a samim tim i na sportaševu karijeru.

Kombinacije pet temeljnih osobina ličnosti

Vjerojatno je način na koji su osobine ličnosti organizirane, važan dio ličnosti ili srž ličnosti (Allport, 1961). Smatramo kako kombinacije/interakcije osobina ličnosti mogu biti presudne za pojedinog sportaša i njegovu sportsku karijeru. Tako primjerice, dva sportaša koja su visoko na Ekstraverziji mogu biti visoko ili nisko na Neuroticizmu. Ako je jedan sportaš ekstravertirani neurotik, a drugi ekstravertiran, ali emocionalno stabilan, njihovo ponašanje, osobito u situacijama natjecateljskog stresa, će biti različito. Nadalje, osobe s visokim intenzitetom afekta su reaktivnije i na pozitivne i na negativne događaje u njihovim životima (Larsen i Buss, 2014). Autori upućuju kako navedeno može biti posljedica toga što je intenzitet afekta u pozitivnoj korelaciji s Ekstraverzijom i Neuroticizmom. Pritom, autori tvrde kako ovaj aspekt uzrokuje da se osobe s visokim intenzitetom afekta čine neurotičnim ekstravertima, na dobre događaje odgovaraju snažnim pozitivnim emocijama, a na loše događaje snažnim negativnim emocijama. U skladu s tim, osobe s visokim intenzitetom afekta trebale bi imati promjenjivija raspoloženja odnosno češće fluktuacije u svom emocionalnom životu tijekom vremena (Larsen i Buss, 2014). U selekciji u timskim sportovima sasvim izvjesno je potrebno davati prednost ekstravertiranom, ali emocionalno stabilnom sportašu. To stoga, što je jedan od preduvjeta konzistentnosti izvedbe visoka Emocionalna stabilnost i Savjesnost koje ekspertni treneri posebno vrednuju. U konačnici, interakcija tri temeljne osobine ličnosti, eksplicitnije, niskog Neuroticizma (Emocionalna stabilnost), visoke Savjesnosti i Ekstraverzije čini optimalnu kombinaciju za integritet ličnosti.

Dosadašnja istraživanja u području ličnosti nisu jasno razgraničila odnos dimenzija ličnosti i drugih konstrukata. S tim u vezi, „odnedavno je koncept osobina ličnosti proširen kako bi

uključio ponašanje koje se ne može izravno opažati, emocije, motive i stavove“ (Buss, 1989; McCrae i John, 1992; prema Pervin, Cervone i John, 2008, str. 334). Autori ističu kako „prema Murrayu, nasuprot osobinama ličnosti, potrebe mogu biti trenutne ili trajne i mogu biti prisutne u organizmu, a da se ne iskažu u ponašanju.“ U skladu s navedenim, vjerojatno je važan dio ličnosti način na koji su osobine ličnosti i motivi organizirani jer to određuje njihovu regulaciju usmjerenog ponašanja.

Empirijska istraživanja upućuju na postojanje temeljnih i specifičnih osobina ličnosti (Trninić, Kardum i Mlačić, 2010). Međutim, postoji različit odnos psihologa ličnosti prema metodologiji istraživanja, broju osobina ličnosti i konceptu motiva. Ličnost utječe na emocionalnost i motivaciju pojedinca. Tako je, primjerice, „Velikih pet“ osobina ličnosti povezano sa dimenzijama emocionalnosti i motivacije i pod utjecajem su socijalizacije i osobnog rasta i razvoja. S druge strane, motivi usmjeravaju ponašanje prema određenim ciljevima, a međusobno se razlikuju po tipu i količini, odnosno motivi se razlikuju po intenzitetu (npr. jačina motiva može značajno varirati ovisno o deficitu ili nedostacima). Iz navedenog je vidljivo kako je odnos ličnosti i motivacije kompleksan i nedovoljno pojašnjen te da je funkcija osobina ličnosti i motivacije regulacija usmjerenosti sportaševog ponašanja. To zahtijeva integraciju osobina ličnosti, emocija i motivacije i stoga će se u nastavku nastojati prikazati teorije motivacije i njihov odnos sa dimenzijama ličnosti.

1.3. Motivacija

Uslijed prije iznesenih spoznaja čini se kako je za razumijevanje motivacije nužno poznavati pored teorija ličnosti i teorije motivacije. Buss (2012) navodi kako su povijesno sve „velike“ teorije ličnosti u svojoj srži imale hipoteze o sadržaju ljudske prirode, poput motiva za seks i agresiju (Freud), samoaktualizacije (Maslow), težnje k superiornosti (Adler) ili težnje za statusom i bliskošću (McClelland; Murray; Wiggins). S tim u vezi, „hipotetička psihološka obilježja ljudske prirode dala su „srž“ od koje su konstruirane velike teorije ličnosti“ (Buss, 2012, str. 407).

S tim u vezi, da bi se bolje razumjela ljudska priroda potrebno je poznavati prije spomenute dispozicijsku, biološku, intrapsihičku, kognitivnu/doživljajnu, socijalnu i kulturalnu te prilagodbenu domenu znanja o ljudskoj prirodi. Isto tako, razumijevanje motivacije nužno zahtijeva poznavanje teorija koje objašnjavaju motivaciju i njenu vezu s ponašanjem. U skladu s tim, i u svakoj od brojnih teorija motivacije (teorija instinkta, teorija nagona, teorija

potrebe za postignućem, teorija atribucije, teorija ciljnog postignuća i kognitivno evaluacijska teorija) vjerojatno postoje određeni slojevi istine (Finch, 2002).

Kad postavimo pitanje: „Što je motivacija?", zapravo, želimo znati „na što konkretno mislimo kad kažemo da je osoba X motivirana za neku Y aktivnost?" (Vecera, Miller i Marcus, 2008; prema Alispahić, 2013). Bratko (2001, str. 98) navodi kako je motivacija „stanje ili proces koji se odvija unutar pojedinca koji potiče, održava i usmjerava ponašanje prema određenom cilju." Isti autor upućuje kako se motivacija ne može neposredno *vidjeti*, već se o njoj zaključuje na osnovi poznavanja nečijih potreba ili želja te da se samim opažanjem ponašanja ne može sa sigurnošću donositi zaključke o motivaciji. Pritom, Bratko (2001) ukazuje kako su bitna obilježja motivacije promjenjivost i dinamičnost te da intenzitet motivacije može rasti i opadati. Tako primjerice, što je intenzitet motivacije veći, to će i ponašanje koje omogućuje zadovoljenje motiva biti izraženije, te postoje različiti motivi koji pokreću i/ili određuju ponašanje ljudi. Pored toga, motivacija je vjerojatno regulator pojačanog usmjerenog ponašanja.

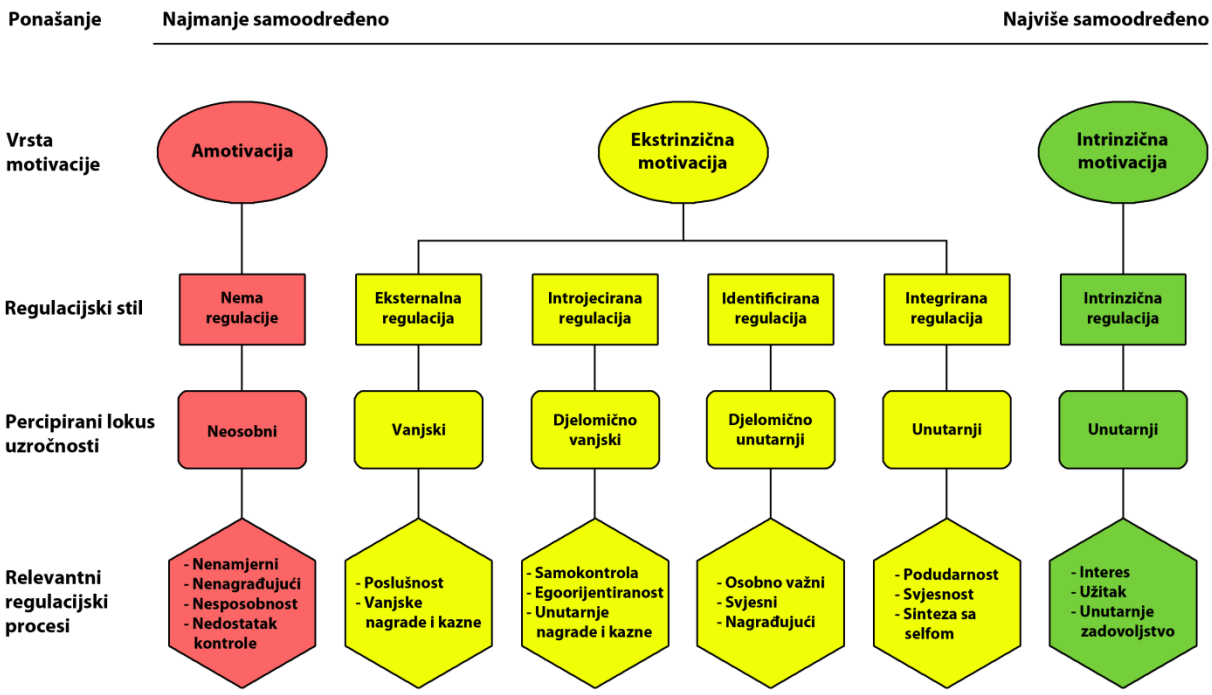
U okviru navedenog, Larsen i Buss (2014) upućuju da motivi označavaju unutrašnja stanja koja pobuđuju ili usmjeravaju ponašanje prema specifičnim predmetima ili ciljevima. Isti autori tvrde kako je motiv često uzrokovan deficitom, tj. nedostatkom nečega. Pritom, Larsen i Buss (2014) upućuju kako se motivi međusobno razlikuju po tipu, količini i intenzitetu, ovise o osobi i o okolnostima u kojima se ona nalazi. Dakle, motivi se temelje na potrebama i pokreću ljude da doživljavaju, misle i djeluju na specifične načine koji služe za zadovoljavanje tih potreba.

Barić (2007) navodi da je motivacija psihološki konstrukt koji objašnjava zašto se ljudi odluče ponašati na određeni način u određenom trenutku. U skladu s tim, temeljna motivacijska pretpostavka jest da osoba pristupa određenim ciljevima ili sudjeluje u onim aktivnostima za koje očekuje pozitivne ili poželjne ishode i da izbjegava one aktivnosti za koje očekuje neugodne ili nepoželjne ishode (Beck, 2003). Nadalje, Barić (2007) smatra kako rasprava o motivaciji zahtijeva istodobno poznavanje osobina ličnosti, emocija i kognitivnih procesa koji su povezani sa donošenjem odluka i stvaranjem ciljeva te kako motivacija nije samo intrapersonalna, nego je i društveni fenomen.

U okviru teorije samoodređenja (Slika 6.) kao opće teorije motivacije razlikujemo sljedeće *vrste* motivacije: amotivacija, ekstrinzična motivacija i intrinzična motivacija (Deci i Ryan, 2000; Alispahić, 2013). Teorija samoodređenja temeljito obrađuje razliku između autonomne

ili intrinzične i kontrolirane ili ekstrinzične motivacije (Alispahić, 2013), a Deci i Ryan (2008; prema Alispahić, 2013, str. 24-25) navode kako „*autonomna* motivacija uključuje intrinzičnu i vrste ekstrinzične motivacije kod kojih su se pojedinci identificirali s vrijednošću određene aktivnosti (poistovjećena ili identificirana regulacija) ili su je u idealnom slučaju integrirali (integrirana regulacija) kao dio osobnog „ja". Kada pojedinci razviju autonomnu motivaciju, osjećaju snagu osobne volje ili samoodobravanje osobnih aktivnosti. S druge strane, *kontrolirana* motivacija obuhvaća *vanjsku* regulaciju, kada je ponašanje pod utjecajem vanjskih faktora, poput nagrada ili kazni, i *introjiciranu* motivaciju, gdje je regulacija ponašanja djelomično internalizirana i pokrenuta faktorima, kao što su motiv odobravanja, izbjegavanje stida, samopoštovanje i *ego* uključenost."

Važno je istaknuti kako teorija samoodređenja nudi sasvim novi pogled na ispitivanje psiholoških determinanti motivacije sportaša, tako što analizira kako različite vrste motivacije (od amotivacije do intrinzične motivacije) utječu na izborne odluke pojedinca. Nadalje, teorija samoodređenja je nastala iz detaljne suvremene razrade *autonomije*.



Slika 6. Kontinuum samoodređenja sa vrstama motivacije, regulacijskim stilovima, percipiranim lokusima uzročnosti i relevantnim regulacijskim procesima (Deci i Ryan, 2000)

U skladu s navedenim, Alispahić (2013) upućuje kako autonomna i kontrolirana motivacija pokreću i usmjeravaju ponašanja pa su u suprotnosti s *amotivacijom* koja se odnosi na nedostatak namjere i motivacije. U skladu s tim, ako pojedinci nisu ni intrinzično ni ekstrinzično motivirani doživljavaju pervazivne osjećaje nesposobnosti i nedostatka kontrole (Weinberg i Gould, 2003). Pritom, autor ističe kako autonomna motivacija omogućava kvalitetniju izvedbu, ali i veću ustrajnost. S tim u vezi, Alispahić (2013, str. 25) navodi kako „prema teoriji organizmičke integracije, intrinzična i ekstrinzična motivacija se mogu smjestiti na različitim dijelovima kontinuuma prema stupnju samoodređenja koji ih obilježava. Na kraju kontinuuma, koji označava punu samoodređenost, nalazi se intrinzična motivacija, a na suprotnom kraju, amotivacija, tj. nepostojanje motivacije - kada osoba nije ni intrinzično ni ekstrinzično motivirana.“ Weinberg i Gould (2003) navode kako se pojedinci koji su intrinzično motivirani uključuju u aktivnost zbog užitka i zadovoljstva koje osjećaju kada nešto stvore ili ovladaju teškim vještinama (npr. ovladavanje teškom vještinom šut iz driblinga u tranziciji napada). U skladu s tim, autori upućuju kako se intrinzično motivirana osoba uključuje u aktivnost kako bi osjetila ugodne senzacije, kao što su zabava, uzbuđenje i estetski užitak.

U okviru kontinuuma samoodređenja (Slika 6.) ekstrinzična motivacija je pozicionirana na sredini, između intrinzične motivacije i amotivacije (Deci i Ryan, 2000). Unutar ekstrinzične motivacije, s obzirom na stupanj samoodređenja, razlikujemo četiri kategorije: *vanjska* ili *eksternalna* regulacija (engl. *external regulation*), *usvojena* ili *introjicirana* regulacija (engl. *introjected regulation*), *poistovjećena* ili *identificirana* regulacija (engl. *identified regulation*) i *integrirana* regulacija (engl. *integrated regulation*). Navedene kategorije su nominirane prema razini samoregulacije.

Pritom, prvi koncept, *vanjska* ili *eksternalna* regulacija, podrazumijeva ponašanje koje je regulirano pretežno vanjskim čimbenicima. Dakle, kod vanjske regulacije ponašanje je potpuno kontrolirano egzogenim faktorima, kao što su nagrade i kazne (Weinberg i Gould, 2003).

Drugi koncept pod nazivom *usvojena* ili *introjicirana* regulacija karakterizira ponašanje regulirano introjiciranim socijalnim normama i pravilima. U skladu s tim, pojedinac je motiviran unutarnjim poticajima i pritiscima. Neovisno o navedenom, ponašanje se i dalje ne smatra samoodređenim jer je regulirano vanjskim nepredvidivim okolnostima. Tako primjerice, vježbač koji održava formu da bi impresionirao suprotni spol prakticira introjiciranu regulaciju (Weinberg i Gould, 2003).

Nadalje, na kontinuumu samoregulacije nalazi se treći koncept *poistovjećena* ili *identificirana* regulacija koja uključuje ponašanje regulirano internaliziranim normama i pravilima. Tako primjerice, sportašica sudjeluje u sportu zato jer smatra da njeno sudjelovanje u sportu doprinosi njenom rastu i razvoju (Weinberg i Gould, 2003).

Posljednja na kontinuumu ekstrinzične motivacije je *integrirana* regulacija koja podrazumijeva ponašanja vođena integriranim pravilima i normama (Deci i Ryan, 2000). S tim u vezi, integrirana regulacija predstavlja razvojno napredan oblik ekstrizične motivacije i pozicionirana je neposredno prije intrinzične motivacije. Pritom, aktivnost je pojedincu važna više zbog vrijednog ishoda nego zbog interesa prema aktivnosti (Weinberg i Gould, 2003).

Važno je naglasiti kako integrirana i identificirana regulacija više odražavaju osjećaj „željeti" nego „trebati" (Weinberg i Gould, 2003). Empirijski nalazi pokazuju kako su integrirana i identificirana regulacija pozitivno povezane s afektivnim, kognitivnim i ponašajnim ishodima (Vallerand, 1997; Vallerand i Rousseau, 2001).

1.3.1. Motivacija u sportu

Kako je već navedeno, motivacija može biti definirana kao smjerovi i intenzitet napora gdje se smjer napora odnosi na to da li pojedinac traži, pristupa ili je privučen određenim situacijama, a intenzitet napora se odnosi na to koliko napora osoba ulaže u određenu situaciju (Weinberg i Gould, 2003). Razlikuju se tri pogleda na motivaciju koja uključuju pogled usredotočen na osobine ličnosti (koji zastupaju autori usmjereni na crte), pogled usredotočen na situaciju (koji predlažu „situacionisti") i interakcijski pogled (koji sugeriraju interakcionisti). Smatramo kako se razvoj područja istraživanja ličnosti oblikuje kroz koncept interakcionizma, tj. u interpretaciji da je sportaševo ponašanje rezultat međudjelovanja osobina ličnosti, motivacijskih dimenzija i situacijskih čimbenika (Slika 7.).



Slika 7. Interakcijski model motivacije (Weinberg i Gould, 2003)

Na Slici 7. prikazano je interakcijsko viđenje motivacije koje je najviše prihvaćeno od strane sportskih psihologa. Isti autori ukazuju da je interakcionističko stajalište da motivacija ne proizlazi samo iz faktora koji se tiču sudionika, kao što su ličnost, potrebe, interesi i ciljevi, niti samo iz situacijskih faktora, kao što su rukovodeći stil trenera, poticaj okoline ili odnos pobjeda i poraza ekipe (Slika 7.). Weinberg i Gould (2003) tvrde kako je najbolji način da se shvati motivacija da se ispita u kakvoj interakciji su ove dvije skupine faktora (Slika 7.). S tim u vezi, razvoj ovog područja treba promatrati kroz ideju interakcionizma koja upućuje kako je ponašanje sportaša određeno uzajamnim djelovanjem i međusobnim utjecajem ljudskih (sportaševih) obilježja i okolinskih faktora.

Brojni iskusni treneri u timskim sportovima suglasni su sa stavom da ulazak u igru najvještijih igrača ne garantira najbolju timsku igru (Weinberg i Gould, 2003), već da je presudno koliko igrač u interakciji sa ostalim suigračima čini tim uspješnijim (Nikolić, 1993). S tim u vezi, samo poznavanje sportaševih osobnih karakteristika (npr. vještina, motivacijska usmjerenost) ne predstavlja najbolji način da se predvidi njegovo ponašanje jer izvedba ovisi i o situaciji.

Istraživanja u domeni motivacije u sportu imala su za ciljeve: utvrditi razvojne zakonitosti motivacijskog procesa u sportu, identificirati utjecaje sportske grane na motivaciju i preciznije spoznati svojstva i zakonitosti procesa motivacije u sportu (Tušak, 1997). S tim u vezi, brojni autori ukazuju kako se motivacija u sportu razvija pod utjecajima dviju skupina faktora: dispozicijskih i situacijskih (Roberts, 1992, 2001; Duda, 2001; Barić, 2004; Papaioannou, Marsh i Theodorakis, 2004). Treasure (2001) objašnjava motivaciju kroz interakcionistički pristup, raspravljajući o interakciji dispozicijskih faktora (individualnih razlika) koji determiniraju vjerojatnost prihvaćanja određenog cilja aktivnosti i pokazivanja određenog obrasca ponašanja i situacijskih faktora. Motivacijski koncepti sportaša razvijeni su pod utjecajem i dispozicijskih (tj. ciljna usmjerenost i vrsta motivacije, npr. intrinzična ili ekstrinzična) i situacijskih čimbenika koji djeluju izravno ili neizravno u sportaševom okruženju (Barić, 2007). Pored toga, ciljevi postignuća upravljaju uvjerenjima, usmjeravaju procese donošenja odluka i ponašanje u kontekstu postignuća (Treasure, 2001).

S tim u vezi, Barić (2007) navodi da ako sportaša gledamo kao aktivnog pojedinca koji inicira aktivnosti kroz interakcije s drugima i svoje subjektivne interpretacije konteksta postignuća (sport), čini se da je potrebno zauzeti interakcijski pristup, čime se nastoji ponuditi odgovarajući teorijski okvir koji bi mogao obuhvatiti dinamički proces motivacije u sportu.

Unutar okvira teorije postignuća (Nicholls, 1992), motivacija se objašnjava kroz postignuta ponašanja te se motivacija smatra „dinamičnim i kompleksnim kognitivnim procesom koji se temelji na sudionikovim subjektivnim procjenama ishoda ovisno o cilju aktivnosti i značenju konteksta za sudionika“ (Roberts, 2001, str. 7).

Pregledom literature vidljivo je kako nije moguće jednostavno definirati motivaciju u sportu te da se motivacija u sportu može tumačiti iz različitih perspektiva, kao što su npr. dispozicijska i situacijska. S tim u vezi, Finch (2002) sugerira da motivacija može dati uvid u inicijaciju (zašto se sportaš uopće odlučio za određeni sport), smjer (važno je poznavati zašto je sportaš odabrao pojedine ciljeve), intenzitet, kao i upornost u usmjerenom ponašanju.

Barić (2007) upućuje kako u skladu s interakcionističkim pristupom, izvedenom iz teorije postignuća (Nicholls, 1992; Roberts, 1992, 2001), motivacija u sportu ovisi o dispozicijskim i situacijskim faktorima. Pritom se pretpostavlja kako je motivacija relevantan čimbenik sportskog postignuća te kako je u sportu važno poticati poželjne motivacijske obrasce ponašanja. Empirijski nalazi ukazuju kako se sportaševa motivacija stalno nadograđuje razvija i mijenja pod različitim utjecajima okolinskih faktora (Tušak, 1997) te da je uloga dispozicijske ciljne usmjerenosti sportaša najvažniji faktor u razvoju intrinzične motivacije (Shaw, Gorely i Corban, 2005; Barić, 2007).

U skladu s tim, Barić (2007) navodi da je motivacija krucijalni element u razumijevanju zašto se sportaši uspješno natječu, zašto ustraju u teškom treningu te zašto biraju ustrajati u sportu i nakon neuspjeha. Pritom, sportaš i/ili trener povezuju sportsku izvedbu i sportsko postignuće s razinom motivacije pojedinca. U sportu ponašanje pojedinca (npr. učenje i vježbanje) usmjereno je prema postizanju nekog cilja. Stoga je važno razumjeti čimbenike koji potiču zadržavanje razine motiviranog ponašanja u procesu sportske pripreme. S tim u vezi, ekspertni treneri postavljaju pitanje: zašto sportaši nemaju problema motivirati se za natjecanje, ali mnogi od njih imaju velik problem u redovitom ulaganju napora tijekom procesa treniranja. S tim u vezi, motivacija se može promatrati kao dinamičan proces koji vodi sportaša prema određenom ponašanju u trenažnom procesu i natjecanju (Finch, 2002). Stoga je za ekspertne trenere i znanstvenike-praktičare važno razumjeti smjer i intenzitet ili energetsku komponentu ponašanja. Nadalje, da bi se povećao stupanj razumijevanja smjera motivacije nužno je otkriti koje i kakve situacije privlače pojedinog sportaša ili od kojih situacija sportaš ima tendenciju bijega. Također, nužno je istaknuti kako odnosi trenera i sportaša mogu utjecati na ukupnu motivacijsku strukturu sportaša (Barić, 2007). Empirijski nalazi pokazuju pozitivnu povezanost između ciljne usmjerenosti na zadatak i intrinzične

motivacije, s jedne strane (Barić, 2007) i motiva za postignućem i intrinzične motivacije, s druge strane (Bratko, 2001). Nadalje, važno je istaknuti kako su mnoga ranija istraživanja ukazala na pozitivnu povezanost između ciljne usmjerenosti sportaša i intrinzične motivacije (Duda i sur., 1995; Kim i Gill, 1997; Barić, Cecić Erpič i Babić, 2002; Kim, Williams i Gill, 2003; Barić, 2007). Isto tako, postoji empirijska podrška tvrdnji da su mladi hrvatski sportaši u dobi od 14 do 17 godina iz momčadskih sportskih igara (košarka, rukomet, nogomet) dominantno usmjereni na zadatak, umjereno usmjereni na rezultat i visoko intrinzično motivirani za svoj sport, što se smatra poželjnijim načinom postavljanja ciljeva u sportu i prilagođenijim motivacijskim obrascem (Barić, 2007). Prema navedenim rezultatima, vjerojatno su dispozicijski faktori (npr. ciljna usmjerenost) važniji nego situacijski (npr. trenerovo rukovodeće ponašanje). Važno je istaknuti kako je tijekom natjecanja potrebna optimalna razina motivacije prije i tijekom izvedbe (Singer i Orbach, 1999).

Nadalje, Reeve (2005) smatra kako su teme koje ujedinjuju različita područja motivacije sljedeće: motivacija je dinamičan proces, motivacija uključuje i tendenciju pristupanja i izbjegavanja, motivacija varira ne samo u intenzitetu već i u vrsti (unutarnja ili vanjska), motivacija je pod utjecajem sportaševih obilježja (dispozicija) kao i okoline te motivacija se mijenja tijekom vremena i ovisno o situaciji.

1.3.2. Teoretski okvir istraživanja motivacijskih dimenzija

Za razliku od velikih teorija koje pokušavaju objasniti cjelokupnu motivaciju, mini teorije objašnjavaju samo specifične motivacijske fenomene, teorijska pitanja ili motivacijske probleme te tendencije koje se tiču određene skupine ljudi. U suvremenom dobu, psihologija motivacije još uvijek je daleko od koherentne cjeline tema, varijabli, metoda i teorija koje koristi (Reeve, 2005, 2010; Alispahić, 2013). Beck (2003) navodi kako su glavne motivacijske teorije primjenjene na sport sljedeće: teorije motivacije za postignućem (teorija potrebe za postignućem, teorija ciljnog postignuća), teorija pobuđenosti, teorija agresivnosti, teorija nagona, teorija očekivanja, teorija frustracije, teorija potkrepljenja i teorija samoučinkovitosti.

Za ovaj rad su važne **teorije motivacije za postignućem** (engl. *theories of achievement motivation*), koje objašnjavaju što pojedince (sportaše) motivira da djeluju, među koje pripadaju sljedeće teorije: **teorija potrebe za postignućem** (engl. *need achievement theory*), **teorija atribucije** (engl. *attribution theory*), **teorija ciljnog postignuća** (engl. *achievement*

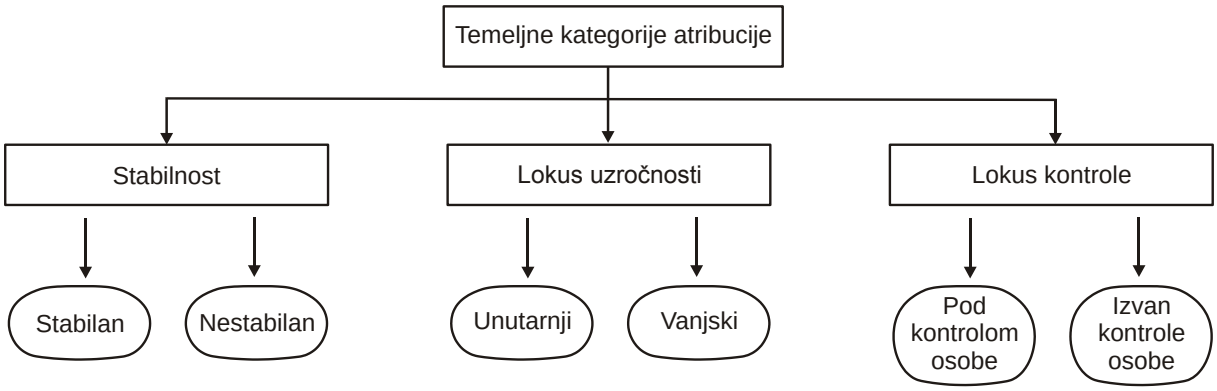
goal orientation theory) i **teorija motivacije za kompetencijom** (engl. *competence motivation theory*). Weinberg i Gould (2003, str. 74) navode da se „motivacija postignuća odnosi na pojedinčeve napore da ovlada zadatkom, postigne izvrsnost, prekorači prepreke, izvodi aktivnosti bolje od drugih i osjeti ponos pri ostvarivanju talenta." Prethodno navedene teorije u sklopu teorije motivacije postignuća zajedno sugeriraju da se oni koji ostvaruju visoka ili niska postignuća mogu razlikovati na temelju njihovih motiva, zadataka koje biraju da bi bili na temelju njih vrednovani, napora koji ulažu tijekom natjecanja, njihove ustrajnosti i izvedbe (Tablica 2.). Motivacija u sportu često je interpretirana kao stremljenje ka poboljšanju ili potreba za postignućem. Navedeni pristup su primijenili Murray (1938), McClelland (1961) i Atkinson (1974), a Weinberg i Gould (2003) su pokušali odgovoriti na pitanje koje su karakteristike pojedinaca koji ostvaruju visoka ili niska postignuća što nam govore teorije motivacije za postignućem (Tablica 2.). U Tablici 2. prikazano je „što nam govore teorije motivacije za postignućem" (Weinberg i Gould, 2003, str. 68).

Tablica 2. Karakteristike pojedinaca koji ostvaruju visoka ili niska postignuća (Weinberg i Gould, 2011)

	Pojedinci koji ostvaruju visoka postignuća	**Pojedinci koji ostvaruju niska postignuća**
Motivacijska usmjerenost	Visoka motivacija za postizanje uspjeha Niska motivacija za izbjegavanje neuspjeha Fokusira se na ponos prilikom uspjeha	Niska motivacija za postizanje uspjeha Visoka motivacija za izbjegavanje neuspjeha Fokusira se na sram i zabrinutost koji mogu rezultirati iz neuspjeha
Atribucije	Pripisuje uspjeh stabilnim i unutarnjim faktorima pod kontrolom pojedinca Pripisuje neuspjeh nestabilnim i vanjskim faktorima izvan kontrole pojedinca	Pripisuje uspjeh nestabilnim i vanjskim faktorima izvan kontrole pojedinca Pripisuje neuspjeh stabilnim i unutarnjim faktorima unutar kontrole pojedinca
Izbor ciljeva	Obično bira ciljeve zadatka	Obično bira ciljeve ishoda
Percipirana kompetencija i kontrola	Ima visoku percepciju kompetencije i osjeća da je postignuće unutar njegove kontrole	Ima nisku percepciju kompetencije i osjeća da je postignuće izvan njegove kontrole
Izbor zadatka	Traži izazove i zahtjevne natjecatelje i zadatke	Izbjegava izazove; traži vrlo teške ili vrlo lagane zadatke i natjecatelje
Uvjeti izvedbe	Ostvaruje dobru izvedbu u uvjetima evaluacije	Ostvaruje slabu izvedbu u uvjetima evaluacije

Vidljivo je kako pojedinci koji ostvaruju visoka postignuća sa aspekta motivacijske usmjerenosti pokazuju visoku motivaciju za postizanjem uspjeha i nisku motivaciju za izbjegavanjem neuspjeha te se fokusiraju na ponos prilikom uspjeha. Suprotno tome, pojedinci koji ostvaruju niska postignuća pokazuju nisku motivaciju za postizanjem uspjeha i visoku motivaciju za izbjegavanjem neuspjeha te zabrinutost i zaokupljenost mislima o neuspjehu (Weinberg i Gould, 2003). Važno je istaknuti kako ova teorija ne ostvaruje jasne predikcije za pojedince s umjerenim razinama svakog motiva (Gill, 2000).

Atribucijska teorija motivacije za postignućem predstavlja tipičnu kognitivnu teoriju. Teorija atribucije fokusira se na to kako sportaši objašnjavaju ili atribuiraju svoju izvedbu, što utječe na njihova očekivanja i emocionalne reakcije te povratno na buduću motivaciju postignuća (Weinberg i Gould, 2011). S tim u vezi, atribucije utječu na očekivanja budućih uspjeha ili neuspjeha (McAuley, 1993; Biddle, Hanranhan i Sellars, 2001). Weiner (1972, 1985, 1986) navodi da se tisuće mogućih objašnjenja za uspjeh i neuspjeh može klasificirati u nekoliko kategorija. Weinberg i Gould (2011) smatraju kako su temeljne kategorije atribucije stabilnost - faktor kojem pojedinac pripisuje uspjeh ili neuspjeh, a koji je ili prilično trajan ili nestabilan, lokus uzročnosti (kauzalnosti) - unutarnji ili vanjski i lokus kontrole (Slika 8.). Pretpostavlja se kako postoji razlika među ljudima (sportašima) u lokusu kontrole, sklonosti da se događaji interpretiraju kao da jesu ili kao da nisu pod kontrolom osoba (Larsen i Buss, 2008). Isti autori navode kako brojni istraživači danas primjenjuju koncept lokus kontrole u određenim životnim domenama, poput sportskog lokusa kontrole, a također navode i da su se „psiholozi usredotočili na specifične aspekte objašnjenja koja ljudi daju, poput toga je li uzrok interni ili eksterni, stabilan ili nestabilan, globalan ili specifičan“ (Larsen i Buss, 2008, str. 405).



Slika 8. Temeljne kategorije atribucije (Weinberg i Gould, 2011)

Horga (1993) navodi kako očekivanje ishoda u sljedećoj situaciji postignuća ovisi o tome da li se ishod aktivnosti pripisuje stabilnim ili promjenjivim elementima. Autorica upućuje kako se promjene u ishodu neće očekivati, bez obzira radi li se o uspjehu ili neuspjehu, ako je ishod pripisan stabilnim elementima.

Pritom, atribuiranje izvedbe određenim vrstama stabilnih faktora povezano je s očekivanjima budućih uspjeha (Tablica 3.). Tako primjerice, ako sportaš pripisuje svoj uspjeh stabilnom uzroku (npr. visoka sposobnost), očekivat će da se taj ishod ponovi u budućnosti i bit će više motiviran i samopouzdan (Weinberg i Gould, 2003). Nadalje, autori ističu kako, nasuprot tome, ako pojedinac pripisuje uspjeh pri izvedbi nestabilnom uzroku (npr. sreći), on neće očekivati da se uspjeh regularno događa i njegova motivacija i samopouzdanje neće biti izraženiji. Neuspjeh se može pripisati stabilnom uzroku (npr. niska sposobnost) što će smanjiti samopouzdanje i motivaciju ili nestabilnom uzroku (npr. sreća) što neće smanjiti samopouzdanje i motivaciju.

U sportu je važno znati objašnjavati uzroke ponašanja da bi mogli odgovoriti na pitanje zašto nam pojedini igrači i cijela momčad reagiraju na određen način. Ako sportaši imaju razvijene kognitivne sposobnosti tada su u mogućnosti da prilikom objašnjavanja izvedbe i sportskog postignuća dolaze do odgovarajućih odgovora. Sportaši koji imaju visoku razinu samopoštovanja u načelu tendiraju stvarati atribucije usmjerene na savladavanje, tj. uspješno obavljanje zadataka u igri pripisuju sposobnostima i vještinama. Berk (2008, 2010) navodi da atribucije koje uspjeh pripisuju dobrim sposobnostima, a neuspjeh nedovoljnom ulaganju napora, nazivamo atribucije usmjerene na savladavanje. Takve atribucije dovode do visokog samopoštovanja i spremnosti da se pristupa izazovnim zadacima. Sposobnosti se mogu mijenjati i pod pretpostavkom sustavnog i redovitog vježbanja. Pritom, postoje različiti načini na koje trener može podržavati kontinuirano učenje i vježbanje:

- usmjeravati pojedinog igrača na zadatke na pojedinoj poziciji u košarkaškoj igri koji su kompatibilni sa potencijalom i trenutnom stvarnom kvalitetom pojedinog igrača,
- ohrabrivati igrače i cijelu momčad da steknu uvjerenje o vlastitim sposobnostima i o važnosti ulaganja napora za uspješno obavljanje zadataka u igri,
- poticati igrače na vrednovanje pokazatelja izvedbe u odnosu na poziciju i provedeno vrijeme u igri prema standardima izvrsnosti i
- stvoriti motivacijsku klimu u procesu sportske pripreme koja je primarno usmjerena na ovladavanje vještinama.

U skladu s tim, način na koji sportaši pripisuju (atribuiraju) svoju izvedbu utječe na njihova očekivanja i emocionalne reakcije. Atribuiranje unutarnjim faktorima ili faktorima pod našom kontrolom (npr. sposobnost, napor) umjesto vanjskim faktorima ili faktorima izvan naše kontrole (npr. sreća, težina zadatka) obično rezultira emocionalnim reakcijama poput ponosa i srama.

Tablica 3. Atribucije i motivacija postignuća (Weinberg i Gould, 2011)

Atribucije	**Psihološki rezultat**
Faktori stabilnosti	**Očekivanje budućeg uspjeha**
Stabilni	Povećano očekivanje uspjeha
Nestabilni	Smanjeno očekivanje uspjeha
Faktori uzročnosti	**Emocionalni utjecaji**
Unutarnji uzrok	Povećani ponos ili sram
Vanjski uzrok	Smanjeni ponos ili sram
Faktori kontrole	**Emocionalni utjecaji**
Pod kontrolom osobe	Povećana motivacija
Izvan kontrole osobe	Smanjena motivacija

U konačnici, četvrta teorija motivacije postignuća je **teorija motivacije za kompetencijom** koja smatra da su ljudi motivirani da se osjećaju vrijednim i kompetentnim i, štoviše, da su takvi osjećaji primarne odrednice motivacije (Weinberg i Gould, 2003). Isto tako, teorija motivacije za kompetencijom tvrdi da sportaševe percepcije kontrole (osjećaj da imaju kontrolu bez obzira da li mogu učiti i izvoditi vještine) rade zajedno sa samovrijednošću i procjenama kompetencije da bi utjecale na njihovu motivaciju (Weinberg i Gould, 2003). S tim u vezi, Weinberg i Gould (2003, str. 67) navode kako „percepcije kompetencije i kontrole koje osobito mladi sportaši imaju su ključne odrednice da li će netko težiti postignuću ili neće. Povećanje percipirane kompetencije i kontrole trebali bi biti primarni ciljevi stručnjaka u okviru sporta i tjelovježbe.“ Međutim, ovi osjećaji ne utječu na motivaciju neposredno, već utječu na afektivna ili emocionalna stanja, kao što su užitak, anksioznost, ponos i sram, što povratno utječe na motivaciju. Tako primjerice, kad mladi košarkaš ima visoko samopoštovanje, osjeća se kompetentnim i percipira da ima kontrolu nad učenjem i izvedbom košarkaških vještina, tada će njegovi napori da ovlada igrom rezultirati užitkom, ponosom i srećom. Ova pozitivna afektivna stanja će dovesti do povećane motivacije. Istraživački nalazi ukazuju na vezu između kompetencije i motivacije (Weiss, 1993). Istraživački nalazi sugeriraju kako percepcije kompetencije i kontrole koje mladi sportaši imaju čine ključne

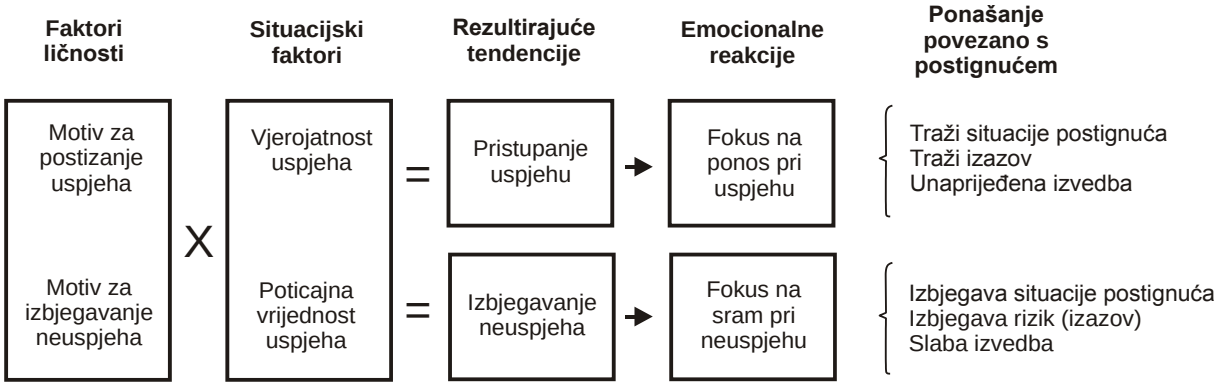
odrednice da li će pojedinac težiti postignuću ili neće (Wong i Bridges, 1995). Navedeni rezultati upućuju da bi poticanje razvoja percipirane kompetencije i kontrole trebali biti primarni ciljevi stručnjaka u procesu sportske pripreme.

U nastavku ovog teksta prikazat će se teorija potrebe za postignućem i teorija ciljnog postignuća.

1.3.2.1. Teorija potrebe za postignućem

McClelland (1961) i Atkinson (1974) su upotrebljavali **teoriju potrebe za postignućem** kako bi razumjeli ponašanje koje je povezano s postignućem u natjecateljskim situacijama. Potreba za postignućem, prema McClellandu, jest želja da se radi bolje, bude uspješan i osjeća se kompetentno. Pojedinac s velikom potrebom za postignućem dobiva zadovoljstvo postizanjem zadatka. Takve osobe vole proces uključenosti u izazovne aktivnosti (Larsen i Buss, 2014). Važno je istaknuti kako se **teorija potrebe za postignućem** temelji na hipotezi da je ponašanje koje vodi nekom postignuću poticano kroz dva različita motiva: **motiv da se postigne uspjeh** i **motiv da se izbjegne neuspjeh**.

Teorija potrebe za postignućem (McClelland, 1961; Atkinson, 1974) podrazumijeva interakcijski pogled koji razmatra osobne i situacijske faktore kao važne prediktore ponašanja (Weinberg i Gould, 2003). S tim u vezi, autori na Slici 9. prikazuju kako teorija potrebe za postignućem uključuje pet sastavnica: faktore ličnosti (motiv za postizanje uspjeha i motiv za izbjegavanje neuspjeha), situacijske faktore (vjerojatnost uspjeha i poticajna vrijednost uspjeha), rezultirajuće tendencije (pristupanje uspjehu i izbjegavanje neuspjeha), emocionalne reakcije (fokus na ponos pri uspjehu i fokus na sram pri neuspjehu) i ponašanje povezano sa postignućem.



Slika 9. Teorija potrebe za postignućem (Weinberg i Gould, 2011)

Dakle, prva i druga sastavnica teorije potrebe za postignućem su faktori ličnosti i situacijski faktori, dok je treća komponenta rezultirajuća ili ponašajna tendencija proizašla iz razmatranja pojedinčevih razina motiva za postignućem u odnosu na situacijske faktore (Weinberg i Gould, 2003).

Pojedinci koji ostvaruju visoka postignuća traže izazove u situaciji jer uživaju u natjecanju protiv drugih podjednakih sposobnosti ili u izvođenju zadataka koji nisu prelagani ili preteški. S druge strane, pojedinci koji ostvaruju niska postignuća izbjegavaju takve izazove i umjesto toga biraju lagane zadatke gdje je uspjeh zagarantiran ili nerealistično teške zadatke gdje je neuspjeh gotovo siguran (Weinberg i Gould, 2003). Četvrta komponenta teorije potrebe za postignućem su emocionalne reakcije pojedinca, koje se očituju u tome koliko mnogo ponosa i srama pojedinac doživljava.

Pojedinci koji ostvaruju visoka i pojedinci koji ostvaruju niska postignuća žele iskusiti ponos i minimizirati sram, ali njihove karakteristike su u različitoj interakciji sa situacijom što uzrokuje da se više osjeća ponos ili sram. Nadalje, pojedinci koji ostvaruju visoka postignuća fokusiraju se više na ponos, dok se pojedinci koji ostvaruju niska postignuća fokusiraju više na sram i zabrinutost. U konačnici, peta komponenta teorije potrebe za postignućem pokazuje kako preostale četiri sastavnice međusobno djeluju da bi utjecale na ponašanje povezano s postignućem. Nadalje, pojedinci koji ostvaruju visoka postignuća odabiru više izazovne zadatke, preferiraju srednje rizike i bolje nastupaju/izvode u situacijama evaluacije. Isto tako, pojedinci koji ostvaruju niska postignuća izbjegavaju srednji rizik, imaju lošiju izvedbu u situacijama evaluacije i izbjegavaju izazovne zadatke.

Zaključno, motivacija postignuća je tendencija da se teži uspjehu, ustraje usprkos neuspjehu i iskusi ponos u postignućima (Weinberg i Gould, 2003). Pojedini sportski psiholozi sugeriraju kako je potreba za postignućem jedan od najvažnijih ljudskih motiva i da se može programirano promijeniti u procesu sportske pripreme (Barić, 2007).

U ovom radu primijenjen je upitnik sportske motivacije (Willis, 1982) koji sadrži tri skale za procjenu: koncept motiva dominacije, koncept potrebe da se postigne uspjeh i koncept potrebe da se izbjegne neuspjeh. Pritom, motiv da se postigne uspjeh je definiran kao osobna karakteristika u kojoj se traži situacija koja bi mogla rezultirati uspjehom, dok motiv da se izbjegne neuspjeh je povezan sa bijegom ili izbjegavanjem situacije u kojoj postoji realna mogućnost neuspjeha (Finch, 2002). U skladu s tim, motiv za izbjegavanje neuspjeha može se interpretirati kao „kapacitet da se iskusi sram prilikom neuspjeha“ (Gill, 2000, str. 104).

Bratko (2001) navodi kako motiv za postignućem podrazumijeva želju da se postigne visoki uspjeh u onome što se radi, npr. u poslu ili u sportu. S tim u vezi, autor smatra kako su pojedinci s visokim motivom za postignućem za uspjeh spremni uložiti više napora i kod njih samo postignuće izaziva zadovoljstvo. Također, Bratko (2001) tvrdi kako empirijska istraživanja motiva za postignućem pokazuju da su osobe koje imaju snažno izražen taj motiv u većoj mjeri intrinzično motivirane. Isto tako, motiv za postizanje dominacije podrazumijeva želju da se utječe na druge, da se ima autoritet, dominaciju i vodstvo (Winter, 1992). Nadalje, osoba koja je visoko na motivu za moći zainteresirana je za ostvarivanje kontrole nad situacijama i nad drugim ljudima (Assor, 1989). S tim u vezi, personalnu potrebu za moći obilježava dominacija nad drugima te je povezana s kompetitivnošću i agresivnošću. Pojedinci visoko na potrebi za moći ponašaju se na različite načine kojima pokazuju da su spremniji upustiti se u rizike (Beck, 2003). Isto kao i za potrebu za postignućem i za potrebu za moći se pretpostavlja da energizira i usmjerava ponašanje kad je osoba u situaciji u kojoj je moguće iskazati moć (Larsen i Buss, 2008, 2014). Dakle, pojedinci s velikom potrebom za moći zainteresirani su za kontroliranje situacija i drugih ljudi. Pretpostavlja se kako je motiv za moći jednim dijelom biološki uvjetovan (uloga testosterona), a drugim dijelom stečen, kao i agresivno ponašanje, ali sa sazrijevanjem, utjecajem odgoja i procesa sportske pripreme postaje sve više naučen oblik ponašanja. S tim u vezi, vjerojatno socijalni, kognitivni ili razvojni procesi utječu na potrebu za postignućem. Nadalje, motiv za postignućem (potreba za postignućem, motivacija za postignućem) može se promatrati kao vrsta socijalnog ili psihosocijalnog motiva koji se očituje u težnji k uspjehu i ostvarenju visokih standarda dostignuća, u težnji za postizanjem ciljeva koji su teže dostupni i čije postizanje dovodi do isticanja pred drugima (Petz i sur., 2005).

Empirijski nalazi ukazuju kako se uloga roditelja, trenera ili učitelja očituje u oblikovanju motivacijske klime u kojoj sportaš razvija potrebu za postignućem koja se mijenja kroz vrijeme (Tušak, 1997). S tim u vezi, Weinberg i Gould (2003, str. 74) navode da „roditelji, učitelji i treneri značajno utječu na motivaciju postignuća djece na način da mogu kreirati klime koje potiču postignuće i koje smanjuju naučenu bespomoćnost.“ Pritom, autori sugeriraju da se „navedeni ciljevi mogu ostvariti sljedećim postupcima: a) prepoznavanjem interakcijskog utjecaja na motivaciju postignuća, b) naglašavanjem individualnih ciljeva zadatka i smanjivanjem ciljeva ishoda, c) praćenjem i pružanjem prikladne atribucijske povratne informacije, d) podučavanjem sudionika da čine prikladne atribucije, e) diskutiranjem sa sudionicima kada je prikladno natjecati se i društveno se uspoređivati, a kada

je prikladno primijeniti samoreferencirani fokus i f) poticanjem percepcija kompetencije i kontrole“ (str. 74).

Vjerojatno sportaši koji imaju visoku percepciju kompetencije i pozitivnu percepciju samoučinkovitosti će tražiti situacije u kojima mogu ostvariti uspjeh. Nadalje, teorija potrebe za postignućem može se definirati kao funkcija interakcije između motiva za postizanje uspjeha, motiva za izbjegavanje neuspjeha i motiva za postizanje dominacije. S tim u vezi, pretpostavlja se da će u slučaju kad su kod pojedinca motiv za postizanje uspjeha i motiv za postizanje dominacije više izraženi od motiva za izbjegavanje neuspjeha, pojedinac tražiti situaciju koja je usmjerena ka postignuću. Međutim, kada je motiv za izbjegavanje neuspjeha visoko izražen, pojedinac može redovito izbjegavati situacije u kojima se traži postignuće. U konačnici, potreba za postignućem pojedinca relativno je stabilna u različitim situacijama. Tako osoba s velikom potrebom za postignućem ima potrebu da nešto temeljito nauči, da svlada neki teži zadatak te da postigne nešto do čega se teško dolazi. Takve osobe vole proces uključenosti u izazovne aktivnosti (Larsen i Buss, 2014). S tim u vezi, postizanje uspjeha motivira samo po sebi, neovisno o vanjskim nagradama (Barić, 2007).

Potreba za postignućem važan je motiv u sportu, a može se definirati kao „potreba“ da se postigne ili „prekorači“ određeni standard kvalitete (Houston i sur., 1979, str. 310). Nadalje, motiv za postignućem očituje se u težnji prema uspjehu i ostvarenju visokih sportskih postignuća (Bosnar i Balent, 2009). Dakle, u kojoj mjeri će motiv za postignućem biti izražen kod pojedinog igrača ovisi o postavljenim standardima vezanima uz izvedbu i sportsko postignuće te o razini motiviranosti pojedinca da ostvari te standarde. U sportskoj praksi pojedini sportaši mogu imati visoke standarde uspjeha, ali ne biti dovoljno motivirani da ih ostvare (Horga, 2009). U sportu je važno koliko je izražen motiv za postignućem, odnosno želja za postizanjem određenog natjecateljskog uspjeha. Pritom, motivacija za postignućem otvara nam mogućnost odgovora na pitanje zašto neki sportaši odabiru zahtjevnije zadatke, zašto su spremni uložiti više napora, dok drugi sportaši nisu spremni ulagati veći napor, tj. skloniji su odustajanju te biraju manje izazovne zadatke. Vjerojatno sportaši s visokim motivom za postizanje uspjeha imaju intenzivnu potrebu za sportskim postignućem. Takvi pojedinci biraju teže zadatke koje obilježava neizvjestan ishod koji je u mnogim situacijama određen i relevantnim sposobnostima te poželjnim osobinama sportaša.

Pretpostavlja se da je kod sportaša koji imaju visoke rezultate u motivu za izbjegavanje neuspjeha prisutan strah od neuspjeha - kognitivna anksioznost (Horga, 2009; Bosnar i Balent, 2009). Pretpostavlja se kako sportaši koje obilježava nizak motiv za postizanje

uspjeha i visok motiv za izbjegavanje neuspjeha (imaju veći strah od neuspjeha nego što ih privlači uspjeh) tendiraju situacijama u kojima je izvjestan ishod (Bosnar i Balent, 2009). Navedeni izraženi motivi mogu inhibirati sportaša i onemogućiti mu optimalan razvoj njegovog genskog potencijala. Vjerojatno sportaši koji imaju izražen motiv za izbjegavanje neuspjeha oblikuju strategiju kako bi „obranili“ svoju ličnost i samopoštovanje te izbjegli nezadovoljstvo i lošu sliku o sebi (Bosnar i Balent, 2009). Beck (2003) navodi kako empirijski nalazi sugeriraju da su pojedinci sa izraženim motivom za postizanje uspjeha skloniji postignuće pripisati sposobnostima, a natjecateljski neuspjeh nedovoljnom ulaganju napora, dok su pojedinci sa niskim motivom za postizanje uspjeha skloniji pripisati neuspjeh nedostatku sposobnosti.

Motivaciju postignuća i kompetitivnost moguće je razvijati u sljedeće tri faze: faza autonomne kompetencije, faza društvene usporedbe i integrirana faza (Veroff i Peele, 1969; Scanlan, 1988). Weinberg i Gould (2003) sugeriraju kako pojedinac mora proći kroz jednu fazu prije nego pređe na sljedeću.

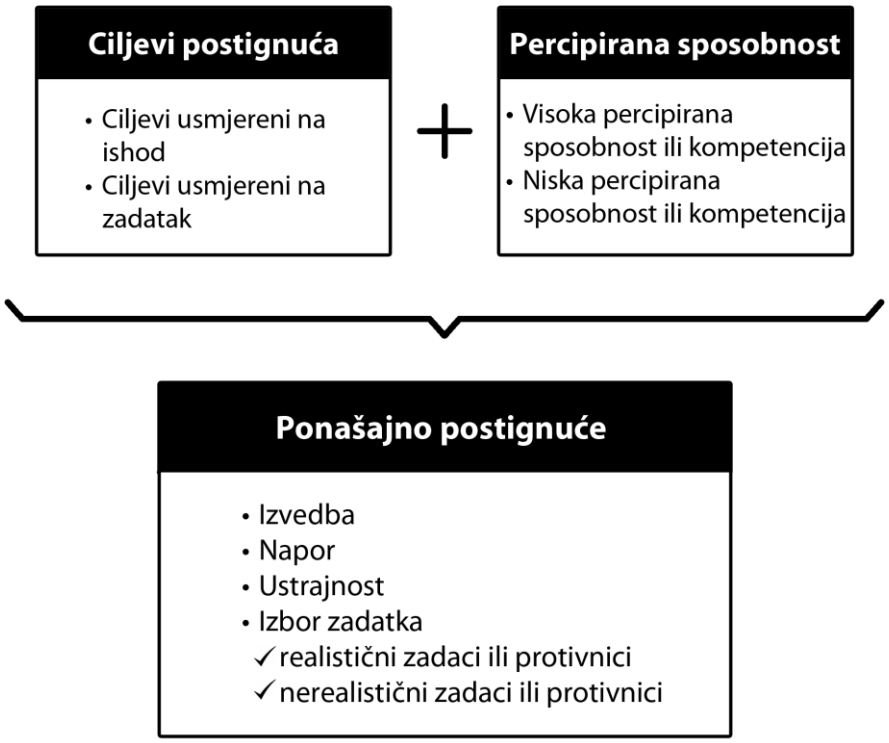
Autori ističu kako dob u kojoj ljudi ostvaruju pojedinu fazu znatno varira:

1. Faza autonomne kompetencije, za koju se pretpostavlja da se pojavljuje prije dobi od četiri godine, u kojoj se djeca fokusiraju na ovladavanje svojom okolinom.
2. Faza društvene usporedbe, koja počinje u dobi od oko pete godine, u kojoj se dijete direktno fokusira na uspoređivanje svoje izvedbe s izvedbom drugih ljudi, za razliku od onog što se događanja u autonomnoj fazi i njenih samoreferenciranih standarda.
3. Integrirana faza, koja uključuje i društvenu i autonomne strategije postignuća, integrira komponente prethodne dvije faze. S tim u vezi, ova faza je najviše poželjna. Važno je istaknuti kako nema tipične dobi za ulazak u ovu fazu. Osoba koja je potpuno usvojila ovu integraciju zna kad je prikladno natjecati se i uspoređivati sebe s drugima te kad je prikladno primijeniti samoreferencirane standarde.

Weinberg i Gould (2003) tvrde da oni koji ostvaraju visoka postignuća obično biraju ciljeve ovladavanja vještinama i percipiraju svoju sposobnost i kontrolu visokom. Oni pripisuju uspjehe stabilnim i unutarnjim faktorima, kao što je visoka sposobnost te pripisuju neuspjeh nestabilnim i kontrolabilnim faktorima, kao što je slabo ulaganje napora. S druge strane, oni koji ostvaruju niska postignuća obično percipiraju svoju sposobnost i kontrolu niskom, procjenjuju sebe više na temelju ciljeva ishoda i pripisuju svoj neuspjeh niskoj sposobnosti (unutrašnji, stabilan atribut).

1.3.2.2. Teorija ciljnog postignuća

Teorija ciljnog postignuća (engl. *achievement goal orientation theory*) ili **teorija ciljne usmjerenosti postignuća** pripada procesnoj teoriji motivacije (VanYperen i Van de Vliert, 2001). Sportski psiholozi fokusirani su na ciljno postignuće kao način za razumijevanje razlika u postignuću (Maehr i Nicholls, 1980; Nicholls, 1984a, 1984b; Dweck, 1986; Roberts, 1993; Duda i Hall, 2001). Prema teoriji ciljnog postignuća, tri faktora međusobno djeluju da bi odredili motivaciju osobe: **ciljevi postignuća, percepirana sposobnost i ponašanje povezano sa postignućem** (Slika 10.).



Slika 10. Tri ključna faktora u teoriji ciljnog postignuća (Weinberg i Gould, 2011)

Kako bi razumjeli motivaciju neke osobe, moramo znati što toj osobi znači uspjeh i neuspjeh. Najbolji način sastoji se u ispitivanju ciljeva postignuća osobe i u kakvoj su interakciji ti ciljevi s percepcijama kompetencije, samovrijednošću ili percipiranom sposobnošću (Weinberg i Gould, 2003).

Temeljna pretpostavka teorije ciljnog postignuća je da sportaševi svjesni ciljevi utječu na sportaševo ponašanje. Pretpostavlja se da specifični, visoko zahtjevni, mjerljivi, izazovni i realno ostvarivi ciljevi koje pojedinac prihvaća dovode do više razine učinka nego što se to postiže specifičnim i lakim ciljevima, ili pak, zahtjevnim, ali nejasnim ciljevima (Locke i

Latham, 1990). Nadalje, teorija ciljnog postignuća pretpostavlja da je pojedinac cilju usmjeren organizam koji ima namjeru i koji djeluje na racionalan način (Roberts i Treasure, 1995; Roberts, 2001; Standage i Treasure, 2002). Prema teoriji ciljnog postignuća, središnja točka u razumijevanju sportaševe motivacije je razumjeti funkciju i značenje ponašanja povezanog sa postignućem za svakog pojedinca. Teorija ciljnog postignuća može se smatrati motivacijskom teorijom jer se ona bavi time zašto je ponašanje energizirano, zašto su se ljudi angažirali u kontekstu postignuća. Važno je istaknuti kako se teorija ciljnog postignuća primjenjuje samo na ljude koji pokušavaju postići željeni, osobni i društveno vrijedan cilj (Barić, 2007). Nadalje, teorija ciljnog postignuća proučava motivaciju temeljem ciljeva koje je sportaš postavio, a povezani su s percepcijom pojedinca. U skladu s tim, pojedini sportaši mogu definirati uspjeh kao unapređenje vlastite izvedbe (*task* orijentacija), dok drugi mogu postaviti cilj da pobijede suparnika (*ego* orijentacija).

Ta dva načina modeliranja ciljeva u sportu predstavljaju ortogonalne ili međusobno nezavisne dimenzije (Button, Mathieu i Zajac, 1996). U skladu s tim, sportaš može imati visoku ili nisku usmjerenost na pojedinom ili podjednaku na oba velika motivacijska faktora. Osim navedenog, Harwood, Hardy i Swain (2000) i Harwood i Hardy (2001) navode novu vrstu ciljne usmjerenosti, nazvane samoreferentna usmjerenost na rezultat. S tim u vezi, Barić (2007) upućuje kako je ova vrsta ciljne usmjerenosti tipična za sportaše koji imaju visoku usmjerenost na zadatak, ali i umjerenu usmjerenost na rezultat, osobito u okolnostima natjecanja. Nadalje, neki istraživači su proučavali kombinirane učinke ciljnih usmjerenosti na zadatak i rezultat (Fox i sur., 1994). Autori tvrde da ciljna usmjerenost na rezultat (engl. *ego oriented*) može dati pozitivan motivacijski element motivacijskoj strukturi sportaša kada je podupire snažna ciljna usmjerenost na zadatak (engl. *task oriented*).

Sportaš koji je primarno usmjeren na zadatak procjenjuje vlastiti uspjeh u sportu kroz napredovanje u izvedbi. Pritom koristi samoreferentni kriterij vrednovanja vlastite izvedbe i uspješnosti na temelju usporedbe s prethodnom izvedbom i sportskim postignućem. Nadalje, sportaš primarno usmjeren na ishod usredotočen je na natjecateljsku uspješnost i vlastitu kompetentnost te se procjenjuje u odnosu na druge.

Predstavnici teorije ciljnog postignuća smatraju da će sportaši usmjereni na zadatak nadmašiti sportaše usmjerene na ishod (Shaw, Gorely i Corban, 2005). Nadalje, autori navode kako razvoj kompetencije može biti presudan za pojedince usmjerene na zadatak čije procjene kompetencije se temelje na tome koliko je pojedini sportaš napredovao u odnosu na prethodne izvedbe ili trenutnu razinu sposobnosti. Pritom, sportaši koji nisu superiorni u odnosu na

druge, a visoko su ciljno usmjereni na ishod mogu imati neprilagođene obrasce ponašanja (Roberts, Treasure i Balague, 1998). Pretpostavlja se kako takav sportaš može inklinirati izbjegavanju izazova, kao i smanjenom ulaganju napora te može biti sklon opravdavanju mogućeg neuspjeha. To stoga što doživljaj neuspjeha može povećati osjećaj nekompetentnosti, a nedostupni ciljevi mogu generirati relativno nisko percipiranu kontrolu koja stvara uvjete za nisko percipiranu kompetentnost, samodjelotvornost i sposobnost. U konačnici, pretpostavljamo da navedeni faktori mogu potaknuti pojedinca da prihvati pesimistični atribucijski stil koji vodi prema manjem zalaganju što se negativno odražava na izvedbu.

Smatramo kako su ciljevi učenja analogni pojmovima ciljevi razvoja, usmjerenost na učenje, usmjerenost na zadatak, usmjerenost na vještinu, odnosno *task* orijentaciji, koja odražava pojedinčevu zaokupljenost usvajanjem vještine (Shaw, Gorely i Corban, 2005). S druge strane, ciljevi izvedbe (uratka) analogni su pojmovima *ego* orijentacija, ciljna usmjerenost na ishod (engl. *outcome goal orientation*) i ciljna usmjerenost na natjecanje (engl. *competitive goal orientation*), koja odražava pojedinčev cilj postizanja nadmoći nad drugima. Važno je istaknuti kako se *ego* orijentirani pojedinci osjećaju loše kada ih drugi nadmaše (VanYperen i Van de Vliert, 2001). Vjerojatno dugoročna usmjerenost na učenje dovodi do kvalitetnijeg izvođenja zadatka i većeg poboljšanja vještina nego kod *ego* orijentacije (VanYperen i Duda, 1999). VanYperen i Van de Vliert (2001) navode da *ego* orijentacija povećava učinak kad pojedinac ima potrebne vještine i znanja za izvođenje zadatka. S tim u vezi, autori tvrde kako u fazi učenja, pojedinci trebaju posvetiti pažnju samom zadatku, a ne brizi za posljedice neuspješnog obavljanja zadatka. Također, ciljna usmjerenost na rezultat je više nego usmjerenost na učenje praćena prisilnim mislima tijekom izvođenja zadatka (VanYperen i Van de Vliert, 2001).

U skladu s tim, treneri koji oblikuju kompetitivne vježbe koje diferenciraju pobjednike i gubitnike stvaraju *ego* motivacijsku klimu, dok treneri koji izbjegavaju usporedbe između igrača i naglašavaju njihov osobni rast i razvoj će vjerojatno stvoriti *task* motivacijsku klimu (Shaw, Gorely i Corban, 2005). Nadalje, pored *task* i *ego* orijentacije te *task* i *ego* klime unutar teorije ciljnog postignuća razlikujemo *task* i *ego* uključenost. *Task* i *ego* uključenost koje sportaš ima u nekom određenom trenutku, tj. njegovo stanje ciljnog postignuća, funkcija je interakcije između ciljne usmjerenosti koju unosi u kompetitivnu situaciju i ciljne motivacijske klime (instruirane od strane trenera) u kojoj se zatekne (Shaw, Gorely i Corban, 2005).

Također, istraživački nalazi pokazuju da su različite ciljne usmjerenosti važne ne samo za zadatke postignuća, nego i za međuljudsko ponašanje (Erdley i sur., 1997). Nadalje, postoje autori (Emmons i Kaiser, 1996; Elliot i Sheldon, 1998) koji razlikuju ciljeve pristupanja i ciljeve izbjegavanja. U skladu s tim, mnogi sportaši vjeruju i usmjereni su na postizanje pozitivnih ishoda („želim imati najviše asistencija i osvojenih lopti“), dok drugi sportaši imaju slabo izgrađeno vjerovanje u uspješan ishod i usmjereni su prema izbjegavanju negativnih ishoda („želim izbjeći loše dodavanje i izgubljene lopte“). Pretpostavlja se kako učestalo prihvaćanje ciljeva izbjegavanja može izazvati negativna emocionalna iskustva kod sportaša.

Navedene ciljne usmjerenosti na zadatak i ishod, u prvom redu, tretiraju se kao varijable individualnih razlika. Važno je istaknuti kako sportaševa ciljna usmjerenost ima i socijalne i kulturalne odrednice, što sugerira kako sportske organizacije u kojima sportaši sudjeluju u procesu učenja, razvoja vještina i vrednovanja izvedbe mogu imati presudnu ulogu u razvoju i stabilizaciji orijentacije na cilj. Tako primjerice, sportska institucija može stvoriti organizacijsku i motivacijsku klimu u kojoj su obje ciljne usmjerenosti visoke.

Osim navedenog, važno je istaknuti kako svaka osoba ima svoju implicitnu teoriju postignuća (Barić, 2007). To se tumači pod utjecajem ciljnog postignuća (tj. subjektivno značenje uspjeha) koji pruža okvir za interpretiranje informacija povezanih sa izvedbom (Treasure i sur., 2001). Varijacije ponašanja nisu samo manifestacija visoke ili niske motivacije same po sebi, ali su isto tako izraz različitih percepcija o tome što je potrebno učiniti da bi se postigao uspjeh. S tim u vezi, pretpostavlja se kako percipirana uspješnost ovisi o individualnom shvaćanju sposobnosti i povezana je s ciljevima postignuća (Barić, 2007).

Prema teoriji ciljnog postignuća, pojedinac može razumjeti ponašanje postignuća samo u terminima stečene sposobnosti. Nicholls tvrdi da se dvije koncepcije sposobnosti pojavljuju u kontekstu postignuća: nediferencirani koncept sposobnosti (ovi pojedinci ne razlikuju sposobnost od napora) i diferencirani koncept sposobnosti (sposobnost i napor se razlikuju) (Roberts, 1993, 2001).

Dva koncepta (sposobnost i uspjeh) izgrađuju temelj za postavljanje pojedinačnog kriterija za definiranje uspjeha i odražavaju temeljne elemente konstrukta ciljne usmjerenosti. Glavni konstrukti izvedeni iz teorije ciljnog postignuća su ciljne perspektive, npr. dispozicijska i situacijska. U skladu s tim, dispozicijska perspektiva obuhvaća ciljne usmjerenosti i ciljna stanja (uključenosti), dok situacijska ciljna perspektiva obuhvaća dvije vrste motivacijske

klime (*task* i *ego*). Empirijski nalazi sugeriraju važnost motivacijske klime za obrazac ponašanja pojedinog sportaša.

U skladu s tim, *ego* orijentacija je u usporedbi s orijentacijom na učenje ili orijentacijom na zadatak praćena nižom upornošću, nižom razinom zadovoljstva, nižom percipiranom kompetentnošću, manjom intrinzičnom motivacijom i tendencijom odabira subjektivno manje teškog zadatka (VanYperen i Van de Vliert, 2001). Nadalje, pretpostavlja se kako visoko *ego* orijentirani sportaši objašnjavaju svoj neuspjeh atribuirajući (pripisujući) ga vanjskim faktorima koji su izvan mogućnosti kontrole (Duda, 1992; Farr, Hofmann i Ringenbach, 1993). Navedeni obrazac atribucija može imati negativan utjecaj na motivaciju, buduću orijentaciju i samopoštovanje (VanYperen i Van de Vliert, 2001).

Istraživanja pokazuju da motivacijska klima ciljne usmjerenosti na savladavanje vještina ili na zadatak potiče više adaptivnih motivacijskih obrazaca, kao što su pozitivni stavovi, povećano ulaganje napora i učinkovite strategije učenja. Naprotiv, motivacijska klima usmjerenosti na ishod povezana je s manje adaptivnim motivacijskim obrascima, kao što su slaba ustrajnost, smanjeno ulaganje napora i pripisivanje neuspjeha (slabim) sposobnostima (Ntoumanis i Biddle, 1998).

Istraživači ističu da motivacijska klima utječe na vrste ciljnog postignuća koje natjecatelji usvajaju: motivacijsku klimu usmjerenu na zadatak povezuje se s ciljevima temeljenim na zadatku, dok se klima usmjerena na rezultat povezuje s ciljevima temeljenim na ishodu (Duda i Hall, 2001). Stoga, treneri, učitelji i voditelji vježbanja imaju važnu ulogu u stvaranju motivacije kroz psihološku klimu koju kreiraju (Weinberg i Gould, 2003).

Prema teorijskim postavkama i njihovoj potvrdi u praksi, moguće je formulirati preporuke za poticanje motivacije kako bi se pomoglo ljudima da ostvare svoje kapacitete i potencijale, što je primarna svrha teorije ciljnog postignuća (Nicholls, 1989; Duda, 2001).

Istraživački nalazi pokazuju da je ciljna usmjerenost na zadatak pozitivno korelirana s motivacijskom klimom usmjerenom prema savladavanju vještina (Roberts, 1993; Treasure, 2001; Duda, 2001). Prema ranijim istraživanjima, proizašlim iz interakcionističke perspektive, klima usmjerena na savladavanje vještina, kao i ciljna usmjerenost na zadatak pozitivno su povezane s intrinzičnom motivacijom (Newton i Duda, 1999). Barić (2007) je potvrdila navedene empirijske nalaze, tj. da su sportaši dominantno usmjereni na zadatak i da će ako djeluju u okolini usmjerenoj na savladavanje vještina biti intrinzično motivirani za sport. Interakcionistički pristup, poštujući osnovne principe teorije postignuća (Nicholls, 1989;

Roberts, 1992, 2001), dodatno naglašava utjecaj situacijskih faktora koji također pridonose profiliranju motivacije sportaša (Treasure, 2001).

S druge strane, prema **teoriji kognitivne evaluacije** (Deci i Ryan, 1985), određeni situacijski faktori, koji djeluju u sportskom kontekstu, mogu utjecati na motivacijske odgovore sportaša. Prema **teoriji postignuća** (Nicholls, 1992; Roberts, 1992, 2001) situacijski znakovi u interakciji su s dispozicijskim odrednicama sportaša, utječu na doživljavanje sportaša u sportskom kontekstu i njihove afektivne, kognitivne i ponašajne odgovore.

Suvremena istraživanja motivacije u okviru **socijalno-kognitivnih teorija** tumače uključenost i ustrajnost u sportskoj aktivnosti, količinu i intenzitet bavljenja sportom i sportsku uspješnost kao ciljno usmjerene (Barić i Horga, 2006). S tim u vezi, Roberts, Treasure i Balague (1998) navode kako je najčešće korišten teorijski okvir za istraživanje ovog područja **teorija postignuća** koja pretpostavlja da je pojedinac biće usmjereno prema cilju koje djeluje na racionalnoj osnovi, motivirano da pokaže vlastitu kompetentnost.

Važno je istaknuti kako intrinzično motivirani sportaši nisu skloni odustajanju od aktivnosti u situacijama ponovljenih neuspjeha. Takve situacije ih pokreću na samousavršavanje (Horga, 2009). S tim u vezi, ciljna usmjerenost na zadatak, učenje i razvoj vještina, prema teoriji motivacije ciljnog postignuća, tipična je za sportaše visoke intrinzične motivacije (Duda, 2001; Treasure, 2001). Pretpostavlja se kako navedeni sportaši vjerojatno imaju visoko izražen unutarnji lokus kontrole ili unutarnji izvor organiziranog ponašanja. Takvi sportaši više uživaju u svom sportu, ulažu veću količinu napora, imaju manji broj i težinu ozljeda te su skloniji suradničkom ponašanju.

Dakle, želimo li razumjeti motivaciju sportaša u njezinim brojnim oblicima, moramo uzeti u obzir neke motivacijske koncepte koji su ključni u sportskom kontekstu. Ti koncepti su: ciljevi postignuća pojedinca, percepcija odgovarajuće koncepcije sposobnosti, percepcija situacijskih čimbenika, trenerovo rukovodeće ponašanje i motivacijska klima u kontekstu postignuća (Vallerand, Deci i Ryan, 1987; Ames, 1992; Roberts, 1992; Duda, 1993, 2001). Sportaši koji su izraženo usmjereni na zadatak trebali bi pokazivati adaptivne obrasce u klimi usmjerenosti prema savladavanju vještina, a isto će se dogoditi za svakog sportaša usmjerenog na rezultat u kontekstu usmjerenosti na izvedbu i rezultat (Barić, 2007). S tim u vezi, psihološka klima u sportskoj ekipi razvija se pod utjecajem trenera (Ntoumanis i Biddle, 1999). Potrebno je istaknuti kako bi zbog utjecaja natjecateljske klime vrhunski sportaši

morali imati visoko izražena gotovo sva ciljna usmjerenja, a posebno *ego* orijentaciju (Tušak, 1997), dok bi mlađi sportaši, prije svega, trebali biti više usmjereni na zadatak.

Iz literature je vidljivo kako je ciljna usmjerenost na ishod ili ciljna usmjerenost na natjecanje dominantna među Angloamerikancima, dok se ciljna usmjerenost na učenje ili zadatak manifestira kao izraženi veliki motivacijski faktor među Kinezima, što sugerira da kulturalni utjecaji mogu imati važnu ulogu u razvoju ciljne usmjerenosti (Xiang, Lee i Solmon, 1997). Motivacijska klima može utjecati na sportaševo učenje i vježbanje košarkaške igre, na uvjerenja o uzrocima uspjeha i neuspjeha (atribucijski stil) i na njegovu ustrajnost da uspješno obavi zadatke na pojedinoj poziciji i ulozi u igri.

Tijekom procesa sportske pripreme bitno je, s gledišta socijalno-kognitivnih teoretičara, postaviti ciljeve koji se smatraju središnjim za motivaciju igrača. Prisutnost nasuprot odsutnosti ciljeva u zadanim ciklusima sportske pripreme u velikoj mjeri utječu na motivaciju sportaša. Stoga je nužno da sportaši, kao i ekspertni treneri postavljaju različite vrste ciljeva u svrhu regulacije usmjerenog ponašanja. Tako primjerice, različiti sportaši mogu različito percipirati zadatke na pojedinoj poziciji i ulozi u košarkaškoj igri. Pritom, različiti ciljevi mogu proizvesti različite obrasce misli, emocija i ponašanja kod sportaša. S tim u vezi, ciljevi mogu biti uzrok onog što tumačimo kao različite stilove ličnosti (Cervone i Pervin, 2008). Postoje određene razlike između vrsta ciljeva, a posebno vrijedna razlika tiče se ciljeva učenja i ciljeva ishoda (Pervin, Cervone i John, 2008). Tako sportaši s ciljevima učenja i sportaši s ciljevima ishoda imaju vrlo različite doživljaje pri izvođenju zadatka, posebno ako sumnjaju u svoje sposobnosti ili dožive neuspjeh. Vjerojatno sportaši usmjereni na ciljeve ishoda i niskim uvjerenjem u svoju sposobnost (negativna shema pojma o sebi) češće izražavaju negativne emocije te vjerojatno imaju izražen motiv za izbjegavanje neuspjeha. Stoga ciljevi izvedbe mogu uzrokovati da ljudi imaju negativne misli i osjećaje koji ometaju njihovu izvedbu (Elliott i Dweck, 1988). Dakle, obrazac mišljenja može biti uzrok emocija i natjecateljske anksioznosti. Stoga u procesu sportske pripreme moguće je intervenirati promjenom obrasca mišljenja sportaša (kognitivno restrukturiranje stavova).

Pitanje zašto neki sportaši usvajaju ciljeve učenja pri izvođenju zadataka, dok drugi usvajaju ciljeve izvedbe. Koji su psihološki mehanizmi uzrok različitih ciljnih usmjerenosti? Pretpostavlja se da ljudi (sportaši) posjeduju različite **implicitne teorije** o ljudskim (sportaševim) atributima uključujući sposobnosti, i da te različite implicitne teorije pridonose različitim ciljnim usmjerenostima (Cervone i Pervin, 2008). Pervin, Cervone i John (2008) navode da su to „teorije“ jer ne uključuju samo jednostavne činjenice, već složenije ideje o

tome kako stvari djeluju. Ako je moguće promijeniti razinu motivacije te unaprijediti sposobnosti i vještine pretpostavlja se kako je regularno poticati razvoj genskog potencijala pojedinog sportaša, odnosno njegovu izvedbu i sportsko postignuće.

Zaključno, motivacija postignuća i njeni utjecaji na izvedbu i natjecateljsku uspješnost važni su za razumijevanje ponašanja sportaša i njegovih postignuća. Teorija motivacije postignuća i njene podteorije upućuju na obilježja pojedinca koji ostvaruje visoka ili niska postignuća (Weinberg i Gould, 2011). S tim u vezi, „osobe s niskim intenzitetom motiva postignuća motivirane su potrebom izbjegavanja neuspjeha i obrnuto, osobe s visokim intenzitetom motiva postignuća motivirane su potrebom postizanja uspjeha“ (Horga, 1993, str. 161). U konačnici, autorica navodi da postoje dva temeljna pokretača sportske aktivnosti (unutarnji i vanjski). Pritom, sportaši su u pravilu rukovođeni s više razloga. U skladu s tim, Horga (1993) tvrdi kako je moguće osnovne pokretače sportske aktivnosti sistematizirati s obzirom na: ishod sportske aktivnosti, atribuciju sportskog postignuća i dispozicije ličnosti.

Usporedba između koncepta osobina ličnosti i koncepta motiva

Pervin (1994a; 1994b), Fiske (1994), Funder (1994), Harlow i Cantor (1994), John i Robins (1994), McAdams (1994) i Snyder (1994) potvrdili su postojanje osnovne konceptualne razlike između osobina ličnosti i motiva (Funder, 1991; McAdams, 1995; Winter i Stewart, 1995). Winter i sur. (1998) navode kako je navedena razlika često interpretirana na način da su osobine ličnosti opisane kao kvalitete koje ljudi imaju, a motivi kao nešto što ljudi *čine* (Cantor, 1990). Za McAdamsa (1994) osobine ličnosti objašnjavaju ponašanje uključivanjem posebnih fenomena u jedan opći obrazac, a motivi objašnjavaju ponašanje sa ciljem(vima) prema kojima teži. U skladu s tim, usporedba između koncepta osobina ličnosti i koncepta motiva tema je koja zahtijeva posebnu konceptualnu raspravu o osobinama ličnosti i motivima, a to je naglašeno zbog postojanja konfuzije i konflikata u samoj definiciji i razumijevanju oba osnovna koncepta. S tim u vezi, psiholozi ličnosti osobinskog pristupa smatraju da su crte ličnosti ključni koncepti koji se nazivaju i dispozicijama (osnovnim sklonostima, tendencijama ponašanja ili reagiranja na određene načine) o kojima zaključujemo na temelju ponašanja pojedinca. Larsen i Buss (2008) navode kako postoje dva shvaćanja značenja osobina ličnosti. Prvo stajalište pretpostavlja da su osobine ličnosti interna (ili skrivena) kauzalna svojstva pojedinaca koja utječu na manifestno ponašanje. Drugo stajalište temelji se na pretpostavci da se osobine ličnosti koriste za opisivanje aspekata

nečijeg ponašanja te da uzroke u ponašanju tek treba utvrditi. Za razliku od osobina ličnosti, motiv podrazumijeva pretpostavljeno stanje organizma koje ga usmjerava prema cilju. U teoriji ličnosti, koncept koji se odnosi na motivacijske aspekte nazivamo proces koji pokreće osobu. Nadalje, sve teorije ljudske motivacije imaju dva zajednička obilježja (Larsen i Buss, 2008). Prvo, teorije ljudske motivacije pretpostavljaju da se ličnost sastoji od nekoliko generalnih motiva (engl. *general motives*) koje imaju svi ljudi ili su ih sposobni imati. Drugo, zajedničko obilježje teorije ljudske motivacije je da motivi mogu djelovati kroz mentalne procese (engl. *mental processes*) unutar ili izvan svijesti (engl. *awareness*) stvarajući intrapsihički utjecaj (engl. *intrapsyshic influence*) na ponašanje osobe (King, 1995; prema Larsen i Buss, 2014).

Važnost unutarnjih varijabli (npr. osobine ličnosti i motivacijske dimenzije) se očituje u interakciji sa situacijskim, okolinskim ili vanjskim faktorima. Osobine ličnosti i motivacijske dimenzije su faktori koje koristimo u dijagnozi ličnosti te da bismo objasnili pojedinačno ponašanje. Tako primjerice, motivacijske dimenzije nam omogućavaju objašnjenje varijabilnosti ponašanja pojedinca te individualne razlike u ponašanju (Beck, 2003), a stupanj izraženosti osobina ličnosti i motivacijskih dimenzija može ekspertnim trenerima i znanstvenicima-praktičarima biti izvor informacija na temelju kojih određuju izbor igrača za pojedine pozicije i uloge u vrhunskoj košarci. Vjerojatno obrazac rezultata, tj. stupanj izraženosti osobina ličnosti i motivacijskih dimenzija, čini najvažniji aspekt u funkcioniranju ličnosti sportaša.

Larsen i Buss (2008, str. 340) sugeriraju kako je „svaka potreba u interakciji sa raznim drugim potrebama unutar svake osobe“ te da ovo međudjelovanje čini koncept dinamičkog motiva što ukazuje na međudjelovanje raznih motiva unutar pojedinca.

Dispozicijski psiholozi, kao i motivacijski psiholozi, ističu da se sportaši međusobno razlikuju po stupnju izraženosti osobina ličnosti, kao i po tipu i jačini njihovih motiva. S tim u vezi, Muray (1938; prema Pervin, Cervone i John, 2008, str. 334) navodi kako „nasuprot osobinama ličnosti, potrebe mogu biti trenutne ili trajne i prisutne u organizmu, a da se ne iskažu ponašanja.“

Nadalje, osobine ličnosti, kao konstrukte, istraživači ličnosti opažaju kao dimenzije koje osobe imaju u različitoj mjeri, a „služe“ za opis psiholoških karakteristika na temelju kojih se ljudi (sportaši) razlikuju te koji nam mogu pomoći u objašnjavanju ponašanja pojedinca. Statistička analiza populacije pokazuje da pojedinci (sportaši) u individualnim i timskim

sportovima variraju u veličini i razini na svakoj osobini ličnosti i motivacijskoj dimenziji (Horga, 2009). Stupanj izraženosti osobina ličnosti i motivacijskih dimenzija i njihove kombinacije omogućuju važne informacije jer se pretpostavlja kako rezultati na tim psihološkim obilježjima (npr. razina Neuroticizma, *ego* orijentiranosti i motiva za izbjegavanje neuspjeha) utječu na adaptivne obrasce ponašanja, na način treniranja te u konačnici na karijeru sportaša.

Motivi su vrlo često doživljeni kao svjesne namjere i ciljevi. Većina istraživača koji proučavaju životne zadatke, osobne projekte, osobna stremljenja i trenutne brige pretpostavljaju kako ljudi mogu dati razumno precizne procjene svojih ciljeva (Canto i Zirkel, 1990). Ponekad, ipak, motivi su implicitni ili nesvjesni i nisu lako dostupni svijesti, a mogu voditi sportaševo ponašanje. Ljudi (sportaši) mogu biti nedovoljno svjesni svojih motiva jer spoznaje vezane za cilj su u stvari sheme konstruirane oko živopisnih sjećanja (Nisbett i Wilson, 1977) ili idealizirane koncepcije pojma o sebi. Ili se ljudi mogu braniti od znanja o svojim pravim motivima (Hogan, 1996). Zbog bilo kojih razloga, motivi mogu često biti implicitni, tj. nepristupačni svijesti, i zbog toga mogu biti izmjereni samo posrednim sredstvima (Greenwald i Banaji, 1995).

Što je u osnovi odnosa osobina ličnosti i motiva?

Pregledom dosadašnjih istraživanja vidljivo je kako su psiholozi ličnosti zauzeli različita stajališta prema konceptu osobina ličnosti i konceptu motiva, kao i odnosu osobina ličnosti i motiva (Winter i sur., 1998). S tim u vezi, već su Allport (1937) i Murray (1938) utjecali na psihologe ličnosti i njihovu percepciju odnosa između osobina ličnosti i motiva. Iako Allport preferira osobine ličnosti, a Murray preferira motive kao temeljne elemente ličnosti, svaki od njih je stvorio prostor za drugi koncept u svome sveukupnom konceptualnom okviru (Winter i sur., 1998). Na taj način, iako su Murrayeve (1938) „varijable ličnosti“ uključivale njegovu poznatu listu potreba, one isto uključuju brojne adverbijalne „opće osobine ličnosti ili atribute“, kao što su anksioznost i ekstracepcija/intracepcija (engl. *extraception/intraception*) (Winter i sur, 1998, str. 234). Slično, Allport razlikuje stilističke (ili ekspresivne) osobine ličnosti od dinamičkih osobina ličnosti (Pervin, 1993).

Winter i sur. (1998) navode kako postoji kontinuirani antagonizam između ovih dviju tradicija. U skladu s tim, Pervin (1989, 1994a) upućuje da su suparništvo između navedenih dviju tradicija isticali brojni istraživači ličnosti. Međutim, Winter i sur. (1998) ukazuju da je

vjerojatno današnje razdoblje povoljno za razmatranje odnosa između ova dva važna koncepta.

Također, „mnogi moderni psiholozi ličnosti ostavili su mjesto za oba koncepta (motive i osobine ličnosti) u svojim teoretskim razmatranjima i istraživanjima. Slijedeći Allportovu podjelu, Cattell razlikuje temperamentno-stilističke osobine ličnosti od dinamičkih osobina, a svaka od njih prikazuje različitu vrstu postojanosti i stoga svaka od njih zahtijeva različitu vrstu mjerenja“ (Winter i sur., 1998, str. 234). U sklopu ovog područja, Guilford (1959) je razlikovao temperament (osobine) od potreba i interesa (motiva). S druge strane, Winter (1996) je podijelio ličnost u četiri različita elementa: motive (engl. *motives*), osobine (engl. *traits*), spoznaje (engl. *cognitions*) i društveni kontekst (engl. *social context*).

S tim u vezi, vidljivo je kako su u osamdeset godina modernih istraživanja ličnosti koncepti osobina ličnosti i motiva, u pravilu, bili odvojeni, svaki od njih ograničen u svojoj teoretskoj školi.

Pervin (1994a) navodi kako je pitanje odnosa osobina ličnosti i motiva od posebne važnosti za psihologiju ličnosti. Nadalje, Winter i sur. (1998, str. 230) postavljaju brojna pitanja, kao na primjer: „Koji je sadašnji status koncepata osobina ličnosti i motiva ličnosti? Jesu li oni stvarno isti koncepti, unatoč različitim oznakama ili su stvarno različiti? Koliko se oni stvarno preklapaju? Jesu li oba potrebna za razumijevanje ličnosti i ponašanje? i Možemo li se slagati samo sa jednom?“ Pritom, autori navode kako su ova pitanja središnja pitanja u polju psihologije ličnosti. Također, Winter i sur. (1998, str. 230-231) „predlažu integrirani model zamišljen kako bi spojio osobine i motive kao komplementarne koncepte prije nego antagonističke rivale.“ Pored toga, autori navode kako su „motivi i osobine ličnosti bili shvaćeni kao različite vrste koncepata koji su upućivali na različite aspekte ličnosti i predviđali različite vrste ponašanja“ (str. 231). Isto tako, Winter i sur. (1998) analizirali su istraživačke nalaze koji sugeriraju empirijsku neovisnost motiva i osobina ličnosti.

Međutim, mnogi teoretičari osobina ličnosti shvaćaju osobine ličnosti kao one koje posjeduju motivacijske komponente ili čak da osobine ličnosti subsumiraju motive. S tim u vezi, McCrae (1994), Goldberg (1994), Hofstee (1994) i Ostendorf i Angleitner (1994) su zauzeli ovakvo stajalište, kao i mnogi drugi prije (npr. Borkenau, 1990; Read, Jones i Miller, 1990; McCrae i Costa, 1996). Stoga je Buss (1989, str. 1378) istaknuo: „Ako postoji naročito svojstvo koje se zove osobnost onda je njena jedinstvena i definirajuća karakteristika osobina ličnosti.“ U raspravi o stupnjevima i domenama ličnosti McAdams (1995) je dao snažan iskaz

kako su osobine ličnosti i motivi koncepti fundamentalno različitih razina koji služe različitim svrhama u objašnjavanju ljudskog ponašanja (Winter i sur., 1998).

Pritom, autori ukazuju da su motivi i osobine ličnosti začeti kao različite vrste koncepata koji su se odnosili na različite aspekte ličnosti i koji su predviđali različite vrste ponašanja. U tom kontekstu, autori „razvijaju svoju temeljnu hipotezu kako motivi uključuju čežnje (engl. *wishes*), želje (engl. *desires*) ili ciljeve (engl. *goals*) koji su često implicitni ili nesvjesni, budući da osobine ličnosti kanaliziraju ili usmjeravaju način na koji se motivi izražavaju u specifičnim akcijama kroz život“ (str. 231).

Isti autori „zastupali su stav da su osobine ličnosti i motivi odvojeni koncepti ili elementi ličnosti te kako svaki igra važnu, ali drukčiju ulogu u regulaciji ponašanja i životnih ishoda, i nijedan se ne može svesti na onaj drugi“ (Winter i sur. 1998, str. 246). Također, brojni psiholozi ličnosti tvrde kako će svaka sveobuhvatna konceptualizacija ličnosti morati napraviti mjesta i osobinama ličnosti i motivima kako bi postigla „makrovalidaciju centralne strukture ličnosti koja je svima cilj“ (Loevinger, 1993; prema Winter i sur., 1998, str. 246). U skladu s tim, Winter i sur. (1998) su oblikovali kratki pregled dvaju glavnih stajališta koja su bila preduvjet za ovo istraživanje.

Prvo glavno stajalište koje Winter i sur. (1998) navode je kako se motivi i osobine ličnosti mogu promatrati kao komplementarne domene znanja o ljudskoj prirodi. Također, McAdams (1995) sugerira stajalište „komplemetarnosti“ po kojem su osobine ličnosti i motivi koncepti koji se nalaze na temeljno različitim razinama koje imaju različite svrhe u objašnjavanju ljudskog ponašanja. Navedena stajališta psihologa ličnosti sugeriraju da se motivi i koncepti osobina ličnosti razmatraju zajedno jer nude analize i interpretacije ponašanja koje su mnogo suptilnije i usavršenije nego one koje koriste samo jedan od dva koncepta ili koji ih koriste zasebno. Winter i sur. (1998, str. 231) upućuju da je „njihova namjera dvostruka: (a) predložiti više integriranu i na taj način više uključenu koncepciju ličnosti i (b) pokazati vrijednosti ove koncepcije naglašavajući interaktivne efekte osobina ličnosti i motiva na životne ishode u zrelim godinama.“

Drugo glavno stajalište odnosi se na to da osobine ličnosti uključuju motive (Winter i sur., 1998). Autori pretpostavljaju da: a) motivi predstavljaju temeljne ciljeve ili želje; (b) osobine ličnosti predstavljaju psihofiziološke mehanizme, kao što je reaktivnost, pragovi i preferirane razine pobuđenosti, varijabilnost, tolerancija na podražaje, postojanost i oscilacije i c) osobine

ličnosti kanaliziraju ekspresiju (izražavanje) motiva ili ponašanja usmjerenih ka cilju, na načine koji su konzistentni s ovim mehanizmima.

Također, Winter i sur. (1998) vjeruju da je vjerojatnije da će interaktivni efekti motiva i osobina ličnosti imati veći doprinos nego proučavanje bilo koje vrste varijabli odvojeno. Sa stajališta metodologije znanstvenih istraživanja efekte osobina ličnosti i motiva je najbolje proučavati longitudinalno. Tako primjerice, koristeći se longitudinalnim podacima, Winter i sur. (1998) su pokazali na dva uzorka da dva motiva (afilijativni motiv i motiv moći ili dominacije) i jedna crta ličnosti (Ekstraverzija-Introverzija) imaju interaktivne efekte na životne situacije više nego pojedinačan efekt. Ne samo da ovi ponovljeni rezultati potkrepljuju specifičnu koncepciju crta ličnosti i motiva, nego bi trebali potaknuti i razvoj psihologije ličnosti koja je sofisticirana i otvorena u teoriji te složena i interaktivna u istraživanju. Kako je Allport istaknuo u svom eseju o psihologiji ličnosti kao znanosti, „nijedna vrata ne bi trebala biti zatvorena u proučavanju ličnosti.“ (Pervin, Cervone i John, 2008; Cervone i Pervin, 2008).

Interakcionistički pristup u empirijskim istraživanjima sportske motivacije

Gill (2000, str. 26) navodi kako „danas većina psihologa preferira interakcionistički pristup.“ Sportaševu motivaciju iz interakcionističke perspektive moguće je objasniti integrirajući uzajamne utjecaje trenerove motivacije i rukovodećeg ponašanja i sportaševe motivacije (Tušak, 1997; Barić, 2007). Motivacijska usmjerenost (npr. visoka ili niska motivacija postizanja uspjeha ili visoka ili niska motivacija izbjegavanja neuspjeha te izbor ciljeva zadatka ili ishoda), kao i motivacijska klima predstavljaju važne varijable u jednadžbi motivacije koje djeluju interaktivno uz trenerovo rukovodeće ponašanje (Tušak, 1997; Barić, 2007). Dosadašnji istraživački nalazi pokazuju povezanost između sportaševih dispozicijskih i situacijskih varijabli koje su važne za razvitak sportaševe motivacijske strukture (Weinberg i Gould, 2003). Tako primjerice, Swain i Harwood (1996; prema Barić, 2007) upućuju da su situacijske varijable glavni prediktor sportaševe ciljne usmjerenosti na ishod, dok je interakcija dispozicijskih i situacijskih varijabli najbolji prediktor sportaševe ciljne usmjerenosti na zadatak. Razumijevanje odnosa između koncepata sposobnosti, ciljnog postignuća, samoefikasnosti, atribucija i intrinzične motivacije i način na koji su ove motivacijske varijable u međusobnoj interakciji i pod kojim uvjetima utječu na sportaševe motivacijske obrasce i ishode mogu biti od velike koristi za sportsku praksu (Barić, 2007).

2. DOSADAŠNJA ISTRAŽIVANJA

Suvremene teorije ličnosti počele su se pojavljivati na prijelazu u 1990-te (McCrae i Costa, 1987; Digman, 1989; John, 1990) donoseći velike promjene u ovom polju. Istodobno sa istraživanjima ličnosti povećavao se stupanj razumijevanja strukture osobina ličnosti i motivacijskih dimenzija (Allen, Greenlees i Jones, 2013). Ipak, posljednjih 20 godina nije ostvaren značajniji napredak u odgovaranju na neka od temeljnih pitanja nastalih u ranom dvadesetom stoljeću (Allen, Greenlees i Jones, 2013). S druge strane, autori navode kako se tijekom posljednjih nekoliko godina istraživanje ličnosti počelo ponovno pojavljivati kao važno akademsko nastojanje nakon gotovo 20-godišnje pauze u istraživanju organiziranog sporta. Pritom je potrebno istaknuti da znanstvenici nisu toliko napustili istraživanje ličnosti, koliko su preusmjerili svoje interese prema više specifičnim osobinama poput anksioznosti (tjeskobe), optimizma, osobne čvrstoće (engl. *hardiness*) i mentalne snage (engl. *mental toughness*) (Vanden Auweel i sur., 2001). Ove teme su uvelike istraživane posljednjih nekoliko godina (Sindik, 2009; Gucciardi i Gordon, 2011; O'Rourke i sur., 2011), a znanstvenici su uglavnom koristili mjere specifične za kontekst (sport) da utvrde kako se sportaš ponaša tijekom natjecanja (Allen, Greenlees i Jones, 2013).

Istraživači ličnosti smatraju kako, unatoč činjenici da su mnogi znanstvenici istraživali temeljne osobine ličnosti i motivaciju u sportu, danas nedostaju istraživanja na relativno reprezentativnim uzorcima koja se bave ovim problemom sa cjelovitog stajališta (Allen, Greenlees i Jones, 2013). Pored toga, istraživanja ličnosti u području sporta nisu napredovala do razine sinteze sustavnih istraživanja (Cameron i sur., 2012; Allen, Greenlees i Jones, 2013) koja bi reducirala konfuziju u empirijskim nalazima u području sporta i ličnosti. S tim u vezi, ova studija je istraživala temeljne osobine ličnosti i motivacijske dimenzije sportaša u košarkaškoj igri. Nadalje, ispitivanje je obuhvatilo košarku kao kolektivnu sportsku igru (interakcijski sport), dobne skupine (juniori, seniori) i pozicije ili „radna mjesta" u igri (vanjski i unutarnji igrači). Stoga će se u nastavku dati prikaz nekih istraživanja ličnosti i motivacije na uzorcima sportaša.

2.1. Razlike u ličnosti prema vrsti populacije

2.1.1. Razlike između sportaša i nesportaša

Znanstvenici su u dužem vremenskom razdoblju razmatrali postoji li takva pojava kao što je sportska ličnost (Carter i Shannon, 1940; Thune, 1949). To i dalje ostaje važno pitanje budući da može pružiti vrijedne informacije o tome da li su važni odnosi (ili uspješne intervencije) dobiveni kod nesportaša primjenjivi i za uzorke sportaša (Allen, Greenlees i Jones, 2013).

Navedeni autori smatraju kako postoje istraživački nalazi koji sugeriraju da se razlike u ličnosti mogu pronaći među ljudima koji sudjeluju u organiziranom sportu i ljudima koji ne sudjeluju u organiziranom sportu. Eksplicitnije, sportaši dosljedno pokazuju višu razinu Ekstraverzije nego nesportaši (Colley, Roberts i Chipps, 1985; Egloff i Jan Gruhn, 1996; Paunonen, 2003), a u nekim studijama je primjećeno da, uz višu razinu Ekstraverzije, imaju i višu razinu Emocionalne stabilnosti (Morgan, 1980; Eysenck, Nias i Cox, 1982; Kirkcaldy, 1982a; Newcombe i Boyle, 1995; Egan i Stelmack, 2003; McKelvie, Lemieux i Stout, 2003; Shaw, Gorely i Corban, 2005) te su otvoreniji prema novim iskustvima (Hughes i sur., 2003; Kajtna i sur., 2004). S tim u vezi, Gallucci (2008) tvrdi kako se tradicionalno smatra da su sportaši visoko pozicionirani u osobini Ekstraverzija, a nisko pozicionirani u Neuroticizmu. U skladu s tim, brojni istraživački nalazi potvrđuju da sportaši imaju niže rezultate na skali Neuroticizma i anksioznosti od nesportaša (Kane, 1976; prema Cox, 2005; Daino, 1985; Shaw, Gorely i Corban, 2005; Cox, 2012).

Istraživanje koje je ispitivalo povezanost Cattellovih faktora drugoga reda (Ekstraverzija, Anksioznost, Samokontrola, Neovisnost i Nesentimentalnost) i razine dostignuća u sportu pokazalo je da sportaši koji dostignu nacionalnu razinu uspješnosti imaju više rezultate na Ekstraverziji, a niže na anksioznosti od grupe nesportaša (Williams, 1985).

Rani Cooperov pregled (1969) pokazuje da sportaši posjeduju višu motivaciju za postignućem, ali i višu razinu društvenog samopouzdanja i društvene agresivnosti nego nesportaši. U empirijskom istraživanju Gill, Dzewaltowski i Deeter (1988) su primjenili upitnik za procjenu usmjerenosti prema sportu (engl. *Sport Orientation Questionnaire*) koji su oblikovali Gill i Deeter (1988). Rezultati istraživanja su pokazali značajno veće rezultate u sva tri motiva (želja da se sudjeluje i bori za uspjeh u sportskim situacijama postignuća, želja za pobjedom u interpersonalnom sportskom natjecanju i želja za postizanjem osobnih ciljeva u sportu) kod sportaša u odnosu na nesportaše, i to osobito u motivu kompetitivnosti.

Nagađanja o razlikama između ličnosti sportaša i nesportaša navode na zaključak da ljudi biraju sudjelovati u aktivnostima koje zahtijevaju ponašanja manifestirana u njihovoj ličnosti (Allen, Greenlees i Jones, 2013).

2.1.2. Razlike između muškaraca i žena u sportu

Veliki broj meta-analiza i studija na velikim uzorcima na nesportskoj populaciji su razmatrale razlike u ličnosti između muškaraca i žena (Feingold, 1994; Costa, Terracciano i McCrae, 2001; Schmitt i sur., 2008). Opći zaključak ovih istraživanja je da, u usporedbi s muškarcima, žene tendiraju višim razinama Neuroticizma, Ekstraverzije, Ugodnosti i Savjesnosti. Nadalje, nalazi pokazuju da žene unutar sportske populacije češće pokazuju karakteristike ličnosti bliže onima muškaraca nego žene koje se ne bave sportom (Fleming, 1934; Williams, 1980).

Također, brojna istraživanja bavila su se usporedbama rezultata testova ličnosti žena i muškaraca koji sudjeluju u organiziranom sportu. Newcombe i Boyle (1995) su istraživali sportaše adolescente i utvrdili da su djevojčice više ekstravertirane i emocionalno nestabilnije nego dječaci. Neke studije provedene na odraslim sportašima također su otkrile da su žene više emocionalno nestabilne od muškaraca, ali bez vidljive razlike u Ekstraverziji (Kirkcaldy, 1982a; Colley, Roberts i Chipps, 1985).

Međutim, novija studija, koja je procjenjivala veći raspon dimenzija ličnosti, je pokazala da u usporedbi s muškarcima žene imaju više razine Neuroticizma, Ugodnosti i Savjesnosti (Allen, Greenlees i Jones, 2011).

Iz rezultatata dosadašnjih istraživanja ciljne usmjerenosti vidljivo je kako su žene više usmjerene na zadatak, a muškarci su više usmjereni na ishod u sportu (Ewing, 1981; Duda, 1986a, 1986b, 1988; Gill, 1986). Konkretno, žene vide sport kao kontekst koji promiče suradnju s drugima, dok muškarci smatraju da je glavna svrha sporta unaprijediti natjecateljski duh i naglasiti važnost pobjeđivanja pod svaku cijenu (Duda, 1989).

2.1.3. Razlike između sportaša s obzirom na vrstu sporta

Jedan od ciljeva istraživanja ličnosti u sportu je identificirati mogu li rezultati testova ličnosti razlikovati sportaše koji sudjeluju u različitim sportovima. Iako se u dijelu istraživanja pokazalo da rezultati testova ličnosti nisu bili uspješni u razlikovanju sportaša koji se natječu u jednom sportu od sportaša koji se natječu u nekom drugom sportu (Lackie, 1962; Johnson i

Morgan, 1981; O'Sullivan, Zuckerman i Kraft, 1998), ipak su uočene bitne razlike u ličnosti između sportaša koji sudjeluju u različitim vrstama sporta (Peterson, Webber i Trousdale, 1967; Schurr, Ashley i Joy, 1977; Dowd i Innes, 1981; Geron, Furst i Rotstein, 1986). Navedena istraživanja su dosljedno pokazala da sportaši koji sudjeluju u timskim sportovima imaju različita obilježja ličnosti od sportaša koji se bave nekim individualnim sportom i obično se razlikuju na facetama Ekstraverzije (ekipni sportaši pokazuju više razine Ekstraverzije) (Allen, Greenlees i Jones, 2013). Pritom, sportaši u ekipnim sportovima pokazuju više razine Ekstraverzije i niže razine Savjesnosti nego sportaši u individualnim sportovima (Eagleton, McKelvie i de Man, 2007; Nia i Besharat, 2010; Allen, Greenlees i Jones, 2011). S tim u vezi, Newcombe i Boyle (1995) navode da je vjerojatnije da će ekstravertirani pojedinci participirati u timskim sportovima. Također, empirijski nalazi pokazuju kako sportaši u visokorizičnim sportovima pokazuju više razine Ekstraverzije i niže razine Savjesnosti nego sportaši u niskorizičnim sportovima (Castanier, Le Scanff i Woodman, 2010; Coetzee, 2010; Rhea i Martin, 2010; Tok, 2011). Nadalje, Shaw, Gorely i Corban (2005) ukazuju da osobe koje se bave visokorizičnim sportovima dosežu višu razinu na skali uzbuđenja. Navedeni empirijski nalazi podupiru tvrdnju da se pomoću rezultata testova ličnosti mogu razlikovati pojedine sportske populacije i da Ekstraverzija i Savjesnost pokazuju najveću varijabilnost između uzoraka.

Sportska natjecanja uključuju mnogo komunikacije i socijalne interakcije te su zbog toga najprikladnija za ekstravertirane pojedince. To bi također moglo objasniti zašto se sportaši u timskim sportovima razlikuju od sportaša u individualnim sportovima, budući da timski sportovi podrazumijevaju veću razinu međuovisnosti i socijalne interakcije. Međutim, također je moguće da sudjelovanje u sportu, interakcije između sportašima, komunikacija i suradnja s drugima u sportskom kontekstu pomaže u poticanju razvoja poželjnih faceta ili podkomponenti Ekstraverzije.

Postoji vjerojatnost da svih pet dimenzija ličnosti imaju ulogu u razlikovanju sportaša. Snaga učinka svake od dimenzija ličnosti ostaje nepoznata, ali to će postati jasnije kada se akumulira veći broj istraživanja, a znanstvenici budu mogli primijeniti meta-analitičke tehnike da kvantitativno sintetiziraju rezultate istraživanja.

U prostoru istraživanja motivacijskih dimenzija Tušak (1997) je na uzorku od 357 sportaša, između ostalog, istraživao razlike između sportaša u individualnim i timskim sportovima. Autor navodi kako su nalazi pokazali da je generalno motivacija sportaša u individualnim i timskim sportovima prilično različita. Tako primjerice, postoje razlike između skupina u *ego*

orijentaciji, gdje sportaši u individualnim sportovima postižu više rezultate nego u timskim sportovima, te u usmjerenosti na pobjedu gdje su razlike suprotne. Nadalje, autor navodi da značajno bolje rezultate u samoučinkovitosti postižu sportaši timskih u odnosu na sportaše individualnih sportova. Također, razlike između sportaša u individualnim i timskim sportovima postoje u zadovoljstvu, i to posebno u zadovoljstvu nastupom, izvedbom i rezultatima. S tim u vezi, Maehr i Nicholls (1980) upućuju kako je veće zadovoljstvo često povezano s višom razinom samoučinkovitosti. Rezultati istraživanja Tušak (1997) su potkrijepili prethodno navedeno istraživanje jer sportaši ekipnih sportova izražavaju višu samoučinkovitost, a ujedno doživljavaju i više zadovoljstva. S druge strane, autor tvrdi kako nema značajnih razlika između sportaša u individualnim i timskim sportovima u motivaciji usmjerenoj na djelotvornost, samomotivaciji i atribuciji uspjeha te upućuje kako očekivanja uspješnosti nisu ovisna o obliku sportske grane.

2.1.4. Razlike između igrača na temelju pozicija u igri

Allen, Greenlees i Jones (2013) navode kako se samo nekolicina istraživanja bavila razlikama u ličnosti na temelju pozicija ili „radnog mjesta“ u igri. Istraživanja su obično bila usmjerena na specifična ponašanja sportaša, više nego na karakteristike ličnosti (Allen, Greenlees i Jones, 2013). Empirijski nalazi na uzorku igrača američkog nogometa su pokazali da igrači na napadačkim pozicijama imaju bolju kontrolu anksioznosti (Cox i Yoo, 1995), dok rezultati istraživanja na igračima *baseballa* sugeriraju da su igrači na napadačkim pozicijama odgovorniji (Greenwood i Simpson, 1994) od igrača na obrambenim pozicijama. Postoje dokazi da su sportaši na napadačkim pozicijama više ekstravertirani od sportaša na obrambenim pozicijama (Schurr i sur., 1984), ali osim toga i da su manje emocionalno stabilni (Kirkcaldy, 1982b). Novije istraživanje, provedeno na uzorku od 578 hokejaša, pokazuje da se napadači, obrambeni igrači i golmani ne razlikuju značajno ni u jednoj od pet temeljnih dimenzija ličnosti (Cameron i sur., 2012).

Sindik (2009) je proveo istraživanje s ciljem utvrđivanja razlika u pojedinačnim specifičnim osobinama ličnosti i percipiranoj grupnoj koheziji košarkaša seniorske dobi koji igraju na različitim pozicijama u igri. Rezultati su pokazali da nema statistički značajnih razlika između košarkaša koji igraju na različitim pozicijama u igri, niti u odnosu na dvije temeljne pozicije u momčadi (bekova i krila/centara), niti u odnosu na četiri pozicije u momčadi (prvi bek, bek šuter, nisko krilo, krilni centar/centar).

Međutim, nije bezrazložno očekivati razlike u ličnosti između igrača na različitim igračkim pozicijama s obzirom da različite pozicije često zahtijevaju različita ponašanja koja mogu biti manje ili više prikladna za osobe s određenim karakteristikama ličnosti. S tim u vezi, Cox (2012) tvrdi kako se sportaši koji igraju na različitim pozicijama mogu razlikovati u izraženosti pojedinih osobina ličnosti i motivacijskih dimenzija. Unatoč tome, trenutno ne postoji dovoljno dokaza da bi se izvukli čvrsti zaključci o tim razlikama (Allen, Greenlees i Jones, 2013).

2.1.5. Dobne razlike u ličnosti

Empirijski nalazi sugeriraju kako su osobine ličnosti stabilnije u odrasloj dobi u odnosu na djetinjstvo i adolescenciju. Opsežnom meta-analizom 152 longitudinalna istraživanja utvrđeni su koeficijenti test-retest korelacije koji iznose 0.31 u djetinjstvu, 0.54 u studentskoj dobi, 0.64 u dobi od 30 godina te 0.74 u dobi između 50 i 70 godina (Roberts i Delvecchio, 2000). Ove vrijednosti su relativno dosljedne za svaku od pet dimenzija ličnosti i podržavaju ideju da su osobine ličnosti varijabilnije u djetinjstvu i adolescenciji. Novija istraživanja potvrđuju ove rezultate, ali sugeriraju da se stabilnost dimenzija ličnosti može postići i u ranijoj odrasloj dobi (Terracciano, McCrae i Costa, 2010).

Povećanjem kronološke dobi kod ljudi povećava se i razina Ugodnosti i Savjesnosti pod utjecajem sociokulturalnih čimbenika, a smanjuje stupanj izraženosti Ekstraverzije, Neroticizma i Otvorenosti prema novim iskustvima (Helson i sur., 2002). Međutim, McCrae (2002) tvrdi da promjene u razinama osobina ličnosti nisu usko povezane s različitim iskustvima tijekom cjelokupnog života pojedinca, već da dobne razlike odražavaju intrinzičnu maturaciju. Costa i McCrae (1994) navode kako naročito osobe starije dobi imaju niže rezultate na Neuroticizmu, Ekstraverziji i Otvorenosti prema novim iskustvima te više rezultate na Ugodnosti i Savjesnosti od adolescenata i mlađih osoba u ranim dvadesetim godinama. U skladu s tim, kako ljudi stare, od adolescencije prema kraju srednje dobi, postaju ugodniji, savjesniji i emocionalno stabilniji (Caspi, Roberts i Shiner, 2005; McAdams i Olson, 2010). To načelo je poznato kao načelo sazrijevanja i prikazano je u meta-analizi 92 longitudinalna istraživanja koja su se bavila rezultatima testova ličnosti prema dobnim dekadama (Roberts, Walton i Viechtbauer, 2006). Navedena meta-analiza je pokazala da se Savjesnost postupno povećava tijekom života, Ugodnost se postupno povećava do dobi od 50 godina, ubrzano u dobi između 50 i 60 godina nakon čega stagnira, dok se Neuroticizam

postupno smanjuje do dobi od 40 godina starosti. Empirijski nalazi na sportskoj populaciji su u suglasju sa navedenim istraživanjima. S tim u vezi, Cameron i sur. (2012) su na uzorku hokejaša utvrdili kako su stariji igrači ugodniji i savjesniji u odnosu na mlađe igrače.

Navedeni istraživački nalazi o promjenama razina osobina ličnosti „suprotstavljaju se biologizmu petofaktorske teorije“ (Srivastava i sur., 2003, str. 1051; Pervin, Cervone i John, 2008). Važno je napomenuti da nisu svi ljudi pokazali ovakve razvojne obrasce, tj. neki su prolazili veće promjene od drugih (Allen, Greenlees i Jones, 2013). Čini se da su pojedinci koji pokazuju veću dosljednost u osobinama ličnosti oni koji već imaju profil ličnosti povezan sa zrelošću - niska razina Neuroticizma, visoka razina Ugodnosti i Savjesnosti (McAdams i Olson, 2010). To sugerira da razvojne promjene kod ljudi napreduju različitim brzinama, a te brzine mjenjanja mogu biti funkcija društvenih iskustava kojima su ljudi izloženi.

Potrebno je istaknuti kako razlike u stupnju izraženosti osobina ličnosti ne moraju oslikavati promjene u dobi, već mogu biti rezultat utjecaja pojedinog povijesnog razdoblja u kojem osobe žive u određenim uvjetima. Navedene potencijalne razlike u razinama osobina ličnosti mogu nastati zbog učinaka kohorte (Berk, 2010), odnosno razlike mogu biti generirane s učincima povezanim s odrastanjem tijekom različitih povijesnih razdoblja (Larsen i Buss, 2014).

Pervin, Cervone i John (2008) navode kako nalazi ipak sugeriraju da se izražavanje osobina ličnosti može promijeniti tijekom adolescencije. S tim u vezi, John i sur. (1994) navode kako u ranoj adolescenciji, kada tjelesna aktivnost i sport imaju središnju ulogu u međuljudskim odnosima, s obzirom da postoji empirijska podrška o plastičnosti živčanog sustava, realno je pretpostaviti da postoje mogućnosti za transformaciju neurobiološkog sustava zbog utjecaja trenažnog i natjecateljskog stresa (Viru, 1995). Tako primjerice, Kagan (1994) ističe kako mnoga djeca mijenjaju temperament iz inhibiranog u neinhibirani i obrnuto. Dakle, postoje različita tumačenja o stabilnosti i promjenama ličnosti. Tako primjerice, postoje istraživači koji tvrde kako je razvoj ličnosti primarno biološki određen i kontinuiran (McCrae i sur., 2000), ali i istraživači koji smatraju da dosljednost osobina ličnosti nije toliko visoka da bi se moglo tvrditi da ne postoje promjene tijekom života pojedinaca (Roberts i DelVecchio, 2000; Caspi, Roberts i Shiner, 2005; Roberts, Walton i Viechtbauer, 2006; McAdams i Olson, 2010; Terracciano, McCrae i Costa, 2010). Osim navedenih poznato je i treće stajalište koje se temelji na empirijskim nalazima koji sugeriraju da postoje promjene u stupnju izraženosti osobina ličnosti pojedinca tijekom različitih bioloških razdoblja (Asendorpf i Van Aken, 1999). Važno je istaknuti da postoje rezultati istraživanja koji ukazuju da roditeljski postupci

mogu utjecati na razvoj ličnosti te da tijekom mlađe odrasle dobi iskustva na poslu mogu biti odrednica razvoja ličnosti (Roberts, 1997; Suomi, 1999).

Tušak (1997) je istraživao razlike u motivacijskim dimenzijama između mladih (od 12 do 14 godina) i vrhunskih sportaša (od 17 do 30 godina). Empirijski nalazi su pokazali da se vrhunski od mladih sportaša razlikuju u većem broju komponenata motivacije. Nadalje, autor navodi kako su, u okviru koncepta motivacije usmjerene na djelotvornost, potvrđene razlike između vrhunskih i mladih sportaša u negativnoj motivaciji usmjerenoj na djelotvornost, koja se odražava u težnji za uspjehom pod svaku cijenu, čak i bez napornog rada, te u motivu za izbjegavanje neuspjeha na natjecanju. S druge strane, u motivu za postizanje uspjeha i motivu za postizanje dominacije nema razlika. Dakle, autor upućuje kako je negativna motivacija usmjerena na djelotvornost više svojstvena mladim sportašima koji su često nestrpljivi i žele uspjeh pod svaku cijenu, a ujedno se boje razočaranja. Nadalje, Tušak (1997) tvrdi kako su rezultati potvrdili očekivane razlike u ciljnoj usmjerenosti na zadatak (mlađi više nego vrhunski) i usmjerenosti na pobjedu (vrhunski više nego mlađi), dok su u ciljnoj usmjerenosti na rezultat razlike suprotne, jer mlađi sportaši izražavaju višu *ego* orijentaciju nego vrhunski. Isto tako, navodi kako u sklonosti natjecanju i atributima uspješnosti nema značajnih razlika između vrhunskih i mladih sportaša, dok u samomotivaciji vrhunski sportaši postižu značajno više rezultate. Nadalje, analiza poticajne motivacije pokazala je da razlike između mladih i vrhunskih sportaša postoje u velikom dijelu poticajnih sustava. S druge strane, svi vidovi zadovoljstva sportom izrazito su viši kod mladih sportaša te su u skladu s tim viša i trenutna očekivanja vlastite uspješnosti. Također, autor sugerira kako je interesantno što je i samoučinkovitost, kao jedan od glavnih kognitivnih medijatora motivacije, značajno viša kod mladih sportaša.

Takvi rezultati potvrđuju da se pojedina svojstva motivacije tijekom razvoja sportaševe karijere mijenjaju. Pritom, autor tvrdi da utjecaj razvoja sportske karijere vjerojatno zahtijeva užu usmjerenost i stvara karakteristične motive. S tim u vezi, Tušak (1997) upućuje kako treneri i/ili psiholozi motiviranju moraju pristupiti ponešto drugačije ukoliko se radi o motiviranju vrhunskih u odnosu na mlade sportaše.

2.2. Povezanost između psiholoških obilježja

2.2.1. Povezanost osobina ličnosti i motivacijskih dimenzija

Perspektiva osobina ličnosti djelomično je enigma u istraživanjima motivacije (Judge i Ilies, 2002). Winter i sur. (1998) te Cervone i Pervin (2008) navode kako je odnos osobina ličnosti i motiva od posebne važnosti za psihologiju ličnosti te kako je to područje nedovoljno istraženo. Istraživanja zajedničkih učinaka osobina ličnosti i motiva na sportsku karijeru ne postoje u području psihologije sporta vjerojatno zbog toga što takva istraživanja zahtijevaju praćenje istih sportaša kroz dulji vremenski ciklus. Međutim, empirijski nalazi pokazuju postojanje veze između osobina ličnosti i motiva. Sveobuhvatne meta-analize pokazale su da je pet temeljnih dimenzija ličnosti povezano s brojnim osobnim, međuljudskim i društvenim ponašanjima, uključujući motivaciju (Judge i Ilies, 2002).

Winter i sur. (1998) upućuju kako osobine ličnosti kanaliziraju (usmjeravaju) načine na koji se motivi izražavaju u ponašanju i životnim ishodima. Nadalje, autori navode kako univerzalna osobina (engl. *universal trait*) ličnosti Ekstraverzija-Introverzija vjerojatno kanalizira mnoge različite motive. S tim u vezi, upućuju kako se isti motiv (npr. afilijativni motiv ili motiv moći) može kanalizirati prilično različito putem Ekstraverzije ili Introverzije. Tako primjerice, istraživački nalazi pokazuju da osobe koje imaju nisku Ekstraverziju i visok motiv afilijacije tendiraju obrambenom i izbjegavajućem stavu zbog unutarnje ugroženosti i prevelike pobudljivosti (Winter i sur., 1998). Nadalje, autori smatraju da bi Ugodnost trebala biti važan moderator socijalnih motiva, kao što su afilijativni motiv i motiv moći. Također tvrde da i visoka Savjesnost može kanalizirati motivaciju postignuća u aspiracije za konvencionalnom kompetencijom i efikasnošću. To znači da osobe koje imaju visoku Savjesnost i visoki motiv za postignućem taj motiv nastoje kanalizirati kroz konvencionalnu kompetenciju (npr. naobrazba) i efikasnost u poslu. S druge strane, Winter i sur. (1998) navode da se niska Savjesnost uz visok motiv za postignućem može kanalizirati kroz varanje i nezakonite metode (Michel i Gilligan, 1964; McClelland, 1976). Nadalje, autori upućuju kako Neuroticizam nasuprot Emocionalnoj stabilnosti može dovesti do enormne razlike u načinu na koji se neki motiv izražava, npr. u kombinaciji s visokim Neuroticizmom afilijativni motiv se može povezati sa samoprocjenjenom nesretnošću, dok se u kombinaciji s niskim Neuroticizmom može povezati sa srećom. Pritom, autori pretpostavljaju da je pojedinac koji ima visoki Neuroticizam i visoki afilijativni motiv sklon samosažaljevanju.

Paspalanov (1984) je utvrdio pozitivan odnos motivacije postignuća sa Ekstraverzijom i Neuroticizmom. Međutim, Heaven (1990) je utvrdio da je motivacija postignuća pozitivno povezana s Ekstraverzijom i negativno povezana s Neuroticizmom. S tim u vezi, Gellatly (1996) je istaknuo kako su „pokušaji da se empirijski povežu karakteristike ličnosti s motivacijskim varijablama proizveli nedosljedne rezultate“ (str. 474). Nadalje, Musson, Sandal i Helmreich (2004) su utvrdili da su Ekstraverzija, Otvorenost prema novim iskustvima i Savjesnost pozitivno povezane s ovladavanjem vještinama (usmjerenost na zadatak), dok je Neuroticizam negativno povezan s ovladavanjem vještinama. Isto tako, autori su dokazali da su Otvorenost prema novim iskustvima i Ugodnost negativno povezane s kompetitivnošću. Faktorskom analizom Story i sur. (2007) su utvrdili da faktoru ekstrinzične motivacije za postignućem pripadaju želja za stjecanjem, kompetitivnost, dominacija i težnja za statusom, dok skale izvrsnosti, ovladavanja vještinama i radne etike pripadaju faktoru intrinzične motivacije za postignućem.

U novijoj studiji Hart i sur. (2007) su istraživali odnos između pet temeljnih dimenzija ličnosti i dvofaktorskog modela motivacije za postignućem na uzorku od 777 ispitanika. Autori navode da su temeljne osobine ličnosti Savjesnost, Otvorenost prema novim iskustvima i Ekstraverzija pozitivno povezane s intrinzičnom motivacijom za postignućem, dok su Ekstraverzija, Savjesnost i Neuroticizam pozitivno povezane s ekstrinzičnom motivacijom za postignućem. Nadalje, empirijski nalazi pokazuju kako je Ugodnost negativno povezana s ekstrinzičnom motivacijom za postignućem (Hart i sur., 2007). U konačnici, autori ističu kako je petofaktorski model ličnosti bolji prediktor intrinzične u usporedbi s ekstrinzičnom motivacijom.

Barrick, Mount i Strauss (1993) i Gellatly (1996) su utvrdili pozitivnu povezanost između Savjesnosti i postavljanja ciljeva. Nadalje, autori su ustanovili da Ekstraverzija ne korelira s predanošću cilju, ali korelira s razinom cilja ($r=0.19$, $p<0.05$). Također, istraživački nalazi pokazuju da je manje vjerojatno da su neurotični pojedinci ciljno usmjereni (Malouff i sur., 1990). Važno je istaknuti kako je odnos motivacije sa osobinama Ugodnost i Otvorenost prema novim iskustvima praktički neistražen (Judge i Ilies, 2002). S tim u vezi, autori pretpostavljaju kako je priroda navedenih temeljnih osobina ličnosti vjerojatno manje relevantna za motivaciju za izvedbu.

Judge i Ilies (2002) proveli su meta-analizu koja je obuhvatila 65 studija odnosa između petofaktorskog modela ličnosti i tri centralne teorije motivacije za izvedbu (teorija postavljanja ciljeva, teorija očekivanja i teorija samoučinkovitosti). Rezultati meta-analize

pokazuju kako su osobine Neuroticizam i Savjesnost najsnažnije i najkonzistentnije povezane s motivacijom za izvedbu. Pritom, Savjesnost je pozitivno povezana sa sva tri motivacijska kriterija, a Neuroticizam je negativno povezan sa svakom od navedenih teoretskih perspektiva motivacije za izvedbu. Preostale temeljne osobine ličnosti (Ekstraverzija, Otvorenost prema novim iskustvima i Ugodnost) pokazuju općenito manje korelacije s motivacijskim kriterijem, a smjer korelacija je nekonzistentan kroz kriterije. S tim u vezi, ako ličnost utječe na izvedbu najviše kroz motivaciju, a ako su Neuroticizam i Savjesnost najbolji prediktori izvedbe, onda bi navedene dvije osobine ličnosti najbolje predviđale motivaciju za izvedbu (Judge i Ilies, 2002). U konačnici, meta-analiza pokazuje kako pet temeljnih osobina ličnosti, kao skup, imaju prosječnu korelaciju od 0.49 s motivacijskim kriterijem, sugerirajući da su pet temeljnih osobina ličnosti važan izvor motivacije za izvedbu.

Winter i sur. (1998) tvrde kako je većina ponašanja višestruko determinirana pa su konkretne interakcije osobina ličnosti i motiva samo mali podskup brojnih interakcija elemenata ličnosti (osobine ličnosti, motivi, spoznaje) i ličnosti i konteksta, koje kulminiraju u životnim (sportskim) ishodima. Dakle, ponašanje je određeno interakcijom psiholoških obilježja ličnosti i okolinskih faktora.

Iz dosadašnjih istraživanja u psihologiji sporta i vježbanja i kineziologiji sporta vidljivo je da zapravo nedostaju istraživanja povezanosti između relativno stabilnog skupa osobina ličnosti i motivacijskih dimenzija kod sportaša, a posebice kod košarkaša. Pritom, istraživanja povezanosti između osobina ličnosti i motivacijskih dimenzija u interaktivnim sportovima s loptom, koja tretiraju integrirano ovaj problem, nisu provedena na reprezentativnim uzorcima (Eysenck, Nias i Cox, 1982; Shaw, Gorely i Corban, 2005; LeUnes, 2008; Gallucci, 2008).

2.2.2. Povezanost između temeljnih osobina ličnosti

Iako je pet temeljnih osobina ličnosti trebalo predstavljati ortogonalne ili nezavisne faktore, istraživanja pokazuju da su one ipak u međusobnim interkorelacijama te da pri korištenju kosokutnih rotacija interkorelacije dosežu razine značajnosti (Vukasović, Bratko i Butković, 2009). Tako primjerice, u NEO-PI-R domeni rezultati na Neuroticizmu i Savjesnosti koreliraju -0.53 (Costa i McCrae, 1992). Nadalje, budući da su pet temeljnih osobina ličnosti međusobno povezane one ne predstavljaju najvišu razinu opisa ličnosti (Becker, 1999).

Digman (1997) je proveo meta-analizu 14 studija interkorelacija pet temeljnih osobina ličnosti na uzorcima djece, adolescenata i odraslih osoba pri čemu je prosječna korelacija iznosila

0.26. Pritom je autor empirijski potkrijepio postojanje dva faktora višeg reda koje je nazvao Alfa (faktor socijalne poželjnosti) i Beta (faktor osobnog rasta i razvoja). Nadalje, faktor socijalne poželjnosti Digman (1997) je interpretirao kao apstraktan koncept više razine koji uključuje zajedničke aspekte Ugodnosti, Savjesnosti i Emocionalne stabilnosti. U skladu s tim, faktor Alfa može biti promatran kao šira kolekcija osobina ličnosti koje su socijalno poželjne, dok su Hostilnost, Neuroticizam i Nedostatak usmjerenosti (niska Savjesnost) nepoželjne osobine u bilo kojem društvu (Digman, 1997).

Također, DeYoung, Peterson i Higgins (2002) potkrijepljuju postojanje dva faktora višeg reda koje su nazvali Stabilnost i Plastičnost. S tim u vezi, temeljne dimenzije ličnosti Emocionalna stabilnost, Ugodnost i Savjesnost kod navedenih autora čine faktor Alfa/Stabilnost, dok Ekstraverzija i Otvorenost čine faktor Beta/Plastičnost. Pritom, DeYoung, Peterson i Higgins (2002) prvi faktor višeg reda Stabilnost objašnjavaju kao neurobiološki fundiranu stabilnost u emocionalnoj, motivacijskoj i socijalnoj domeni, dok drugi faktor višeg reda Plastičnost isti autori objašnjavaju kao neurobiološki utemeljenu tendenciju fleksibilnosti u ponašanju i kogniciji. Osim toga, autori povezuju oba faktora višeg reda s neurofiziološkim funkcijama predlažući uzlazno rostralan serotonergički sustav kao temelj Stabilnosti, a središnji dopaminergički sustav kao temelj Plastičnosti.

Jang i sur. (2006) također su potvrdili postojanje Alfa i Beta faktora. Nadalje, Cervone i Pervin (2008) i Vukasović, Bratko i Butković (2009) tvrde da Emocionalna stabilnost, Ugodnost i Savjesnost, koje čine Alfa faktor, odrastanjem bilježe blagi porast. Pretpostavlja se kako su navedene promjene rezultat povećanja zrelosti u odrasloj dobi pod utjecajem novih uloga i obaveza (Larsen i Buss, 2008). S druge strane, Ekstraverzija i Otvorenost prema novim iskustvima, koje čine Beta faktor, s porastom dobi bilježe blagi pad (Cervone i Pervin, 2008; Vukasović, Bratko i Butković, 2009).

U konačnici, postavlja se pitanje egzistiranja generalnog faktora ličnosti (engl. *The Big One; General Factor*). Potkrijepa za egzistiranje generalnog faktora ličnosti je povezanost između dva faktora višeg reda (Alfa/Stabilnost i Beta/Plastičnost). Tako primjerice, DeYoung, Peterson i Higgins (2002) u svojim istraživanjima potvrđuju interkorelacije u rasponu od 0.18 do 0.28 pri primjeni ortogonalnih rotacija. Također, Stankov (2005) nalazi prosječnu korelaciju između pet faktora ličnosti od 0.28.

Važno je istaknuti kako Saucier i Goldberg tumače generalni faktor ličnosti kao *Faktor evaluacije*, Stankov (2005) ga naziva *g-ličnost*, dok ga Musek (2007) interpretira kao

supradimenziju koja uključuje pozitivne nasuprot negativnim aspektima ličnosti, emocionalnosti, motivacije, zadovoljstva životom i samopoštovanja. S druge strane, Rushton, Bons i Hur (2008) objašnjavaju generalni faktor ličnosti kao heritabilnu dimenziju koja se nalazi u pozadini velikog dijela individualnih razlika.

Nadalje, Musek (2007) opisuje osobe visoko na generalnom faktoru ličnosti kao emocionalno stabilne, ugodne, savjesne, ekstravertirane i intelektualno otvorene. S druge strane, autor navodi kako se osobe nisko na generalnom faktoru ličnosti mogu opisati kao neurotične, neugodne, nesavjesne, introvertirane i zatvorenog pogleda. S tim u vezi, Vukasović, Bratko i Butković (2009) upućuju na nedorečenost psihološke interpretacije i praktičnog značenja generalnog faktora ličnosti. Također, autori tvrde kako faktori ličnosti višeg reda ne mogu zamjeniti domene na nižim razinama hijerarhije, niti umanjiti njihovu važnost.

U konačnici, Musek (2007) drži kako su unutar petofaktorskog modela najbliža zamjena za Velika dva faktora Neuroticizam predstavljajući Alfu i Ekstraverzija predstavljajući Betu. Pritom, autor sugerira kako ne smijemo zaboraviti da samo dvije dimenzije petofaktorskog modela, Neuroticizam i Ekstraverzija, objašnjavaju oko 80% varijance generalnog faktora ličnosti i u kombinaciji mogu poslužiti kao dobra aproksimacija Big One-a.

2.2.3. Povezanost motivacijskih dimenzija

Tušak (1997) je u sklopu istraživanja proveo i korelacijsku analizu između sastavnica motivacije kojom se potvrdilo postojanje nekih korelacija, posebno između kognitivnih aspekata motivacije. Pritom je autor istaknuo da se radi, prije svega, o korelacijama između samoučinkovitosti, očekivanja uspješnosti i atribucije uspjeha (npr. napor i sposobnosti) te između motivacije usmjerene na djelotvornost i odgovarajućih ciljnih usmjerenosti.

Istraživački nalazi o motivaciji u sportu pokazuju pozitivnu povezanost između ciljne usmjerenosti na zadatak i intrinzične motivacije, te upućuju na negativnu povezanost između ciljne usmjerenosti na rezultat i intrinzične motivacije (Kim, Williams i Gill, 2003; Barić, 2007).

Barić (2007) je provela istraživanje na uzorku od 577 mladih hrvatskih sportaša u dobi od 14 do 17 godina iz tri ekipna sporta (košarka, rukomet, nogomet) te je utvrdila povezanost između pozitivnih indikatora intrinzične motivacije (interes/uživanje, ulaganje napora i percipirana kompetencija) i ciljne usmjerenosti na zadatak, kao i motivacijske klime usmjerene prema savladavanju vještina, što je u skladu s ranijim istraživanjima (Duda i sur.,

1995; Newton i Duda, 1999; Etnier, Sidman i Hancock II, 2004). U skladu s tim, ciljna usmjerenost na zadatak pojačava intrinzičnu motivaciju, dok je ciljna usmjerenost na rezultat umanjuje i neutralizira (Barić, 2007). Autorica upućuje kako nalazi ove studije dodatno podupiru teoriju postignuća i teoriju kognitivne evaluacije koje podupiru argument pozitivne povezanosti između ciljne usmjerenosti na zadatak i intrinzične motivacije, smatrajući motivacijsku klimu usmjerenu prema savladavanju vještina vrstom okoline koja potiče razvoj intrinzične motivacije poželjnijim motivacijskim obrascem, osobito za mlade sportaše.

U konačnici, empirijska istraživanja o motivaciji u sportu naglašavaju dobrobiti ciljne usmjerenosti na zadatak kod sportaša, smatrajući navedeni motivacijski koncept poželjniji u usporedbi s ciljnom usmjerenosti na rezultat (Deci i Ryan, 1985; Duda, 1993; Treasure, 2001; Roberts, 2001; Barić, 2007).

Mnoge ranije studije potvrdile su pozitivnu povezanost između ciljne usmjerenosti na zadatak i nekih pokazatelja intrinzične motivacije koji se manifestiraju kao interes/uživanje, ulaganje napora (Papaioannou, 1994; Duda i sur., 1995; Newton i Duda, 1999; Etnier, Sidman i Hancock II, 2004). Ciljna usmjerenost na zadatak smatra se prediktorom pozitivnih emocionalnih ishoda u sportu (Jackson i Roberts, 1992; Grieve i sur., 1994; Georgiadis, Biddle i Auwelle, 2001), dok se ciljna usmjerenost na rezultat povezuje s neprilagođenim afektivnim odgovorima, primjerice, s većim osjećajem napetosti i pritiska, manjim uživanjem u sportu (posebno ako je popraćeno niskom orijentacijom na zadatak) i nižom intrinzičnom motivacijom (Vlachopolous i Biddle, 1997; Duda i Hall, 2001; Roberts, 2001; Biddle i sur., 2003). Ciljna usmjerenost na zadatak i na rezultat imaju malu do umjerenu povezanost s percepcijom kompetencije (Ferrer-Caja i Weiss, 2000; Spray, 2000; Kim, Williams i Gill, 2003), a veća kompetencija pozitivno utječe na intrinzičnu motivaciju (Vallerand, Deci i Ryan, 1987; Nicholls, 1992; Roberts, 2001).

2.3. Povezanost ličnosti i izvedbe u sportu

Povezanost između pet temeljnih dimenzija ličnosti i izvedbe u sportu istraživana je samo u studijama sa prigodnim uzorcima (Allen, Greenlees i Jones, 2013). Pregledom dosadašnjih istraživanja vidljivo je kako se odnos između ličnosti i sportske izvedbe istraživao pomoću različitih istraživačkih nacrta. Jedan od uobičajenih pristupa je uspoređivanje rezultata testova ličnosti sportaša niže izvedbene razine i sportaša više izvedbene razine. Iako na ovaj način osmišljena istraživanja ne mogu isključiti mogućnost da postoje i neke druge varijable koje

pridonose razlikama u izvedbi, ona ipak nude vrijedne informacije o tome kako je ličnost povezana s uspjehom u sportskoj karijeri (Allen, Greenlees, i Jones, 2013).

Sveobuhvatne meta-analize su pokazale da su pet temeljnih dimenzija ličnosti povezane s timskom izvedbom (Peeters i sur., 2006; Bell, 2007). Međutim, odnos između ličnosti i momčadske izvedbe ovisi o prirodi samog zadatka (Driskell i sur., 2006) te brojnim moderator varijablama uključujući i timsko iskustvo, timsko samopouzdanje, timsku stabilnost i razine međuovisnosti koje mogu utjecati na stupanj povezanosti između dimenzija ličnosti i momčadskog uspjeha (Bell, 2007; O'Neill i Allen, 2011; Tasa, Sears i Schat, 2011).

Dosadašnji empirijski podaci pokazuju da se od pet temeljnih osobina ličnosti kod sportaša po važnosti za uspješno bavljenje sportom ističu Neuroticizam (niži rezultati), Ekstraverzija (viši rezultati) i Savjesnost (viši rezultati) (Hagberg i sur., 1979; Ingledew, Markland i Sheppard, 2004; Eagleton, McKelvie i de Man, 2007; Gallucci, 2008). Pretpostavlja se kako se uspješna izvedba pod utjecajem trenažnog i natjecateljskog stresa može najbolje predvidjeti pomoću izražene Savjesnosti, Emocionalne stabilnosti i Ekstraverzije, kao što se i sreća u sportu vjerojatno može predvidjeti visokom Ekstraverzijom i niskim Neuroticizmom (Larsen i Buss, 2014).

Istraživanja na velikim uzorcima pokazala su bitne razlike koje upućuju da su elitni sportaši više ekstravertirani i emocionalno stabilniji nego sportaši na rekreativnoj razini (Egloff i Jan Gruhn, 1996). U novije vrijeme smatra se da sportaši koji se natječu na nacionalnim ili međunarodnim natjecanjima pokazuju niže razine Neuroticizma te više razine Savjesnosti i Ugodnosti u usporedbi sa sportašima koji se natječu na klupskim ili regionalnim natjecanjima (Allen, Greenlees i Jones, 2011). Dakle, istraživanja su pokazala kako je Stabilnost, kao faktor višeg reda, izraženija kod sportaša koji se natječu na međunarodnim u odnosu na regionalna natjecanja.

Empirijska istraživanja pokazuju kako postoje mali, ali značajni učinci između ličnosti i pokazatelja izvedbe tijekom cijele sezone (Piedmont, Hill i Blanco, 1999; Sindik, 2010).

Korist petofaktorskog modela ličnosti u predviđanju sportaševe izvedbe na nogometnim utakmicama je također evaluirana kod ženske nogometne lige studentica (Piedmont, Hill i Blanco, 1999). Pritom je osobina Savjesnost bila jedini značajan faktor za predviđanje različitih aspekata izvedbe tijekom nogometnih utakmica. S tim u vezi, savjesnije igračice su postizale više rezultate na svim pokazateljima izvedbe (rezultati, asistencije, udarci na gol i broj odigranih utakmica). Nalazi ovog rada sugeriraju kako ekspertni-treneri mogu predvidjeti

rejting igrača prema razini Savjesnosti i Neuroticizma. Više razine Neuroticizma bile su povezane s nižim trenerovim procjenama spremnosti za treniranje, nižim trenerovim procjenama sportske sposobnosti i kvalitete izvedbe. Više razine Savjesnosti bile su povezane s višim trenerovim procjenama spremnosti za treniranje, višim trenerovim procjenama kvalitete izvedbe i radne etike. Pretpostavlja se da je kombinacija niskog Neuroticizma i visoke Savjesnosti povezana s visokim postignućem u složenim sportskim aktivnostima.

Empirijski nalazi upućuju na velike učinke između ličnosti i napredovanja do elitne razine natjecanja (Aidman, 2007; Gee, Marshall i King, 2010; Martin, Malone i Hilyer, 2011).

S tim u vezi, Aidman (2007) je, koristeći Cattellov upitnik 16 faktora ličnosti, istraživao profil ličnosti elitnih juniorskih igrača vodeće momčadi Australske ragbi lige (AFL). Praćenje je imalo za cilj utvrditi da li je nakon sedam godina pojedini igrač uspio odigrati minimalno jednu sezonu u seniorskoj selekciji. Dobiveni rezultati su potvrdili da je svega 13 igrača uspjelo izboriti svoju poziciju u seniorskom natjecanju, dok je preostalih 19 završilo u nižim sustavima natjecanja ili su potpuno odustali od ragbija. U navedenom istraživanju potvrđene su značajne razlike u ličnosti između juniorskih igrača koji su prošli uspješnu tranziciju u seniorsku selekciju i onih kojima to nije uspjelo. S tim u vezi, juniorski igrači koji su prošli uspješnu tranziciju u seniorsku selekciju imali su niži rezultat na faktoru napetost (Q4), višu grupnu usmjerenost na faktoru samodovoljnost (Q2), preferenciju prema manje radikalnim/više tradicionalnim pogledima na faktoru otvorenost za promjenu (Q1) te su tendirali višoj Savjesnosti na faktoru svijest o pravilima (G) u odnosu na juniorske igrače kojima to nije uspjelo. U konačnici, Aidman (2007) sugerira da je dugoročan uspjeh u sportu dijelom funkcija ličnosti, dok kratkoročni uspjeh nije povezan s ličnošću. U skladu s navedenim, Allen, Greenlees i Jones (2013) navode kako nije iznenađujuće da je nepouzdano predviđati kratkotrajni uspjeh (pojedinačnih utakmica) na temelju rezultata testova ličnosti budući da samo jedan neočekivani događaj ili loša odluka suca mogu drastično promijeniti ishod natjecanja. Međutim, smatramo kako je realno očekivati da rezultati u upitnicima ličnosti mogu biti primjereni pokazatelj za predviđanje napredovanja do profesionalne razine. U skladu s tim, u ranijem istraživanju Morgan (1980) tvrdi da je ličnost važan prediktor uspješnog prijelaza iz juniorske u seniorsku selekciju.

Aidman i Beckerman (2001) su u istraživanju obuhvatili psihološka obilježja ličnosti: Emocionalna stabilnost, usmjerenost na postignuće, Savjesnost (npr. faceta samodisciplina), pojam o sebi (npr. samopouzdanje) i anksioznost. U istraživanju su sudjelovali igrači ragbija koji su bili podijeljeni u tri različite skupine (elitni - igrači seniori, neelitni - zamjene i

podelitni - igrači koji igraju na obje razine). Skupine su se očekivano razlikovale u varijablama - samodisciplina, težnja za postignućem i Neuroticizam. Elitni igrači su imali niže izražen Neuroticizam i više rezultate u samodisciplini (podsastavnica Savjesnosti) u odnosu na neelitne i podelitne igrače.

U novijoj studiji Cameron i sur. (2012) upućuju kako hokejaši koji igraju na natjecateljskoj razini imaju izraženiju Ekstraverziju i Neuroticizam te manje izraženu Ugodnost od onih čija je najviša razina bila nenatjecateljska. Nadalje, autori navode kako su obrambeni igrači, koji igraju na natjecateljskoj razini, savjesniji od onih čija je najviša razina bila nenatjecateljska, dok je kod golmana smjer razlika suprotan, a napadači se ne razlikuju u odnosu na razinu igre.

Nadalje, istraživanje provedeno na britanskim gimnastičarima pokazalo je kako je temeljna osobina ličnosti Savjesnost pozitivno povezana s kvalitetom sportaševe pripreme pred natjecanje te da je Emocionalna stabilnost pozitivno povezana s učinkovitim suočavanjem sa stresom za vrijeme natjecanja (Woodman i sur., 2010).

Pojedine studije su istraživale doprinos ličnosti u objašnjavanju psiholoških stanja, kao što su agresivnost (Trninić, Barančić i Nazor, 2008) i suočavanje sa stresom (Allen, Greenlees i Jones, 2011; Allen, Frings i Hunter, 2012; Kaiseler, Polman i Nicholls, 2012). Ove studije pokazuju da su sportaši s niskim razinama Ugodnosti, Ekstraverzije i/ili Emocionalne stabilnosti skloniji agresivnim ponašanjima, sportaši s niskim razinama Otvorenosti i/ili Emocionalne stabilnosti su skloniji korištenju strategije izbjegavanja suočavanja s problemima te da su sportaši s visokim razinama Savjesnosti, Ekstraverzije i/ili Emocionalne stabilnosti skloniji korištenju strategije fokusirane na suočavanje s problemima. Osim izravnih učinaka opaženih između ličnosti i ishoda na uzorcima sportaša, također su identificirani i važni moderirajući učinci (Allen, Greenlees i Jones, 2013).

Gallucci (2008) upućuje da se natjecateljske situacije u odnosu na nenatjecateljske smatraju izazovnijim, težim i zabavnijim, ali da mogu uzrokovati veću anksioznost. Nadalje, Newcombe i Boyle (1995) navode da i sportaši niskog stupnja Neuroticizma doživljavaju anksioznost u situacijama u kojima su pod pritiskom optimalne izvedbe. S tim u vezi, van Vianen i De Dreu (2001) tvrde da Neuroticizam ima aspekte anksioznosti, pa je vrlo vjerojatno da će visoki stupanj Neuroticizma i visoko stanje kognitivne anksioznosti negativno utjecati na uspješno obavljanje zadataka koji zahtijevaju selektivno odlučivanje i kompleksne motoričke reakcije. Vjerojatno je razlog takvog odnosa što izražena anksioznost-Neuroticizam ometa simultano procesiranje informacija kod sportaša što se osobito očituje u

obavljanju složenih zadataka (Horga, 2009) na pojedinoj poziciji i ulozi u igri. U skaldu s tim, Gallucci (2008) upućuje kako ljudi s visokim Neuroticizmom mogu izbjegavati natjecanje i sportske aktivnosti. U konačnici, Allen, Greenlees i Jones (2013) sugeriraju kako sportaševa sklonost da doživi anksioznost (ili pokaže otpornost ili optimizam) na sportskim natjecanjima može dati neki uvid u njegovu ličnost. Međutim, takve mjere koje su specifične za neku domenu pružaju zapravo malo podataka o sveukupnom doprinosu temeljnih osobina ličnosti ponašanju sportaša i ekipe.

Pokazalo se da su razina do koje je sportska izvedba pod utjecajem prisutnosti publike (Graydon i Murphy, 1995) te razina do koje emocije imaju pozitivan ili negativni učinak na sportsku izvedbu (Woodman i sur., 2009) moderirane (posredovane) Ekstraverzijom. S tim u vezi, Kane (1964) navodi da Ekstraverzija omogućava sportašima dobru izvedbu u prisutnosti publike. Naime, čini se da ekstravertirani sportaši (imaju nisku pobudljivost živčanog sustava) nadigravaju introvertirane sportaše (imaju visoku pobudljivost živčanog sustava) kad je publika prisutna, ali ne i kad nema publike te se čini da ljutnja ima pozitivan učinak na sportsku izvedbu, ali samo kod sportaša s visokom razinom Ekstraverzije. S tim u vezi, nalazi sugeriraju kako ekstravertima više odgovara povišena razina pobuđenosti tijekom izvedbe, dok kod introverata navedeno stanje pobuđenosti vodi lošijoj izvedbi (Gray, 1985).

Važno je istaknuti kako u individualnom i timskom sportu kad je za rješavanje situacija dopušteno malo vremena ekstraverti nadmašuju introverte (Eysenck, Nias i Cox, 1982; Gallucci, 2008; Larsen i Buss, 2008; Cox, 2012). Pritom, autori ističu različite argumente koji vode od niske razine kortikalne pobuđenosti doživljene od strane ekstraverata, do superiorne izvedbe tih pojedinaca. Među tim obilježjima su: visok prag podnošenja boli, traženje uzbuđenja, asertivnost i kompetitivnost te općenito nedostatak kortikalne kontole i inhibicije trenutnog ponašanja i neposredne reakcije. Eysenck, Nias i Cox (1982) pretpostavljaju kako se negativan odnos između izvrsnosti u sportu i anksioznosti-Neuroticizma vjerojatno temelji na kvalitetama nagonskog podražaja za anksioznost (engl. *drive stimulus qualities of anxiety*) koji ometa sportaša u izvršavanju zadanog zadatka. Interpretacija ovog odnosa složena je zbog nelinearnog odnosa između anksioznosti kao podražaja i izvedbe.

Gallucci (2008) tvrdi da su sportaši koji su visoko na dimenziji Ugodnost skloniji izbjegavanju natjecateljskih sukoba. Pritom, autor navodi da natjecanje može predstavljati oblik sukoba za visoko ugodne ljude jer pobjede uključuju poražavanje ostalih i često mogu prekinuti skladne međuljudske odnose. U skladu s tim, Eysenck, Nias i Cox (1982) navode kako uspješni sportaši imaju izraženiji Psihoticizam nego manje uspješni sportaši i nesportaši.

Autori pretpostavljaju kako se razlozi povezanosti između Psihoticizma i uspjeha u sportu vjerojatno temelje na višoj razini agresivnosti, egocentričnosti i kompetitivnosti sportaša koji su postigli viši rezultat u Psihoticizmu. S tim u vezi, moguće je da su navedena psihološka obilježja manje očita u timskim ili interaktivnim sportovima, gdje je neophodna kooperativnost, nego u individualnim sportovima. Nadalje, Eysenck, Nias i Cox (1982) tvrde da mjere stanja raspoloženja mogu čak više korelirati sa sportskom izvedbom, i općenito sportskom aktivnosti, nego što koreliraju osobine ličnosti.

Eysenck, Nias i Cox (1982) navode kako se empirijski nalazi odnosa između sporta i ličnosti mogu prihvati kao sugestija, a ne kao konačna konstatacija. Pritom, autori ističu kako ono što je točno za elitnog sportaša ne mora biti točno za manje uspješnog sportaša, kao i da zaključci koji se odnose na jednu vrstu sporta se ne moraju odnositi na drugu vrstu sporta.

Dosadašnji empirijski rezultati omogućavaju razumijevanje utjecaja ličnosti na ponašanje sportaša na natjecanju. Vjerojatno će daljnja istraživanja o moderatorskoj ulozi ličnosti biti posebno dragocjena za sportske psihologe u praksi koji osmišljavaju intervencijske programe koji ciljaju navedene psihološke konstrukte (Allen, Greenlees i Jones, 2013).

U konačnici, istraživački nalazi su pokazali da ličnost ima važnu ulogu u sportskoj izvedbi i sportskom postignuću. S tim u vezi, potrebna su daljnja istraživanja koja bi mogla dati detaljnije informacije o veličini učinaka (za svaku od pet dimenzija ličnosti) i o tome kako se ličnost odnosi prema drugim važnim čimbenicima povezanima s uspjehom u sportu.

2.4. Ličnost, sudjelovanje u sportu i tjelesnom vježbanju

Uloga ličnosti kao čimbenika sudjelovanja i ustrajavanja u vježbanju važno je područje istraživanja u sklopu psihologije vježbanja. To stoga što, ako se čimbenici ličnosti koji uvjetuju ustrajavanje u vježbanju mogu odrediti, osobe „rizične“ ličnosti mogle bi se ispitati na početku programa vježbanja i mogla bi im se pružiti odgovarajuća pažnja (Dishman, Ickes i Morgan, 1980; Howard, Cunningham i Rechnitzer, 1986; Davis i sur., 1995).

U većini istraživanja o vježbanju mjerile su se temeljne dimenzije ličnosti na temelju Eysenckovog upitnika ličnosti (Eysenck i Eysenck, 1964), Cattellovog upitnika od šesnaest faktora ličnosti (Cattell i Eber, 1964) ili Minnesota multifaznog inventara ličnosti (Hathaway i McKinley, 1948). Proučavale su se i specifične crte ličnosti poput lokusa kontrole (Rotter,

1990), samomotivacije (Dishman, Ickes i Morgan, 1980) i optimizma (Scheier i Carver, 1985).

Shaw, Gorely i Corban (2005) tvrde da će se ekstravertirani ljudi opredjeliti za onaj sport i situacije u tom sportu koje izazivaju više uzbuđenja od nekih drugih jer su okrenuti prema van te naginju impulzivnosti. Nadalje, autori navode da osobe koje imaju visoku toleranciju na bol teže sportovima u kojima je takva karakteristika potrebna, kao npr. kod kontaktnih sportova, hrvanja, karatea, ragbija i sl.

Courneya i Hellsten (1998) navode da su se prva istraživanja bavila ličnošću kao ishodom vježbanja/*fitnessa* (Weber, 1953; Tillman, 1965; Young i Ismail, 1976, 1977), dok su novije studije bile usredotočene na ličnost kao odlučujući faktor u vježbanju/*fitnessu* (Szabo, 1992; Potgieter i Venter, 1995; Yeung i Hemsley, 1997). Nadalje, navode kako se u kasnijim istraživanjima koristio jedan od dva pristupa: usporedba ličnosti neaktivnih osoba ili osoba s niskom razinom kondicije i aktivnih osoba odnosno osoba s visokom razinom kondicije (Szabo, 1992; Yeung i Hemsley, 1997) ili u predviđanju hoće li osoba ustrajati ili odustati od strukturiranog programa vježbanja (Welsh, Labbe i Delaney, 1991; Potgieter i Venter, 1995). Općenito, rezultati ovih istraživanja dosljedno su upućivali da je Neuroticizam negativno povezan, a Ekstraverzija pozitivno povezana sa sudjelovanjem i ustrajavanjem u vježbanju (Howard, Cunningham i Rechnitzer, 1986; Szabo, 1992; Potgieter i Venter, 1995; Yeung i Hemsley, 1997; Courneya i Hellsten, 1998).

U meta-analizi Rhodes i Smith (2006) su utvrdili da uključenost u tjelesnu aktivnost ima srednju pozitivnu povezanost sa Ekstraverzijom (r=0.23), srednju pozitivnu povezanost sa osobinom Savjesnost (r=0.20) i malu negativnu povezanost sa Neuroticizmom (r=0.11). Logično je pretpostaviti da dimenzije ličnosti koje predviđaju sudjelovanje u organiziranom sportu mogu odražavati i one koje predviđaju sudjelovanje u redovitoj tjelovježbi (Allen, Greenlees i Jones, 2013). Međutim, autori navode kako nije realno očekivati iste rezultate u različitim kontekstima jer se motivi koji privlače ljude ka vježbanju (npr. zdravlje) mogu razlikovati od onih motiva koji privlače ljude k organiziranom sportu (npr. natjecanje). Pritom, Allen, Greenlees i Jones (2013) upućuju kako se može očekivati da Otvorenost ima veću ulogu u predviđanju sudjelovanja u organiziranom sportu (budući da Otvorenost odražava tendenciju traženja novih i uzbudljivih iskustava), a da Savjesnost ima veću ulogu u predviđanju sudjelovanja u redovitoj tjelovježbi (budući da Savjesnost odražava tendenciju pažljivog i kompulzivnog ponašanja).

Postoje istraživački nalazi koji sugeriraju da je ličnost povezana i s participacijom u redovitoj tjelovježbi (Rhodes i Smith, 2006; Rhodes i Pfaeffli, 2012). S tim u vezi, Ingledew, Markland i Sheppard (2004) navode da su Neuroticizam, Ekstraverzija i Savjesnost važne za regulaciju ponašanja pri vježbanju.

Courneya i Hellsten (1998) su istraživanje usmjerili na proučavanje odnosa između ličnosti i ponašanja u vježbanju koristeći se petofaktorskim modelom kao polaznim okvirom za istraživanje osobina ličnosti. Empirijski nalazi sugeriraju kako su osobe koje imaju izražene dimenzije Ekstraverzije sklonije vježbati u društvu nego individualno. Osobe izražene dimenzije Ugodnost više vole rekreativne od natjecateljskih aktivnosti, a osobe izražene dimenzije Savjesnost više vole kad ih netko nadgleda te preferiraju strukturirano vježbanje u odnosu na spontane aktivnosti bez nadzora (Courneya i Hellsten, 1998). Autori zaključno upućuju kako rezultati njihove studije sugeriraju da su Ekstraverzija i Savjesnost pozitivno povezane, dok je Neuroticizam negativno povezan sa količinom vježbanja i teškoćama u održavanju redovitog vježbanja te sa ponašanjem u vježbanju. Pritom su zaključili da petofaktorski model može biti koristan okvir i za razumijevanje motivacije i sklonosti u vježbanju.

Nalazi ovog istraživanja u suglasju su s brojnom literaturom te pokazuju da su vježbači ekstravertiraniji i manje neurotični od osoba koje ne vježbaju (Howard, Cunningham i Rechnitzer, 1986; Szabo, 1992; Potgieter i Venter, 1995; Yeung i Hemsley, 1997). Glavno objašnjenje za ova otkrića obično se nalazi u Eysenckovoj teoriji ličnosti (Eysenck i Eysenck, 1991) prema kojoj pojedinci traže situacije koje su u skladu s njihovom ličnosti. Ekstravertirane osobe traže uzbuđenje i osjetilnu stimulaciju što ih navodi na aktivnosti poput sporta i vježbanja, dok pojedinci izraženog Neuroticizma imaju tendenciju izbjegavanja takvih situacija. Važnost dimenzije Savjesnost u vježbanju i ustrajavanju u vježbanju dosljedna je ranijim istraživanjima ustrajavanja u drugim zdravstvenim režimima (Christensen i Smith, 1995).

Nadalje, istraživanja su potkrijepila očekivanja kako je Neuroticizam bio jedina dimenzija ličnosti koju se moglo povezati s fizičkim izgledom (engl. *physical appearance*) i kontrolom tjelesne težine (engl. *weight control*). Ovo opažanje je u skladu s Davisom i sur. (1995) koji su otkrili da su najsnažnije korelacije između Neuroticizma i motiva za vježbanjem povezane sa slikom o tijelu (engl. *body image*) i izgledom općenito (engl. *general appearance motives)*. Davis i sur. (1995) su uočili da postoje empirijska istraživanja koja upućuje na to da je dimenzija ličnosti Neuroticizam izravno povezana s nezadovoljstvom vlastitim tijelom i

zaokupljenošću tjelesnom težinom kod oba spola te je zbog toga vjerojatno da će to biti motiv za vježbanje osobama izraženog Neuroticizma. Kako je pretpostavljeno, Ekstraverzija je bila jedina dimenzija ličnosti kod koje je motiv za vježbanje korelirao sa socijalizacijom. Pretpostavlja se da vježbanje može biti izlaz (engl. *outlet*) za takve sklonosti. Osobe s izraženom dimenzijom Savjesnosti bit će savjesne oko mnogih aspekata svojeg života uključujući fitnes i zdravlje. Samo je Otvorenost dala značajan doprinos motivu mentalnog zdravlja/oslobođenju od stresa (engl. *stress relief*), upućujući možda na to da osobe s visokom razinom dimenzije Otvorenosti proživljavaju dodatne stresove zbog svojeg nekonvencionalnog životnog stila i raznolikih životnih iskustava. Na koncu, zabava/užitak kao motiv za vježbanje karakterističan je za osobe kod kojih su izražene dimenzije Ekstraverzija i Otvorenost, a slabo izražena dimenzija Neuroticizam. Općenito, otkrića ukazuju na to da „Velikih pet" dimenzija ličnosti pomaže u razumijevanju motiva za vježbanje.

Također, Eysenck, Nias i Cox (1982) sugeriraju kako sportske aktivnosti možda mogu imati pozitivan utjecaj na ličnost, osobito u smanjenju depresivnosti i anksioznosti. Novija empirijska istraživanja pokazuju smanjenje anksioznosti (McAuley, 1994; Bartolomew i Linder, 1998; Arent i sur., 2005) i depresivnosti (Weinberg i Gould, 2003) poslije tjelesne aktivnosti. U skladu s tim, dugotrajno sudjelovanje u vježbanju umjerenog intenziteta povezano je s povećanjem samopouzdanja i samoučinkovitosti te ublažavanjem anksioznosti i depresivnosti i smanjenjem reaktivnosti na stres (McAuley, 1994). Nadalje, Larsen i Buss (2014) tvrde kako je tjelovježba u pozitivnoj korelaciji s emocionalnom dobrobiti. U skladu s tim, Weinberg i Gould (2003) navode kako su promjene u količini i distribuciji neurotransmitera (npr. norepinefrin, endorfini, serotonin) temeljni preduvjet osjećaja kompetentnosti i samoučinkovitosti.

Istraživački nalazi u prostoru proučavanja motivacije pokazali su pozitivan odnos između ciljne usmjerenosti na zadatak i kontinuiranog interesa i sudjelovanja (Duda, 1989). Također, rezultati istraživanja upućuju kako uključenost u sport može biti jedan od načina postizanja priznanja i popularnosti kod adolescenata u SAD-u (Coleman, 1961; Eitzen, 1976; Feltz, 1979; Thirer i Wright, 1985).

Beck (2003) navodi kako se porastom kronološke dobi mijenja zanimanje za sport te kako sve više ovisi o nagradama koje im donosi pojedini sport u odnosu na nagrade koje im donosi sudjelovanje u drugim vrstama aktivnosti. Autor ističe kako empirijski nalazi pokazuju da već u 12. godini dolazi do naglog smanjenja broja dječaka i djevojčica koji sudjeluju u

organiziranom sportu. Vjerojatno jedna od odrednica te pojave ima ishodište u percepciji djece prema kojoj ne dosežu prikladnu razinu ovladavanja vještinama koju bi doživjeli kao nagradu (Roberts, 1984). Nadalje, Beck (2003) tvrdi da djeca koju pojedine sportske aktivnosti privlače zbog motiva za druženjem, koji je praćen željom za uspostavljanjem i održanjem prijateljskih veza sa velikim brojem vršnjaka, duže ostaju u sportu od djece koja vjeruju da mogu postići priznanje kao dobri sportaši. Autor pretpostavlja kako stupanj u kojem se sport doživljava kao nagrada ovisi i o ciljevima koje pojedinac postavlja u pojedinoj sportskoj aktivnosti. Dakle, aspekti ličnosti koji su povezani sa percepcijom i interpretacijom onog što stvaraju sportske u odnosu na druge aktivnosti te ciljevi pojedinca mogu odrediti motivacijske procese.

Važno je istaknuti kako dobne promjene u motivaciji za sport mogu biti određene trenutnim interesima, osobnim težnjama, kao i razlikama u izraženosti osobina ličnosti djece, adolescenata ili odraslih. Tako primjerice, pojedinci koji imaju izraženu osobinu Neuroticizam mogu ocjenjivati svoje zadatke teškima, a uspjeh malo vjerojatnim. Dakako, percepcija, interpretacija i ciljevi pojedinca su ovisni o dobi, kontekstu i kulturi (Larsen i Buss, 2008). Važno je istaknuti kako se motivacija sportaša i vježbača stalno izgrađuje, razvija i mijenja pod različitim okolinskim utjecajima prisutnim tijekom sudjelovanja u sportskim aktivnostima (Lazarević, 1981; Tušak, 1997; Barić, 2007).

Zaključno se pretpostavlja da su promjene u specifičnim osobinama ličnosti i motivacijskim dimenzijama posljedica interakcije biokemijskih, fizioloških, psiholoških i sociooloških mehanizama (Shaw, Gorely i Corban, 2005). Allen, Greenlees i Jones (2013) navode kako je nužno provesti longitudinalno istraživanje da bi se utvrdilo da li ličnost izravno pridonosi sudjelovanju u organiziranom sportu i da li sudjelovanje u sportu pridonosi razvoju ličnosti. Nadalje, autori navode kako je u raspravi o tim učincima potrebno uzeti u obzir biološku osnovu ličnosti i stabilnost osobina ličnosti tijekom cjeloživotnog razvoja.

3. POLAZIŠTE NA OSNOVI DOSADAŠNJIH ISTRAŽIVANJA

Istraživanja ličnosti i motivacije u području sporta nisu napredovala do razine sinteze sustavnog istraživanja (Cameron i sur., 2012; Allen, Greenlees i Jones, 2013). Eysenck, Nias i Cox (1982) i Shaw, Gorely i Corban (2005) ukazuju da istraživanja u sportu prati neadekvatna veličina uzorka. Pregledom dosadašnjih istraživanja vidljivo je da nedostaju ispitivanja razlika u osobinama ličnosti i motivacijskim dimenzijama između sportaša juniorske i seniorske dobi te između igrača na različitim pozicijama u igri (Tušak, 1997; Tušak, Misja i Vičić, 2003; Cox, 2012). Također, Allen, Greenlees i Jones (2013) navode kako se samo nekolicina istraživanja bavila razlikama u ličnosti na temelju pozicija ili „radnog mjesta" u igri. S tim u vezi, Cox (2012) tvrdi kako se sportaši koji igraju na različitim pozicijama mogu razlikovati u izraženosti pojedinih osobina ličnosti i motivacijskih dimenzija. Međutim, trenutno ne postoji dovoljno dokaza da bi se izvukli čvrsti zaključci o tim razlikama (Allen, Greenlees i Jones, 2013).

Autori su, pregledom dosadašnjih istraživanja u području povezanosti osobina ličnosti i motivacijskih dimenzija, istaknuli kako ni generalno ne postoje sistematizirane spoznaje koje obuhvaćaju navedena psihološka obilježja. Tako primjerice, Winter i sur. (1998), Pervin, Cervone i John (2008) i Cervone i Pervin (2008) navode kako je odnos osobina ličnosti i motiva od posebne važnosti za psihologiju ličnosti te kako je to područje nedovoljno istraženo. U sklopu istraživanja Winter i sur. (1998) su postavili hipotezu da motivi uključuju želje ili ciljeve (često implicitne i nesvjesne), dok osobine ličnosti kanaliziraju načine na koji se motivi izražavaju u određenim aktivnostima kroz životni tijek. Nadalje, autori upućuju kako koncepti motiva i osobina ličnosti, promatrani zajedno, nude mogućnosti analize i interpretacije ponašanja, a koje su mnogo suptilnije i sofisticiranije u odnosu na postojeće.

Dosadašnji empirijski podaci pokazuju da se od pet temeljnih osobina ličnosti kod sportaša po važnosti za uspješno bavljenje sportom ističu Neuroticizam (niži rezultati), Ekstraverzija (viši rezultati) i Savjesnost (viši rezultati) (Ingledew, Markland i Sheppard, 2004; Eagleton, McKelvie i de Man, 2007; Gallucci, 2008). S druge strane, motivaciju u sportu i njezine korelate istraživali su Duda (1989, 1993, 2001), Duda i sur. (1992, 1995), Tušak (1997), Treasure i Roberts (1998), Duda i Hall (2001), Roberts (2001), Vallerand (2001), Treasure (2001) i Barić (2007). Međutim, s obzirom da do sada istraživanja ličnosti i motivacije kod sportaša nisu bila sustavno povezivana, postavljeni su ciljevi ovog istraživanja te u odnosu na njih i odgovarajući problemi istraživanja.

4. ZNAČAJNOST STUDIJE

Smatramo kako se značajnost studije očituje u teorijskom, znanstveno-empirijskom, kao i stručnom i praktičnom doprinosu.

Teorijski doprinos istraživanja očituje se u:

1. Provjeri metrijskih karakteristika hrvatske verzije mjernih instrumenata:
   - **Upitnika za mjerenje „Velikih pet" faktora ličnosti** (*Big Five Inventory - BFI;* Benet-Martinez i John, 1998)
   - **Upitnika sportske motivacije** (*Sport Attitudes Inventory - SAI;* Willis, 1982)
   - **Upitnika *task* i *ego* orijentacije u sportu** (*Task and ego orientation in sport questionnaire - TEOSQ;* Duda, 1989)

Znanstveni-empirijski doprinos istraživanja očituje se u:

1. Utvrđivanju razlika između igrača s obzirom na dob i pozicije u igri u osobinama ličnosti i motivacijskim dimenzijama.
2. Identifikaciji odnosa, kao i povećanju stupnja razumijevanja povezanosti između osobina ličnosti i motivacijskih dimenzija kod košarkaša.

Stručni i praktični doprinos istraživanja očituje se u:

1. Primjeni nalaza u selekcioniranju igrača.
2. Usmjeravanju igrača na pojedine pozicije i uloge u igri.
3. Upravljanju procesom sportske pripreme.
4. Oblikovanju selektivnih intervencijskih programa psihološke pripreme u odnosu na stupanj izraženosti osobina ličnosti i motivacijskih dimenzija.
5. Rezultati upitnika ličnosti mogu pomoći u identificiranju sportaša koji mogu imati lidersku ulogu (najbolji prediktor je kombinacija sljedećih varijabli: visoko izražena Ekstraverzija, Savjesnost i Emocionalna stabilnost, kao i visoko izražen motiv za postizanje uspjeha i motiv za postizanje dominacije te visoka ciljna usmjerenost na zadatak i nisko izražen motiv za izbjegavanje neuspjeha), kao i identificiranju sportaša koji su skloniji sukobima i svađama (npr. niska Ugodnost).
6. Razumijevanje ličnosti može pomoći trenerima i praktičarima identificirati sportaše koji trebaju veću podršku tijekom važnih osobnih ili karijernih promjena (Laurin, 2009).

U konačnici, istraživački nalazi trebali bi omogućiti sportskim psiholozim, kineziolozima, znanstvenicima-praktičarima i ekspertnim trenerima oblikovanje višegodišnjeg procesa sportske pripreme čiji je cilj, neovisno o tome što su temeljne osobine ličnosti prilično otporne na promjene, poticati promjene faceta osobina ličnosti te oblikovati motivacijsku strukturu igrača. Osim navedenog, nužno je poticati razvoj psiholoških značajki i mehanizama koji su u pozadini stabilnog, adaptivnog i prosocijalnog ponašanja sportaša.

5. CILJEVI, PROBLEMI I HIPOTEZE ISTRAŽIVANJA

5.1. Ciljevi istraživanja

Ciljevi ove studije su sljedeći:

1. Provjeriti metrijske karakteristike hrvatske verzije primjenjenih upitnika.
2. Utvrditi razlikuju li se igrači s obzirom na dob i pozicije u igri u osobinama ličnosti i motivacijskim dimenzijama.
3. Istražiti, odnosno identificirati, odnos između varijabli (osobina ličnosti i motivacijskih dimenzija) na cjelokupnom uzorku košarkaša.

5.2. Problemi i hipoteze istraživanja

Prvi problem: Provjeriti metrijske karakteristike korištenih mjernih instrumenata.

Hipoteza 1: Na osnovi ranije primjene mjernih instrumenata na drugim uzorcima moguće je pretpostaviti da će primjenjeni mjerni instrumenti imati zadovoljavajuće metrijske karakteristike.

Drugi problem: Razlikuju li se igrači različite dobi i pozicija u igri s obzirom na osobine ličnosti i motivacijske dimenzije?

Hipoteza 2a: Ne očekuju se značajne razlike u osobinama ličnosti i motivacijskim dimenzijama između igrača juniorske i seniorske dobi.

Hipoteza $2a_1$: Ne očekuju se značajne razlike u osobinama ličnosti i motivacijskim dimenzijama između igrača juniorske i seniorske dobi na vanjskim pozicijama.

Hipoteza $2a_2$: Ne očekuju se značajne razlike u osobinama ličnosti i motivacijskim dimenzijama između igrača juniorske i seniorske dobi na unutarnjim pozicijama.

Hipoteza 2b: Ne očekuju se značajne razlike u osobinama ličnosti i motivacijskim dimenzijama između igrača na vanjskim i unutarnjim pozicijama.

Hipoteza $2b_1$: Ne očekuju se značajne razlike u osobinama ličnosti i motivacijskim dimenzijama između igrača na vanjskim i unutarnjim pozicijama juniorske dobi.

Hipoteza $2b_2$: Ne očekuju se značajne razlike u osobinama ličnosti i motivacijskim dimenzijama između igrača na vanjskim i unutarnjim pozicijama seniorske dobi.

Treći problem: Kakav je odnos između osobina ličnosti i motivacijskih dimenzija na cjelokupnom uzorku?

Hipoteza 3a: Očekuje se pozitivna povezanost Ekstraverzije, Savjesnosti, Emocionalne stabilnosti i Otvorenosti sa motivom za postizanje uspjeha, motivom za postizanje dominacije i ciljnom orijentiranosti na zadatak.

Hipoteza 3b: Očekuje se negativna povezanost Ekstraverzije, Ugodnosti, Savjesnosti, Emocionalne stabilnosti i Otvorenosti sa motivom za izbjegavanje neuspjeha.

Hipoteza 3c: Očekuje se negativna povezanost Ekstraverzije, Ugodnosti, Savjesnosti i Emocionalne stabilnosti sa ciljnom orijentiranosti na rezultat.

Hipoteza 3d: Očekuje se pozitivna povezanost visoke Ekstraverzije i niske Ugodnosti sa motivom za postizanje dominacije.

6. METODE RADA

6.1. Uzorak ispitanika

Ukupan uzorak ispitanika u ovom istraživanju obuhvatio je 172 košarkaša juniorske i seniorske dobi. Četiri slučaja, koja su identificirana kao *outlieri,* izdvojena su iz početnog uzorka, pa je konačni uzorak uključivao 168 košarkaša, od čega 88 juniorske i 80 seniorske dobi. *Outlieri* predstavljaju ekstremne rezultate u jednom skupu podataka. Nalaze se daleko izvan normi za neku varijablu ili populaciju (Osborne i Overbay, 2004). Rohaček (1980) navodi da se u gotovo svim istraživanjima koja imaju pravilan nacrt i ispravno su provedena, uz druge valjane podatke, pojavljuje i nekoliko *outliera* ili „neprirodnih rezultata".

Poduzorak ispitanika juniorske dobi (od 16 do 18 godina, M=17.26 god., SD=0.72 god.) su činili igrači 8 juniorskih selekcija (KK „Borik-Puntamika" Zadar, KK „Brod Svjetlost" Slavonski Brod, KK „Cedevita" Zagreb, KK „Cibona" Zagreb, KK „Dubrava" Zagreb, KK „Split" Split, KK „Zadar" Zadar, KK „Zagreb" Zagreb) koje su se plasirale na poluzavršnicu prvenstva Hrvatske na kojoj je ukupno sudjelovalo 10 klubova podijeljenih u dvije skupine po pet momčadi.

Poduzorak ispitanika seniorske dobi (19 godina i stariji, M=24.83 god., SD=4.32 god.) su činili igrači 5 klubova A-1 Lige za prvaka (KK „Alkar" Sinj, KK „Cedevita" Zagreb, KK „Cibona" Zagreb, KK „Zadar" Zadar, KK „Zagreb" Zagreb) te igrači 4 kluba A-1 Lige za ostanak (KK „Brod Svjetlost" Slavonski Brod, KK „Dubrava" Zagreb, KK „Trogir" Trogir, KK „Vrijednosnice OS" Darda) što ukazuje da je ispitano više od 50% momčadi koje su sudjelovale u natjecanju.

Poduzorak košarkaša juniorske dobi sastojao se od 62 vanjska i 26 unutarnjih igrača, dok je poduzorak seniorskih košarkaša činilo 48 vanjskih i 32 unutarnja igrača. U ukupnom uzorku udio vanjskih igrača iznosio je 65% (N=110), a udio unutarnjih igrača bio je 35% (N=58). Takav odnos vanjskih i unutarnjih igrača posljedica je sastava momčadi jer se seniorska selekcija u pravilu sastoji od sedam ili osam vanjskih i četiri ili pet unutarnjih igrača, dok je u juniorskim selekcijama obično nešto veća zastupljenost vanjskih u odnosu na unutarnje igrače. Pritom, vanjske igrače (pozicije 1, 2 i 3) čine: 1 – bek organizator igre, 2 – bek-šuter i 3 – krilo. Unutarnje igrače (pozicije 4 i 5) čine: 4 – krilni centar i 5 – centar.

Uzorak se može smatrati relativno reprezentativnim za populaciju juniorskih i seniorskih hrvatskih košarkaša.

6.2. Uzorak varijabli

Osnovne varijable ovog istraživanja, uz podatke o poziciji na kojoj igraju i podatke o dobi, obuhvatile su pet osobina ličnosti i pet motivacijskih dimenzija. Osobine ličnosti koje su se procjenjivale, a koje se prema suvremenim shvaćanjima svrstavaju među temeljne osobine ličnosti, su Ekstraverzija, Ugodnost, Savjesnost, Neuroticizam i Otvorenost. Motivacijska struktura košarkaša procjenjivana je ispitivanjem motiva za postizanje uspjeha, motiva za izbjegavanje neuspjeha, motiva za postizanje dominacije te ciljne orijentiranosti na zadatak i ciljne orijentiranosti na rezultat.

6.3. Instrumenti

Ispitivanje je provedeno primjenom upitnika za procjenu "Velikih pet" temeljnih dimenzija ličnosti i dva upitnika za procjenu pet motivacijskih dimenzija, i to: Upitnika sportske motivacije te Upitnika *task* i *ego* orijentacije u sportu. Kod svih primjenjenih upitnika ispitanici su procjenjivali na skali Likertovog tipa od 5 stupnjeva koliko se pojedine tvrdnje odnose ili ne odnose na njih (od 1 - uopće se ne odnosi na mene do 5 - u potpunosti se odnosi na mene). Za ispunjavanje sva tri upitnika koji su se koristili u ovom radu bilo je potrebno približno 20 minuta.

Upitnik za mjerenje „Velikih pet" faktora ličnosti (*Big Five Inventory - BFI;* Benet-Martinez i John, 1998)

U kontekstu postojanja niza upitničkih mjera za procjenu „Velikih pet" dimenzija ličnosti u ovom istraživanju odlučili smo koristiti *Big Five Inventory* upitnik (Benet-Martinez i John, 1998) koji je konstruiran za učinkovito i brzo mjerenje temeljnih dimenzija petofaktorskog modela ličnosti (Kardum, Gračanin i Hudek-Knežević, 2008). Ovaj upitnik samoprocjene se sastoji od ukupno 44 čestice, pri čemu se ljestvica Ekstraverzije sastoji od 8 čestica, Ugodnosti od 9 čestica, Savjesnosti od 9 čestica, Neuroticizma od 8 čestica i Otvorenosti od 10 čestica. Prilikom ispunjavanja upitnika zadatak pojedinog ispitanika bio je označiti u kojoj se mjeri svaka čestica odnosi na njega.

Benet-Martinez i John (1998) navode da se na američkim i kanadskim uzorcima ispitanika koeficijent unutarnje konzistencije (Cronbach α) obično kreće od 0.75 do 0.90, s prosjekom većim od 0.80. Pritom upućuju kako test-retest pouzdanost u razmaku od 3 mjeseca iznosi od

0.80 do 0.90, s prosjekom od 0.85. U istraživanju Benet-Martinez i John (1998) provedenom na uzorku 894 studenta iz Španjolske koji su ispunjavali španjolsku verziju *BFI* koeficijent unutarnje konzistencije kreće se u rasponu od 0.66 do 0.85, dok na uzorku 711 studenata iz SAD-a koji su ispunjavali englesku verziju *BFI* Cronbachov α koeficijent se kreće u rasponu od 0.79 do 0.88. Također, autori navode kako ljestvice upitnika *BFI* visoko koreliraju s ostalim mjerama petofaktorskog modela te upućuju na njegovu valjanost.

Prethodne analize ovog upitnika na hrvatskom jeziku upućuju na njegovu valjanost (Hudek-Knežević, Krapić i Kardum, 2006; Kardum, Gračanin i Hudek-Knežević, 2006). Važno je istaknuti kako koeficijent pouzdanosti dobiven u ranijim istraživanjima pokazuje prihvatljivu pouzdanost (Cronbach α) pojedinih ljestvica na različitim uzorcima (Kardum, Hudek-Knežević i Kola, 2005; Kardum, Gračanin i Hudek-Knežević, 2006; Hudek-Knežević, Krapić i Kardum, 2006; Kardum, Gračanin i Hudek-Knežević, 2008). S tim u vezi, u istraživanju na uzorku studenata iz Hrvatske dobiveni koeficijent pouzdanosti za pripadajuće ljestvice kreće se od 0.72 do 0.82 (Kardum, Gračanin i Hudek-Knežević, 2006) te od 0.70 do 0.83 (Kardum, Gračanin i Hudek-Knežević, 2008).

U konačnici, Kardum, Gračanin i Hudek-Knežević (2008) navode da postoje 4 razloga zašto je za mjerenje osobina petofaktorskog modela ličnosti primjereno koristiti upitnik *BFI*:

1. Sastoji se od ukupno 44 čestice te je konstruiran za učinkovito i brzo mjerenje pet temeljnih dimenzija ličnosti.
2. Jednostavan je i kratak te sadržajno dobro pokriva svih pet širokih dimenzija ličnosti.
3. Ima zadovoljavajuće psihometrijske karakteristike.
4. Čestice unutar pojedinih temeljnih dimenzija pokrivaju različite facete, odnosno podsastavnice pojedinih faktora.

U skladu s navedenim, postoje praktični i teoretski razlozi za korištenje *BFI* na uzorcima sportaša hrvatskog govornog područja. Praktični razlozi proizlaze iz potrebe za kratkom i lako razumljivom mjerom „Velikih pet“ za populaciju sportaša. Iz navedenih razloga, u ovom istraživanju odlučili smo se koristiti Upitnik za mjerenje „Velikih pet“ faktora ličnosti.

Upitnik sportske motivacije (*Sport Attitudes Inventory - SAI;* Willis, 1982)

Upitnik sportske motivacije **s**astoji se od ukupno 40 čestica, a mjeri 3 glavna motiva: *MAS* - motiv za postizanje uspjeha (engl. *motive to achieve success*) koji sadrži 17 čestica, *MAF* - motiv za izbjegavanje neuspjeha (engl. *motive to avoid failure*) koji sadrži 11 čestica, *MAP* - motiv za postizanje dominacije (engl. *motive to achieve power*) koji sadrži 12 čestica.

U ranijim istraživanjima utvrđena je zadovoljavajuća pouzdanost za sve tri ljestvice Upitnika sportske motivacije procjenom unutarnje konzistencije (Willis, 1982; Tiryaki i Gödelek, 1997) i test-retest metodom kao pokazateljem stabilnosti mjerenog obilježja u vremenu (Willis, 1982). Eksplicitnije, Willis (1982) je na uzorku sportaša dobio koeficijent pouzdanosti u rasponu od 0.76 do 0.78, dok je metodom ponovljenog mjerenja (test-retest) pouzdanost bila u rasponu od 0.69 do 0.75. Isto tako, u studiji Tiryakia i Gödeleka (1997) potvrđena je dobra pouzdanost (Cronbach α) u rasponu od 0.80 do 0.82.

Upitnik *task* i *ego* orijentacije u sportu (*Task and ego orientation in sport questionnaire - TEOSQ;* Duda, 1989)

Upitnik *task* i *ego* orijentacije u sportu je jedan od najkorištenijih instrumenata u području sportske motivacije (Barić, 2007). Sastoji se od ukupno 13 čestica i sadrži dvije nezavisne ljestvice - *task* i *ego. Task* ljestvica (skala usmjerenosti na zadatak) mjeri individualnu ciljnu usmjerenost prema zadatku i usavršavanju sportskih vještina i sastavljena je od 7 čestica, dok *ego* ljestvica (skala usmjerenosti na rezultat) mjeri individualnu ciljnu usmjerenost prema superiornoj izvedbi i rezultatu i sastavljena je od 6 čestica. Navedene ciljne usmjerenosti predstavljaju ortogonalne ili međusobno nezavisne dimenzije (Duda i Whitehead, 1998; Cox, 2012).

Duda (1989) navodi kako sportsko-specifična mjera ciljne usmjerenosti na zadatak i ciljne usmjerenosti na ishod ima stabilnu faktorsku strukturu i visoku unutarnju konzistenciju koja iznosi 0.82 za *task* i 0.89 za *ego* ljestvicu. Pouzdanost i valjanost primijenjenog upitnika testirane su i potvrđene na brojnim, različitim uzorcima sportaša, studenata, učenika i osoba koji se rekreativno bave redovitom tjelesnom aktivnošću (Boyd i Callaghan, 1994; Duda i sur., 1995; Newton i Duda, 1999; Georgiadis, Biddle i Auweele, 2001; Hatzigeorgiadis i Biddle, 2002; Petherck i Weigand, 2002), kao i na ispitanicima različitih rasa i kultura (Kim i

Gill, 1997; Voight, Callaghan i Ryska, 2000; Gano-Overway i Duda, 2001; Xiang i Lee, 2002; Kim, Williams i Gill, 2003).

Također, na različitim uzorcima hrvatskih sportaša potvrđena je očekivana dvo-faktorska solucija hrvatske verzije *TEOSQ* upitnika (Barić, Cecić Erpič i Babić, 2002; Barić i Horga, 2006). Isto tako, Barić i Horga (2006) navode kako rezultati upućuju na visoku pouzdanost mjernog instrumenta koja iznosi 0.80 za *task* i 0.86 za *ego* ljestvicu na uzorku nogometaša, dok na uzorku rukometaša dobiveni koeficijent pouzdanosti iznosi 0.81 za *task* i 0.84 za *ego* ljestvicu.

6.4. Metode analize podataka

U cilju odgovora na istraživačke probleme primijenjeni su sljedeći statistički postupci:

1. Za empirijsku provjeru metrijskih karakteristika (pouzdanost i valjanost) korištenih mjernih instrumenata izračunati su koeficijenti pouzdanosti (Cronbach α) te je u svrhu provjere faktorske strukture upitnika provedena eksploratorna faktorska analiza metodom zajedničkih faktora uz ortogonalnu varimax rotaciju i Guttman-Kaiserov kriterij za određivanje značajnih faktora.

   Prije provedbe analiza u svrhu dobivanja odgovora na drugi i treći istraživački problem, provjerena je normalnost distribucija dobivenih rezultata. Budući da distribucije rezultata ispitanika za pojedine varijable ne odstupaju od normalne raspodjele, u obradi podataka korišteni su parametrijski postupci.
2. Za utvrđivanje razlika između igrača u osobinama ličnosti i motivacijskim dimenzijama, s obzirom na dob i pozicije u igri, izračunati su deskriptivni parametri za sve varijable (mjere centralne tendencije i mjere disperzije) te dvosmjerna analiza varijance i indeks veličine učinka (Cohenov d), dok je po potrebi primijenjen i *post-hoc* test (Bonferronijeva metoda).
3. Za ispitivanje odnosa između osobina ličnosti i motivacijskih dimenzija kod košarkaša korištena je kanonička korelacijska analiza.

6.5. Postupak istraživanja

Mjerenje je provedeno tijekom natjecateljskog razdoblja u sezoni 2010/2011., i to od ožujka do travnja 2011. godine. Prije mjerenja dobiven je pristanak direktora ili glavnog tajnika i trenera svakog pojedinog kluba s kojima je dogovoren i točan termin provedbe mjerenja. Mjerenje je najavljeno sportašima koji su pristali na sudjelovanje u istraživanju.

U sklopu postupka mjerenja istraživač-kineziolog i psiholog podijelili su upitnike ispitanicima i objasnili svrhu istraživanja. Nakon upute za prikladno popunjavanje upitnika, ispitanici su potaknuti da iskreno odgovaraju na postavljena pitanja. Također, naglašena je anonimnost primjene upitnika. Nadalje, ispitanicima je rečeno da mogu u bilo kojem trenutku odustati. Istraživač je istaknuo da članovi stručnog stožera neće imati pristup podacima koji budu prikupljeni. Nakon toga su sudionici započeli s ispunjavanjem upitnika. Cijeli postupak je trajao oko 25 minuta, a proces mjerenja je proveden prije treninga pojedine momčadi. Ovisno o raspoloživim prostorijama koje je pojedini košarkaški klub imao, mjerenje je provedeno u klupskoj prostoriji za sastanke ili u svlačionici.

Podaci za ovo istraživanje prikupljeni su u sklopu znanstvenog projekta br. 315-0342607-1815 pod naslovom “Dijagnostika specifičnih psihosocijalnih obilježja sportaša u sportskim igrama“, financiranom od strane Ministarstva znanosti, obrazovanja i sporta Republike Hrvatske, koji je proveden na Kineziološkom fakultetu Sveučilišta u Splitu.

7. REZULTATI

Rezultati ovog istraživanja predstavljaju pregled nalaza koji pružaju odgovore na postavljene istraživačke probleme. S tim u vezi, obrađeni podaci su opisani i prikazani tablično s ciljem preglednosti istraživačkih nalaza. Ovo poglavlje je organizirano u pet podpoglavlja. Prvo podpoglavlje obuhvaća provjeru metrijskih karakteristika korištenih mjernih instrumenata, drugo podpoglavlje uključuje pregled deskriptivnih parametara varijabli osobina ličnosti i motivacijskih dimenzija, treće podpoglavlje pokriva razlike između igrača različite dobi i pozicija u igri u osobinama ličnosti, četvrto podpoglavlje sadrži razlike između igrača različite dobi i pozicija u igri u motivacijskim dimenzijama, dok peto obuhvaća relacije između osobina ličnosti i motivacijskim dimenzija.

7.1. Metrijske karakteristike mjernih instrumenata

U ovom istraživanju prvo smo provjerili metrijske karakteristike korištenih instrumenata. S tim u vezi, u ispitivanju su uporabljena tri mjerna instrumenta, i to jedan za procjenu temeljnih osobina ličnosti (*BFI*) i dva za procjenu motivacijske strukture (*SAI* i *TEOSQ*) košarkaša. Pritom su primijenjena dva znanstvena standarda koja se primjenjuju za evaluaciju mjera ličnosti: pouzdanost i valjanost.

Pitanje o pouzdanosti mjernih instrumenata korištenih u ovom istraživanju uključuje procjenjivanje unutarnje konzistencije svake ljestvice pojedinog mjernog instrumenta kroz statistički pokazatelj koeficijent Cronbach alpha kao jedan od načina procjene pouzdanosti. S tim u vezi, različite čestice u skali koje mjere istu karakteristiku trebale bi biti međusobno korelirane. Navedeno procjenjivanje pouzdanosti skale obuhvaća proučavanje odnosa između samih čestica u jednoj vremenskoj točki. Pritom, ako čestice unutar mjernog instrumenta međusobno pozitivno koreliraju tada se za skalu kaže da ima visoku pouzdanost unutarnje konzistencije (Larsen i Buss, 2008, 2014). U skladu s navedenim, u svrhu provjere pouzdanosti izračunati su koeficijenti unutarnje konzistencije (Cronbach α) te je provedena relevantna analiza čestica za sve korištene ljestvice (Prilog I).

U drugom koraku primjenjena je faktorska analiza s ciljem utvrđivanja internalne strukture pojedinog mjernog instrumenta. Identificirane su skupine čestica koje međusobno kovariraju, tj. idu zajedno ili koreliraju, ali imaju tendenciju nekovariranja s drugim skupinama čestica. Zhu (2012) navodi da primjer teorijske ili konstruktne valjanosti mjernog instrumenta može uključivati potvrđivanje internalne strukture sukladno teoretskom konstruktu na kojem se

temelji mjerenje. Eksplicitnije, izračunata faktorska zasićenja upućuju na to koliko je varijacije u čestici "objašnjeno" faktorom te na stupanj u kojem čestica korelira ili je "zasićena" faktorom koji joj je u osnovi (Larsen i Buss, 2008, 2014).

7.1.1. Pouzdanost

Pouzdanost tipa unutarnje konzistencije (Cronbachov α koeficijent) za procjenu faktora Ekstraverzija iznosi 0.67 što je niže od 0.70 što mnogi istraživači predlažu kao minimalnu kriterijsku vrijednost za mjeru da bi se ona mogla smatrati odgovarajuće unutarnje konzistentnom (Tennenbaum, Kamata i Hayashi, 2007). Međutim, neki autori (Nunnally i Bernstein, 1994; Abell, Springer i Kamata, 2009; Milavić, 2013) smatraju da su razine konzistencije niže od 0.70 također prihvatljive ili ako mjerenje instrumentom niske konzistencije nije temelj za donošenje odluka koje će imati posljedice na osobu, ako su podaci analizirani i interpretirani na grupnoj razini i u ranim fazama istraživanja (Milavić, Grgantov i Aleksovska-Velickovska, 2013). Stoga se pouzdanost ljestvice za procjenu faktora Ekstraverzija može smatrati prihvatljivom. Ovakav kriterij prihvaćanja ljestvica koje imaju koeficijent pouzdanosti između 0.60 i 0.69 zadržat će se u ovom istraživanju za sve ljestvice. S obzirom da u ovoj studiji ljestvice nisu imale koeficijente unutarnje konzistencije od 0.59 ili niži (Tablica 4., Tablica 5. i Tablica 6.), nijednu ljestvicu nismo izostavili iz daljnjih postupaka.

Iako je pouzdanost pojedinih ljestvica nešto niža od 0.70 izbacivanjem određenih čestica koje imaju relativno nisku korelaciju s ukupnim rezultatom (te slabije faktorske saturacije) ne dobiva se značajno na pozdanosti ukupne mjere (Prilog I). Također, broj čestica na pojedinim ljestvicama relativno je mali, što može imati za posljedicu nižu pouzdanost tipa unutarnje konzistencije. Stoga se čini opravdanom odlukom formirati ukupne rezultate na pojedinim ljestvicama kao jednostavnu aditivnu linearnu kombinaciju (tj. kao zbroj) rezultata na pojedinim česticama faktora (prema teorijskim postavkama). Pojedini se koeficijenti unutarnje konzistencije mogu smatrati zadovoljavajućim, tim više što rezultati služe u istraživačke, a ne dijagnostičke i prognostičke svrhe.

U ovom istraživanju, na uzorku košarkaša juniorske i seniorske dobi koeficijenti pouzdanosti (Tablica 4.) se kreću od prihvatljivih 0.60 (Ugodnost) do dobrih 0.81 (Savjesnost). Zaključno, ako se koriste upitnici ličnosti u znanstvenim istraživanjima koeficijent pouzdanost može biti doista niži (Rosenthal i Rosnow, 1991).

Tablica 4. Koeficijenti pouzdanosti ljestvica Upitnika za mjerenje „Velikih pet“ faktora ličnosti

Osobine ličnosti	Ekstraverzija	Ugodnost	Savjesnost	Neuroticizam	Otvorenost
Cronbach α	0.67	0.60	0.81	0.68	0.72
Broj čestica	8	9	9	8	10

Procjena pouzdanost tipa unutarnje konzistencije (Cronbach α) pojedinih ljestvica **Upitnika sportske motivacije** je bila nešto niža od 0.70 (Tablica 5.). Ipak, izbacivanjem određenih čestica koje imaju relativno nisku korelaciju s ukupnim rezultatom ne dobiva se značajno na pozdanosti ukupne mjere (Prilog I). Stoga se činilo opravdanom odlukom formirati ukupne rezultate na pojedinim ljestvicama kao jednostavnu aditivnu linearnu kombinaciju. Dobiveni koeficijenti pouzdanosti se mogu smatrati zadovoljavajućima, premda je pouzdanost skale za procjenu motiva za postizanje dominacije nešto niža nego je navode rezultati nekih dosadašnjih istraživanja (Willis, 1982; Tiryaki i Gödelek, 1997).

U ovom istraživanju internalna pouzdanost tipa Cronbach alpha za ljestvice sportske motivacije varira od prihvatljivih 0.67 (motiv za postizanje dominacije) do dobrih 0.80 (motiv za izbjegavanje neuspjeha). Iz Tablice 5. je vidljivo kako broj čestica u pojedinoj ljestvici varira između maksimalnih 17 čestica (motiv za postizanje uspjeha) i minimalnih 11 čestica (motiv za izbjegavanje neuspjeha).

Tablica 5. Koeficijenti pouzdanosti ljestvica Upitnika sportske motivacije

Motivacijske dimenzije	Motiv za postizanje uspjeha	Motiv za izbjegavanje neuspjeha	Motiv za postizanje dominacije
Cronbach α	0.74	0.80	0.67
Broj čestica	17	11	12

Provedene procjene unutarnje konzistencije dviju ljestvica **Upitnika *task* i *ego* orijentacije u sportu** ukazuju na zadovoljavajuće razine pouzdanosti (Tablica 6.). Koeficijent unutarnje konzistencije Cronbach α za *task* ljestvicu iznosi 0.78, dok za *ego* ljestvicu iznosi 0.80.

Tablica 6. Koeficijenti pouzdanosti ljestvica Upitnika *task* i *ego* orijentacije u sportu

Motivacijske dimenzije	Ciljna usmjerenost na zadatak	Ciljna usmjerenost na rezultat
Cronbach α	0.78	0.80
Broj čestica	7	6

7.1.2. Valjanost

Struktura **Upitnika za mjerenje „Velikih pet“ faktora ličnosti** provjerena je korištenjem eksploratorne faktorske analize (Tablica 7.), a dobiveni rezultati dosljedno potvrđuju postojanje pet faktora koji čine osnovnu strukturu ličnosti, a saturiraju ih uglavnom očekivane čestice. Evidentno je da pojedine čestice imaju nešto niža faktorska zasićenja, dok su neke značajno saturirane s većim brojem faktora ili sadržajno pripadaju drugom faktoru. Eksplicitnije, osam čestica se projiciralo na više od jedne dimenzije, sedam čestica sadržajno pripadaju drugom faktoru, dok tri čestice nisu značajno saturirane niti jednim faktorom. Ipak, dobivena faktorska struktura u velikoj mjeri odgovara očekivanoj. Nadalje, nalazi u ovom istraživanju pokazuju da ekstrahiranih 5 faktora ukupno objašnjavaju 34.2% ukupne varijance, od čega je 8% varijance objašnjeno faktorom Savjesnost, 7.6% faktorom Otvorenost, 7% faktorom Neuroticizam, 6.5% faktorom Ekstraverzija i 5.1% faktorom Ugodnost (Tablica 7.).

Tablica 7. Faktorske struktura Upitnika za mjerenje „Velikih pet“ faktora ličnosti

ČESTICE UPITNIKA	**I**	**II**	**III**	**IV**	**V**	**h^2**
Je pričljiva.	0.05	0.16	**0.57**	-0.01	-0.15	0.37
Često kod drugih pronalazi nedostatke.	0.06	0.14	0.06	-0.14	**-0.43**	0.23
Temeljito obavlja posao.	0.21	-0.07	0.07	**0.63**	0.29	0.53
Je depresivna, tužna.	0.21	**0.48**	**-0.34**	-0.14	-0.10	0.41
Je originalna, ima nove ideje.	**0.64**	0.03	0.20	0.02	0.11	0.46
Je suzdržana.	0.02	-0.09	-0.27	-0.05	**0.50**	0.34
Je spremna je pomoći i nesebična je.	0.10	0.02	0.18	0.29	0.15	0.15
Može biti ponešto nemarna.	-0.09	0.11	0.15	**-0.59**	0.02	0.39
Je opuštena i dobro se suočava sa stresom.	0.26	**-0.57**	0.10	0.04	0.21	0.44
Je radoznala i zanimaju je brojne različite stvari.	0.27	-0.04	**0.39**	-0.09	-0.08	0.24
Je puna energije.	0.26	-0.09	**0.42**	0.21	-0.12	0.32
Započinje svađe s drugima.	0.00	**0.41**	0.04	-0.11	**-0.37**	0.32
Pouzdano obavlja poslove.	0.07	-0.19	0.17	**0.60**	**0.38**	0.58
Može biti napeta.	0.14	**0.46**	0.12	-0.15	-0.02	0.27
Je izrazito pametna i dubokoumna.	**0.47**	-0.15	-0.02	-0.01	0.00	0.25
Kod drugih stvara entuzijazam.	**0.30**	0.07	0.16	0.15	-0.02	0.14
Je blage, pomirljive prirode.	0.04	-0.02	0.00	0.06	**0.59**	0.35
Je sklona neorganiziranosti.	0.07	0.21	0.07	**-0.59**	-0.10	0.41
Je jako zabrinuta.	0.14	**0.50**	-0.24	-0.04	0.03	0.33
Je maštovita.	**0.54**	0.14	**0.44**	0.03	0.10	0.51
Je često tiha.	0.13	0.17	**-0.64**	-0.12	**0.36**	0.59
Je općenito puna povjerenja.	0.21	-0.02	0.27	0.21	0.15	0.18
Je sklona lijenosti.	0.04	0.22	-0.06	**-0.64**	0.06	0.47
Je emocionalno stabilna i lako se ne uznemirava.	0.16	**-0.32**	0.10	0.02	0.09	0.15
Je inventivna.	**0.48**	0.15	0.17	0.07	0.03	0.28
Zna što hoće i ustraje u svojim ciljevima.	**0.42**	-0.06	0.23	**0.38**	-0.15	0.40
Može biti hladna i distancirana.	**0.31**	0.12	-0.19	-0.09	-0.16	0.19
Ustraje sve dok ne završi zadatak.	0.17	0.05	0.13	**0.61**	0.08	0.42
Sklona zlovoljnosti.	0.04	**0.46**	-0.04	-0.10	**-0.42**	0.40
Cijeni umjetničke i estetske doživljaje.	**0.34**	0.09	0.12	0.23	0.16	0.22
Je ponekad plašljiva i povučena.	-0.04	**0.54**	-0.23	-0.14	0.19	0.40
Je prema gotovo svima pažljiva i ljubazna.	0.05	-0.01	0.16	0.23	**0.43**	0.27
Stvari obavlja efikasno.	**0.46**	-0.08	0.11	**0.47**	0.07	0.46
Ostaje smirena i u napetim situacijama.	**0.44**	-0.29	-0.02	0.23	-0.05	0.34
Više voli rutinske poslove.	-0.04	-0.09	0.09	-0.03	0.05	0.02
Je otvorena i društvena.	0.06	-0.08	**0.65**	0.09	0.07	0.44
Je ponekad gruba prema drugima.	0.08	**0.53**	0.08	-0.02	**-0.39**	0.44
Planira i slijedi svoje planove.	**0.37**	-0.17	0.26	**0.56**	-0.01	0.54
Se lako iznervira.	-0.10	**0.53**	0.24	-0.11	-0.20	0.40
Voli razmišljati i igrati se idejama.	**0.33**	-0.12	**0.32**	-0.05	0.26	0.29
Se zanima za umjetnost.	**0.47**	-0.02	-0.10	0.17	0.02	0.26
Voli surađivati s drugima.	0.15	-0.10	**0.41**	0.25	0.13	0.27
Se lako zbuni.	-0.13	**0.49**	0.07	-0.11	0.07	0.28
Ima profinjen ukus za umjetnost, muziku i književnost.	**0.53**	-0.07	-0.03	0.09	-0.06	0.30
Inicijalni karakteristični korijeni	3.33	3.08	2.84	3.54	2.23	
Karakteristični korijeni nakon rotacije	6.17	3.43	2.23	1.73	1.47	
Postotak objašnjene varijance (%)	7.6	7.0	6.5	8.0	5.1	
Ukupna objašnjena varijanca (%)	34.2					

Legenda: I - Otvorenost; II - Neuroticizam; III - Ekstraverzija; IV - Savjesnost; V - Ugodnost; h^2 - komunalitet

Struktura **Upitnika sportske motivacije** provjerena je korištenjem eksploratorne faktorske analize koja je izdvojila četiri značajna faktora koji nisu bili u potpunosti interpretabilni, a dio čestica je dijelio faktorska zasićenja na više faktora ili ona nisu bila značajna. Stoga je provedena faktorska analiza s ograničenjem na tri faktora koja su predložena od strane autora upitnika (Willis, 1982). Faktorska analiza s ograničenjem na tri faktora pokazuje strukturu vrlo sličnu originalnoj (Willis, 1982), ali pojedine čestice su podijelile saturacije s više faktora ili sadržajno pripadaju drugom faktoru. Ipak, činilo se opravdanije prihvatiti autorovu originalnu strukturu i provjeriti pouzdanost ljestvica. Tim više što su analize pokazale da se izbacivanjem određenih čestica ne dobiva na pouzdanosti mjernog instrumenta. Stoga su ukupni rezultati izračunati na isti način kao i kod prethodnog upitnika. Izlučena tri faktora ukupno objašnjavaju 27.5% ukupne varijance, od čega je 10.5% objašnjeno faktorom motiv za izbjegavanje neuspjeha, 9.8% faktorom motiv za postizanje uspjeha i 7.2% faktorom motiv za postizanje dominacije (Tablica 8.).

Tablica 8. Faktorska struktura Upitnika sportske motivacije

ČESTICE UPITNIKA	**I**	**II**	**III**	**h^2**
Sposoban sam potaknuti suigrače na natjecanje.	**0.41**	0.05	0.23	0.23
Pred natjecanje se ne brinem previše o tome što će se dogoditi.	**-0.38**	-0.11	0.24	0.21
Suigrači poštuju moj način rada u športu.	-0.03	-0.19	**0.54**	0.33
Noć pred takmičenje nije mi nikada teško zaspati.	-0.20	**-0.43**	0.05	0.23
Čini mi se vrijednim čvrsto trenirati ako će me zbog toga trener zapaziti.	**0.35**	-0.06	0.03	0.13
Ne volim biti vođa ekipe.	**-0.37**	0.01	**-0.34**	0.25
Više od sreće za uspjeh je potreban težak rad.	**0.33**	0.11	-0.01	0.12
Slab nastup me često povrijedi.	0.29	0.29	-0.23	0.22
Pobjeđivanje mi pričinja veliko zadovoljstvo.	**0.35**	0.01	-0.15	0.14
Drugi me vide kao čvrstog igrača.	0.01	-0.08	**0.57**	0.33
Spreman sam cijelu godinu čvrsto trenirati da bih postigao uspjeh.	**0.47**	0.02	0.24	0.28
Pred natjecanje sam nervozan i nemiran.	0.20	**0.67**	-0.06	0.50
Uživam u razmišljanju o mojim proteklim uspjesima u športu.	**0.34**	0.16	0.02	0.14
Mislim da nisam tako čvrst kao većina mojih suigrača.	-0.16	**0.46**	**-0.35**	0.36
Čini mi se da se takmičim bolje pred publikom.	0.03	-0.07	**0.41**	0.18
Suigrači uvažavaju moju sposobnost vođenja.	0.10	0.02	**0.46**	0.22
Divim se sportašima koji su spremni trenirati više od planiranoga da bi poboljšali svoje sposobnosti.	**0.47**	0.06	0.07	0.23
Mislim da sam najbolji kad se takmičim s najboljim protivnicima.	**0.37**	0.00	0.11	0.15
Naporno treniram u nadi da ću postati poznat, slavan.	0.29	**0.30**	0.24	0.24
Ako mi je nastup bio loš, teško zaspim navečer.	**0.38**	**0.36**	-0.12	0.29
Samo sportske sposobnosti i znanje me ne zadovoljavaju.	-0.07	0.21	0.04	0.05
Kad sam slab u natjecanju, to me ponekad mući nekoliko dana poslije.	**0.30**	**0.58**	-0.10	0.44
Kad odlično igram, to me oduševljava i uznemirava.	0.08	**0.47**	0.07	0.23
Suigrači se dive mojoj ustrajnosti i odlučnosti.	-0.08	0.01	**0.49**	0.24
Tik pred nastupom obično mi se grči želudac.	-0.10	**0.64**	-0.01	0.41
Moj cilj je postati savršen u športu.	**0.43**	0.10	**0.32**	0.29
Kad se takmičim sa jednakovrijednim protivnikom, češće gubim nego što pobjeđujem.	-0.25	0.12	0.00	0.08
Uznemirim se čak ako i samo razgovaram s nekim o takmičenju.	-0.26	**0.53**	0.17	0.38
Jako se trudim da budem najbolji.	**0.41**	0.05	**0.52**	0.44
Kad za vrijeme takmičenja pogriješim, treba mi neko vrijeme da se toga oslobodim.	0.05	**0.66**	-0.10	0.44
S veseljem zaboravim na šport na kraju sezone.	**-0.54**	0.05	-0.13	0.32
Uživam kad me ljudi gledaju dok nastupam.	0.27	-0.03	**0.50**	0.32
Pokušavam potaknuti druge sportaše da treniraju više.	**0.44**	0.17	0.29	0.31
Kad se takmičim, toliko sam koncentriran na takmičenje da privremeno izgubim doticaj sa stvarnošću.	0.19	0.15	0.18	0.09
Uživam u zadacima koji se drugima čine teškim.	**0.41**	-0.12	0.28	0.26
Biti dobar sportaš za mene nije bitno.	**-0.57**	0.22	0.11	0.38
Rado dajem prijedloge koji pomažu mojim suigračima u nastupu.	0.20	0.09	0.24	0.10
Kad pogriješim, to me mući do kraja nastupa.	-0.08	**0.70**	-0.06	0.50
Osjećam vrlo jaku želju da budem uspješan u športu.	**0.51**	0.03	**0.34**	0.38
Prije takmičenja teško ostajem miran.	-0.01	**0.76**	0.12	0.59
Inicijalni karakteristični korijeni	3.93	4.21	2.88	
Karakteristični korijeni nakon rotacije	4.87	4.16	1.99	
Postotak objašnjene varijance (%)	9.8	10.5	7.2	
Ukupna objašnjena varijanca (%)	27.5			

Legenda: I - motiv za postizanje uspjeha; II - motiv za izbjegavanje neuspjeha; III - motiv za postizanje dominacije; h^2 - komunalitet

Struktura **Upitnika *task* i *ego* orijentacije u sportu** provjerena je korištenjem eksploratorne faktorske analize (Tablica 9.) koja je izdvojila očekivana dva velika motivacijska faktora čija struktura potvrđuje originalnu strukturu (Duda, 1989), osim čestice 12 koja dijeli saturacije s oba faktora. Dobivena dva faktora objasnila su 40.6% ukupne varijance, od čega 20.5% faktor ciljna usmjerenost na rezultat, a 20.1% faktor ciljna usmjerenost na zadatak. Nakon daljnje analize čestica, može se zaključiti kako navedene dvije ljestvice pokazuju dobru pouzdanost tipa unutarnje konzistencije. Stoga se i za ove dvije dimenzije, konačni rezultat formirao kao jednostavna aditivna linearna kombinacija procjena na svim pripadajućim česticama.

Tablica 9. Faktorska struktura Upitnika *task* i *ego* orijentacije u sportu

ČESTICE UPITNIKA	**I**	**II**	**h^2**
Sam jedini koji može izvesti neku vještinu, tj. zadatak.	**0.77**	0.00	0.45
Naučim novu vještinu odnosno sadržaj.	0.23	**0.44**	0.28
Izvedem neki zadatak bolje nego prijatelji.	**0.70**	0.10	0.43
Naučim nešto zabavno i zanimljivo.	0.02	**0.38**	0.25
Drugi sve „pomješaju“ a ja napravim kako treba.	**0.71**	0.05	0.46
Istinski naporno radim.	0.02	**0.70**	0.43
Drugi ne mogu napraviti tako dobro kao ja.	**0.76**	0.02	0.52
Napravim nešto najbolje što znam.	0.02	**0.60**	0.35
Učim istinski naporno radeći.	-0.01	**0.72**	0.44
Sam najbolji.	**0.60**	0.17	0.37
Me ono što sam naučio potiče da još više treniram.	0.01	**0.72**	0.35
Pobjeđujem s najvećom razlikom.	0.25	**0.31**	0.17
Dobijem pravi „osjećaj“ u vještini koju učim.	0.15	**0.50**	0.33
Inicijalni karakteristični korijeni	2.66	2.61	
Karakteristični korijeni nakon rotacije	3.14	2.13	
Postotak objašnjene varijance (%)	20.5	20.1	
Ukupna objašnjena varijanca (%)	40.6		

Legenda: I - ciljna usmjerenost na rezultat; II - ciljna usmjerenost na zadatak; h^2 -komunalitet

Zaključno, evaluacija korištenih mjernih instrumenata potvrdila je da su mjere zadovoljavajuće ili dobre (pouzdanost i valjanost). Navedena dva standarda raspravljena su u kontekstu evaluiranja primjenjenih mjernih instrumenata koji uključuju metodu samoprocjene.

7.2. Deskriptivna analiza varijabli

U skladu s ciljevima rada izračunati su deskriptivni parametri za sve varijable, i to posebno za ukupan uzorak (Tablica 10.) te za sve poduzorke (Prilog II). Tako se u tablicama prikazuju vrjednosti: aritmetičke sredine (M), standardne devijacije (SD), najviša i najniža vrijednost (Min i Max), koeficijent asimetrije (Skewness, α_3) i koeficijent zakrivljenosti (Kurtosis, α_4). Za testiranje normaliteta distribucije podataka primjenjen je Kolmogorov-Smirnovljev test (K-S test).

Tablica 10. Osnovni deskriptivni i distribucijski parametri osobina ličnosti i motivacijskih dimenzija na ukupnom uzorku (N=168)

Varijable	M	M/k	SD	Min	Max	α_3	α_4	K-S test
Ekstraverzija	29.92	3.74	4.09	19.00	40.00	-.26	-.26	.08 (p<.01)
Ugodnost	32.86	3.65	3.87	20.00	44.00	-.25	.53	.07 (p<.05)
Savjesnost	29.23	3.25	4.56	15.00	39.00	-.41	.16	.08 (p<.05)
Neuroticizam	19.28	2.41	4.26	8.00	35.00	.42	.78	.08 (p<.01)
Otvorenost	34.46	3.45	4.84	21.00	48.00	.15	.41	.07 (p<.05)
Motiv za postizanje uspjeha	67.68	3.98	7.13	49.00	83.00	-.44	-.04	.07 (p<.05)
Motiv za izbjegavanje neuspjeha	33.52	3.05	6.97	15.00	53.00	.04	.33	.07 (p<.05)
Motiv za postizanje dominacije	45.26	3.77	4.86	31.00	59.00	-.23	-.08	.08 (p<.01)
Ciljna usmjerenost na rezultat	20.88	3.48	4.98	6.00	30.00	-.43	-.22	.09 (p<.01)
Ciljna usmjerenost na zadatak	30.24	4.32	3.61	20.00	35.00	-.61	-.26	.12 (p<.01)

Legenda: M - aritmetička sredina; M/k - aritmetička sredina/broj čestica; SD - standardna devijacija; Min - minimalni rezultat; Max - maksimalni rezultat; α_3 - koeficijent asimetrije; α_4 - koeficijent zakrivljenosti; K-S test - rezultati K-S testa

U Tablici 10. su prikazani osnovni deskriptivni i distribucijski parametri osobina ličnosti i motivacijskih dimenzija. Budući da se svaka ljestvica sastoji od različitog broja čestica aritmetička sredina za pojedinu ljestvicu podijeljena je sa brojem pripadajućih čestica. Aritmetičke sredine za pojedinu ljestvicu variraju između niskih 2.41 za Neuroticizam do visokih 4.32 za ciljnu usmjerenost na zadatak. S obzirom da smo pomoću korištenih ljestvica mjerili različita psihološka obilježja, rezultate na pojedinim ljestvica nije prikladno međusobno uspoređivati.

Analizirajući ukupni uzorak, blaga pozitivna asimetričnost vidljiva je kod varijabli Neuroticizam (Skewness=0.42), Otvorenost (Skewness=0.15) i motiv za izbjegavanje neuspjeha (Skewness=0.04), dok se kod preostalih varijabli uočava blaga negativna asimetričnost čije se vrijednosti koeficijenta asimetrije kreću u rasponu od -0.23 do -0.61.

Također iz Tablice 10. vidljive su i niske vrijednosti koeficijenta zakrivljenosti na ukupnom uzorku koje su vjerojatno posljedica homogenog uzorka, a kreću se u rasponu od -0.26 (Ekstraverzija) do 0.78 (Neuroticizam).

Rezultati K-S testa pokazuju da ni jedna varijabla ne odstupa značajno od normalne distribucije. Stoga smo u obradi podataka primijenili parametrijske metode.

7.3. Razlike između igrača različite dobi i pozicija u igri u osobinama ličnosti

Dispozicijska domena povezana je sa svim područjima znanja (specifični aspekti ljudske prirode) te se bavi načinima na koje se sportaši međusobno razlikuju.

U ovom istraživanju razlike između igrača s obzirom na dob i pozicije u igri u prosječnim rezultatima na pojedinim varijablama provjeravane su dvosmjernom analizom varijance i po potrebi *post-hoc* testom (Bonferronijeva metoda).

Tablica 11. Dvosmjerna analiza varijance između igrača različite dobi i pozicija u igri prema izraženosti osobina ličnosti

	Dob				Pozicija u igri				Dob x pozicija u igri
Osobine ličnosti	Juniori (N=88)	Seniori (N=80)	F	d	Vanjski (N=110)	Unutarnji (N=58)	F	d	F
	M (SD)	M (SD)			M (SD)	M (SD)			
Ekstraverzija	30.32 (4.07)	29.49 (4.09)	2.78	-	30.24 (4.12)	29.33 (3.99)	1.45	-	3.09
Ugodnost	32.30 (4.01)	33.48 (3.64)	3.06	-	32.91 (3.97)	32.76 (3.71)	0.20	-	0.32
Savjesnost	28.66 (4.99)	29.85 (3.97)	3.80	-	29.77 (4.52)	28.19 (4.47)	5.69*	0.35	0.06
Neuroticizam	20.23 (4.55)	18.24 (3.66)	5.16*	0.48	19.15 (4.47)	19.52 (3.84)	0.70	-	6.92**
Otvorenost	34.78 (4.94)	34.11 (4.72)	0.81	-	34.61 (4.82)	34.19 (4.89)	0.18	-	0.11

Legenda: M - aritmetičke sredine; SD - standardne devijacije; F - F test; d - Cohenov d indeks

** $p < .01$; * $p < .05$

Ekstraverzija

Nalazi ovog istraživanja pokazuju da nema značajnih razlika u stupnju izraženosti osobine Ekstraverzija s obzirom na dobne skupine niti s obzirom na pozicije u igri (Tablica 11.). Postoji tendencija (na razini značajnosti $p<0.10$) ka većem stupnju izraženosti Ekstraverzije kod igrača juniorske u odnosu na igrače seniorske dobi. Razlog tome su igrači seniorske dobi koji igraju na unutarnjim pozicijama koji su pokazali najniži stupanj Ekstraverzije. Također, dobiveni rezultati pokazuju da ne postoji značajna interakcija između dobi i pozicija u igri.

Ugodnost

Nadalje, empirijski nalazi pokazuju kako niti kod osobine Ugodnost nema značajnih razlika s obzirom na dob niti s obzirom na pozicije u igri. Međutim, ipak postoji tendencija (na statističkoj razini od 10% pogreške) prema većem stupnju Ugodnosti kod igrača seniorske dobi. Isto tako, nije nađena značajna interakcija između dobi i pozicija u igri (Tablica 11.).

Savjesnost

Za razliku od osobine ličnosti Ekstraverzija i Ugodnost gdje nema statistički značajnih razlika s obzirom na dobne skupine i pozicije u igri, u osobini Savjesnost postoje značajne razlike u njenom stupnju izraženosti s obzirom na pozicije u igri ($F=5.69$; $p=0.018$), ali ne i s obzirom na dob (na granici statističke značajnosti, $p=0.053$). Pritom, igrači na unutarnjim pozicijama pokazuju značajno manju razinu Savjesnosti u odnosu na vanjske igrače. S obzirom na dobivene parametre (Cohenov $d=0.35$), veličina učinka pozicije u igri na Savjesnost je male do srednje snage. Nadalje, nije nađena značajna interakcija između dobi i pozicija u igri.

Tablica 12. *Post-hoc* analiza između skupina za varijablu Savjesnost

	1	2	3
1 Juniori na vanjskim pozicijama (29.23)			
2 Juniori na unutarnjim pozicijama (27.31)	0.41		
3 Seniori na vanjskim pozicijama (30.48)	0.89	0.02	
4 Seniori na unutarnjim pozicijama (28.91)	1.00	1.00	0.76

Post-hoc analiza između skupina za varijablu Savjesnost pokazuje kako je jedina značajna razlika između igrača juniorske dobi na unutarnjim pozicijama i igrača seniorske dobi na vanjskim pozicijama (Tablica 12.).

Neuroticizam

Osim u osobini Savjesnost, postoji značajna razlika u stupnju izraženosti Neuroticizma s obzirom na dob igrača, ali ne i s obzirom na pozicije u igri (Tablica 11.). Pritom, značajno veću Emocionalnu nestabilnost nalazimo kod igrača juniorske dobi. Veličina učinka dobi na Neuroticizam je srednje snage (Cohenov d=0.48). Nalazi pokazuju da tome najviše pridonosi specifična kategorija vanjskih igrača seniorske dobi, kod kojih je prisutan najniži stupanj Neuroticizma odnosno izražena je Emocionalna stabilnost. Također, dobivena je i značajna interakcija između dobi i pozicija u igri (F=6.92; p=0.009), iz razloga što je ova razlika značajna samo na poduzorku vanjskih igrača.

Tablica 13. *Post-hoc* analiza između skupina za varijablu Neuroticizam

	1	2	3
1 Juniori na vanjskim pozicijama (20.58)			
2 Juniori na unutarnjim pozicijama (19.39)	1.00		
3 Seniori na vanjskim pozicijama (17.31)	0.00	0.23	
4 Seniori na unutarnjim pozicijama (19.63)	1.00	1.00	0.08

Iz Tablice 13. vidljivo je kako je jedina značajna razlika u varijabli Neuroticizam između igrača juniorske dobi na vanjskim pozicijama i igrača seniorske dobi na vanjskim pozicijama.

Otvorenost

Nema značajne razlike u Otvorenosti niti s obzirom na dobne skupine niti s obzirom na pozicije u igri. Isto tako, dobiveni rezultati pokazuju da ne postoji značajna interakcija između dobi i pozicija u igri.

Iz dobivenih rezultata je vidljivo da je smjer promjena s porastom dobi, na svih pet ljestvica, očekivan i sukladan prethodnim istraživanjima provedenim na populaciji nesportaša.

7.4. Razlike između igrača različite dobi i pozicija u igri u motivacijskim dimenzijama

U ovom podpoglavlju, prikazane su razlike između igrača s obzirom na dob i pozicije u igri u motivacijskim dimenzijama. Razlike su provjeravane korištenjem dvosmjerne analize varijance i po potrebi *post-hoc* testom (Bonferronijeva metoda).

Tablica 14. Dvosmjerna analiza varijance između igrača različite dobi i pozicija u igri prema izraženosti motivacijskih dimenzija

	Dob				Pozicija u igri				Dob x pozicija u igri
Motivacijske dimenzije	Juniori (N=88)	Seniori (N=80)	F	d	Vanjski (N=110)	Unutarnji (N=58)	F	d	F
	M (SD)	M (SD)			M (SD)	M (SD)			
Motiv za postizanje uspjeha	68.48 (6.80)	66.80 (7.41)	2.42	-	68.57 (6.90)	65.98 (7.30)	4.37**	0.36	1.05
Motiv za izbjegavanje neuspjeha	34.49 (7.24)	32.45 (6.55)	1.75	-	33.98 (7.46)	32.64 (5.90)	1.05	-	1.53
Motiv za postizanje dominacije	44.99 (4.69)	45.55 (5.06)	0.18	-	46.04 (4.52)	43.78 (5.18)	9.08**	0.47	4.16*
Ciljna usmjerenost na ishod	21.72 (4.71)	19.96 (5.12)	3.96*	0.37	21.22 (4.86)	20.24 (5.18)	0.96	-	0.08
Ciljna usmjerenost na zadatak	30.67 (3.43)	29.76 (3.77)	3.58	-	30.27 (3.45)	30.17 (3.94)	0.00	-	1.28

Legenda: M - aritmetičke sredine; SD - standardne devijacije; F - F test; d - Cohenov d indeks

** $p < .01$; * $p < .05$

Motiv za postizanje uspjeha

Nalazi pokazuju da postoji značajna razlika u motivu za postizanje uspjeha s obzirom na pozicije u igri ($F=4.37$; $p=0.038$), dok nema značajne razlike s obzirom na dobne skupine (Tablica 14.). Eksplicitnije, vanjski igrači imaju više rezultate na motivu za postizanje uspjeha od unutarnjih igrača (Cohenov $d=0.36$). Vrijednost Cohenovog d indeksa za varijablu motiv za postizanje uspjeha upućuje na malu do srednju veličinu učinka. Nadalje, nije nađena značajna interakcija između dobi i pozicija u igri.

Tablica 15. *Post-hoc* analiza između skupina za varijablu motiv za postizanje uspjeha

	1	2	3
1 Juniori na vanjskim pozicijama (68.84)			
2 Juniori na unutarnjim pozicijama (67.62)	1.00		
3 Seniori na vanjskim pozicijama (68.23)	1.00	1.00	
4 Seniori na unutarnjim pozicijama (64.66)	0.04	0.67	0.16

Isto tako, dobiveni rezultati pokazuju kako postoji značajna razlika između igrača juniorske dobi na vanjskim pozicijama i igrača seniorske dobi na unutarnjim pozicijama (Tablica 15.).

Motiv za izbjegavanje neuspjeha

Dobiveni rezultati upućuju da nema značajne razlike u motivu za izbjegavanje neuspjeha niti s obzirom na dob, niti s obzirom na pozicije u igri (Tablica 14.). Također, nije nađena značajna interakcija između dobi i pozicija u igri.

Motiv za postizanje dominacije

Nalazi pokazuju da postoji značajna razlika u motivu za postizanje dominacije s obzirom na pozicije u igri, ali ne i s obzirom na dobne skupine (Tablica 14.). S tim u vezi, vanjski igrači imaju više rezultate na motivu za postizanje dominacije u odnosu na unutarnje igrače na razini značajnosti 0.01. Veličina učinka pozicije u igri na motiv za postizanje dominacije srednje je snage (Cohenov d=0.47). Međutim, postoji i značajna interakcija između nezavisnih varijabli (F=4.16; p=0.043). Naime, kod vanjskih igrača postoji tendencija da je motiv za postizanje dominacije veći kod igrača seniorske dobi, dok je kod unutarnjih igrača motiv za postizanje dominacije veći kod igrača juniorske dobi.

Tablica 16. *Post-hoc* analiza između skupina za varijablu motiv za postizanje dominacije

	1	2	3
1 Juniori na vanjskim pozicijama (45.21)			
2 Juniori na unutarnjim pozicijama (44.46)	1.00		
3 Seniori na vanjskim pozicijama (47.10)	0.23	0.13	
4 Seniori na unutarnjim pozicijama (43.22)	0.32	1.00	0.00

Iz Tablice 16. je vidljivo kako postoji značajna razlika između igrača seniorske dobi na vanjskim i unutarnjim pozicijama.

Ciljna usmjerenost na ishod

Nadalje, nalazi pokazuju da postoji značajna razlika u razini ciljne usmjerenosti na ishod s obzirom na dob igrača (F=3.96; p=0.048). Ova razlika nije značajna s obzirom na pozicije u igri. Kod igrača juniorske dobi je ciljna usmjerenost na ishod značajno izraženija nego kod igrača seniorske dobi (Tablica 14.). S obzirom na dobivene parametre (Cohenov d=0.37), veličina učinka dobi na ciljnu usmjerenost na ishod je male do srednje snage. Nadalje, nije nađena značajna interakcija između dobi i pozicija u igri.

Tablica 17. *Post-hoc* analiza između skupina za varijablu ciljna usmjerenost na ishod

	1	2	3
1 Juniori na vanjskim pozicijama (22.02)			
2 Juniori na unutarnjim pozicijama (21.00)	1.00		
3 Seniori na vanjskim pozicijama (20.19)	0.33	1.00	
4 Seniori na unutarnjim pozicijama (19.63)	0.16	1.00	1.00

Iz Tablice 17. vidljivo je da kod *post-hoc* testa nije niti jedna razlika značajna. To je moguće zbog granične značajnosti F omjera.

Ciljna usmjerenost na zadatak

Za razliku od ciljne usmjerenosti na ishod kod ciljne usmjerenosti na zadatak, koja je poželjni motivacijski obrazac, ne postoji značajna razlika niti s obzirom na dob niti s obzirom na pozicije u igri. Ipak, postoji tendencija razlika s obzirom na dob (uz razinu rizika od 6%), odnosno kod igrača juniorske dobi su primjetno viši rezultati na ciljnoj usmjerenosti na zadatak nego kod igrača seniorske dobi. Također, iz Tablice 14. je vidljivo da ne postoji značajna interakcija među ovim dvjema varijablama.

7.5. Relacije između osobina ličnosti i motivacijskih dimenzija

U sklopu trećeg problema istraživanja se provjeravao odnos između osobina ličnosti i motivacijskih varijabli. S tim u vezi, postavlja se pitanje da li se sklop korelacija u skupu osobina ličnosti i motivacijskih dimenzija sustavno mijenja u funkciji dobi i/ili pozicija u igri ili odnosi ostaju nepromjenjeni. Ako se odnosi mijenjaju, tada podaci mogu sugerirati na neku razvojnu transformaciju, a ako su odnosi nepromjenjeni, tada upućuju na strukturalnu stabilnost ličnosti (Bratko, 2002). Ponekad se o promjenama ličnosti zaključuje na osnovi transverzalnog nacrta, kao što je i u ovom istraživanju, iako bi longitudinalno istraživanje bilo primjerenije. Pomoću te strategije mogu se prikupiti vrlo važne informacije za razumijevanje razvoja ličnosti (Magnusson, 1993; prema Bratko, 2002). Međutim, najveći problem takvog pristupa je što se u njemu miješaju učinci dobi ili maturacije s utjecajem procesa sportske pripreme te učinkom kulture i kohorte. Različite kulture mogu poticati i istaknuti različite motivacijske dimenzije (npr. *task* ili *ego* orijentiranost) te pojedine osobine ličnosti sportaša u manifestnom ponašanju u sportskom kontekstu.

Kako bismo ispitali postoji li povezanost između temeljnih osobina ličnosti, između motivacijskih dimenzija, kao i između temeljnih osobina ličnosti i motivacijskih dimenzija izračunati su koeficijenti korelacije na ukupnom uzorku ispitanika. Korelacije na poduzorcima (Prilog III) vrlo su slične korelacijama dobivenima na cjelokupnom uzorku (Tablica 18.) jedino ih je nešto manji broj značajan što je vjerojatno posljedica smanjenja veličine uzorka. Stoga je opravdano u daljnjim analizama tretirati uzorak kao jedinstven. Slično se može zaključiti i kada je riječ o poduzorcima vezanim za poziciju u igri.

Tablica 18. Korelacija između osobina ličnosti i motivacijskih dimenzija

Varijable	1	2	3	4	5	6	7	8	9
1 Ekstraverzija									
2 Ugodnost	.02								
3 Savjesnost	.33**	.39**							
4 Neuroticizam	-.16*	-.48**	-.41**						
5 Otvorenost	.30**	.14	.31**	-.09					
6 Motiv za postizanje uspjeha	.36**	.04	.36**	-.04	.29**				
7 Motiv za izbjegavanje neuspjeha	.04	-.17*	-.14	.33**	.06	.19*			
8 Motiv za postizanje dominacije	.43**	.06	.36**	-.09	.21**	.44**	.04		
9 Ciljna usmjerenost na ishod	.14	-.05	.09	.05	.20*	.22**	.08	.04	
10 Ciljna usmjerenost na zadatak	.15*	.14	.37**	-.09	.11	.47**	.17*	.28**	.22**

** $p < .01$; * $p < .05$

Iz Tablice 18. vidljivo je da postoji veliki broj značajnih korelacija kako između osobina ličinosti s jedne strane, tako i između različitih motivacijskih dimenzija s druge strane. Također, značajne su i neke korelacije između motivacijskih faktora i pojedinih osobina ličnosti. Tako primjerice, motiv za postizanje uspjeha i motiv za postizanje dominacije su pozitivno povezani s osobinama Ekstraverzija, Savjesnost i Otvorenost, dok je motiv za izbjegavanje neuspjeha pozitivno povezan s osobinom Neuroticizam te negativno s osobinom Ugodnost (Tablica 18.). Isto tako, ciljna usmjerenost na ishod je u pozitivnoj korelaciji s osobinom Otvorenost (0.20), a ciljna usmjerenost na zadatak sa osobinama Savjesnost (0.37) i Ekstraverzija (0.15).

U prostoru osobina ličnosti Ekstraverzija je u pozitivnoj korelaciji s osobinama Savjesnost (0.33) i Otvorenost (0.30), dok je negativno korelirana s Neuroticizmom (-0.16). Osobina ličnosti Neuroticizam također je negativno povezana s osobinom Ugodnost (-0.48) i Savjesnost (-0.41). Isto tako iz Tablice 18. je vidljivo da je osobina Savjesnost pozitivno povezana s osobinama Ugodnost (0.39) i Otvorenost (0.31).

U prostoru motivacijskih dimenzija također je dobiveno sedam značajnih korelacija (Tablica 18.). Motiv za postizanje uspjeha je, kao i ciljna usmjerenost na zadatak, pozivno povezan sa svim motivacijskim dimenzijama, a između navedena dva motiva je korelacija visoka (0.47). Tako primjerice, motiv za postizanje uspjeha je pozitivno povezan s motivom za postizanje dominacije (0.44), ciljnom usmjerenosti na ishod (0.22) i motivom za izbjegavanje neuspjeha (0.19), dok je ciljna usmjerenost na zadatak pozitivno povezana s motivom za postizanje dominacije (0.28), ciljnom usmjerenosti na ishod (0.22) i motivom za izbjegavanje neuspjeha (0.17).

Odnos između dva skupa varijabli (osobina ličnosti i motivacijskih dimenzija), na uzorku košarkaša juniorske i seniorske dobi, utvrđen je kanoničkom korelacijskom analizom.

Tablica 19. Kanonička korelacijska analiza između osobina ličnosti i motivacijskih dimenzija i značajnost kanoničkih korijena

R_c	R_c^2	χ^2- test	df	p
0.59	0.34	109.48	25	0.00
0.42	0.18	41.42	16	0.00
0.20	0.04	9.80	9	0.37
0.14	0.02	3.01	4	0.56
0.00	0.00	0.00	1	0.97

Legenda: R_c - koeficijent kanoničke korelacije; R_c^2 - koeficijent determinacije; df - stupnjevi slobode

Iz Tablice 19. vidljivo je da su dvije kanoničke korelacije značajne, uz rizik od 1% ($p<0.01$). Vrijednost kanoničke korelacije za prvi kanonički par je 0.59, a za drugi kanonički par iznosi 0.42. Prvi par kanoničkih faktora dvaju skupova varijabli sadrži 34% zajedničke varijance, dok drugi par kanoničkih faktora dijeli 18% varijance.

Na temelju strukture parova kanoničkih faktora (Tablica 20.) moguće je opisati kanoničke faktore. U skladu s tim, u Tablici 20. su prikazane korelacije osobina ličnosti i motivacijskih dimenzija s prvim i drugim kanoničkim faktorom.

Tablica 20. Struktura kanoničkih faktora

Konstrukt	Varijable	KF1	KF2
Osobine ličnosti	Ekstraverzija	0.78	0.28
	Ugodnost	0.17	-0.55
	Savjesnost	0.82	-0.47
	Neuroticizam	-0.24	0.77
	Otvorenost	0.50	0.32
Motivacijske dimenzije	Motiv za postizanje uspjeha	0.80	0.19
	Motiv za izbjegavanje neuspjeha	-0.03	0.78
	Motiv za postizanje dominacije	0.83	0.10
	Ciljna usmjerenost na ishod	0.29	0.34
	Ciljna usmjerenost na zadatak	0.55	-0.29

Prvi par kanoničkih faktora u prostoru osobina ličnosti u najvećoj mjeri determiniraju varijable Savjesnost (0.82) i Ekstraverzija (0.78) i u manjoj mjeri Otvorenost (0.50) te u prostoru motivacijskih dimenzija motiv za postizanje dominacije (0.83), motiv za postizanje uspjeha (0.80) i ciljna usmjerenost na zadatak (0.55).

Drugi par kanoničkih faktora u prostoru osobina ličnosti je primarno određen varijablom Neuroticizam (0.77) te na negativnom polu u manjoj mjeri varijablama Ugodnost (-0.55) i Savjesnost (-0.47), dok u prostoru motivacijskih dimenzija motiv za izbjegavanje neuspjeha (0.78) dominantno određuje strukturu drugog kanoničkog faktora te u znatno manjoj mjeri ciljna usmjerenost na ishod (0.34).

8. RASPRAVA

Ličnost pojedinca je multidimenzionalna i kompleksna te predstavlja jedan od unutarnjih prediktora izvedbe i sportskog postignuća. Osobine ličnosti i motivacijske dimenzije čine regulatore usmjerenog ponašanja pojedinog sportaša (igrača) na određenoj poziciji i ulozi u igri. Pretpostavlja se da sportaši koji pokazuju određenu razinu osobina ličnosti i motivacijskih dimenzija tendiraju sportskom angažmanu. Pritom, potrebno je istaknuti da svaki igrač u košarci ima određeni stupanj izraženosti osobina ličnosti i motivacijskih dimenzija koji ga razlikuje od drugih, a rezultat je interakcije genskih i okolinskih faktora kojima su pojedinci izloženi tijekom života te u višegodišnjem ciklusu sportske pripreme.

Isto tako, pojedini igrač posjeduje specifičnu ukupnu stvarnu kvalitetu u igri koja ga razlikuje od drugih (Dizdar, 2002). Empirijski nalazi izraženosti psiholoških obilježja na temelju kojih se pojedini igrači međusobno razlikuju te značenja takvih razlika upućuju i na individualne razlike u ličnosti sportaša.

Stupanj izraženosti i kombinacije/interakcije osobina ličnosti i motivacijskih dimenzija utječu na ponašanje sportaša te su preduvjet za sustavnu selekciju igrača, kao i za upravljanje procesom sportske pripreme pojedinog igrača i cijele momčadi. Također, istraživana psihološka obilježja vjerojatno utječu na sportaševe adaptacije na pozicije i zadatke unutar uloga u košarkaškoj igri na treningu i natjecanju, kao i na interakciju sa suigračima što se izražava na pojedinačnu i timsku efikasnost. S tim u vezi, ekspertni treneri i znanstvenici-praktičari imaju tendenciju selekcioniranja igrača koji su savjesni i emocionalno stabilni te visoko motivirani za postignuće. Nalazi sugeriraju kako navedeni faktori (varijable) djeluju na regulaciju ponašanja u vježbanju i u sportu te mogu biti važni za optimalnu individualnu i timsku izvedbu i sportsko postignuće (Piedmont, Hill i Blanco, 1999; Ingledew i Markland, 2008). Stupanj izraženosti osobina ličnosti i motivacijskih dimenzija i njihove kombinacije/interakcije mogu otežati funkcioniranje sportaša (npr. izraženi Neuroticizam i visok motiv za izbjegavanje neuspjeha) te mogu inicirati izbjegavajuće ponašanje, osobito u *stresfull* situacijama. Pritom je potrebno istaknuti kako se osobine ličnosti i motivacijske dimenzije povezuju s izbjegavajućim i/ili prilazećim (pristupajućim) emocijama i ponašanjem (Reeve, 2015). Tako primjerice, osobine ličnosti i stanja ličnosti su povezani sa smjerom i intenzitetom motivacije, kao i izvedbom (Eysenck, Nias i Cox, 1982; Weinberg i Gould, 2011). Istraživački nalazi pokazuju kako se može imati prikladnija kontrola motivacije prilaženja ili pristupanja, ako se kod sportaša potiče razvoj specifičnih osobina ličnosti, kao što su mentalna čvrstoća (koju čine komponente kontrola, uključenost ili posvećenost, izazov

i samopouzdanje). Realno je pretpostaviti kako specifične osobine, kao što su optimizam i atribucijski stil, načini suočavanja sa stresom, internalni lokus kontrole te spremnost za kontaktnu igru pomažu sportašu da se učinkovito nosi sa trenažnim i natjecateljskim stresom reducirajući na taj način njegov mogući negativan utjecaj na izvedbu i sportsko postignuće (Trninić, Kardum i Mlačić, 2010). Slijedom toga, teorijski i empirijski podaci iz literature upućuju da postoje tri moguće hipoteze o utjecaju sportske aktivnosti na razvoj ličnosti: 1. hipoteza se temelji na pozitivnim ishodima sporta, 2. hipoteza se temelji na pretpostavci o neutralnosti sportske aktivnosti, dok 3. hipoteza ukazuje na negativne ishode sporta (Horga, 2009).

Pored navedenog mogućeg utjecaja sportske aktivnosti, postoje i maturacijski utjecaji na stupanj izraženosti osobina ličnosti i motivacijskih dimenzija koji su u osnovi funkcioniranja sportaša. Naime, maturacija je proces biološkog rasta ili sazrijevanja koji omogućuje organizmu zakonite promjene u ponašanju (Myers, 1992; prema Bratko, 2002). Pritom se kao najbolji „marker“ ili indeks maturacijskih promjena uzima dob pojedinca (Baltes i Nesselroade, 1979; prema Bratko, 2002) koja je uključena i u ovo istraživanje. Smatramo da se kod igrača u košarkaškoj igri mijenjaju relevantna sportsko-specifična obilježja pod utjecajem trenažnog i natjecateljskog stresa koji je prisutan tijekom višegodišnjeg procesa sportske pripreme (Gabrijelić, 1977; Trninić, Papić i Trninić, 2011). Stoga je logično očekivati da postoje individualne razlike u kontinuitetu ili promjenama ličnosti (Bratko, 2002).

Postavlja se pitanje da li višegodišnji sustavno programirani trenažni i natjecateljski stres, kao i iskustvo koje igrači imaju, mogu značajno utjecati na sportaševo ponašanje, a osobito na produktivne oblike motivacije. Stoga je jedna od uloga trenera da oblikuje motivacijske strategije koje potiču inicijativu, kvalitetno učenje i vježbanje, kreativno rješavanje situacija i autonomnu samoregulaciju. Berk (2010) navodi kako istraživanja pokazuju da tjelesne aktivnosti umjerenog opterećenja mogu proizvesti biološke, višesmjerne (rast i opadanje) i multidimenzionalne promjene koje mogu poticati razvoj pozitivnih emocionalnih osobina. U skladu s tim, istraživački nalazi pokazuju da tjelesna aktivnost utječe na stvarne promjene temeljnih i/ili specifičnih osobina ličnosti jer povećava stupanj izraženosti Emocionalne stabilnosti, asertivnosti, samopouzdanja i unutarnjeg lokusa kontrole. Također, nalazi sugeriraju da tjelesna aktivnost umjerenog ili srednjeg intenziteta može dovesti do smanjenja količine i intenziteta simptoma anksioznosti i depresivnosti, smanjenja reaktivnosti na stres (Taylor, Sallis i Needle, 1985; McAuley, 1994; Hoffman i Harris, 2000), kao i smanjenja

negativnih emocionalnih stanja (Weinberg i Gould, 2011). Tako primjerice, poticanje razvoja aerobnih (oksidativnih) energetskih sustava omogućava pozitivan utjecaj na smanjenje količine i intenziteta simptoma depresivnosti (Weinberg i Gould, 1995, 2003; Shaw, Gorely i Corban, 2005; Cox, 2012). Pored toga, Weinberg i Gould (2011, str. 412) upućuju „da je smanjenje anksioznosti i depresivnosti najočitije kod redovite, aerobne tjelovježbe umjerenog intenziteta koja traje 20 do 30 minuta i u kojoj pojedinac uživa.“ S druge strane, empirijska istraživanja pokazuju da je vježbanje s vanjskim (trenažnim) opterećenjem umjerenog intenziteta povezano sa pozitivnim psihološkim učincima (Arent i sur., 2005; Dionigi i Cannon, 2009) te potiče lučenje testosterona. Pritom je visok testosteron preduvjet dominantnosti, kompetitivnosti i agresivnosti (Cervone i Pervin, 2008; Larsen i Buss, 2008). Arent i sur. (2005) ukazuju kako su dobiveni rezultati pokazali da trening umjerenog intenziteta rezultira trenutnim, snažnim i dugotrajnim anksiolitičkim odgovorima te proizvodi značajno smanjenje negativnog afekta. Također, Bartholomew i Linder (1998) su utvrdili da se stanje anksioznosti smanjuje nakon 20 minuta treninga s vanjskim trenažnim opterećenjem umjerenog intenziteta. To je u skladu s rezultatima do sad provedenih istraživanja u kojima je ispitivan utjecaj tjelesne aktivnosti umjerenog trajanja i intenziteta. Točnije, smanjenje anksioznosti i depresivnosti započinje gotovo odmah nakon vježbanja (ovisno o intenzitetu) i traje još dosta dugo nakon treninga (4 do 6 sati za anksioznost) ili samo do kraja treninga (North, McCullagh i Tran, 1990; Craft i Landers, 1998). Nadalje, dobiveni rezultati pokazuju da je „redovita tjelovježba povezana s promjenama u stanjima raspoloženja, kao što su smanjenje umora i ljutnje te povećanje odlučnosti (engl. *vigor*), budnosti i energiziranosti“ (Weinberg i Gould, 2011, str. 412). Isti autori tvrde da je tjelesna aktivnost pozitivno povezana s promjenama u ličnosti i kognitivnom funkcioniranju (npr. kontrola pažnje). Također, nalazi sugeriraju kako je moguće intenzivnim tjelesnim vježbanjem, zbog povećanog oslobađanja endorfina i njegovih anksiolitičkih i smirujućih učinaka, utjecati na poboljšanje emocionalnih stanja (Colt, Wardlaw i Frantz, 1981).

Pretpostavlja se kako djelovanje sportske aktivnosti na poticanje razvoja ličnosti ovisi o tome kako je organizirana ta aktivnost te koji oblici i intenzitet sportske aktivnosti proizvode određene učinke koji se očituju na razvoj i promjene izraženosti osobina ličnosti (Horga, 2009). Longitudinalna istraživanja sugeriraju da bavljenje sportom prije zrele dobi ima razvojne učinke na ličnost (Tattersfield, 1971; prema Cox, 2012). Tako primjerice, autor navodi značajne promjene prema većoj Ekstraverziji i stabilnosti pod utjecajem bavljenja sportom.

U odnosu na prvi istraživački problem koji je za cilj imao provjeriti metrijske karakteristike korištenih mjernih instrumenata samoprocjene postavljena je **hipoteza 1** (*Na osnovi ranije primjene mjernih instrumenata na različitim uzorcima moguće je pretpostaviti da će primijenjeni mjerni instrumenti imati zadovoljavajuće metrijske karakteristike*). S tim u vezi, a s obzirom na rezultate analiza, prihvaćena je **hipoteza 1**.

U ovom poglavlju će se nakon interpretacije odnosa sportske aktivnosti i razvoja ličnosti raspravljati o rezultatima ove studije koja donosi odgovore na postavljene istraživačke probleme. U skladu s istraživačkim problemima, rasprava je prikazana u tri odvojena dijela. Ograničenja ove studije, implikacije i smjernice za buduća istraživanja opisani su na kraju ovog poglavlja.

8.1. Razlike između igrača različite dobi i pozicija u igri u osobinama ličnosti

U ovom istraživanju ispitivane su razlike u stupnju izraženosti temeljnih osobina između igrača različite dobi i pozicija u košarkaškoj igri. Dosadašnja istraživanja koja su koristila osobinske modele ličnosti (Cattellov, Eysenckov, Tellegenov i Petofaktorski model ličnosti) sugeriraju važnost crta ličnosti u razlikovanju sportaša u sportskim aktivnostima (LeUnes, 2008).

Na osnovi transverzalnog nacrta, kao i na temelju uspoređivanja grupnih prosjeka različitih dobnih skupina (juniori i seniori) i pozicija (vanjski i unutarnji) u košarkaškoj igri pokušalo se interpretirati nalaze koji neposredno proizlaze iz statističkih analiza.

U skladu s tim, nisu dobivene statistički značajne razlike u stupnju izraženosti osobina Ekstaverzija, Ugodnost i Otvorenost između igrača juniorske i seniorske dobi, kao ni između igrača na vanjskim i unutarnjim pozicijama mjerenih modelom „Velikih pet“.

Nepostojanje razlika u izraženosti osobina Ekstraverzija, Ugodnost i Otvorenost moguće je interpretirati kao rezultat „podjednakog“ stupnja izraženosti navedenih temeljnih dimenzija u odnosu na dob i pozicije u igri.

Prema petofaktorskom modelu pretpostavka je da bi pojedinci visoko na Ekstraverziji trebali odabrati interakcijski sport koji zahtijeva društvenost i aktivnost. Takvi sportaši adaptivno djeluju u grupnim motoričkim aktivnostima u odnosu na pojedince visoko na Introverziji. Nadalje, sportaši izražene Ugodnosti vjerojatno odabiru timske sportove koji zahtijevaju

suradnju i nesebičnost. Također, sportaši visoko na Otvorenosti bi trebali odabrati motoričke aktivnosti koje zahtijevaju kreativnost i potrebu za razumijevanje igre.

Nalazi dobiveni ovim istraživanjem upravo podržavaju genetsku hipotezu ili hipotezu gravitacijskih sklonosti (Morgan, 1974; prema Cox, 2005), koja upućuje kako osoba (sportaš) bira, djeluje i ostaje u okruženju (npr. interakcijskom sportu) koje se podudara s njegovim osobinama ličnosti ili dispozicijama (Cox, 2012).

Nadalje, aktivna korelacija genotipa i okoline događa se kada osoba s određenim genotipom stvara ili traži određenu okolinu (Larsen i Buss, 2008) što se može očitovati i u odabiru sportske aktivnosti. To odgovara „hipotezi o slaganju" (Newton i Duda, 1999) koja kaže da sportaši igraju i treniraju u okolini koja je kompatibilna s njihovim dispozicijama.

Pojedinci izražene Ekstraverzije smatraju natjecateljske situacije više izazovnim, nagrađujućim i interesantnim, a više ih i preferiraju (Wolfe i Kasmer, 1988). Ekstraverti natjecanja s drugima doživljavaju manje neprijatnima nego introverti (Graziano, Feldesman i Rahe, 1985) te su skloni sportskim doživljajima (Cox, 2012). Nadalje, Ekstraverzija je povezana sa ekstrinzičnom motivacijom te uključuje želju za druženjem, sklonost vodstvu, energičnost i jake socijalne potrebe (Reeve, 2010) što može biti povezano s gravitacijom sportaša prema kolektivnim sportskim igrama.

Eysenck, Nias i Cox (1982, str. 47) navode da „sportaši (engl. *sportsman*) i sportašice (engl. *sportswomen*) tendiraju ekstravertiranom temperamentu" koji vjerojatno ima heritabilnu osnovu povezanu s razinom pobuđenosti (engl. *arousal level*). Pritom, autori ističu da je ta tvrdnja jednako točna za vrhunske i prosječne sportaše. U skladu s tim, Eysenck i Eysenck (1985) navode kako je uzlazni retikularni aktivacijski sustav-*ARAS* (engl. *ascending reticular activating system*), čija struktura se nalazi u moždanom deblu, kontrolira sveukupnu kortikalnu pobuđenost (engl. *control overall cortical arousal*). Navedeno originalno mišljenje sugerira kako je *ARAS* struktura odgovorna za bio-fiziološke razlike između introverata i ekstraverata (Larsen i Buss, 2014). Međutim, recentna istraživanja upućuju da u pozadini osobine ličnosti Ekstraverzija nije niska razina pobuđenosti, već manja pobudljivost ili reaktivnost (engl. *less arousability or reactivity*) živčanog sustava na senzorne stimulacije (Larsen i Buss, 2008, 2014). S tim u vezi, vjerojatno je moguće da manja reaktivnost živčanog sustava pojedinog sportaša utječe na njegove akcije, kao i na njihov odabir sportskih aktivnosti. Larsen i Buss (2008) tvrde da je socijalna pažnja cilj i dobit za ekstravertirano ponašanje, a ekstravertirani pojedinci imaju tendenciju dobiti odobravanje drugih. Navedeno

je moguće ostvariti u većoj mjeri u grupnim sportovima. Eysenck, Nias i Cox (1982) navode da najveći broj razlika između sportova utvrđenih u istraživanjima može biti objašnjeno pojmovima timskog nasuprot individualnog sudjelovanja.

Rezultati prethodno provedenih istraživanja pokazuju da sportaši u kolektivnim sportskim igrama imaju više izraženu Ekstraverziju nego sportaši u individualnim sportovima (Eagleton, McKelvie i de Man, 2007; Nia i Besharat, 2010; Allen, Greenlees i Jones, 2011). S tim u vezi, vjerojatnije je da će ekstravertirani pojedinci sudjelovati u timskim sportovima (Newcombe i Boyle, 1995; Eysenck, Nias i Cox, 1982). Također, LeUnes (2008) navodi da literatura iz područja ličnosti sportaša sugerira da će sportaši kao grupa vjerojatno postići visoke rezultate na dimenziji Ekstraverzije.

Nužno se postavlja pitanje da li je veća vjerojatnost da će ekstravertirani pojedinci sudjelovati u timskim sportovima (Newcombe i Boyle, 1995). Već je Booth (1958) utvrdio da je osobina Ekstraverzija više zastupljena kod timskih nego kod individualnih sportaša. Također, Peterson, Weber i Lonsdale (1970) su potvrdili da je Cattellov faktor Q2 (Samodovoljnost), koji je podfaktor Introverzije, više izražen u individualnom nego timskom sportu. S tim u vezi, vjerojatno individualni sportovi „privlače“ više introvertirane, a grupni sportovi više ekstravertirane sudionike (Eysenck, Nias i Cox, 1982; Cox, 2012). Pretpostavlja se da ekstravertirani igrači gravitiraju prema interakcijskim sportovima jer uživaju u međudjelovanju sa suigračima u grupi. Samim time, logično je da se u ovom istraživanju unutar uzorka košarkaša igrači ne razlikuju značajno u stupnju izraženosti Ekstraverzije koja uključuje tendenciju da se dožive pozitivna emocionalna stanja.

Weinberg i Gould (2011) navode da su u odnosu na nesportaše, sportaši koji su se bavili timskim sportovima pokazivali viši stupanj izraženosti Ekstraverzije. Ovi nalazi su u skladu s rezultatima do sada provedenih istraživanja koja pokazuju da sportaši imaju više izraženu Ekstraverziju u odnosu na nesportaše (Morgan, 1980; Eysenck, Nias i Cox, 1982; Kirkcaldy, 1982a; Colley, Roberts i Chipps, 1985; Newcombe i Boyle, 1995; Egloff i Jan Gruhn, 1996; Paunonen, 2003; Egan i Stelmack, 2003; McKelvie, Lemieux i Stout, 2003; Shaw, Gorely i Corban, 2005).

U prethodnom tekstu smo pokušali interpretirati zašto ne postoji razlika između košarkaša u osobini Ekstraverzija. Također, ne postoje razlike u stupnju izraženosti osobine Ugodnost koja se odnosi na interpersonalni stil. LeUnes (2008) tvrdi da su pojedinci s visokim rezultatom na Ugodnosti suradljivi i lako uspostavljaju odnos. Autor upućuje da se može

pretpostaviti da će sportaši koji su najviše spremni trenirati biti oni koji postižu visoke rezultate na Ugodnosti. Međutim, ljudi koji su visoko pozicionirani na osobini Ugodnost, koji su više motivirani da zadrže skladne odnose s drugima i da izbjegnu natjecateljske interakcije percipiraju natjecateljske situacije kao problematičnije (Gallucci, 2008). S tim u vezi, autor navodi da natjecanje može biti konfliktnije za visoko ugodne ljude budući da njihove pobjede često uključuju poražavanje drugih te potencijalno narušavanje skladnih odnosa. Također, Gallucci (2008, str. 287) tvrdi da „situacije i drugi ljudi koji su visoko kompetitivni pobuđuju natjecateljske reakcije čak i kod visoko ugodnih ljudi.“ Isto tako, LeUnes (2008) tvrdi da se Otvorenost odnosi na kreativnost, senzitivnost i ponašajnu fleksibilnost, dok Digman (1997) navodi kako je Otvorenost široka domena koja je više povezana s divergentnim mišljenjem nego sa mjerenom inteligencijom.

Vjerojatno je socijalno ponašanje igrača koji se bave košarkom, određeno facetama socijabilnost (Ekstraverzija), suradnjom i prosocijalnim ponašanjem (Ugodnost) te potrebom za razumijevanjem (Otvorenost), što je sve povezano s tendencijom da se održe pozitivni odnosi u momčadi.

Za razliku od nalaza koji pokazuju da nema značajnih razlika u izraženosti osobina Ekstaverzija, Ugodnost i Otvorenost, u osobini Savjesnost postoji značajna razlika između igrača na vanjskim i unutarnjim pozicijama. Pritom, vanjski igrači, u odnosu na unutarnje igrače, imaju više rezultate na Savjesnosti. Nadalje, seniorske u odnosu na juniorske igrače obilježava izraženija Savjesnost na granici statističke značajnosti ($p=0.053$).

Kako osobina ličnosti Savjesnost dobrim dijelom obuhvaća usklađivanje ponašanja i prilagodbu općim socijalnim i sportsko-specifičnim normama, kao i sposobnost kontrole impulsa, logično je da je izraženija kod pojedinaca zrele dobi, pa tako i kod profesionalnih seniorskih igrača u košarci. U skladu s tim, Cameron i sur. (2012) su na uzorku hokejaša utvrdili kako su stariji igrači savjesniji u odnosu na mlađe igrače. Isto tako, Costa i McCrae (1994) navode da više rezultate na osobini Savjesnost postižu odrasle osobe u odnosu na adolescente. Vjerojatno je to rezultat odrastanja pojedinca ili psihološkog sazrijevanja ne samo pod utjecajem dobi, već i okolinskih faktora te uloga u pojedinom sportu i životu koje potiču zrenje ličnosti sportaša. Važno je istaknuti da je porast osobine Savjesnost opažen u svakoj kulturi te da „ljudi postaju povećano Savjesni s dobi“ (Cervone i Pervin, 2008, str. 285).

LeUnes (2008) upućuje da osobina Savjesnost suprotstavlja dobro organizirane i marljive osobe (sportaše) onima koje su dezorganizirane (engl. *disorganized*) i neodlučne (engl. *lackadaisical*). S tim u vezi, vjerojatno se uspješniji sportaši mogu razlikovati od onih manje uspješnih na temelju organizacijskih vještina. Isto tako, osobe izražene osobine Savjesnost imaju „olakšano" ponašanje na zadatak i ponašanje usmjereno na cilj (Benet-Martinez i John, 1998). Također, savjesni pojedinci opisani su kao odgovorni i efikasni te se na njih može računati u trenucima potrebe. Važno je istaknuti da su rezultati istraživanja 15 meta-analiza provedenih na radnom mjestu pokazali da je Savjesnost konzistentno prediktivna varijabla za uspješnu izvedbu na poslu (Barrick, Mount i Judge, 2001).

Pretpostavlja se da izraženija Savjesnost kod vanjskih igrača u odnosu na unutarnje igrače, pokazuje kako vjerojatno njihova uloga u upravljanju organizacijom igre u višegodišnjem procesu sportske pripreme utječe na poticanje razvoja faceta Savjesnosti (npr. disciplina, organiziranost i odgovornost). Stoga stručnjaci u procesu sportske pripreme nastoje vanjske igrače usmjeravati da prihvate stav kako su primarno odgovorni za provedbu operativne taktike igre. Vjerojatno je savjesno ponašanje vanjskih igrača povezano s njihovim integrativnim funkcijama koje uključuju odgovornost i upornost (Lazarević, 1987), ali i sa njihovom pozicijom i ulogom u igri (Trninić, 2006). Isto tako, stavovi i uvjerenja koji se stječu ili formiraju u višegodišnjem procesu sportske pripreme, na temelju natjecateljskog iskustva, su dio kognicije koji se vjerojatno očituje na afektivne i motivacijske procese. Nadalje, pretpostavljeno postojanje odnosa između stavova, uvjerenja i savjesnog ponašanja igrača u obavljanju zadataka u igri nije jednostavno i jednoznačno. Vjerojatno situacijski faktori, kao što su zahtjevi na pojedinoj vanjskoj poziciji i ulozi u igri, potiču stjecanje savjesnog ponašanja na manifestnoj razini. Ekspertni treneri kod vanjskih igrača u situacijskom treningu nastoje poticati organizirano i disciplinirano obavljanje zadataka u igri usmjereno na provođenje taktičkih sustava i ciljeva operativne taktike igre.

Istraživači ličnosti su na temelju brojnih empirijskih nalaza utvrdili da je Savjesnost kao osobina ličnosti prediktor radne uspješnosti (Schmidt i Hunter, 1998). To je vjerojatno stoga što su savjesni pojedinci skloni teškom radu (engl. *hard working*), odgovorni (engl. *responsible*) i pažljivi (engl. *carefull*) te se na temelju Savjesnosti može predvidjeti kvaliteta sportaševe pripreme za natjecanje (Woodman i sur., 2010). S tim u vezi, istraživački nalazi upućuju na važnost stupnja izraženosti osobine Savjesnost jer "sportaši, u prvom redu, moraju biti sposobni nositi se sa zahtjevima treninga da bi razvili tehničke, fizičke i mentalne aspekte izvedbe koje žele prenijeti u područje natjecanja" (Woodman i sur., 2010, str. 194). Nadalje,

autori navode kako se savjesni sportaši više angažiraju u procesu sportske pripreme, dok nisko savjesni pojedinci mogu „otpasti“ iz režima treninga. U skladu s tim, Trautwein i sur. (2006) sugeriraju da je osobina Savjesnost važna odrednica ulaganja truda.

Iskustvo sugerira kako su savjesni sportaši skloni poticati razvoj sposobnosti, tj. genskih osobina koje su preduvjet razvoja vještina. Piedmont, Hill i Blanco (1999) smatraju kako je Savjesnost značajno povezana s pokazateljima izvedbe u nogometnoj igri tijekom cijele sezone, te navode da su savjesnije igračice postigle više rezultate na svim pokazateljima izvedbe (rezultati, asistencije, udarci na gol i broj odigranih utakmica). Nalazi navedenog istraživanja sugeriraju kako ekspertni-treneri mogu predvidjeti rejting igrača prema stupnju izraženosti osobine Savjesnost. Također, autori upućuju da su više razine Savjesnosti bile povezane s višim trenerovim procjenama spremnosti za treniranje, višim trenerovim procjenama kvalitete izvedbe i radne etike.

Realno je očekivati da višegodišnji sustav sportske pripreme potiče razinu adaptacijskih sposobnosti (Viru, 1995) koja se očituje u sportaševom ponašanju, a izraženu osobinu Savjesnost obilježava kontrola impulsa (Benet-Martinez i John, 1998) što vjerojatno olakšava ponašanje usmjereno na zadatak i ciljeve organizirane igre u skladu sa zahtjevima pozicije i uloge u igri.

Analiziranjem zahtjeva zadataka unutar pozicija i uloga u košarkaškoj igri vanjski igrači imaju specifične pritiske koji su povezani s upravljanjem organizacijom i intenzitetom igre. Zahtjevi igre na vanjskim pozicijama traže od njih izraženu odgovornost, organiziranost i kompetentnost (facete Savjesnosti). Smatramo da vanjski igrači koji su odgovorni za organizaciju igre na svakom situacijskom treningu pod utjecajem zahtjeva trenera potiču razvoj taktičke odgovornosti i discipline u kontroli ritma i intenziteta igre. Takva natjecateljska iskustva pružaju mogućnosti učenja i vježbanja usmjerenog ponašanja te omogućuju razvoj savjesnog ponašanja koje se očituje i u provedbi taktičkih sustava igre i u strategiji obavljanja zadataka unutar pozicije i uloge u igri. Također, izrazito savjesni igrači koji imaju usmjereno ponašanje vjerojatno mogu inzistirati kod suigrača da se striktno drže pravila organizacije igre što vjerojatno može utjecati na *task* kohezivnost koja je nužna za ostvarenje potencijala cijele momčadi. S tim u vezi, pretpostavlja se kako je primjena načela organizacije igre uvijek pitanje samodiscipline, osobito u fazi obrane.

U ovom istraživanju nalazi pokazuju da postoji značajna razlika u stupnju izraženosti Neuroticizma s obzirom na dob, ali ne u odnosu na pozicije u igri. Pritom, juniori, u odnosu

na seniore, imaju više izražen Neuroticizam. Navedenoj razlici najviše pridonosi specifična kategorija seniorskih igrača na vanjskim pozicijama koji posjeduju veću Emocionalnu stabilnost ili niži Neuroticizam što se, između ostalog, kod tih sportaša odražava na njihovo potpuno prihvaćanje teških zadataka i smanjenu osjetljivost na kritiku (Lazarević, 1987). Također, dobivena je i značajna interakcija između dobi i pozicija u igri, i to vjerojatno iz razloga što je ova razlika značajna samo na poduzorku vanjskih igrača.

Pretpostavlja se da je jedan od razloga nižeg Neuroticizma kod vanjskih igrača seniorske dobi i rigoroznija selekcija vanjskih igrača u seniorske momčadi A-1 lige u odnosu na unutarnje igrače. Unutarnji igrači imaju veće mogućnosti za prijelaz iz juniorske u seniorsku selekciju jer ih je značajno manje u sportskom okruženju u odnosu na vanjske igrače te ih se zadržava u selekciji neovisno o razini pojedinih psiholoških obilježja. Nadalje, važno je istaknuti da treneri koji imaju ekspertno znanje i iskustvo tvrde da unutarnji igrači ili igrači na centarskim pozicijama sporije psihološki sazrijevaju (Gomeljski, 1977; Trninić, 2006), a takva iskustva trenera upućuju na nužnost strpljenja u poučavanju i vježbanju unutarnjih igrača, ali i čekanja njihove dolazeće odraslosti. Pored toga, jedan od važnih zadataka trenera je poticanje smanjivanja anksioznosti i povećanja samopouzdanja u procesu oblikovanja navedenog profila igrača.

U skladu s tim, Piedmont, Hill i Blanco (1999) tvrde da visoka razina Emocionalne stabilnosti omogućava igračima da pomoću uputa budu učinkovitiji i dopušta trenerima da izgrade jedinstven timski duh. Nadalje, istraživanja na velikim uzorcima pokazala su da su elitni sportaši emocionalno stabilniji nego sportaši na rekreativnoj razini (Egloff i Jan Gruhn, 1996). Pojedince visoke Emocionalne stabilnosti obilježava zadržavanje jasne svijesti o sebi pod pritiskom, tolerancija na stres i kontrola impulzivnosti (Costa i McCrae, 1992). S druge strane, osobe s visokim rezultatom na Neuroticizmu više su sklone stresu u bilo kojoj situaciji uključujući i one u kojima postoji društvena evaluacija, kao što je testiranje fizičke pripremljenosti (Courneya i Hellsten, 1998). S tim u vezi, osobina Neuroticizam je povezana sa otežanim funkcioniranjem ličnosti sportaša osobito u konfliktnim i stresnim situacijama te „ometa ili distraktira optimalnu izvedbu“ (Eysenck, Nias i Cox, 1982).

Ekspertno znanje i iskustvo trenera i znanstvenika-praktičara upućuje kako su igrači sa izraženim Neuroticizmom skloni povezivanju pogreški u izvedbi, osobito u situacijama trenažnog i natjecateljskog stresa te kako pojedinci koji imaju visok Neuroticizam mogu nekontrolirano reagirati u konfliktnim situacijama te u situacijama pod pritiskom vremena i rezultata. Takvi sportaši tendiraju da zahtjeve na treningu i utakmici percipiraju i doživljavaju

kao prijetnju, a ne kao izazov te imaju nižu razinu doživljavanja problema suigrača u igri jer su zaokupljeni sa unutarnjim distraktorima (npr. sklonost doživljavanja negativnog afekta i osjećaj nezadovoljstva) i vanjskim distraktorima (npr. buka publike, nereguliran kriterij suđenja, opstrukcija igre od strane protivnika).

Podaci iz literature upućuju kako u prosjeku tinejdžere obilježava viša anksioznost, odnosno viši Neuroticizam od osoba odrasle dobi (Pervin, Cervone i John, 2008; Cervone i Pervin, 2008). Također, Robins i sur. (2001) tvrde kako studenti od prve do posljednje godine studija bilježe smanjenje u Neuroticizmu koje iznosi približno polovicu standardne devijacije. Nadalje, recentni empirijski nalazi potvrđuju da se porastom dobi smanjuje Neuroticizam i negativni afekt (Vaidya, Gray, Haig i Watson, 2002). Tako primjerice, rezultati meta-analize 92 longitudinalna istraživanja sugeriraju da se Neuroticizam postupno smanjuje do dobi od 40 godina (Roberts, Walton i Viechtbauer, 2006).

„Zanimljivo je spomenuti da u dobi nadolaženja odraslosti (period od 20. do 28. godine života) dolazi i do promjena u crtama ličnosti. Raste Savjesnost, a opada Neuroticizam, ali i negativni afektivitet“ (Watson i Humrichouse, 2006; prema Lacković-Grgin, 2014, str. 206). Isto tako, Larsen i Buss (2008, str. 140) navode da „postoji tendencija postupnog smanjenja (engl. *gradually decline*) Neuroticizma povećanjem dobi (engl. *increasing age*) te da Savjesnost pokazuje postupan porast kroz vrijeme (engl. *gradually increase over time*).“ Veličina tih dobnih efekata (engl. *age effects*) nije velika (npr. r= +0.09 između dobi i Savjesnosti). Nadalje, u empirijskim istraživanjima potvrđeno je opadanje u doživljavanju negativnog afekta od adolescencije do odrasle dobi (McCrae i sur., 2001; prema Larsen i Buss, 2008). Dakle, navedeni nalazi pokazuju da Neuroticizam i negativni afekt opadaju s dobi te da pojedinci postižu više rezultate na Savjesnosti kako stare u smjeru veće zrelosti (engl. *reflected growth in the direction of greater maturity*).

S obzirom na to, Gallucci (2008) navodi da Neuroticizam ima karakteristike osobine anksioznost te da su sportaši visoko pozicionirani na Neuroticizmu skloni stanju anksioznosti koje je povezano s funkcioniranjem sportaša tijekom izvedbe, osobito kod složenih motoričkih zadataka (Horga, 2009). Također, Piedmont, Hill i Blanco (1999) sugeriraju kako su više razine Neuroticizma bile povezane s nižim trenerovim procjenama spremnosti za treniranje, nižim trenerovim procjenama sportske sposobnosti i kvalitete izvedbe.

Empirijska istraživanja upućuju kako su pojedinci s visokim Neuroticizmom anksiozni, napeti i nervozni (Larsen i Buss, 2008) i skloni izbjegavajućem ponašanju (Reeve, 2015). Osim toga,

neurotični sportaši su distraktibilni, a njihove negativne emocije i prateće kognicije ometaju ih pri usmjerenju na uspješno simultano obavljanje višestrukih zadataka u igri (Horga, 2009). Larsen i Buss (2008) navode da su emocionalno nestabilne osobe sklone „samohendikepiranju“. Pretpostavlja se kako neurotični sportaši, koji osjećaju pritisak odgovornosti, sami tendiraju stvaranju prepreka u natjecateljskim situacijama jer u procesu uzajamnog međudjelovanja sa suigračima u situacijskom kontekstu takav sportaš često doživljava stres.

Pojedinci s nižim rezultatima na Neuroticizmu i s višim rezultatima na Savjesnosti preferiraju vježbanje visokog intenziteta (Courneya i Hellsten, 1998). Također, ovakvi pojedinci postavljaju sebi visoke standarde i mogu izdržati neizbježne prijetnje na samopoštovanje koje se mogu pojaviti u svakom natjecateljskom poduhvatu (Piedmont, Hill i Blanco, 1999). Navedeni nalazi sugeriraju kako bi osobine Savjesnost i Emocionalna stabilnost trebale biti jedan od kriterija za odabir igrača u profesionalnoj košarci. Potrebno je istaknuti da sportski rezultati na elitnoj razini ovise o prilagodbi na kontinuirano treniranje (Sears, 2000) te o prilagodbi na trenažni i natjecateljski stres koja je određena s funkcioniranjem ličnosti sportaša.

Također, rezultati longitudinalnih istraživanja pokazuju opadanje razine osobine Neuroticizam te blago smanjenje izraženosti Ekstraverzije i Otvorenosti od adolescencije do srednje odrasle dobi. S druge strane, Ugodnost i Savjesnost rastu, što su promjene koje odražavaju „smirivanje“ i veću zrelost (Berk, 2010). Pored toga, izražena Savjesnost i Emocionalna stabilnost nisu povezane samo s psihološkim sazrijevanjem, već i s razvojem identiteta i naprednijim fazama razvoja (Tatalović Vorkapić, 2014). Važno je istaknuti kako ova istraživanja nisu ispitivala niz kontekstualnih faktora (npr. utjecaj višegodišnjeg procesa sportske pripreme, motivacijske klime, trenerovog rukovodećeg ponašanja...) koji oblikuju težnje, ciljeve i očekivanja određenog ponašanja u natjecateljskom okruženju.

Pretpostavka je da dobivene razlike u osobinama ličnosti mogu biti određene selekcijom igrača, sportaševom dobi, višegodišnjim procesom sportske pripreme, motivacijskom klimom, trenerovim rukovodećim ponašanjem, kao i drugim situacijskim faktorima. S obzirom na to, upravljanje dugoročnim cjelovitim razvojem ličnosti sportaša treba biti usmjereno na poticanje razvoja adaptivne ličnosti, kao i psiholoških značajki koje se ogleda i u savjesnom i emocionalno stabilnom doživljavanju i ponašanju.

Na temelju analize igre vanjskih seniorskih igrača može se oblikovati hipoteza o vrstama i poželjnoj izraženosti osobina ličnosti (npr. visoka Savjesnost i niski Neuroticizam) koje su neophodne za uspješno obavljanje zadataka u različitim taktičkim sustavima igre te pod natjecateljskim pritiskom. Tako primjerice, Savjesni pojedinci više uključuju postavljanje ciljeva procesnog tipa (Woodman i sur., 2010). „Procesni ciljevi imaju prednost pred ciljevima ishoda budući da njihova priroda samopoboljšanja tendira povećati motivaciju“ (Cover, 2013, str. 211). S tim u vezi, vjerojatno osobine Savjesnost i Emocionalna stabilnost moderiraju (utječu na) odnos između zahtjeva igre (trenažnog i natjecateljskog stresa) i izvedbe. Za visoko savjesne pojedince očekuje se da percipiraju manje barijera u bilo kojoj aktivnosti zbog svoje visoke razine određenosti i „zanosa“ (Courneya i Hellsten, 1998).

Ponašanje igrača na vanjskim pozicijama vezano za organizaciju igre odnosi se na *task* vodstvo koje se između ostalog očituje u usmjeravanju suigrača na provedbu operativne taktike, a pozitivno socio-emocionalno ponašanje usmjereno je na interpersonalne odnose gdje niski Neuroticizam ima posebno značenje u interakcijskim sportovima, kao što je košarkaška igra. To iz razloga što niski Neuroticizam može doprinijeti timskoj koheziji (van Vianen i De Dreu, 2001), kao i efikasnom suočavanju s nedaćama (engl. *coping with adversity*) na treningu, što je sukladno istraživačkim nalazima (Connor-Smith i Flachsbart, 2007; Kammeyer-Mueller, Judge i Scott, 2009).

Empirijska istraživanja pokazuju da su jedino osobine Neuroticizam i Savjesnost (od pet temeljnih dimenzija ličnosti) značajno povezane sa sportskom izvedbom (Piedmont, Hill i Blanco, 1999). S tim u vezi, pretpostavlja se da je kombinacija niskog Neuroticizma i visoke Savjesnosti povezana s visokim postignućem u složenim sportskim aktivnostima gdje su prisutni zahtjevi za istodobnim procesiranjem informacija ili simultanim obavljanjem višestrukih zadataka unutar pojedine pozicije i uloge u košarkaškoj igri.

Vjerojatno su navedena obilježja temeljni preduvjet uspješne individualne i timske izvedbe i sportskog postignuća u košarkaškoj igri. U skladu s tim, kombinacija niskog Neuroticizma i visoke Savjesnosti predstavlja profil ličnosti tipičnog uspješnog sportaša (Piedmont, Hill i Blanco, 1999). Također, Aidman i Beckerman (2001) su utvrdili da elitni igrači imaju niže izražen Neuroticizam i više rezultate u samodisciplini (faceta Savjesnosti) u odnosu na neelitne i podelitne igrače. Isto tako, postoje istraživački nalazi koji upućuju da sportaši koji se natječu na nacionalnim ili međunarodnim natjecanjima pokazuju niže razine Neuroticizma te više razine Savjesnosti i Ugodnosti u usporedbi sa sportašima koji se natječu na klupskim ili regionalnim natjecanjima (Allen, Greenlees i Jones, 2011).

Stoga pretpostavljamo da izraženi Neuroticizam i niska Savjesnost ometaju sportaševu usmjerenost na uspješno obavljanje tehničko-taktičkih aktivnosti u igri. Takvi sportaši vjerojatno tendiraju odustajanju, pokazuju relativno nisku percipiranu kontrolu što stvara uvjete za nisku percepciju kompetentnosti, nižu samoefikasnost što može utjecati na niže ulaganje truda i nestabilnost ili nekonzistentnost izvedbe.

Ekspertno znanje trenera sugerira da igrači koji imaju nisku Savjesnost i nisku Emocionalnu stabilnost izražavaju nestrpljenje u kontroli lopte, nisku razinu mirnoće i koncentracije, nepotpunu racionalizaciju igre, neadekvatnu selekciju i disciplinu šuta te nekonzistentnost u motivaciji, kao i nestabilnost u pokazateljima izvedbe.

Dakle, realno je tvrditi da su osobine Savjesnost i Emocionalna stabilnost temeljni preduvjeti za uspješnu izvedbu u seniorskoj košarci gdje su prisutni visoki zahtjevi u procesu sportske pripreme, kao i u području konzistentnosti ili stabilnosti u profesionalnom obavljanju zadataka u igri na vanjskim pozicijama koji traže od pojedinog igrača mirnoću, sigurnost i odgovornost u upravljanju organizacijom igre. To je u skladu s krajnjim ciljem u seniorskoj profesionalnoj košarci u kojoj pojedini igrač i cijela momčad kontrolirano i simultano obavljaju individualne i kolektivne zadatke u igri unutar faza tijeka igre i modela taktike te u situacijama trenažnog i natjecateljskog stresa. Distribucija situacijskog učinka bi trebala biti usmjerena na veći broj igrača gdje vjerojatno visok stupanj izraženosti Neuroticizma kod igrača može biti jedna od varijabli koja ometa pojedinog igrača i cijelu momčad u izvedbi.

Stupanj izraženosti pojedinih temeljnih osobina ličnosti i njihovih kombinacija vjerojatno se reflektira i na sportaševu karijeru. Dakle, osobine ličnosti su dinamički isprepletene s drugim sportaševim obilježjima. Važno je istaknuti kako se sustavnim, redovitim i višegodišnjim procesom sportske pripreme mogu selektivno kompenzirati deficiti i optimizirati razvoj genskog potencijala pojedinog igrača. Tako primjerice, Savjesnost može biti kompenzator niskih kognitivnih sposobnosti (Chamorro, Premuzic i Furnham, 2008; prema Sorić, 2014). U konačnici, može se tvrditi da su izražena osobina Savjesnost i Emocionalna stabilnost sportski poželjne, dok su niska Savjesnost i Emocionalna stabilnost nepoželjne jer određuju nekonzistentnost u načinu treniranja i nestabilnost u izvedbi.

Zaključno, potrebno je naglasiti da crte ličnosti ne uzimaju u obzir motivaciju, preferirane zadatke, niti strategije suočavanja (Berk, 2010). Sportski događaji uvijek zahtijevaju nove strategije i nove ciljeve te potiču osobu na promjene u području adaptacije na nove trenažne i natjecateljske situacije.

8.2. Razlike između igrača različite dobi i pozicija u igri u motivacijskim dimenzijama

Suvremeno proučavanje motivacije ne usmjerava se samo na energiju, već i na smjer i perzistentnost ponašanja (Reeve, 2015). Smatramo kako postignuća već kod djece i mladeži treba usmjeravati na proces ovladavanja vještinama i povećanje stupnja razumijevanja igre.

Sportaši su u pravilu rukovođeni sa više razloga kada sudjeluju u sportskoj aktivnosti (Horga, 2009). Vjerojatno je najpovoljniji oblik motivacije sportaša kada je razlog njegovog sudjelovanja u samoj aktivnosti, a ne izvan nje, što sugerira da bi kod igrača adolescentske dobi primarno trebala biti poticana ciljna usmjerenost na zadatak i intrinzična motivacija, a sekundarno ciljna usmjerenost na ishod (Horga, 2009).

Nalazi ovog istraživanja pokazuju da vanjski, u odnosu na unutarnje igrače, posjeduju višu razinu motiva za postizanje uspjeha, dok u razini motiva za izbjegavanje neuspjeha nema značajnih razlika niti s obzirom na dob niti u odnosu na pozicije u igre.

Usmjerenost na izbjegavanje neuspjeha odnosi se na neprilagođen stil suočavanja sa trenažnim i natjecateljskim stresom te ima važan utjecaj na sportaševu prilagodbu. Hoće li pojedini sportaš razvijati motiv za izbjegavanje neuspjeha vjerojatno ovisi primarno o stupnju izraženosti osobine Neuroticizam. Izražen Neuroticizam vjerojatno može motivirati izbjegavajuće ponašanje. Isto tako, intenzivan strah od neuspjeha može pokrenuti izbjegavajuća ponašanja, navodeći pojedince da izbjegavaju izazov (Covington, 1984a, 1984b; prema Reeve, 2015). S tim u vezi, težnja za izbjegavanjem neuspjeha motivira pojedinca da se iz straha od neugodnosti obrani od gubitka samopouzdanja, samopoštovanja i poštovanja u društvu (Birney, Burdick i Teevan, 1969; prema Reevu, 2010).

Nadalje, dobiveni rezultati upućuju da vanjski u odnosu na unutarnje igrače imaju više rezultate u motivu za postizanje dominacije te da je motiv za postizanje motivacije najizraženiji kod seniorskih igrača koji igraju na vanjskim pozicijama. Međutim, postoji i značajna interakcija između dobi i pozicija u igri jer kod vanjskih igrača postoji tendencija veće izraženosti motiva za postizanje dominacije kod igrača seniorske dobi, dok je kod unutarnjih igrača motiv za postizanje dominacije veći kod igrača juniorske dobi. Sportaši izraženog motiva za postizanje dominacije u košarkaškoj momčadi imaju veću mogućnost da utječu na suigrače što je za vanjske igrače, posebno u seniorskoj košarci, važno s obzirom na poziciju i zadatke unutar uloga u igri. To stoga što potreba za dominacijom, kao i potreba za postizanje uspjeha energiziraju i usmjeravaju ponašanje sportaša u natjecateljskom kontekstu.

Pretpostavlja se da su razlike u motivu za postizanje uspjeha i motivu za postizanje dominacije posljedica procesa selekcije igrača. Vanjski igrači u odnosu na unutarnje igrače odabiru se na temelju izražene sportske motivacije. Isto tako, igrači na tim pozicijama u višegodišnjem procesu sportske pripreme vjerojatno stalno nadograđuju i razvijaju sportsku motivaciju pod utjecajem situacijskih zahtjeva u odnosu na poziciju i ulogu u igri. Također, igrači na vanjskim pozicijama prolaze intenzivniju konkurenciju nego unutarnji igrači te njihove dispozicijske varijable (motiv za postizanje uspjeha i motiv za postizanje dominacije) u interakciji sa situacijskim faktorima (zahtjevima unutar uloga u igri) određuju motivacijsku strukturu, kao i njihovo ponašanje. Motivacijska tendencija vanjskih igrača u situacijskom treningu više je usmjerena prema učenju dominacije, a navedene promjene u razini njihove motivacije neposredno se odražavaju na njihovo psihološko i tehničko-taktičko funkcioniranje u igri.

Vjerojatno treneri u procesu integralne ili cjelovite sportske pripreme mogu poticati i jačati motivacijske dimenzije sportaša, ali i utjecati na modifikaciju motivacijskog obrasca pojedinog igrača. S tim u vezi, situacijski trening vanjskih igrača može promicati i poticati potrebu za postizanje uspjeha i potrebu za postizanje dominacije. Pretpostavlja se da je primjeren pristup koji se temelji na principima individualizacije i specifičnosti koji se oslanjaju na procjenu motivacijskih dimenzija pojedinog sportaša.

Navedeni rezultati otvaraju prostor za daljnja istraživanja interakcije između dispozicija (npr. sportska motivacija i ciljna usmjerenost na postignuće) i situacijskih faktora (primjerice, trenerovo rukovodeće ponašanje i motivacijska klima) koja bi trebala biti usmjerena na multidimenzionalne i višesmjerne promjene kod različitih dobnih skupina i pozicija u igri u višegodišnjem ciklusu integralne sportske pripreme.

Nalazi provedenog istraživanja pokazuju više rezultate na ljestvici ciljne usmjerenosti na ishod kod igrača juniorske u odnosu na igrače seniorske dobi. Rezultati su u skladu s ranijim istraživačkim nalazima (primjerice, Tušak, 1997) na uzorku slovenskih sportaša. Eksplicitnije, istraživački nalazi navedenog istraživanja pokazuju da mladi u odnosu na vrhunske sportaše imaju više izraženu ciljnu usmjerenost na ishod. Vjerojatno su čimbenici koji iniciraju te razlike i kontekstualni faktori (treneri, učitelji, roditelji, vršnjaci) koji naglašavaju pobjedu pod svaku cijenu. To vjerojatno iz razloga što se više ističu kompetitivne, a premalo intrinzične vrijednosti sporta (npr. postizanje većeg stupnja vještine). Kontekstualni faktori imaju kombinirane ili interakcijske efekte na izraženost motivacijskih dimenzija kod

pojedinog športaša. Isto tako, vjerojatno je percepcija trenerskih, učiteljskih ili roditeljskih ciljeva primjeren prediktor sportaševih osobnih ciljeva.

Dosadašnja istraživanja pokazala su da mladi sportaši koji percipiraju da njihovi roditelji imaju izraženu ciljnu usmjerenost na ishod učestalije razvijaju ciljnu usmjerenost na učinak što može proizvesti disfunkcionalni perfekcionizam, samohendikepiranje i izbjegavanje traženja pomoć, dok roditeljska ciljna usmjerenost na učenje može biti povezana s zdravim perfekcionizmom kod sportaša. To sugerira da kontekstualni faktori ne djeluju nezavisno jedan od drugog. U našoj sportskoj kulturi postoji zabrinjavajuća tendencija gdje ciljna usmjerenost na ishod postala primarna usmjerenost što stvara kontinuirani pritisak i može dovesti do smanjenja sportaševe motivacije za učenje i do porasta samohendikepirajućih strategija.

Za razliku od ciljne usmjerenosti na zadatak, ciljna usmjerenost na rezultat tipična je za one pojedince koji su natjecateljski usmjereni i koji procjenjuju svoje osobno poboljšanje u usporedbi s drugima, kako s protivnicima, tako i s članovima svoje ekipe (Barić, 2007). Samo ako je njihova izvedba bolja od izvedbe drugih, osjećaju se uspješnima u sportu; njihov kriterij procjene uspješnosti je normativan (Duda, 1993). U isto vrijeme, uspjeh se smatra rezultatom superiornih sposobnosti, a ne rezultatom učenja ili ulaganja napora (Barić, 2007).

Dobiveni rezultati sugeriraju utjecaj suvremenog sporta i kulture, kao i subkulture koja potiče *ego* ili natjecateljsku ciljnu usmjerenost. Vjerojatno sportaši internaliziraju subkulturalne poruke koje primaju iz sportskog okruženja, što vjerojatno utječe na jakost njihovih pojedinih motivacijskih dimenzija. Pretpostavlja se da se utjecaj subkulture može očitivati u poticanju različite ciljne usmjerenosti igrača koje se očituju u njihovom manifestnom ponašanju. Također, nalazi mogu biti posljedica visoke kompetitivne orijentacije sportaša povezane s njihovom natjecateljskom sezonom tijekom koje je proveden postupak mjerenja.

Ekspertno znanje i iskustvo upućuju nas kako je u našoj subkulturi prihvatljiva i poticana primarno *ego* ili natjecateljska motivacijska klima. Treneri, roditelji, menadžeri i mladi sportaši postali su skloni evaluaciji izvedbe u kontekstu usporedbe s nekom referenčnom točkom, a Malina (2010) upućuje kako roditelji potiču motivacijsku klimu usmjerenu na rezultat, a ne na ovladavanje vještinama što inicira motivaciju usmjerenu na uspoređivanje s drugima što može proizvesti i rano sagorijevanje te prestanak bavljenja sportom. U takvoj motivacijskoj klimi i subkulturi odrastaju djeca i mladi sportaši.

Pretpostavlja se kako prethodno navedeni čimbenici utječu i na raniju specijalizaciju što rezultira negativnim posljedicama (Malina, 2010) sa gledišta cjelokupne sportske karijere. Smatramo da primjena koncepta višestranog razvoja te specijalizacija na pojedine ili višestruke pozicije i uloge u igri uz primarno stvaranje motivacijske klime usmjerene na ovladavanje vještinama dugoročno gledano potiče kontinuirani razvoj cjelokupnog potencijala i ukupne stvarne kvalitete pojedinog igrača te cjeloviti razvoj ličnosti sportaša.

Ranija empirijska istraživanja dokazala su povišenu ciljnu usmjerenost na rezultat kod mladih sportaša (White i Duda, 1994; Duda i sur., 1995; Tušak, 1997; Cetinić, 2004), koji obično koriste „kriterij pobjede" da bi dokazali svoju sportsku kompetenciju (Barić, 2007). S tim u vezi, Tušak (1997) i Barić (2007) navode da prevladavanje *ego* motivacijske klime može generirati negativne adaptacijske obrasce ponašanja kod mlađih dobnih skupina.

Neovisno o prethodnim činjenicama, ciljna usmjerenost na ishod nije nužno motivacijski štetna, osobito ne, ako je podupire visoka ciljna usmjerenost na zadatak te izražena percipirana kontrola i kompetencija. Ciljna usmjerenost na ishod nije samo povezana sa superiornom izvedbom ili imperativom pobjede, medaljama i statusom, već i vanjskim ciljevima što generira osjećaj pritiska tijekom igre ili natjecanja. Barić (2007) navodi kako je u košarkaškim ekipama motivacijska klima usmjerena prema superiornosti u izvedbi izraženija nego u drugim sportskim igrama. Pritom, autorica pretpostavlja kako je to vjerojatno rezultat utjecaja trenera u subseniorskim selekcijama što se očituje kod mladih sportaša u njihovoj visokoj ciljnoj usmjerenosti na ishod.

Potrebno je napomenuti kako ciljevi ovladavanja zadatkom nisu nužno produktivniji od ciljeva vezanih uz izvedbu (Reeve, 2010). S tim u vezi, „nastojanje da se ostvare ciljevi usmjereni na pristupanje bilo da se radi o ciljevima vezanim za ovladavanjem zadatkom ili onima vezanim za izvedbu - proizvodi pozitivniji i produktivniji samoregulacijski stil od nastojanja da se ostvare ciljevi izbjegavanja izvedbe" (Reeve, 2010, str. 186). U skladu s tim, „ciljevi ovladavanja zadatkom i ciljevi vezani uz izvedbu olakšavaju postignuće i pozitivne životne ishode, dok ih ciljevi izbjegavanja izvedbe otežavaju" (Sansone i Harackiewicz, 2000; prema Reeve, 2010, str. 186).

Pretpostavlja se da se socijalna i povijesna kohorta u kojoj sportaši žive, treniraju i natječu, *ego* motivacijska klima i trenerovo rukovodeće ponašanje, koje je usmjereno isključivo na ishod, internaliziraju kod pojedinca što može utjecati na njegovu sportsku motivaciju i ciljnu usmjerenost. Sportaše koji žive u okolini u kojoj se cijene *instant* rezultati, a ne favorizira

dugotrajno ulaganje napora primarno obilježava ciljna usmjerenost na ishod. S tim u vezi, osoba usmjerena na rezultat pokušava realizirati vlastitu superiornost u izvedbi nad protivnicima, ali i nad svojim suigračima (Barić i Horga, 2006; Šilić, 2014). Isto tako, pojedinac usmjeren na rezultat pokušava pod svaku cijenu očitovati visoke sposobnosti i izbjeći očitovanje nižih sposobnosti (Šilić, 2014). Za razliku od ciljne usmjerenosti na ishod sportaši ciljno usmjereni na zadatak (ovladavanje vještinama) sposobni su se usredotočiti na proces učenja u sklopu sportske pripreme te na uspješno obavljanje zadataka u igri.

U motivacijskoj strukturi igrača juniorske u odnosu na seniorsku dob, čini se da prevladavaju više vanjski razlozi (pobjeda, socijalni razlozi) povezani sa ekstrinzičnom motivacijom. *Ego* orijentiranost je povezana sa vanjskom motivacijom gdje je participacija u nekoj aktivnosti kontrolirana vanjskim razlozima (novac, trofeji, ocjena).

Pretpostavlja se kako košarkaše juniorske dobi u Hrvatskoj pokreće imperativ pobjede, koji je vjerojatno produkt interakcijskih efekata koje potiču kontekstualni faktori (roditelji, treneri, učitelji, vršnjaci). U psihologiji sporta poznato je kako uspjeh sportaša povećava, a neuspjeh smanjuje njegovu intrinzičnu motivaciju (Horga, 2009).

Istraživači ličnosti mladih sportaša upućuju da se u radu sa subseniorskim selekcijama treba primarno poticati ciljna usmjerenost na zadatak, razvoj samodjelotvornosti, samopouzdanja i neovisnosti, a ciljna usmjerenost na rezultat treba biti na drugom mjestu po važnosti (Cox, 2012). Poticanje poželjnog motivacijskog obrasca zahtijeva da ekspertni treneri u košarci budu u procesu sportske pripreme usmjereni na unaprjeđivanje izvedbe pojedinog igrača i cijele momčadi, kao i na stvaranje motivacijske klime savladavanja vještina te na poticanje autonomije, potrebe za kompetencijom i interakcije s drugima kod igrača što može biti presudno za njihov razvoj ličnosti i funkcioniranje ličnosti u sportskom okruženju.

Važno je istaknuti da se ciljna usmjerenost razvija u kasnom djetinjstvu (oko 12. godine) zavisno o kognitivnoj zrelosti pojedinca (Sorić, 2014). Pritom, sportaševa percepcija motivacije trenera i motivacijska klima koju trener oblikuje u procesu sportske pripreme može odrediti motivacijsku usmjerenost sportaša. Trener rukovodećim ponašanjem utječe na emocionalno, kognitivno i motivacijsko stanje igrača u sportskom kontekstu. S tim u vezi, ekspertni treneri moraju procjeniti koje kombinacije vještina (motoričkih, kognitivnih, emocionalnih i perceptivnih) pojedini sportaš treba automatizirati da bi simultano uspješno obavljao višestruke zadatke u igri na jednoj ili više pozicija u igri.

Ciljna usmjerenost na zadatak ili učenje omogućava kontinuirano unaprjeđivanje uređenog niza vještina koji su preduvjet uspješnog obavljanja zadataka u igri i važan je motivacijski faktor jer pojačava intrinzičnu motivaciju i adaptivne reakcije, dok je ciljna usmjerenost na rezultat smanjuje i neutralizira (Barić, 2007), ali ne u svim situacijama. Vjerojatno trenerovo ponašanje koje je usmjereno na motivacijsku klimu ovladavanja vještinama potiče kod igrača samoregulativne sposobnosti i vještine.

Vjerojatno bi bilo primjerenije u razvoju pojedinog sportaša da se izraženost ciljne usmjerenosti na ishod povećava prijelazom iz nižih na više razine natjecanja. Duda (1989) ističe kako sportaši smatraju da je glavna svrha sporta unaprijediti natjecateljski duh (engl. *competitive spirit*) i naglasiti važnost pobjede pod svaku cijenu. Pritom, autorica pretpostavlja da je sudjelovanje u sportu važno sredstvo za viši socijalni status i mobilnost karijere (engl. *career mobility*).

Pretpostavka je da ako sportaš sebe percipira nekompetentnim, tada izražena ciljna usmjerenost na ishod može imati negativne efekte na izvedbu i na sportsko postignuće. Isto tako, Duda (1989) upućuje da su sportaši koji imaju izraženu ciljnu usmjerenost na zadatak skloni vjerovati da sport treba poučavati ljude (sportaše) suradnji s drugima, slijeđenju pravila te ovladavanju vještinama. Također, autorica tvrdi na temelju dosadašnjih empirijskih istraživanja kako je perspektiva timske usmjerenosti na zadatak kompatibilna s viđenjem da domene sportskog i akademskog uspjeha trebaju poticati društvenu odgovornost i važnost osobnog ovladavanja vještinama. Takav pojedinac ne procjenjuje svoje sposobnosti u odnosu na druge, već implicira da je ciljna usmjerenost na zadatak povezana s uvjerenjem da sport uči pojedinca da radi s drugima i da pomaže drugima. Pojedince ciljno usmjerene na zadatak obilježava veće ulaganje napora što znači i veće mogućnosti ovladavanja vještinama (Nicholls, 1984a, 1984b).

Igrači juniorske dobi u našem sportskom i globalnom okruženju percipiraju sport kao sredstvo dosezanja uspješne karijere i popularnosti. Nadalje, na ciljnu usmjerenost na ishod mogu utjecati treneri specifične motivacijske usmjerenosti koji stvaraju visoku *ego* motivacijsku klimu u procesu sportske pripreme te time potiču vanjsku ili ekstrinzičnu motivaciju. Duda (1989) ukazuje da osoba ciljne usmjerenosti na ishod ima potrebu da bude najbolja te da sportaš ciljne usmjerenosti na ishod percipira da sport treba pokazati ljudima kako „biti bolji od drugih“. Pritom, kod sportaša izražene ciljne usmjerenosti na ishod naglasak je u pokazivanju više razine kompetentnosti.

Nalazi pokazuju da je sportska uključenost glavni kriterij priznanja i popularnosti samo kod adolescenata (Coleman, 1961; Eitzen, 1976; Feltz, 1979; Thirer i Wright, 1985). Isto tako, Duda (1989) ukazuje da istraživanja u domeni postignuća srednjoškolskih sportaša sugeriraju da postoji koncepcijski dosljedan odnos između sportaševih ciljnih perspektiva i njegovih stavova koji se tiču svrhe sporta. U skladu s tim, autorica navodi da ako treneri, edukatori tjelesne kulture i sportski administratori žele mlade sportaše povezati s sudjelovanjem u sportu sa porukom „što ima tu za mene" (engl. *„what's in it for me?"*) tada se promicanje ciljne usmjerenost na ishod čini najboljom. Isto tako, Duda (1989) tvrdi da ako lideri u oblikovanju iskustva školskog sporta žele da mladi ljudi osjećaju kako sport treba poučiti ljude da pokušaju ostvariti svoj potencijal, da surađuju, poštuju pravila i da postanu model za druge građane, onda je ciljna usmjerenost na zadatak opravdana.

Empirijska istraživanja pokazuju da je važnost ovladavanja vještinama i osobnog poboljšanja u sportu (ciljna usmjerenost na zadatak) pozitivno povezana s uvjerenjima da bi sport trebao povećati samopoštovanje s jedne strane, dok je ciljna usmjerenost na ishod pozitivan prediktor uvjerenja kako bi uključenost u sportu trebala unaprijediti nečije samopoštovanje i socijalni status (Duda, 1989). Za razliku od *ego* orijentiranosti, *task* orijentiranost je povezana sa unutrašnjom motivacijom (unutrašnji razlog participacije zbog uživanja koje se postiže aktivnošću, a bez nakane da se postigne neka vanjska nagrada). U motivacijskoj strukturi igrača koji imaju izraženu *task* orijentiranost, postoje u prvom redu unutrašnji razlozi, kao što su razvoj vještina, uzbuđenje i aktivnost sama po sebi. Pretpostavlja se kako su igrači juniorske i seniorske dobi određeni istodobno sa međudjelovanjem intrinzičnih i ekstrinzičnih razloga kada participiraju u košarkaškoj igri.

U odnosu na drugi istraživački problem koji je za cilj imao ispitati razlikuju li se igrači različite dobi i pozicija u igri s obzirom na osobine ličnosti i motivacijske dimenzije postavljene su dvije osnovne i četiri pomoćne hipoteze. S tim u vezi, s obzirom na empirijske nalaze djelomično su prihvaćene osnovne hipoteze **2a** (*Ne očekuju se značajne razlike u osobinama ličnosti i motivacijskim dimenzijama između igrača juniorske i seniorske dobi*) i **2b** (*Ne očekuju se značajne razlike u osobinama ličnosti i motivacijskim dimenzijama između igrača na vanjskim i unutarnjim pozicijama*). Nadalje, djelomično su prihvaćene pomoćne hipoteze $\mathbf{2a_1}$ (*Ne očekuju se značajne razlike u osobinama ličnosti i motivacijskim dimenzijama između igrača juniorske i seniorske dobi na vanjskim pozicijama*) i $\mathbf{2b_2}$ (*Ne očekuju se značajne razlike u osobinama ličnosti i motivacijskim dimenzijama između igrača na vanjskim i unutarnjim pozicijama seniorske dobi*). U konačnici, u potpunosti su prihvaćene

pomoćne hipoteze **$2a_2$** (*Ne očekuju se značajne razlike u osobinama ličnosti i motivacijskim dimenzijama između igrača juniorske i seniorske dobi na unutarnjim pozicijama*) i **$2b_1$** (*Ne očekuju se značajne razlike u osobinama ličnosti i motivacijskim dimenzijama između igrača na vanjskim i unutarnjim pozicijama juniorske dobi*).

Ishodišno pitanje provedenog istraživanja je jesu li dobivene razlike u osobinama ličnosti (Savjesnost i Neuroticizam) i motivacijskim dimenzijama (motiv za postizanje uspjeha, motiv za postizanje dominacije i ciljna usmjerenost na ishod), u odnosu na dob i pozicije u igri, rezultat kauzalne veze između odabira igrača i stupnja izraženosti navedenih temeljnih osobina ličnosti i motivacijskih dimenzija ili je moguće da višegodišnji proces sportske pripreme generira multidimenzionalne i višesmjerne promjene (blagi rast ili blago opadanje) u navedenim psihološkim obilježjima ličnosti sportaša. Vjerojatno višegodišnji sustav obavljanja određenih zadataka unutar pozicija i uloga u igri (iskustvo, učenje i vježbanje) može utjecati na promjene neurobioloških mehanizama koji su u pozadini pojedinih psiholoških obilježja ličnosti (Viru, 1995). Nadalje, sasvim je izvjesno da su zahtjevi u seniorskoj ili profesionalnoj košarci takvog tipa da traže višu razinu interakcije između suigrača i veće adaptivne sposobnosti nego zahtjevi u juniorskoj dobi. U vrhunskoj seniorskoj košarci prisutna je "psihoza" rezultata koja se vjerojatno više reflektira na vanjske nego na unutarnje igrače jer su odgovorni za upravljanje organizacijom igre i za razigravanje suigrača. Stoga, moguće je da su zahtjevi u odabiru vanjskih igrača usmjereni na tipove igrača koji su emocionalno stabilni i koji imaju izraženiju Savjesnost, motiv za postizanje uspjeha i motiv za postizanje dominacije što je moguće opservirati i procjenjivati na treningu i utakmici. Vanjski igrači u košarci na svakom situacijskom treningu i natjecanju s obzirom na pozicije i zadatke unutar uloga u igri uče i stječu natjecateljska iskustva za koja se pretpostavlja da potiču savjesno ponašanje u provedbi organizacije igre. U profesionalnoj košarci sve veću važnost u odabiru igrača imaju visoka Emocionalna stabilnost i Savjesnost jer što je teži zadatak (npr. veća razina natjecanja, igranje na višestrukim pozicijama i ulogama u igri) to adaptacijske i radne sposobnosti imaju veći značaj.

Zaključno, važno je istaknuti kako procesom selekcije "na svakoj višoj razini sportske piramide ličnosti sportaši postaju sličniji i homogeniji po svojim osobinama" (Cox, 2012, str. 33) što upućuje na smanjene razlike u prosječnim tendencijama u njihovom ponašanju.

8.3. Relacije između osobina ličnosti i motivacijskih dimenzija

Istraživači ličnosti i kineziolozi imaju za cilj ispitati:

1. Kakva je povezanost između osobina ličnosti,
2. Kakva je povezanost između motivacijskih dimenzija,
3. Kakva je povezanost između osobina ličnosti i motivacijskih dimenzija.

Pritom je važno istaknuti da su „pet temeljnih dimenzija ličnosti (Ekstraverzija, Ugodnost, Savjesnost, Emocionalna stabilnost/Neuroticizam i Intelekt/Otvorenost) povezane sa širokim rasponom ponašanja uključujući učenje i akademsko postignuće“ (Sorić, Penezić i Burić, 2013, str. 331) odnosno izvedbu i sportsko postignuće (Piedmont, Hill i Blanco, 1999). To stoga što „karakteristike ličnosti utječu na to kakve ćemo reakcije imati“ (Penezić, Slišković i Kevrić, 2013, str. 90) što u interakcijskim sportovima utječe na socijalnu i *task* kohezivnost, individualnu i timsku izvedbu, kolektivnu učinkovitost i sportsko postignuće (Mullen i Cooper, 1994; Carron i sur., 2002; Tušak, Misja i Vičić, 2003; Shaw, Gorely i Corban, 2005; Horga, 2009; Weinberg i Gould, 2011).

Raniji empirijski nalazi ukazuju na postojanje veze između osobina ličnosti i motiva (Winter i sur., 1998; Judge i Ilies, 2002; Musson, Sandal i Helmreich, 2004; Ingledew, Markland i Sheppard, 2004; Hart i sur., 2007; Wang i Erdheim, 2007; Ingledew i Markland, 2008). Pretpostavlja se da osobina Savjesnost facilitira ponašanje usmjereno na zadatak i ponašanje usmjereno na cilj (Benet-Martinez i John, 1998) te vjerojatno kanalizira motiv postizanja uspjeha što vodi prema kompetenciji i sportskom postignuću. Osim navedenog, pretpostavlja se da sportaši koji imaju visoku Savjesnost, visok motiv za postizanje uspjeha, niski motiv za izbjegavanje neuspjeha, kao i visoku *task* orijentiranost te motive pokušavaju usmjeravati kroz konzistentnost u učenju i vježbanju te stabilnost u izvedbi.

Stručnjake i znanstvenike-praktičare u sportu interesira kakvi su odnosi između osobina ličnosti i motivacijskih dimenzija. Sa praktičnog stajališta, stručnjake interesira jesu li savjesni sportaši više *task* orijentirani, kao i jesu li neurotični sportaši više *ego* orijentirani. Na ta pitanja nastoji se odgovoriti koristeći korelacijske istraživačke nacrte u kojima se „pokušava direktno identificirati odnos između dvije ili više varijabli“ (Larsen i Buss, 2008, str. 48). Pritom, korelacijska istraživanja se odnose, ne samo na posebnu statističku mjeru (korelaciju), već i na istraživačku strategiju. Iz sportske prakse i istraživačkih nalaza znamo kako sportaši koji iskazuju neurotično ponašanje vjerojatno posjeduju nižu Ugodnost i Savjesnost (Wang i Erdheim, 2007). Isto tako, Cox (2012) navodi kako postoji pozitivna

povezanost između Emocionalne stabilnosti, samopouzdanja i samopoštovanja te između Emocionalne stabilnosti i mentalne čvrstoće što upućuje da su sportaši koji pokazuju visoko samopouzdanje i mentalnu čvrstoću nisko anksiozni.

Ovim istraživanjem pokušat će se odgovoriti i na pitanja koja uključuju povezanost između osobina ličnosti, povezanost između motivacijskih dimenzija te povezanost osobina ličnosti i motivacijskih dimenzija. Na ta pitanja isključivo se može odgovoriti putem korelacijskog nacrta istraživanja koji „ne omogućuje zaključivanje o kauzalnim odnosima između ispitivanih mjera“ (Penezić, Slišković i Kevrić, 2013, str. 91). Zato postoje najmanje dva razloga od kojih je jedan problem smjera (engl. *directionality problem*), a drugi problem treće varijable (engl. *third variable problem*).

Pretpostavlja se kako osobina Neuroticizam (sklonost brizi i anksioznosti) nasuprot Emocionalnoj stabilnosti može generirati razliku u načinu na koji se pojedini motivi izražavaju, npr. u kombinaciji/interakciji s visokim Neuroticizmom visok motiv izbjegavanja neuspjeha, nizak motiv za postizanje uspjeha i niska ciljna usmjerenost na učenje se može povezati sa niskim postignućem i neadaptivnim obrascima ponašanja, dok se u kombinaciji/interakciji s niskim Neuroticizmom nizak motiv izbjegavanja neuspjeha, visok motiv za postizanje uspjeha i visoka ciljna usmjerenost na učenje može povezati sa visokim postignućem i adaptivnim obrascima ponašanja.

Sportaševo suočavanje s trenažnim i natjecateljskim stresom koje je sastavni dio procesa sportske pripreme vjerojatno je u negativnoj korelaciji s osobinom Neuroticizam te može biti od presudne važnosti u razvoju sportaševe karijere. Pozitivan osjećaj kontrole u situacijama koje generiraju visoki trenažni i natjecateljski stres nije samo povezan sa genskim potencijalom, već i sa stanjem pripremljenosti pojedinog sportaša.

U ovom korelacijskom istraživanju identificirani su odnosi između temeljnih osobina ličnosti, između motivacijskih dimenzija te između temeljnih osobina ličnosti i motivacijskih dimenzija.

***

U području osobina ličnosti rezultati korelacijskih analiza upućuju na postojanje umjerene pozitivne povezanosti Ekstraverzije s osobinama Savjesnost i Otvorenost te Savjesnosti s osobinama Ugodnost i Otvorenost. Rezultati provedenog istraživanja na košarkašima potvrđuju ranije nalaze o pozitivnoj povezanosti Ekstraverzije i Savjesnosti (0.20) te Ekstraverzije i Otvorenosti (0.20) (Wang i Erdheim, 2007). Također, Ingledew i Markland

(2008) pronašli su pozitivnu korelaciju Ekstraverzije s osobinama Savjesnost (0.14) i Otvorenost (0.25) te Ugodnosti i Savjesnosti (0.26). Dosadašnja korelacijska istraživanja na hrvatskoj populaciji koja su koristila upitnik *BFI* u skladu su s dobivenim rezultatima ovog istraživanja. Tako su, primjerice, Kardum, Gračanin i Hudek-Knežević (2008) u istraživanju na uzorku studenata muškog spola utvrdili umjerenu pozitivnu povezanost Ekstraverzije s osobinama Savjesnost (0.39) i Otvorenost (0.34) te nisku pozitivnu povezanost osobine Savjesnost s osobinama Ugodnost (0.20) i Otvorenost (0.23).

Negativna međusobna povezanost potvrđena je između osobine Neuroticizam s osobinama Ugodnost, Savjesnost i Ekstraverzija. Navedeni dobiveni rezultati su u skladu s ranijim istraživanjima. Tako primjerice, Ingledew i Markland (2008) su potkrijepili negativnu korelaciju Neuroticizma s osobinama Ugodnost (-0.53), Savjesnost (-0.32) i Ekstraverzija (-0.22). Također, Wang i Erdheim (2007) potvrdili su negativnu povezanost osobina Neuroticizam i Ekstraverzija (-0.28), Neuroticizam i Ugodnost (-0.28), kao i osobina Neuroticizam i Savjesnost (-0.22). U NEO-PI-R domeni rezultati na Neuroticizmu i Savjesnosti koreliraju visokih -0.53 (Costa i McCrae, 1992). Nalazi ovog korelacijskog istraživanja potvrđuju rezultate dobivene na hrvatskoj populaciji. U skladu s tim, Kardum, Gračanin i Hudek-Knežević (2008) upućuju na umjerenu negativnu povezanost Neuroticizma s osobinama Ugodnost (-0.45) i Savjesnost (-0.35) te nisku negativnu povezanost između osobine Neuroticizam i Ekstraverzije (-0.29).

Istraživački nalazi u području motivacijskih dimenzija pokazuju umjerenu pozitivnu povezanost između motiva za postizanje uspjeha s ciljnom usmjerenosti na zadatak i motivom za postizanje dominacije, te nisku korelaciju motiva za postizanje uspjeha s ciljnom usmjerenosti na ishod i motivom za izbjegavanje neuspjeha. Dobiveni rezultati su u skladu s ranijim nalazima. Tako primjerice, Tušak (1997) navodi pozitivne korelacije motiva za postizanje uspjeha s motivom za postizanje dominacije (0.53), ciljnom usmjerenosti na zadatak (0.42) i ciljnom usmjerenosti na ishod (0.29). Nadalje, Willis (1982) upućuje na visoku pozitivnu povezanost motiva za postizanje uspjeha i motiva za postizanje dominacije (0.50). Isto tako, rezultati ovog istraživanja upućuju na značajne, ali niske pozitivne korelacije između ciljne usmjerenosti na zadatak s motivom za postizanje dominacije, ciljnom usmjerenosti na ishod i motivom za izbjegavanje neuspjeha. U skladu s tim, Tušak (1997) navodi pozitivnu korelaciju između ciljne usmjerenosti na zadatak s motivom za postizanje dominacije (0.33) i ciljnom usmjerenosti na ishod (0.23). S tim u vezi, Hidi i Harackiewicz

(2000) tvrde da odnos ciljne usmjerenosti na zadatak i ciljne usmjerenosti na ishod nije sasvim jasan.

U području povezanosti između osobina ličnosti i motivacijskih dimenzija motiv za postizanje uspjeha umjereno je pozitivno povezan s osobinama Ekstraverzija, Savjesnost i Otvorenost. Također, motiv za postizanje dominacije je umjereno pozitivno povezan s osobinama Ekstraverzija i Savjesnost te nisko s osobinom Otvorenost, dok je motiv za izbjegavanje neuspjeha umjereno pozitivno povezan s osobinom Neuroticizam. Isto tako, ciljna usmjerenost na ishod u niskoj je pozitivnoj korelaciji s osobinom Otvorenost, a ciljna usmjerenost na zadatak umjereno pozitivno korelira s osobinom Savjesnost te nisko s Ekstraverzijom. S druge strane, niska negativna korelacija je utvrđena između motiva za izbjegavanje neuspjeha i osobine Ugodnost.

Dobiveni rezultati su u skladu s ranijim nalazima (primjerice, Musson, Sandal i Helmreich, 2004) koji potvrđuju pozitivnu povezanost osobina Ekstraverzija i Savjesnost s ciljnom usmjerenosti na zadatak. Također, nalazi su relativno usporedivi s istraživanjem u kojem Wang i Erdheim (2007) navode pozitivnu korelaciju ciljne usmjerenosti na učenje (engl. *learning goal orientation*) s osobinom Ekstraverzija (0.19) i ciljne usmjerenosti na izbjegavanje (engl. *avoiding goal orientation*) s osobinom Neuroticizam (0.19). Potrebno je naglasiti kako literatura upućuje da je odnos motivacije sa osobinama Ugodnost i Otvorenost praktički još uvijek neistražen (Judge i Ilies, 2002).

***

U skladu s ranijim nalazima, ovo istraživanje potkrijepilo je očekivane odnose između temeljnih osobina ličnosti, između motivacijskih dimenzija te između temeljnih osobina ličnosti i motivacijskih dimenzija.

Istraživački nalazi ovog rada upućuju kako u odnosu na treći istraživački problem koji je za cilj imao ispitati kakav je odnos između osobina ličnosti i motivacijskih dimenzija djelomično su prihvaćene hipoteze **3a** (*Očekuje se pozitivna povezanost Ekstraverzije, Savjesnosti, Emocionalne stabilnosti i Otvorenosti sa motivom za postizanje uspjeha, motivom za postizanje dominacije i ciljnom orijentiranosti na zadatak*), **3b** (*Očekuje se negativna povezanost Ekstraverzije, Ugodnosti, Savjesnosti, Emocionalne stabilnosti i Otvorenosti sa motivom za izbjegavanje neuspjeha*) i **3d** (*Očekuje se pozitivna povezanost visoke Ekstraverzije i niske Ugodnosti sa motivom za postizanje dominacije*). Nadalje, u potpunosti

se ne prihvaća hipoteza **3c** (*Očekuje se negativna povezanost Ekstraverzije, Ugodnosti, Savjesnosti i Emocionalne stabilnosti sa ciljnom orijentiranosti na rezultat*).

Nadalje, provedena kanonička analiza generirala je dva para kanoničkih faktora i očekivane nalaze. Prvi i drugi par kanoničkih faktora prikladno je smjestiti u sportski kontekst funkcioniranja ličnosti sportaša. Njihovo objašnjavanje zahtijeva poznavanje osobinskih modela ličnosti i teorije motivacije postignuća, kao i njihovih odnosa.

Prvi par kanoničkih faktora hipotetski obuhvaća dva različita skupa varijabli, temeljne osobine ličnosti Savjesnost, Ekstraverzija i Otvorenost te motiv za postizanje dominacije i motiv za postizanje uspjeha, kao i ciljnu usmjerenost na zadatak koji utječu na sportaševu interakciju i adaptaciju na zahtjeve u natjecateljskom okruženju. U ovom istraživanju dobivena pozitivna povezanost između temeljnih osobina ličnosti i motivacijskih dimenzija je u suglasju sa nalazima koje su utvrdili Musson, Sandal i Helmreich (2004), a koji sugeriraju pozitivnu povezanost osobine Ekstraverzija, Otvorenost i Savjesnost s ciljnom orijentiranosti na zadatak. Navedeni integralni faktor obuhvaća pozitivne aspekte ličnosti i upućuje na specifičnu kombinaciju osobina ličnosti i motivacijskih dimenzija koja primarno određuje tendenciju doživljavanja pozitivnih emocija, sklonost prilazećem ponašanju (spremnost za djelovanje), tendenciju postizanja ciljeva u području učenja i vježbanja te kreativno, fleksibilno, maštovito i prosocijalno ponašanje u sportskom okruženju. S tim u vezi, sportaši koji imaju izraženu Savjesnost, Ekstraverziju i Otvorenost te ciljnu usmjerenost na zadatak, visok motiv za postizanje uspjeha i visok motiv za postizanje dominacije vjerojatno će tijekom karijere pokazivati socijalno ponašanje koje je važno za pouzdanost, društvenost i otvorenost u povećanju pozitivnih afekata, kao i za uspješnu interakciju u grupi. Isto tako, takvi pojedinci će očitovati sklonost uključivanja u izazovne situacije. Vjerojatno navedena specifična kombinacija osobina ličnosti i motivacijskih dimenzija određuje razlike između sportaša u interaktivnom ponašanju, kao i razlike u usmjerenosti na učenje, vježbanje i napredovanje u obavljanju zadataka unutar pozicija i uloga u igri. Tako primjerice, u višegodišnjem sustavnom procesu sportske pripreme nužno je kod sportaša poticati povećanje psihološke spremnosti za djelovanje. To zahtijeva poticanje razvoja izraženosti osobina ličnosti, motiva, kao i neinhibiranog temperamenta koji utječu na prilazeće emocije i ponašanje (nada, ponos i anticipacija zadovoljstva). Važno je istaknuti kako razlike u temperamentu djece mogu biti povezane s konstitucionalnim razlikama koje mogu činiti „jezgru“ kasnijih razlika u ličnosti (npr. inhibirani nasuprot neinhibiranom temperamentu).

Smatramo kako su izražena osobina Savjesnost i visoka razina motiva za postizanje uspjeha, motiva za postizanje dominacije i ciljne usmjerenosti na zadatak vjerojatno presudni za „preživljavanje“ pojedinog igrača u vrhunskoj košarci jer određuju način treniranja što brojni ekspertni treneri percipiraju najvažnijim preduvjetom za napredovanje u izvedbi. S druge strane, pojedinci (sportaši) koji su nepouzdani, neorganizirani i nedisciplinirani mogu biti manje motivirani ili čak i manje sposobni zadovoljiti zahtjeve u sportskom okruženju.

Osobine Ekstraverzija i Otvorenost odražavaju tendenciju za novosti i mogu biti posljedično povezane s plastičnošću ili fleksibilnošću u ponašanju i kogniciji (DeYoung, Peterson, Higgins, 2002). Također, autori upućuju kako su navedene osobine ličnosti povezane s smanjenom latentnom inhibicijom (engl. *linked to reductions in latent inhibition*). Nadalje, sugeriraju da je Otvorenost široka domena koja je više povezana sa kreativnošću i divergentnim mišljenjem, dok je Ekstraverzija povezana s pozitivnom afektivnošću i osjetljivošću na poticaje. Postavlja se pitanje je li Ekstraverzija, kao temeljna dimenzija ličnosti, povezana s aktivnošću dopamina, kao i je li nedostatak dopamina povezan s niskom motivacijom - deficit u poticajnoj motivaciji (Pervin, Cervone i John, 2008). Reeve (2010, 2015) navodi kako su četiri neurotransmiterska puta relevantna za motivaciju: dopamin, serotonin, norepinefrin i endorfin. Važno je istaknuti kako postoji povezanost između testosterona i motiva za postizanje uspjeha i motiva za postizanje dominacije (Larsen i Buss, 2008; Cervone i Pervin, 2008). Osim toga, navedena dva motiva energiziraju i usmjeravaju ponašanje sportaša u procesu sportske pripreme.

Pretpostavlja se kako igrači koji imaju izraženu Otvorenost funkcioniraju kao osobe fleksibilnih, širokih i dubokih pogleda u sportskom kontekstu te su otvoreniji svim vrstama iskustva, inventivniji, originalniji, maštovitiji, skloni eksperimentiranju i personalnom razvoju. Vjerojatno su takvi sportaši skloniji novim trenažnim i natjecateljskim iskustvima te imaju visoku potrebu za razumijevanjem. Pritom, ne boje se novih ideja te su fleksibilniji u kogniciji i ponašanju.

Motivacijski faktor ciljna usmjerenost na zadatak, učenje vještina i majstorstvo povezan je s prosocijalnim vrijednostima u sportu (Duda, 1989) te potiče razvoj samokontrole i prihvaćanje prosocijalnih stavova (Horga, 2009). Također, ciljna usmjerenost na učenje usmjerava pažnju sportaša na ovladavanje vještinama, kao i na zadatke na pojedinoj ili višestrukim pozicijama i ulogama u igri. Kao takva facilitira doživljavanje pozitivnih emocija tijekom učenja i vježbanja te smanjuje pojavu negativnih emocija (npr. dosada, ljutnja).

Istraživački nalazi upućuju kako visoka ciljna usmjerenost na zadatak predstavlja poželjni motivacijski obrazac u sportu (Deci i Ryan, 1985; Duda, 1993; Tušak, 1997; Barić, 2007).

U procesu sportske pripreme, konzistentno, odgovorno, ustrajno i uspješno obavljanje zadataka u igri, vjerojatno je moguće najbolje predvidjeti pomoću stupnja izraženosti osobine Savjesnost, kao i na temelju razine motivacijskih dimenzija (ciljna usmjerenost na zadatak, motiv za postizanje uspjeha i motiv za postizanje dominacije) te na osnovi percepcije razine razvijenosti sportsko-specifičnih sposobnosti i vještina. Za sportaše koji imaju izraženu Savjesnost u kombinaciji s visokom motivacijom za postignuće vjerojatno je da će postizati stabilniju izvedbu u odnosu na sportaše podjednakih sposobnosti i vještina, ali niske Savjesnosti i niske motivacije za postignućem.

Pretpostavlja se da razlike u stupnju izraženosti osobina ličnosti i motivacijskih dimenzija kauzalno utječu na životna (sportska) iskustva te na psihološki razvoj pojedinca. Također, kombinacija/interakcija osobina ličnosti i motivacijskih dimenzija čini važan dio ličnosti sportaša i njegovog funkcioniranja pod pritiskom izvedbe i sportskog postignuća.

Bez obzira što je petofaktorski model kritiziran zbog nedovoljnog doprinosa razumijevanju psihičkih procesa koji su u pozadini pet osobina ličnosti pokušat ćemo povezati dispozicijsku, biološku, prilagodbenu, kognitivno-doživljajnu i socijalno-kulturalnu domenu. Pritom, na temelju dosadašnjih istraživanja prvotno ćemo interpretirati biološku osnovu (engl. *biological bases*) osobina ličnosti i motivacijskih dimenzija. S tim u vezi, objašnjavanje osobina ličnosti moguće je na temelju fizioloških i biokemijskih mehanizama (Eysenck, 1991; Fulgosi, 1994) koji se odnose na procese ličnosti. Stoga se nameće pitanje koji su biološki sustavi u pozadini navedenih osobina ličnosti i motivacijskih dimenzija koji pridonose individualnim razlikama ličnosti sportaša?

Istraživački nalazi sugeriraju pretpostavku o postojanju povezanosti između osobina ličnosti, motivacijskih sustava i faktora temperamenta (Elliot i Thrash, 2002). Točnije, osobinske modele ličnosti, motivacijske dimenzije i faktore temperamenta moguće je povezati sa specifičnim biološkim procesima (Gray, 1987; Pickering i Gray, 1999). To stoga što su psihološka obilježja pod kontrolom različitih, specificiranih bioloških sustava. Tako primjerice, realno je pretpostaviti i dovesti u vezu prvi par kanoničkih faktora sa sustavom aktivacije ponašanja (BAS) koji odgovara na poticaje, poput znakova za nagradu, regulira ponašanje prilaženja, odnosno motivaciju za pristupanje (Larsen i Buss, 2008). Literatura sugerira kada biološki sustav prepozna podražaj kao potencijalnu nagradu pokreće ponašanje

prilaženja tom podražaju te motivira pojedinčevo pristupajuće ili prilazeće ponašanje, kao i traženje interakcije s drugima.

Sukladno tome, empirijska istraživanja mozga sugeriraju da hipotetski bihevioralni aktivacijski sustav (BAS), za koga se pretpostavlja da regulira ponašanje prilaženja ili pristupanja (engl. *regulates approach behavior*), visoko korelira s Ekstraverzijom i temperamentom Pozitivna emocionalnost (Elliot i Thrash, 2002; Larsen i Buss, 2008; Pervin, Cervone i John, 2008). Nadalje, Elliot i Trash (2002) upućuju da su provedena brojna istraživanja koja su ispitivala takve veze i da su pronađeni pozitivni odnosi između varijabli Ekstraverzija i faktora temperamenta Pozitivna emocionalnost (Watson i Clark, 1993; Clark i Watson, 1999; Gable, Reis i Elliot, 2002) koja je povezana s relativno većom aktivnošću lijeve hemisfere mozga (Davidson, 1992). Također, postoje pozitivni odnosi između varijabli Ekstraverzija i BAS (Corulla, 1987; Ball i Zuckerman, 1990; Diaz i Pickering, 1993; Carver i White, 1994; Stallings i sur., 1996; Corr, Pickering i Gray, 1997; Jorm i sur., 1999; Gomez, Cooper i Gomez, 2000; Fruyt, Van De Wiele i Van Heeringen, 2000; Gable, Reis i Elliot, 2002; Reeve, 2010, 2015), kao i između faktora temperamenta Pozitivna emocionalnost i BAS-a (Carver i White, 1994).

Recentna istraživanja sugeriraju kako se veća ili manja ekstravertiranost temelje na pobudljivosti živčanog sustava (Larsen i Buss, 2008). Novija istraživanja upućuju na to da je razlika introverta i ekstroverta više u pobudljivosti živčanog sustava (engl. *arousability of their nervous system*). S tim da ekstraverti pokazuju manju pobudljivost (engl. *lesser arousability*) ili reaktivnost (engl. *reactivity*) na iste razine senzorne stimulacije od introverata (Larsen i Buss, 2008, 2014). S tim u vezi, Reeve (2010, str. 62) upućuje da „negativni životni (sportski) događaji podražuju BIS, a pozitivni životni događaji podražuju BAS.“

Točnije, Elliot i Trash (2002) pretpostavljaju da Ekstraverzija, Pozitivna emocionalnost i bihevioralno aktivacijski sustav (BAS) dijele istu osnovnu jezgru - opću neurobiološku osjetljivost za pozitivne/poželjne (tj. nagrada) podražaje. Pritom, Reeve (2010, str. 69) tvrdi da su „moždane strukture povezane s pozitivnim osjećajima i motivacijom za približavanje uključuju hipotalamus, medijalni snop prednjeg mozga, septalno područje, moždanu koru i lijevi prefrontalni korteks.“ Nadalje, isti autor navodi da oslobađanje dopamina stvara pozitivne osjećaje i prema cilju usmjereno ponašanje približavanja. Isto tako, razine neurotransmitera su povezane sa trenažnim i natjecateljskim stresom i same po sebi mogu uzrokovati specifične individualne razlike u ličnosti (Larsen i Buss, 2008). Međutim, nije

znanstveno primjereno pretpostavljati jednostavnu linearnu vezu između osobina ličnosti i motivacijskih dimenzija i razina pojedinog neurotransmitera.

U konačnici, prvi par kanoničkih faktora strukturiran je od kombinacija osobina ličnosti i motivacijskih dimenzija koje zahtijevaju različite razine objašnjenja u rasponu od sinapse (molekularni pristup) do cijelog mozga (molarni pristup). Pretpostavlja se da navedene kombinacije osobina ličnosti i motivacijskih dimenzija mogu biti važni prediktori životnih i sportskih ishoda.

Drugi par kanoničkih faktora hipotetski uključuje dva različita skupa varijabli, osobinu Neuroticizam, Ugodnost i Savjesnost (na negativnom polu) te motiv za izbjegavanje neuspjeha (tendencije osjećanja negativnih emocija i povlačenja), kao i motivacijsku dimenziju ciljna usmjerenost na ishod. Vjerojatno igrači koje obilježavaju osobine Neuroticizam, Savjesnost i Ugodnost (na negativnom polu), motiv izbjegavanja neuspjeha i ciljna usmjerenost na ishod otežano funkcioniraju i više variraju u ponašajnim odgovorima (npr. nekonzistentna izvedba). U skladu s tim, ovaj integralni faktor koji uključuje negativne aspekte ličnosti upućuje na kombinaciju/interakciju osobina ličnosti i motivacijskih dimenzija koje mogu biti „dezintegrirajući“ i ometajući faktori u interakciji i adaptaciji sportaša, u socijalizacijskom procesu, u učenju i vježbanju te kod pojedinca spriječiti prihvaćanje normi i pravila ponašanja (niska Savjesnost i Ugodnost). To stoga što se pretpostavlja kako je integritet osobe (sportaša) određen kombinacijom visoke Savjesnosti i niskog Neuroticizma (Larsen i Buss, 2008).

Nadalje, specifična kombinacija psiholoških obilježja koji čine drugi par kanoničkih faktora može usmjeravati ponašanje povezano s bijegom ili izbjegavanjem kao mogućim odgovorom na frustraciju i nesigurnost što uključuje neurobiološku nestabilnost ličnosti te nestabilnost u emocionalnoj i motivacijskoj domeni. Isto tako, pojedinci koji imaju izražena psihološka obilježja koja strukturiraju drugi par kanoničkih faktora vjerojatno izbjegavaju situacije u kojima povratna informacija upućuje na nekompetentnost. Pretpostavlja se kako navedena specifična kombinacija psiholoških obilježja koja čini drugi par kanoničkih faktora može potaknuti razvoj različitih obrambenih mehanizama za zaštitu osjećaja sportaševe vlastite vrijednosti. Tako primjerice, pojedinci pretežno ciljno usmjereni na ishod ili izvedbu koji imaju nisku percipiranu kontrolu i nisku percepciju kompetencije pokazuju najmanje adaptivan emocionalni profil te su emocionalno ranjiviji. Također, takvi sportaši nastoje u sportskoj aktivnosti biti uspješniji od drugih, a u slučaju neuspjeha tendiraju doživljavanju negativnih emocija.

Pretpostavlja se postojanje povezanosti drugog para kanoničkih faktora i sustava inhibicije ponašanja (BIS) koji odgovara na znakove za kaznu, frustraciju i nesigurnost (Larsen i Buss, 2008). Aktivacijom BIS-a, pojedino se ponašanje inhibira ili se potiče izbjegavajuće ponašanje. S druge strane, pojedinci s niskim BIS-om preuzimaju rizik, što je u sportu vjerojatno preduvjet odlučnosti u ponašanju.

Reeve (2010, 2015) navodi da je inhibicija isto što i težnja za izbjegavanje neuspjeha te kako je ustrajnost povezana s niskom vrijednošću motiva za izbjegavanje neuspjeha. Pojedinci koji imaju izražen strah od neuspjeha, u prvom redu usvajaju ciljeve izbjegavanja izvedbe, dok pojedinci s visokim očekivanjima vezanim uz kompetentnost, primarno usvajaju ciljeve ovladavanja zadatkom. Pritom, autor tvrdi da su moždane strukture, koje uključuju amigdalu, hipokampus i desni prefrontalni korteks, povezane s negativnim osjećajima i motivacijom izbjegavanja.

Također, istraživački nalazi upućuju kako Emocionalna nestabilnost i visoka anksioznost pospješuju pritisak na izvedbu kod pojedinog igrača (Jarvis, 1999), kao i izražena *ego* orijentiranost (Barić, 2007). Pretpostavlja se da Neuroticizam, smanjena Savjesnost i Ugodnost mogu inhibirati izražavanje sposobnosti i vještine u procesu sportske pripreme ili smanjiti usmjerenost i mogućnost socijalizacije. Isto tako, epizode povezane s različitim oblicima bijega u kontekstu specifičnog natjecateljskog pritiska ili individualne i kolektivne odgovornosti određene s pozicijom i/ili ulogom u igri mogu biti povezane sa stupnjem izraženosti navedenih osobina ličnosti. Također, pojedinci koji imaju izražen Neuroticizam i Negativnu emocionalnost (NE) doživljavaju više razine negativnih emocija, a svijet oko sebe doživljavaju kao prijetnju ili kao izvor problema i uznemirenosti, dok su osobe s niskim rezultatima na ovim dimenzijama mirne, emocionalno stabilne i zadovoljne same sobom (Elliot i Thrash, 2002). U skladu s tim, pretpostavlja se da sportaši s visoko izraženim Neuroticizmom imaju veća odstupanja u načinu treniranja, pokazateljima izvedbe i sportskom postignuću.

Postavlja se pitanje je li izražen Neuroticizam (za koji se pretpostavlja da ima izvor u limbičkom sustavu) povezan s motivom za izbjegavanje neuspjeha te sa izbjegavanjem aktivnosti za koje se očekuje da imaju neugodne ishode. Pretpostavlja se da to osobito vrijedi za pojedince koji imaju pohranjeno negativno iskustvo i koji su bili izloženi učestalom stresu. Ekspertno znanje i iskustvo trenera u sportu sugerira kako se visoki stupanj izraženosti osobine Neuroticizam i motiva za izbjegavanje neuspjeha očituje u nestabilnoj izvedbi te u neefikasnom suočavanju sa trenažnim i natjecateljskim stresom. Drugo važno pitanje na koje

je potrebno odgovoriti je mogu li iskustva u sportu, kao i višegodišnji trenerski i roditeljski utjecaji te utjecaji višegodišnjeg procesa sportske pripreme poticati stupanj izraženosti uskih (specifičnih) i širokih (temeljnih) osobina ličnosti i motivacijskih dimenzija, osobito tijekom razvojnih razdoblja pretpuberteta i adolescencije kada se razvijaju motivacijski faktori u odnosu na kognitivnu zrelost sportaša. Nalazi na temelju kojih možemo zaključivati o navedenim pretpostavkama mogu se utvrditi longitudinalnim nacrtima istraživanja koji uključuju eksperimentalnu i kontrolnu skupinu ispitanika.

Potrebno je istaknuti da postoje empirijska istraživanja koja potkrepljuju pretpostavku da roditeljski postupci, kao i iskustva, mogu utjecati na razvoj ličnosti tijekom mlađe odrasle dobi (Roberts, 1997; Suomi, 1999; Sorić, 2014). Pretpostavlja se da mozak stvara motivacijska stanja, a motivacija koju doživljavaju sportaši isprepletena je s društvenim kontekstom (Reeve, 2010, 2015). Moždane strukture, neuralni krugovi ili putevi u kojima razni dijelovi mozga komuniciraju preko neurotransmitera (npr. dopamin) i hormona (npr. testosteron) stvaraju, održavaju i reguliraju motivaciju, emocije i raspoloženje (Reeve, 2010, 2015).

Dosadašnji nalazi pokazuju da postoje pozitivni odnosi između osobine Neuroticizam i faktora temperamenta Negativna emocionalnost (Watson i Clark, 1993; Clark i Watson, 1999; Gable i sur., 2002) koja je povezana s relativno većom aktivnošću desne hemisfere mozga (Davidson, 1992). Isto tako, bihevioralno inhibicijski sustav (BIS) visoko korelira s osobinom Neuroticizam (Torrubia i Tobena, 1984; Ball i Zuckerman, 1990; MacAndrew i Steele, 1991; Diaz i Pickering, 1993; Stallings i sur., 1996; Corr, Pickering i Gray, 1997; Heubeck, Wilkinson i Cologon, 1998; Jorm i sur., 1999; Fruyt, Van De Wiele i Van Heeringen, 2000; Gomez, Cooper i Gomez, 2000; Gable i sur., 2002; Larsen i Buss, 2008), kao i faktor temperamenta Negativna emocionalnost s BIS-om (Carver i White, 1994). Nadalje, Elliot i Trash (2002) smatraju da Neuroticizam, Negativna emocionalnost i bihevioralno-inhibicijski sustav (BIS) dijele istu osnovnu jezgru - neurobiološku osjetljivost prema negativnom/nepoželjnom podražaju (npr. kazna). Pritom, posljedica BIS-aktivacije je inhibicija ponašanja (engl. *inhibit behaviour*) ili pojava ponašanja izbjegavanja (engl. *avoidance behaviour*).

Larsen i Buss (2008) navode da empirijska istraživanja sugeriraju kako je relativna osjetljivost bihevioralno inhibicijskog sustava (BIS) izravno povezana s dimenzijom ličnosti Neuroticizam, dok je relativna osjetljivost bihevioralno aktivacijskog sustava (BAS) izravno povezana s kontrolom impulsa (Ugodnost i Savjesnost). Na temelju istraživačkih nalaza, koji

su produkt ranijih studija, Elliot i Trash (2002) upućuju kako konstrukti temperament prilaženja i temperament izbjegavanja predstavljaju temeljne forme motivacije prilaženja i izbjegavanja.

Sa stajališta sportske prakse, vjerojatno je da su stupanj izraženosti i kombinacija psiholoških karakteristika (osobine ličnosti i motivacijske dimenzije) sastavni dio osobitosti sportaša na temelju kojeg se on razlikuju od bilo kojeg drugog sportaša u reakcijama u sportskom kontekstu.

Rezultati sugeriraju kako su sportaši koji imaju kombinacije osobina ličnosti i motivacijskih dimenzija koje strukturiraju drugi par kanoničkih faktora skloni izbjegavanju neuspjeha u kompetitivnim situacijama ili u situacijama mjerenja učinka da bi zaštitili vlastito samopoštovanje (Cox, 2012). Tako primjerice, limbički sustav, posebice amigdala, „koja detektira prijeteće događaje i odgovore na njih“ (Reeve, 2010, str. 57) igra važnu ulogu kod obrambenog ponašanja odnosno motiva za izbjegavanje neuspjeha, kao i kod osobine Neuroticizam. Istraživački nalazi sugeriraju da je amigdala odgovorna za obradu svih emocionalnih podražaja, posebno negativnih, kao što su strah, ljutnja, anksioznost i izbjegavanje (Pervin, Cervone i John, 2008; Reeve, 2010, 2015). Pretpostavlja se da amigdala ima središnju ulogu u uvjetovanju straha što upućuje da postoji povezanost limbičkog sustava s individualnim razlikama u ličnosti sportaša. Nadalje, vjerojatno negativni podražaji previše pobuđuju limbički sustav takvih sportaša te su stoga skloni intenzivnim reakcijama na prijetnju, osobito kad su pod pritiskom izvedbe ili pod imperativom rezultata. Pritom, negativni podražaji mogu uzrokovati motivacijsko stanje vođeno anksioznošću.

Pretpostavlja se da su sportaši s visokim izbjegavajućim emocijama i ponašanjem (tjeskoba, obrana i strah od neuspjeha) osjetljiviji na „prijeteće događaje“ u situacijskom i natjecateljskom kontekstu. Isto tako, sportaši s niskim izbjegavajućim emocijama i ponašanjem su savjesniji, optimističniji, otvoreniji i energičniji od sportaša s visokim izbjegavajućim emocijama i ponašanjem. Pretpostavlja se kako smanjena osjetljivost na trenažni i natjecateljski stres te niže razine izbjegavajućih emocija i ponašanja mogu biti ishodišna komponenta uspješnosti igrača. Važno je istaknuti da petofaktorska teorija (koja dominantno ispituje široke domene ličnosti) i Grayeva teorija (koja specifične biološke procese povezuje s osobinskim modelima ličnosti, motivacijskim dimenzijama i faktorima temperamenta) i teorija motivacije za postignućem (koja objašnjava samo specifične motivacijske fenomene koji sportaša motiviraju da djeluje u određenom smjeru) mogu objasniti samo dio cjelokupnog sportaševog ponašanja.

Prvi i drugi par kanoničkih faktora čine kombinacije domena petofaktorskog modela i motivacijskih dimenzija postignuća što upućuje na zaključak da se radi o dva moguća strukturalna-dispozicijska sklopa koja utječu na interakciju sportaša s drugima te u konačnici se očituju na socijalnu i emocionalnu prilagodbu pojedinca u grupnim ili interakcijskim sportovima. Pretpostavlja se da se sportaši međusobno razlikuju, ne samo u kombinacijama i stupnju izraženosti psiholoških obilježja (dispozicijska domena), već i po relativnoj osjetljivosti bioloških sustava u mozgu - sustavu aktivacije ponašanja i sustavu inhibicije ponašanja (biološka domena). Sportaši sa reaktivnim BIS-om su osjetljivi na frustraciju i imaju izraženu nesigurnost te samim tim preosjetljivo reagiraju na neugodne emocije (primjerice na strah i anksioznost). Nasuprot tome, sportaši s reaktivnim BAS-om naročito su osjetljivi na nagrade, odnosno osjetljivi su na pozitivne emocije i skloni su prilazećem ponašanju.

Vjerojatno razlike među igračima u košarci proizlaze iz razlike u prilaženju ili pozitivnoj motivaciji (npr. Ekstraverzija, Otvorenost, Savjesnost, motiv za postizanje uspjeha, motiv za postizanje dominacije, *task* orijentiranost) te u razlikama u izbjegavanju ili negativnoj motivaciji (npr. Neuroticizam, motiv za izbjegavanje neuspjeha). Razlike između prvog i drugog para kanoničkih faktora temelje se vjerojatno na potencijalnoj osjetljivosti sustava aktivacije i inhibicije ponašanja koji imaju zasebne neuralne kontrole koje uključuju različite moždane strukture (kortikalne i subkortikalne). Sasvim je izvjesno kako postoje sportaši s različitim razinama osjetljivosti na psihološke stimulatore (npr. nagrada i pohvala ili kritika i kazna) što se očituje u kontekstu sportskog treninga i natjecanja. Navedeni nalazi sugeriraju aplikativnu moć Grayeve teorije ličnosti na objašnjenje istraživačkih nalaza u području povezanosti osobina ličnosti i motivacijskih dimenzija u odnosu na dob i pozicije u igri.

Ekspertno znanje i iskustvo u vrhunskom sportu sugeriraju postavku da koliko je sportaš osjetljiv na motivaciju usmjerenu na izbjegavanje (tj. koliko je osjetljiv njegov BIS) te koliko je sportaš osjetljiv na motivaciju, emocije i ponašanje usmjerenu na približavanje (tj. koliko je osjetljiv njegov BAS), toliko je pojedini sportaš u mogućnosti da se suprotstavi trenažnom i natjecateljskom stresu, kao i vlastitim ograničenjima što u konačnici određuje mogućnost napredovanja. U skladu s tim, može se pretpostaviti da sportaši koji imaju izraženiju aktivnost desne hemisfere i BIS-a, osjetljiviji su na negativne emocije te su skloni ponašanju usmjerenom na izbjegavanje i obrnuto, pojedinci koji imaju izraženiju aktivnost lijeve hemisfere i BAS-a, osjetljiviji su na pozitivne emocije te su skloni ponašanju usmjerenom na približavanje.

Sportaši s niskim razinama Otvorenosti i/ili Emocionalne stabilnosti skloniji su korištenju strategije izbjegavanja suočavanja s problemima, dok su sportaši s visokim razinama Savjesnosti, Ekstraverzije i/ili Emocionalne stabilnosti skloniji korištenju strategije fokusirane na suočavanje s problemima (Allen, Greenlees i Jones, 2011; Allen, Frings i Hunter, 2012; Kaiseler, Polman i Nicholls, 2012).

Pretpostavlja se kako sportaši osjetljiviji na trenažni i natjecateljski stres imaju izraženiji Neuroticizam (smanjenu Emocionalnu stabilnost) i visok motiv za izbjegavanje neuspjeha. To stoga što vjerojatno sportaši koji imaju izraženiji Neuroticizam su usmjereni na sebe i svoj stres, skloniji su samohendikepiranju i negativnom emocionalnom doživljavanju te se neefikasno suočavaju sa stresom. Isto tako, Beck (2003) navodi kako su istraživanja pokazala visoku negativnu korelaciju između specifične osobine čvrstina ličnosti (engl. *hardiness*) i temeljne osobine Neuroticizam. Autor upućuje da nalazi sugeriraju kako je vjerojatno da su sportaši koji imaju izraženu čvrstoću ličnosti nisko na temeljnoj osobini Neuroticizam što može biti relevantan kriterij za selekciju seniorskih igrača.

Važno je istaknuti kako osobinu Neuroticizam obilježava čuvstvena nestabilnost, inhibicija impulsa i različiti modaliteti izbjegavanja što vjerojatno uvjetuje nestabilno ponašanje koje se vjerojatno izražavaju na nestabilnost u pokazateljima izvedbe pojedinog igrača tijekom natjecateljske sezone (Gabrijelić, 1977). Pretpostavlja se da izraženi Neuroticizam pojačava, odnosno moderira doživljaj i reakcije na trenažni i natjecateljski stres. S tim u vezi, kada dolazi do aktivnosti bihevioralno inhibicijskog sustava može doći do kočenja trenutnog ponašanja, povećanja fiziološke pobuđenosti i usmjeravanje pažnje na prijeteće znakove što vjerojatno povećava reaktivnost na stres i nestabilnost u pokazateljima izvedbe u natjecateljskom kontekstu. U konačnici, pretpostavlja se da su izbjegavajuće emocije i ponašanje u negativnoj povezanosti, a prilazeće emocije i ponašanje u pozitivnoj povezanosti sa ulaganjem truda.

Vjerojatno sportaši s nižim samopouzdanjem ili manje kompetentni osjećaju pritisak (Williams i Gill, 1995; Duda, 2001) i imaju tendenciju da uključuju motiv izbjegavanja neuspjeha. Pretpostavlja se kako sportaši s visokim samopouzdanjem mogu tendirati uključenju motiva postizanja uspjeha i motiva postizanja dominacije. Visoka razina samopouzdanja i niska anksioznost sportaša trebale bi odgovarati nižim razinama Neuroticizma (Piedmont, Hill i Blanco, 1999). Takav pristup može obuhvatiti istraživanje područja u mozgu koja su povezana i s pozitivnim i s negativnim emocijama.

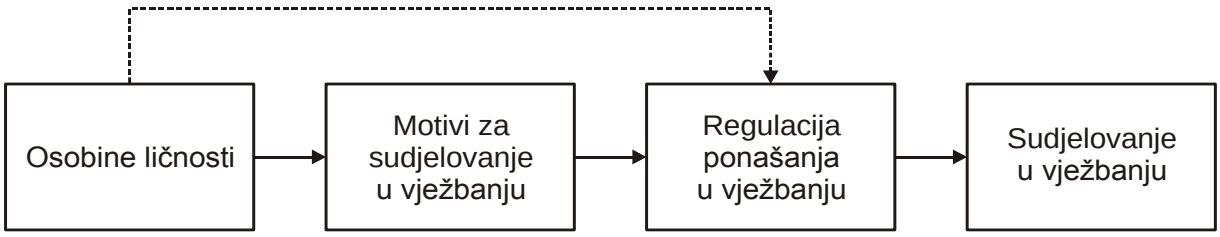
Zaključno, prvi i drugi par kanoničkih faktora sugeriraju sliku o relacijama između temeljnih osobina ličnosti i motivacijskih dimenzija sportaša te upućuju na procese koji su u pozadini ispitivanih psiholoških obilježja. Oba para kanonička faktora upućuju da vjerojatno osobine ličnosti sportaša kanaliziraju motivacijske dimenzije te da čine zajedno regulatore usmjerenog ponašanja. Može se pretpostaviti da prvi par kanoničkih faktora predisponira pojedinca za ponašanje približavanja, a drugi par kanoničkih faktora predisponira pojedinca za ponašanje izbjegavanja. Na temelju ovog istraživanja moguće je oblikovati hipotetske strukturalne modele specifičnih kombinacija osobina ličnosti i motivacijskih dimenzija. Okvir za razumijevanje prvog i drugog para kanoničkih faktora prikazan je u daljnjem tekstu.

Hipotetski strukturalni modeli osobina ličnosti i motivacijskih dimenzija

Oblikovanje hipotetskih strukturalnih modela koji uključuju specifičnu kombinaciju osobina ličnosti i motivacijskih dimenzija čini okvir teorijskog koncepta za razumijevanje prvog i drugog para kanoničkih faktora (Slika 12. i 13.).

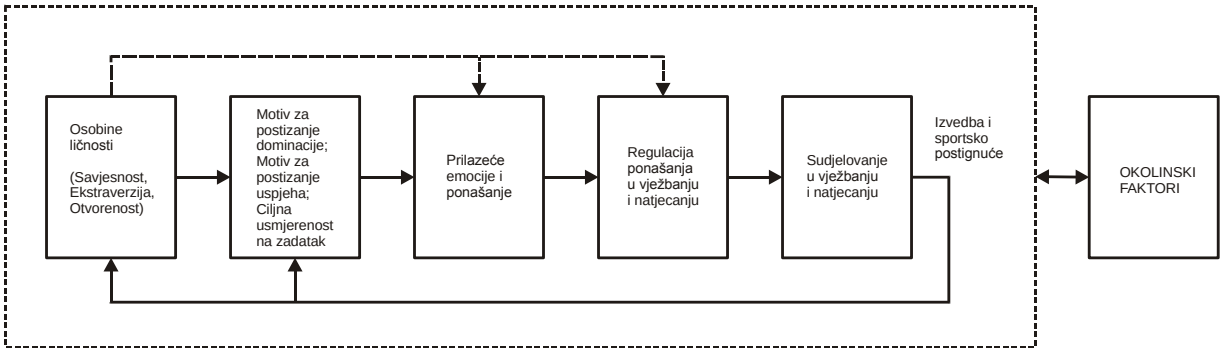
Ponašanje igrača u košarkaškoj igri možemo promatrati kao izlaznu veličinu koja je određena kombinacijom osobina ličnosti i motivacijskih dimenzija, kao i s njihovim stupnjem izraženosti. S tim u vezi, vjerojatno se individualna i timska izvedba i sportsko postignuće mogu primjerenije predvidjeti na osnovi kombinacija osobina ličnosti i motivacijskih dimenzija, nego li na temelju izraženosti pojedinog psihološkog obilježja.

Na temelju nalaza ove studije i istraživačke literature (Ingledew i Markland, 2008; Pervin, Cervone i John, 2008; Larsen i Buss, 2014; Reeve, 2010, 2015) oblikovani su hipotetski strukturalni modeli (Slika 12. i 13.) koji se temelje na općem motivacijskom modelu sudjelovanja u vježbanju - Slika 11. (Ingledew i Markland, 2008). Iako model obuhvaća uzorak ispitanika koji se bave tjelesnim vježbanjem, a ne vrhunskim sportom, koristili smo ga kao inicijalni obrazac za oblikovanje oba hipotetska modela.



Slika 11. Opći motivacijski model sudjelovanja u vježbanju (Ingledew i Markland, 2008)

Oblikovani hipotetski strukturalni model kao okvir teorijskog koncepta za razumijevanje prvog para kanoničkih faktora može se prikazati na sljedeći način:



Slika 12. Okvir teorijskog koncepta za razumijevanje prvog para kanoničkih faktora

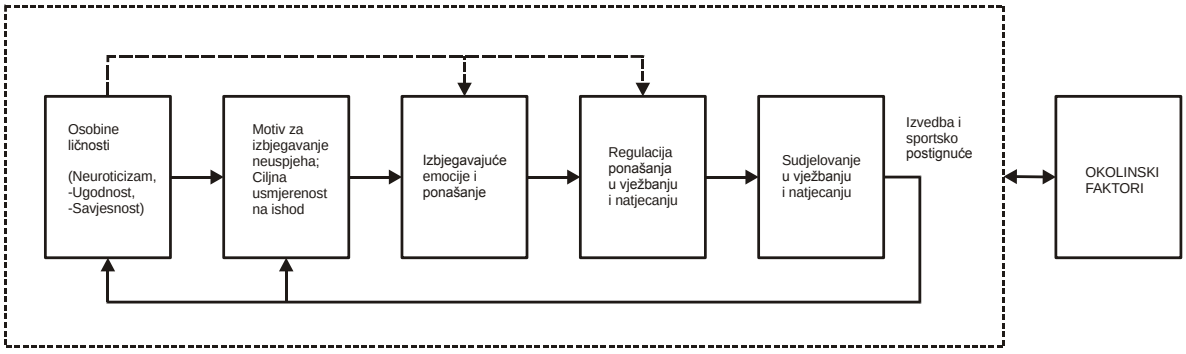
Hipotetski strukturalni model (Slika 12.) pokazuje kako temeljne osobine ličnosti (Savjesnost, Ekstraverzija i Otvorenost) neposredno utječu na motive (motiv za postizanje dominacije, motiv za postizanje uspjeha i ciljna usmjerenost na zadatak) odnosno posredno i neposredno na prilazeće emocije i ponašanje s jedne strane, a isto tako, navedene temeljne crte ličnosti mogu neposredno utjecati na regulaciju ponašanja u vježbanju (Ingledew i Markland, 2008) i natjecanju koja se očituje u sudjelovanju u vježbanju i natjecanju s druge strane. Isto tako, pretpostavlja se da navedeni motivi neposredno utječu na prilazeće ili pristupajuće emocije i ponašanje, dok posredno utječu na regulaciju ponašanja u vježbanju i natjecanju. Izlazne varijable ovog hipotetskog strukturalnog modela su izvedba i sportsko postignuće. Unutar modela je implementirana povratna veza koja implicira kako sudjelovanje u vježbanju i natjecanju utječe na izraženost osobina ličnosti i motiva što sugerira evoluciju sportaševe ličnosti pod utjecajem dobi, interakcije, učenja, vježbanja i iskustva (maturacije ili sazrijevanja) (Slika 12.). Nadalje, hipotetski model pokazuje obostrani utjecaj svih sastavnica modela i okolinskih faktora koji su važni pri određivanju ponašanja i ličnosti sportaša. Utjecaj okolinskih faktora, kako na osobine ličnosti i motivacijske dimenzije, tako i na sve ostale sastavnice modela ne negira biološku pozadinu ličnosti.

Također, prikazani hipotetski model upućuje na adaptivni obrazac ponašanja u vježbanju i natjecanju za koji pretpostavljamo da ima važnu ulogu u interakciji igrača sa suigračima (npr., uzajamno pomaganje koje se očituje u kolektivnom nadigravanju protivnika i kolektivnoj učinkovitosti). Vjerojatno su u pozadini prvog para kanoničkih faktora procesi koji su odgovorni za razvoj prosocijalnog, proaktivnog i neinhibiranog ponašanja.

Recentni nalazi sugeriraju kako motivacijski faktor ciljna usmjerenost na zadatak koji je sastavni dio ovog hipotetskog modela potiče pozitivna afektivna stanja (Seifriz, Duda i Chi, 1992; Duda i Nicholls, 1992; Duda i sur., 1992; Fox i sur., 1994; Duda i sur., 1995; Boyd i Yin, 1996; Stephens, 1998; Treasure i Roberts, 1998; Balaguer, Duda i Crespo, 1999; Brunel, 1999; Ferrer-Caja i Weiss, 2000; Sage i Kavussanu, 2007).

Sa stajališta Grayeve teorije, BAS aktivira ponašanje prilaženja i visoko je koreliran s osobinom Ekstraverzija (Corulla, 1987; Ball i Zuckerman, 1990; Diaz i Pickering, 1993; Carver i White, 1994; Stallings i sur., 1996; Corr, Pickering i Gray, 1997; Jorm i sur., 1999; Fruyt, Van De Wiele i Van Heeringen, 2000; Gomez, Cooper i Gomez, 2000; Gable i sur., 2002; Larsen i Buss, 2014; Reeve, 2015). Nalazi ovog istraživanja sugeriraju kako osobine ličnosti i motivacijske dimenzije, koje čine prvi par kanoničkih faktora, vjerojatno utječu na prilazeće emocije i ponašanje.

U skladu s istraživačkim nalazima oblikovan je i hipotetski model kao okvir za razumijevanje drugog para kanoničkih faktora koji se može prikazati na sljedeći način:



Slika 13. Okvir teorijskog koncepta za razumijevanje drugog para kanoničkih faktora

Hipotetski model (Slika 13.) pokazuje kako osobina Neuroticizam te osobina Ugodnost i Savjesnost (na negativnom polu) vjerojatno izravno utječu na motiv za izbjegavanje neuspjeha i ciljnu usmjerenost na ishod. Nadalje, hipotetski model sugerira kako navedene temeljne osobine ličnosti i motivi mogu neposredno utjecati na izbjegavajuće emocije i ponašanje s jedne strane, a također, osobine ličnosti mogu neposredno utjecati na regulaciju ponašanja u vježbanju (Ingledew i Markland, 2008) i natjecanju koja se očituje u sudjelovanju u vježbanju i natjecanju s druge strane. Pored toga, model upućuje kako osobine ličnosti mogu posredno utjecati preko motiva na izbjegavajuće emocije i ponašanje koji neposredno utječu na regulaciju ponašanja u vježbanju i natjecanju. *Output* prikazanog hipotetskog

modela su izvedba i sportsko postignuće. Unutar modela je implementirana povratna veza koja implicira kako višegodišnje sudjelovanje u vježbanju i natjecanju utječe na izraženost osobina ličnosti i motiva (Slika 13.). Hipotetski model pokazuje dvosmjernu vezu svih komponenti modela i okolinskih faktora.

Drugi par kanoničkih faktora predstavlja specifične kombinacije osobina ličnosti i motivacijskih dimenzija za koje se pretpostavlja da određuju ponašanje izbjegavanja te neprilagođen stil suočavanja sa situacijom vezanom za postignuće (spremnost za izbjegavanje). Dispozicija, kao što je Neuroticizam, određuje hoće li osoba usvojiti ciljeve izbjegavanja izvedbe (Elliot, Sheldon i Church, 1997). U skladu s tim, Reeve (2010, str. 186) upućuje kako „osobe s izraženim strahom od neuspjeha, visokim Neuroticizmom i slabim životnim vještinama uglavnom usvajaju ciljeve izbjegavanja neuspjeha.“ Tako primjerice, navedena kombinacija psiholoških obilježja onemogućava sportašu stjecanje iskustva neuspjeha koji može biti prilika za selektivne korekcije pogrešaka u izvedbi, kao i za selektivne kompenzacije.

Hipotetski model (Slika 13.) upućuje kako osobine ličnosti Neuroticizam, te Ugodnost i Savjesnost (na negativnom polu), kao i motiv za izbjegavanje neuspjeha i ciljna usmjerenost na ishod neposredno utječu na ponašanje izbjegavanja. S tim u vezi, Reeve (2010, str. 185) upućuje kako „strah od neuspjeha ljude navodi na usvajanje ciljeva izbjegavanja izvedbe, kao što je - pokušati izbjeći lošu izvedbu. Zbog ciljeva usmjerenih na izbjegavanje ljudi (sportaši) postižu slabije rezultate u odnosu na svoje mogućnosti, brzo odustaju i gube zanimanje za zadatke koje obavljaju.“ U skladu s tim, sportski događaji su povezani sa ugodom i približavanjem, ali i s potencijalnim povlačenjem.

Također, model upućuje na specifičnu kombinaciju faktora ličnosti za koju se pretpostavlja da utječe na izbjegavajuće emocije i ponašanje te se odražava na nestabilno i neadaptivno ponašanje u vježbanju i natjecanju. Tako primjerice, igrači koji imaju visok stupanj izraženosti osobine Neuroticizam i motiva za izbjegavanje neuspjeha vjerojatno su skloniji anksioznom ponašanju i nepreuzimanju inicijative i odgovornosti u igri, izbjegavanju rizika (neodlučnost) u sportskoj izvedbi i propuštanju prilika u sportskom kontekstu. Pretpostavlja se kako sportaši osjetljiviji na trenažno i natjecateljsko opterećenje imaju izraženiju osobinu Neuroticizam (smanjenu Emocionalnu stabilnost) i visok motiv izbjegavanja neuspjeha, veću osjetljivost te visoku reaktivnost na stres i vulnerabilnost. Isto tako, nalazi u drugim studijama pokazuju kako pojedinac usmjeren na rezultat pokušava pod svaku cijenu manifestirati visoke sposobnosti i izbjeći očitovanje nižih sposobnosti (Šilić, 2014). Također, autor upućuje da

kada je sportaš ciljno usmjeren na ishod, a obilježava ga nisko samopouzdanje, sklon je izbjegavati izazove. Važno je istaknuti kako preveliki kompetitivni stres i izražena *ego* orijentiranost mogu kod sportaša potaknuti neurotično ponašanje, a time i njegovu neupotrebljivost u situacijama natjecateljskog stresa.

Sa stajališta biološkog pristupa ličnosti (Grayeva teorija), BIS aktivacija odnosi se na inhibiciju ponašanja ili pojavu ponašanja izbjegavanja i visoko je korelirana s izraženom osobinom Neuroticizam (Torrubia i Tobena, 1984; Ball i Zuckerman, 1990; MacAndrew i Steele, 1991; Diaz i Pickering, 1993; Stallings i sur., 1996; Corr, Pickering i Gray, 1997; Heubeck, Wilkinson i Cologon, 1998; Jorm i sur., 1999; Fruyt, Van De Wiele i Van Heeringen, 2000; Gomez, Cooper i Gomez, 2000; Gable i sur., 2002; Larsen i Buss, 2008). S tim u vezi, vjerojatno skup izbjegavajućih emocija i ponašanja uključuje ne samo Neuroticizam (sklonost anksioznosti i negativnoj afektivnosti), već i Savjesnost i Ugodnost na negativnom polu (nesposobnost kontrole impulsa).

Smatramo kako je na temeljima Grayeve teorije i osobinskih modela ličnosti (npr. Tellegenov model ličnosti i petofaktorski model ličnosti) moguće interpretirati dobivene empirijske nalaze (prvi i drugi par kanoničkih faktora) što ukazuje na njihovu komplementarnost. Rasprava o rezultatima ove studije upućuje kako je povezanost osobina ličnosti, motivacijskih dimenzija i temperamenta, s jedne strane te bioloških procesa, s druge strane iznimno složena i nejasna te da postoji dvosmjerna veza između izraženosti psiholoških obilježja i bioloških procesa (Pervin, Cervone i John, 2008).

Pretpostavka o povezanosti osobina ličnosti i motivacijskih dimenzija s jedne strane i bioloških procesa s druge strane, upućuje da su smanjena osjetljivost bihevioralno inhibicijskog sustava i povećana aktivacija bihevioralno-aktivacijskog sustava vjerojatno u pozadini prilazećih emocija i ponašanja (Reeve, 2015). Isto tako, Pozitivna emocionalnost, koja je ekvivalent osobini Ekstraverzija, se povezuje s aktivnošću dopamina - kemijskog spoja dobrog raspoloženja (Depue i Collins, 1999) čija je visoka razina vjerojatno povezana s ponašanjem pristupanja, dok je deficit ovog neurotransmitera povezan sa smanjenom razinom poticajne motivacije (Pervin, Cervone i John, 2008).

Pritom, Grayeva teorija o bihevioralnom prilaženju i motivi prilaženja, kao i bihevioralna inhibicija i motivi izbjegavanja te osobinski modeli ličnosti imaju primjenu u smislenom interpretiranju prvog i drugog para kanoničkih faktora. U skladu s tim, u sklopu ovog istraživanja postavlja se pitanje, kakva je obrada informacija kod pojedinaca (kognitivna-

doživljajna domena) koji imaju različite kombinacije temeljnih osobina ličnosti i motivacijskih dimenzija (dispozicijska domena)? Tako primjerice, izraženost osobine Neuroticizam i visok motiv za izbjegavanje neuspjeha, koji čine komponente drugog para kanoničkih faktora, mogu poticati obradu informacija koja je povezana sa negativnim mislima i negativnim emocijama što se vjerojatno očituje i u procesu odlučivanja i motoričkom reagiranju u interakcijskim sportovima.

Pretpostavlja se kako pojedinci koji imaju specifičnu kombinaciju, kao što je izražen Neuroticizam, Savjesnost i Ugodnost (na negativnom polu), motiv za izbjegavanje neuspjeha i visoka usmjerenost na ishod (drugi par kanoničkih faktora), mogu izražavati veliku količinu simptoma napetosti i anksioznosti, nesposobnost kontrole impulsa te izazivati u društvenom i sportskom situacijskom kontekstu negativna emocionalna iskustva.

Navedene kombinacije unutarnjih varijabli sa stajališta kognitivno/doživljajne ili kognitivno/iskustvene domene mogu uzrokovati kod sportaša negativne misli i osjećaje koji mogu ometati simultano procesiranje informacija (Horga, 2009) te samim tim i efikasnost individualne i timske izvedbe u natjecateljskom kontekstu, osobito kod istodobnog obavljanja višestrukih zadataka u igri (npr. povezivanje individualne i timske obrane). To stoga jer obrazac negativnog mišljenja može uzrokovati negativne emocije koje se mogu očitovati u složenim zahtjevima u natjecateljskom kontekstu.

U svjetlu dobivenih istraživačkih nalaza, specifične kombinacije osobina ličnosti i motivacijskih dimenzija sugeriraju da neki sportaši mogu biti primarno ciljno usmjereni na zadatak i ciljeve pristupanja (prvi par kanoničkih faktora) s jedne strane, dok drugi sportaši mogu biti primarno ciljno usmjereni na ishod, kao i prema izbjegavanju neuspjeha (drugi par kanoničkih faktor). U području prilagodbe sportaša na visoke zahtjeve u obavljanju zadataka u košarkaškoj igri te u uvjetima trenažnog i natjecateljskog stresa vjerojatno pojedine kombinacije faktora ličnosti i njihov stupanj izraženosti mogu biti povezani s njihovom nestabilnošću u pokazateljima izvedbe i lošom prilagodbom koja može rezultirati disfunkcionalnim ponašanjem sportaša osobito u situacijama pod pritiskom izvedbe i imperativa rezultata te mogu smanjiti uspješno funkcioniranje ličnosti sportaša.

U ovom istraživanju pokušali smo oblikovati hipotetske strukturalne modele te povući kvalitativnu razliku između različitih kombinacija temeljnih osobina ličnosti i motivacijskih dimenzija (prvi i drugi par kanoničkih faktor) za koje pretpostavljamo da imaju diferencirane implikacije na funkcioniranje i djelovanje ličnosti sportaša u kontekstu izvedbe i sportskog

postignuća. Pritom, pretpostavlja se da kombinacije osobina ličnosti i motivacijskih dimenzija u sklopu prvog para kanoničkih faktora proizvode adaptivni i proaktivni način suočavanja sa zahtjevima u sportskom kontekstu, a kombinacija unutarnjih varijabli koja čini drugi par kanoničkih faktora vjerojatno stvara neadaptivni obrazac ponašanja i reaktivni način suočavanja sa zahtjevima u natjecateljskom okruženju.

Navedene kombinacije unutarnjih varijabli sugeriraju dva različita temeljna oblika upravljanja smjerom ponašanja kod pojedinog sportaša. Vjerojatno je optimalno za sportaše (igrače) imati niski stupanj izbjegavajućih emocija i ponašanja (ili nisku osjetljivost BIS-a) i visok stupanj prilazećih emocija i ponašanja (izraženi BAS). S tim u vezi, pretpostavlja se kako izraženost motiva za postizanje dominacije, motiva za postizanje uspjeha i ciljne usmjerenosti na zadatak može biti važna u regulaciji usmjerenog ponašanja kod sportaša te u njegovoj spremnosti za djelovanje.

U sklopu interpretiranja navedena dva para kanoničkih faktora vidljivo je da alternativna Grayeva biološka teorija ličnosti (1972, 1975, 1990) ima „zadivljujuću integrirajuću moć" (Larsen i Buss, 2008). S tim u vezi, prvi par kanoničkih faktora upućuje na kombinaciju faktora koju možemo opisati kao dispozicije ili sklonosti prema prilaženju koje sportaši pokazuju u učenju i vježbanju vještina u sportu. Realno je pretpostaviti kako se sportaši sa ovakvom kombinacijom faktora ličnosti ponašaju na aktivan način koji im oslobađa izražavanje pozitivnih emocija, za razliku od kombinacije faktora ličnosti koja čini drugi par kanoničkih faktora koji vjerojatno utječe na izražavanje negativnih emocija. Osobine ličnosti i motivacijske dimenzije koje čine drugi par kanoničkih faktora sugeriraju višu sklonost izbjegavajućem nego prilažećem ponašanju.

Realno je pretpostaviti prema Grayevom modelu ličnosti i osobinskom modelu ličnosti da sportaši koje obilježavaju kombinacije osobina ličnosti i motivacijskih dimenzija (prvi par kanoničkih faktora) tendiraju prosocijalnom ponašanju i stabilnosti. Isto tako, drugi par kanoničkih faktora sugerira kombinaciju ili skup osobina ličnosti i motivacijskih dimenzija koji upućuju na sportaše kod kojih je viša relativna osjetljivost bihevioralno inhibicijskog sustava na neugodne podražaje, što određuje sklonosti izbjegavajućim emocijama i ponašanju (Slika 13.). Vjerojatno jedan od mehanizama koji je u pozadini drugog para kanoničkih faktora je visoka osjetljivost sustava inhibicije ponašanja što se očituje u većoj osjetljivosti na frustraciju te u sklonosti izbjegavanju nesigurnih i rizičnih situacija (MacAndrew i Steele, 1991).

Navedeno biološko objašnjenje temelji se na pretpostavci da je BAS alternativa prvoj temeljnoj osobini ličnosti Ekstraverzija (koja je sastavni dio prvog para kanoničkih faktora), dok je BIS alternativa drugoj temeljnoj osobini ličnosti Neuroticizam (koja je jedna od osobina koja čini drugi par kanoničkih faktora). Navedene dvije dimenzije petofaktorskog modela su sržne osobine ličnosti jer objašnjavaju oko 80% varijance generalnog faktora ličnosti (Musek, 2007).

Pretpostavlja se da postoji izravan odnos između Grayeva dva hipotetska biološka sustava i osobina Ekstraverzija i Neuroticizam. Pritom je BAS za neke psihologe ličnosti jednak osobini Ekstraverzija, a BIS jednak osobini Neuroticizam (Pickering i Gray, 1999; Larsen i Buss, 2008). S tim u vezi, neurotični sportaši su najskloniji anksioznosti i pogreškama u izvedbi u situacijama trenažnog i natjecateljskog stresa. Vjerojatno se u „psihozi" rezultata u natjecateljskom razdoblju pozitivno izražava kombinacija psiholoških obilježja koji čine prvi par kanoničkih faktora, a negativno očituju karakteristike od kojih je strukturiran drugi par kanoničkih faktor (npr. varijabilitet raspoloženja i ponašanja, nedostatak usmjerenosti, nesposobnost kontrole impulsa i nestabilnost u izvedbi).

Realno je pretpostaviti kako kombinacije faktora ličnosti koje čine razlike između prvog i drugog para kanoničkih faktora utječu na sportašev način treniranja, njegov stil života i stabilnost u izvedbi.

Razlike u prilaženju i pozitivnoj motivaciji vjerojatno su povezane s izraženim osobinama Ekstraverzija, Savjesnost i Otvorenost te motivom za postizanje uspjeha, motivom za postizanje dominacije i ciljnom usmjerenosti na zadatak, dok razlike u povlačenju ili negativnoj motivaciji su vjerojatno povezane s razinom Neuroticizma i motivom za izbjegavanje neuspjeha. U sportu, kao i u životu, postoje pojedinci s različitim stupnjevima osjetljivosti (visok, srednji i niski) na kaznu i nagradu. Korisnost Grayevih koncepata BIS i BAS, tj. motivacije za izbjegavanjem i prilaženjem, očituje se u objašnjenju sportaševih afektivnih dispozicija motivacije i funkcioniranja ličnosti sportaša.

Dakle, osobine ličnosti, motivacija i emocije su blisko povezane i integrirane u sportaševo ponašanje, ali ih za potrebe znanosti fragmentarno procjenjujemo. S tim u vezi, osobine ličnosti, motivi i emocije su funkcionalno međuzavisni.

Navedene pretpostavke sugeriraju kako je neurobiološko funkcioniranje sportaša (biološka i prilagodbena domena) presudno u njihovom učinkovitom djelovanju u sportskim

aktivnostima, gdje postoje visoki zahtjevi prilagodbe na trenažni i natjecateljski stres, kao i na reciprocitet pomaganja u svim fazama tijeka igre.

Nalazi ovog istraživanja omogućuju povećanje stupnja razumijevanja poželjnih ili pozitivnih i nepoželjnih ili negativnih obilježja ličnosti igrača u košarci. Smatramo kako je za uspješno obavljanje zadataka u košarkaškoj igri, osim sposobnosti i vještina, važno kakvu pojedini sportaš posjeduje kombinaciju/interakciju visokih i/ili niskih rezultata na svakoj temeljnoj osobini ličnosti i motivacijskoj dimenziji. Pretpostavlja se da srž sportaševe ličnosti čine kombinacije/interakcije i stupanj izraženosti pojedinih osobina ličnosti i motivacijskih dimenzija koje čine medijator i moderator varijable između trenažnog i natjecateljskog stresa te izvedbe i sportskog postignuća.

Smatramo kako je u daljnjim istraživanjima nužno empirijski provjeriti prikazane hipotetske modele, kao i istražiti uzroke pronađenih povezanosti između unutarnjih varijabli, uz pomoć eksperimentalne strategije istraživanja.

8.4. Ograničenja istraživanja

Provedeno istraživanje ima nekoliko nedostataka, od kojih nam se tri čine važnima.

Prvo metodološko ograničenje ovog istraživanja odnosi se na strukturu uzorka odnosno na neprikladan omjer između broja vanjskih i unutarnjih igrača. Sudionici su odabrani u uzorak prema kriteriju selekcije, što je bilo potrebno zbog problema istraživanja. Općenito, u strukturi košarkaških momčadi dvostruko je veći broj vanjskih igrača, što je posljedica standardnog oblikovanja sastava ili *rostera* momčadi u kojem vanjski igrači čine glavninu momčadi u odnosu na unutarnje igrače. Relativno manji broj unutarnjih igrača prouzročio je smanjen broja stupnjeva slobode, kao i smanjenu statističku snagu zaključivanja. Unatoč tome, ovo je relativno velik i reprezentativan uzorak za populaciju hrvatskih juniorskih i seniorskih košarkaša.

Drugo metodološko ograničenje očituje se u odabiru transverzalnog ili statičkog istraživačkog nacrta. Nedostaci korištenog transverzalnog ili tzv. kros-sekcijskog istraživanja su ispitivanje u jednoj vremenskoj točci te nemogućnost proučavanja individualnih razvojnih trendova (Berk, 2010). Čini se nužnim višekratno mjeriti iste sportaše u različitim biološkim razvojnim razdobljima tijekom njihove karijere da bi se usporedbom istraživačkih nalaza ispitanika empirijski provjerile moguće razlike i sličnosti u stupnju izraženosti temeljnih

osobina ličnosti i motivacijskih dimenzija te ispitao sklop njihovih korelacija. Pritom je zaključivanje na temelju transverzalnog istraživanja podložno brojnim slabostima i alternativnim interpretacijama (Bratko, 2002). To onemogućava zaključivanje o kauzalnom odnosu između ispitivanih varijabli, već otvara mogućnost alternativnih interpretacija nalaza, odnosno uspostavljanje asocijativnih veza u interpretaciji istraživačkih nalaza.

Treće metodološko ograničenje odnosi se na korištenje isključivo mjera samoprocjene (engl. *self-report, S-data*) na upitniku, kao i jednog osobinskog modela ličnosti (petofaktorski model). Navedeni izvor podataka o ličnosti (petofaktorski model) ima središnje mjesto kod istraživača ličnosti u ispitivanju temeljnih ili širokih crta ličnosti, kao i motivacija postignuća u sportu (potreba za postignućem i ciljna postignuća). Pritom, važno je istaknuti kako samoprocjena na upitnicima kao jedini izvor podataka o ličnosti sportaša može biti jedan od ograničavajućih faktora naših spoznaja o temeljnim osobinama ličnosti i motivacijskim dimenzijama sportaša. Iako je ovo uobičajen način mjerenja crta ličnosti i motivacijskih koncepata mnogi istraživači ličnosti prepoznali su da mjerna tehnika samoprocjene na upitnicima mora biti dopunjena drugim izvorima podataka o ličnosti, kao što su: izvješća opažača (engl. *observer report, O-data*) ili korištenje procjene od strane druge osobe, podaci o životnim ishodima (engl. *life history outcomes, L-data*) i testovni podaci (engl. *test-data, T-data*) koji mogu biti fiziološki pokazatelji neuronskih ili biokemijskih sustava koji čine pozadinu psiholoških obilježja ličnosti (Cervone i Pervin, 2008; Larsen i Buss, 2014). Pritom, nužno je istaknuti da organizacija bilo koje opservacijske studije koja bi uključivala neke objektivnije mjere je vrlo slojevita, složena i financijski vrlo skupa, stoga se takva istraživanja neučestalo provode. U skladu s tim, nedostaje komparativnih podataka koji bi se mogli koristiti za evaluaciju nalaza (Barić, 2007). Nadalje, autorica navodi kako postoji u psihologiji sporta obilje ranijih istraživanja koja su koristila upitnike samoprocjene (koji omogućavaju uvid u repliciranje nalaza) što opravdava njihovu primjenu u ovoj studiji.

Zaključno, podaci prikupljeni upitničkim mjerama za procjenjivanje osobina ličnosti i motivacijskih dimenzija nisu dostatni za cjelovitu interpretaciju ličnosti sportaša koja je presložena i preslojevita da bi se mogla svesti na bilo koji jednostavni skup istraživačkih nalaza. Nadalje, brojni istraživači ličnosti tvrde da ličnost podrazumijeva više od petofaktorskog modela. U skladu s tim, Buss (1988) i McAdams (1992) navode kako istraživanja ličnosti u širem smislu nužno trebaju obuhvatiti konstrukte, kao što su: koncept pojma o sebi ili samopoimanje, identitet, kognitivni stil i nesvjesno područje ličnosti.

8.5. Implikacije

Izvedba i natjecateljska uspješnost djelomično su manifestacija funkcioniranja ličnosti sportaša. U ovom istraživanju petofaktorski model, kao i motivacija za postignućem, pružili su koristan okvir za razumijevanje osobina ličnosti i motivacijskih dimenzija kod hrvatskih juniorskih i seniorskih košarkaša. Primjena petofaktorskog modela ličnosti i teorije motivacije za postignućem omogućila je nalaze koji se mogu koristiti prilikom selekcije igrača te pri upravljanju multidimenzionalnim i višesmjernim promjenama unutar genskog ograničenja pojedinog igrača. Ispitivanje važnih razlika između igrača juniorske i seniorske dobi, kao i između vanjskih i unutarnjih igrača u području osobina ličnosti i motivacijskih dimenzija sugerira koje su varijable potrebne za uspješan prijelaz iz juniorske u seniorsku selekciju te koje su varijable važne za pojedinu poziciju i ulogu u košarkaškoj igri.

Zbog toga je jedan od zadataka stručnih timova kontinuirano poticati tjelesni, kognitivni, emocionalni i socijalni razvoj sportaša. Za takav integrativni pristup razvoju cjelokupnog potencijala sportaša potrebno je poznavati tehničko-taktičke, kondicijske i intervencijske programe psihološke pripreme i način njihove primjene u različitim biološkim razvojnim razdobljima. U skladu s tim, važno je oblikovati smjernice za praksu koje su utemeljene na nalazima ovog istraživanja, kao i na drugim recentnim i relevantnim znanstvenim radovima.

Neovisno o tome što dispozicije ličnosti pokazuju relativnu stabilnost tijekom vremena, one nisu „zabetonirane“ (engl. *set in plaster*), već postoje neke promjene kod nekih pojedinaca u neko vrijeme (Larsen i Buss, 2014, str. 155). Pritom, autor navodi da promjene mogu biti privremene i/ili relativno trajne tijekom vremena te da ih nije uvijek opravdano smatrati razvojem. Tako primjerice, ako se u procesu višegodišnjeg cjelovitog razvoja sportaša kontinuirano potiče zadržavanje koncentracije i organizirano obavljanje zadataka u igri realno je pretpostaviti povećanje konzistentnosti u savjesnom ponašanju igrača tijekom izvedbe u natjecateljskom okruženju, što bi se moglo smatrati oblikom razvoja ličnosti sportaša.

Promjene u stupnju ili razini izraženosti osobina ličnosti predvidljive su kod sportaša, ne samo povećanjem dobi (seniorski sportaši u odnosu na juniorske su zreliji i određeniji te imaju višu razinu trenažnog i natjecateljskog iskustva), već i pod utjecajem višegodišnjeg procesa sportske pripreme (od srednjeg djetinjstva do odrasle dobi). Promjene u ličnosti predvidljive su osobito kod sportaša koji shvaćaju i prihvaćaju autokonfrontaciju kao moguće sredstvo samoispravljanja. S obzirom da je znanost okosnica za sustavno praktično djelovanje, uloga ekspertnih trenera i znanstvenika-praktičara je primjena istraživačkih nalaza

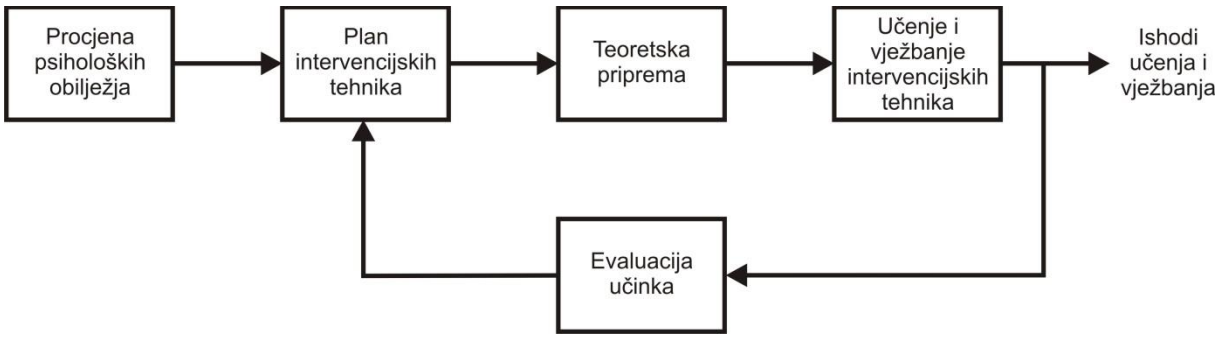
i ekspertnog znanja i iskustva pri upravljanju procesom cjelovitog razvoja košarkaša. Faktori, kao što su motivacijska klima, trenerovo rukovodeće ponašanje i intervencijski programi psihološke pripreme koje oblikuju stručnjaci trebaju poticati, u prvom redu, razvoj adaptivne ličnosti (npr. savjesno i emocionalno stabilno doživljavanje i ponašanje), motivaciju postignuća te psihološke vještine koje potiču samoregulativne sposobnosti (regulaciju vlastitog ponašanja), kao i stupanj samoodređenosti (npr. unutarnju motivaciju).

To je moguće provesti jer je ličnost „otvoreni sustav“ (engl. *open system*) koji reagira na izazove životnih iskustava (Berk, 2010), kao i na trenažni i natjecateljski stres (Viru, 1995). Pretpostavlja se kako višegodišnje trenažno i natjecateljsko iskustvo, adekvatan odabir metoda treninga i vježbi, kao i supraliminalno trenažno opterećenje mogu utjecati na biopsihološke promjene koje se očituju u funkcioniranju ličnosti sportaša te u razini integralne pripremljenosti. Larsen i Buss (2008, str. 143) navode da istraživački nalazi „daju naznake da se ličnost može mijenjati kroz vrijeme“, kao i sportaševa izvedba. Unaprijeđivanje izvedbe određeno je, ne samo primjenom tehničko-taktičkih i kondicijskih programa, već i korištenjem intervencijskih tehnika koje nazivamo trening psiholoških vještina. „Treniranje psiholoških vještina (engl. *psychological skills training*) odnosi se na sistematsko i konzistentno vježbanje mentalnih ili psiholoških vještina u svrhu unaprijeđivanja izvedbe, povećanja užitka ili postizanja većeg zadovoljstva sportom i fizičkom aktivnošću“ (Weinberg i Gould, 2011, str. 248). U skladu s tim, Cox (2012) navodi kako se uvježbavanje psiholoških vještina odnosi na primjenu psiholoških metoda koje se koriste za stjecanje i usavršavanje tih vještina (npr. predočavanje situacije ili uporaba vizualizacije, pretvaranje negativnih u pozitivne misli, postavljanje ciljeva, pozitivan samogovor, kognitivno restrukturiranje ili promjena pogleda na određene situacije...). Konačni cilj uvježbavanja psiholoških vještina je samoregulacija koja se odnosi na procese ličnosti koji uključuju samousmjerenu motivaciju ponašanja. Također, samoregulacija se odnosi na psihološke procese putem kojih sportaš postavlja ciljeve sam sebi, kontrolira svoje emocionalne impulse te pritom učinkovito obavlja zadatke u igri. S tim u vezi, sportaši se razlikuju u standardima uspješnosti i ciljevima koje sami sebi postavljaju. U konačnici, sportaš s visokom razinom samoregulacije učinkovito samostalno funkcionira bez potrebe za konstantnim usmjeravanjem od strane trenera ili sportskog psihologa (Weinberg i Gould, 2011).

Potrebno je znati da intervencija uključuje pet komponenti: procjenu psiholoških obilježja, plan intervencijskih tehnika, teoretsku pripremu (odnosi se na edukaciju koja uključuje izobrazbu sportaša i cijele momčadi u ovladavanju vještinama sa ciljem poboljšavanja

izvedbe i sportskog postignuća), učenje i vježbanje intervencijskih tehnika te evaluaciju učinka (Slika 14.). Unutar modela je implementirana povratna veza koja implicira kako na temelju vrednovanja učinka sportski psiholozi i kineziolozi mijenjaju ili modificiraju plan intervencijskih tehnika. Također, vidljivo je da izlazne varijable ovog modela čine ishodi učenja i vježbanja.

Iz Slike 14. vidljivo je kako prvi korak čini procjena (strukturirani ili polustrukturirani intrervju, objektivni testovi ili profil izvedbe sportaša: fizičke, tehničke, taktičke i psihološke karakteristike koje određuju izvedbu). Tako primjerice, svrha intervjua je dolaženje do podataka o sportaševim sportskim iskustvima, o sportašu kao osobi i o sportaševim novim ciljevima. Drugi korak je plan intrevencijskih tehnika koji uključuje ciljeve i vremenske cikluse za stjecanje psiholoških vještina. Treći korak je teoretska priprema (edukacija) koja je usmjerena na povećanje stupnja razumijevanja intervencijskih tehnika potrebnih za unapređivanje izvedbe. Četvrti korak uključuje proces učenja i vježbanja intervencijskih tehnika koje zahtjevaju perzistentno ponašanje sportaša. Sljedeći korak treninga psiholoških vještina je evaluacija učinka koja upućuje na eventualno potrebne korekcije plana intervencijskih tehnika.



Slika 14. Procesni model treninga psiholoških vještina

Ekspertni treneri i znanstvenici-praktičari koji povezuju procjenu osobina ličnosti i praktično djelovanje imaju priliku evaluirati programe treninga koji pospješuju sportašev tjelesni, kognitivni, emocionalni i socijalni razvoj. Procjena i mjerenje ličnosti koje ekspertni treneri i znanstvenici-praktičari trebaju primarno koristiti je prikupljanje podataka sustavnim opažanjem ponašanja igrača u situacijskim uvjetima (interakcionistički pristup). Pretpostavljamo da je opažanje razine konzistentnosti ili stabilnosti pokazatelja izvedbe sportaša možda najvažniji izvor podataka o ličnosti sportaša i njegovoj stvarnoj kvaliteti u igri koji bi trebao biti određen sustavnom procjenom nekoliko profesionalnih opažača ili

procjenjivača. Takav pristup je nužan jer korištenje agregiranih rezultata (zbrajanje ili uprosjećivanje nekoliko pojedinačnih opažanja) većeg broja procjena od strane ekspertnih procjenjivača u psihometrijskom ili kineziometrijskom kontekstu povećava pouzdanost mjera.

Kineziolozi u suradnji s psiholozima moraju biti sposobni prepoznati poziciju na kojoj bi pojedini igrač trebao igrati, zatim u čemu se međusobno razlikuju igrači (ne samo u odnosu na tjelesnu visinu, tjelesnu masu i ukupnu stvarnu kvalitetu igrača), kao i detektirati izraženost temeljnih i specifičnih osobina ličnosti i motivacijskih dimenzija. U skladu s tim, eksperti trebaju prepoznati značenje takvih razlika za funkcioniranje cijele momčadi. Iskustvo sugerira da je najteže postići uspjeh s momčadi koja je sastavljena od igrača prosječnih vrijednosti u stvarnoj kvaliteti u igri, a koji se razlikuju samo po stilu igre.

Za psihologe i kineziologe aktualna pitanja povezana sa smjernicama za praksu su:

1. Kako promjena izraženosti osobina ličnosti i motivacijskih dimenzija, stjecanje intervencijskih tehnika te razvoj kondicijskih sposobnosti mogu utjecati na funkcioniranje ličnosti sportaša i na sportsku izvedbu?
2. Kako sudjelovanje u višegodišnjem sportskom treningu i natjecanju može utjecati na ponašanje igrača?
3. Kako provesti znanstveno utemeljen odabir igrača za seniorsku selekciju?

Smjernice za praksu

Prema istraživačkim nalazima ove studije te drugim recentnim i relevantnim empirijskim istraživanjima moguće je sugerirati sljedeće smjernice:

- Upravljanje s razvojem sportaša do juniorske dobi (od 8 do 16 godina) odnosi se na fazu ili **stadij stjecanja** pravilnih motoričkih programa i psiholoških vještina, kao i na poticanje razvoja adaptivnog motivacijskog obrasca ponašanja te relevantnih sposobnosti koje određuju učinkovitost izvedbe. Prijelazno razdoblje između stadija stjecanja i stadija postignuća (odrasla dob) vezano je za juniorsku dob, kao i za prijelaz iz juniorske u seniorsku dob koji može biti presudan za sportaševu karijeru. Ovo razdoblje je priprema igrača za zahtjeve seniorske košarke te učenje kako pobijeđivati protivničku momčad. Nadalje, upravljanje s razvojem sportaša rane odrasle dobi odnosi se na fazu ili **stadij postignuća** koji stavlja naglasak na vrhunsku izvedbu i pobjeđivanje te zahtijeva zrelu ličnost (visoku Savjesnost i Emocionalnu

stabilnost), ali i usmjerenost poučavanja/učenja i vježbanja na stvarne promjene relevantnih sportaševih obilježja koja su neposredno ili posredno povezana sa povećanjem razine učinkovitosti individualne i timske izvedbe.

- Neovisno o tome što su temeljne osobine ličnosti prilično otporne na promjene, neka longitudinalna istraživanja sugeriraju mogućnost promjenjivosti stupnja izraženosti faceta crta ličnosti, kao i formiranja adaptivnog motivacijskog obrasca ponašanja kod djece i adolescenata.
- Pri upravljanju razvojem potencijala sportaša trener i sportski psiholog trebaju koristiti različite izvore podataka o ličnosti sportaša (podatke samoprocjene i procjene opažača-eksperta i/ili testovne podatke, kao i podatke o životnim ishodima). To može omogućiti važne informacije o razlikama u psihološkim obilježjima između igrača, što je preduvjet za odabir igrača, za adekvatno oblikovanje tehničko-taktičkih i kondicijskih programa, kao i za primjenu selektivnih intervencijskih tehnika psihološke pripreme.
- Prije oblikovanja procesa sportske pripreme nužno je imati uvid u izraženost faceta pojedine osobine ličnosti i motivacijskih dimenzija pojedinca jer to omogućava ekspertnom treneru i sportskom psihologu učinkovito i selektivno upravljanje s intervencijskim programima sportske pripreme. Važno je da ekspertni treneri i psiholozi oblikuju intervencijske psihološke programe koji imaju za primarni cilj razvoj samoregulativnih sposobnosti i vještina (Lebed i Bar-Eli, 2013).
- Iako u ovom istraživanju nisu dobivene značajne razlike u stupnju izraženosti osobina Ugodnost i Otvorenost s obzirom na dob, niti s obzirom na pozicije u igri ekspertno znanje i iskustvo vrhunskih stručnjaka sugerira da sportaše niske Ugodnosti obilježava agresivno ponašanje, ali i „neposlušnost“ koja je u vrhunskoj košarci osobitost elitnih igrača. Procesom sportske pripreme nije moguće oblikovati dominantne igrače, ako isključivo tražimo reprodukciju modela taktike igre jer takav obrazac proizvodi koncept stvaranja „pijuna“, a ne igrača s izraženom autonomijom. Isto tako, nužno je kod igrača naglašavati shvaćanje važnosti kolektivnog nadigravanja protivnika gdje je poticanje suradnje, kao facete Ugodnosti, preduvjet razvoja reciprociteta pomaganja u igri. Takav način ponašanja igrača u košarkaškoj igri maksimalizira ishode cijele momčadi. Također, bez poticanja razvoja razumijevanja igre te bez omogućavanja slobodnih i improviziranih završetaka akcija u fazi napada nije moguće povećavati fleksibilnost, kreativnost i maštovitost u rješavanju situacija kod pojedinog igrača. Dakle, superiorne igrače i ekipe moguće je oblikovati tehnologijom treninga koja

potiče facete osobine Otvorenost (npr. potreba za razumijevanjem), kao i uživanje u detaljima i finesama koji omogućavaju jednostavno nadmetanje u košarkaškoj igri. Važno je da treneri koji oblikuju stvaraoce igre izgrađuju autonomne i kompetentne igrače koji izbjegavaju shematizirane reakcije u košarkaškoj igri. Ekspertno znanje i iskustvo stručnjaka upućuje kako su kreativnost i lucidnost u igri, koji su ovisni o raznovrsnosti motoričkih programa koje posjeduje pojedini igrač, važni prediktori stvarne kvalitete igrača i momčadi. Takvi tipovi igrača su za protivnike neprediktabilni i ne*scoutabilni*.

- Moguće je u kontinuiranom višegodišnjem sustavnom procesu sportske pripreme proizvesti višesmjerne (npr. smanjenje razine Neuroticizma, povećanje razine Savjesnosti i ciljne usmjerenosti na zadatak) i multidimenzionalne promjene (npr. razvoj relevantnih sklopova sportsko-specifičnih sposobnosti i vještina). Empirijski nalazi pokazuju kako je u višegodišnjem procesu sportske pripreme moguće utjecati na relativno trajne promjene koje nastaju kao rezultat učenja, vježbanja, kao i trenažnog i natjecateljskog iskustva.
- Pod utjecajem planiranog sustavnog treninga i teškog rada (engl. *hard work*) može se poticati marljivost (engl. *industriousness*) kao faceta Savjesnosti. Wooden i Carty (2005) navode da pravilno planiranje čini težak rad efikasnim i produktivnim te da kombinacija planiranja i teškog rada rezultira marljivošću koja je jedna od temeljnih elemenata sportskog postignuća. Pritom, predanost, kao faceta Savjesnosti, vjerojatno je preduvjet ponavljanja često dosadnih, ali najvažnijih detalja koji određuju efikasnost u individualnoj i timskoj izvedbi.
- Dobiveni rezultati u ovom istraživanju imaju važnu implikaciju na provedbu selekcije igrača kada ekspertni treneri imaju za cilj odabrati sportaše koji obavljaju zadatke na gornjoj granici potencijala u različitim stresnim situacijama. Nalazi upućuju da je najpoželjnija kombinacija za vanjske igrače u košarci visoka Savjesnost i niski Neuroticizam, dok je najnepoželjnija kombinacija - niska Savjesnost i visok Neuroticizam. Tolerancija na frustraciju i efikasno suočavanje sa trenažnim i natjecateljskim stresom može se stjecati u procesu primjene intervencijskih programa psihološke pripreme te u situacijskom treningu kao najvažnijoj metodi cjelovite ili integralne sportske pripreme. Situacijski trening odnosi se na usavršavanje individualne i timske izvedbe pod pritiskom vremena, rezultata, kao i intenziteta trenažnog i natjecateljskog opterećenja te različitih zadataka unutar pojedine pozicije i uloge u igri.

- U situacijskom treningu nužno je načinom treniranja poticati razinu samokontrole, vještinu pozitivnog samogovora, optimizam i atribucijski stil („Između mene i cilja sam ja“) te zahtijevati zadržavanje konzistentnosti u koncentraciji pri obavljanju zadataka u igri. Pretpostavlja se da navedeni zahtjevi u višegodišnjem procesu sportske pripreme kod sportaša smanjuju stupanj izraženosti pojedinih faceta osobine Neuroticizam.
- Dobiveni rezultati sugeriraju da su osobine Neuroticizam i Savjesnost najbolji prediktori uspješnog prijelaza iz juniorske u seniorsku selekciju. Navedene dvije osobine ličnosti vjerojatno najbolje predviđaju učinkovitost izvedbe i motivaciju za izvedbu. Pretpostavlja se da se osobine Savjesnost i Emocionalna stabilnost odražavaju na motivacijsku stabilnost s tendencijom da se postave i realiziraju ciljevi na organizirani način. Nadalje, temeljni preduvjet za ostvarenje organizacije igre je savjesno i stabilno obavljanje zadataka na vanjskim i unutarnjim pozicijama u igri.
- Sustavno opserviranje funkcioniranja ličnosti igrača u natjecateljskom sportu može biti ključno za konačnu odluku u odabiru seniorskih elitnih igrača. To stoga jer osobine ličnosti i motivacijske dimenzije (npr. izražena Savjesnost i Emocionalna stabilnost, visoko izražen motiv za postizanje uspjeha, nizak motiv za izbjegavanje neuspjeha i visok motiv za postizanje dominacije) kao intervenirajuće varijable mogu biti presudne za ostvarenje visokih postignuća sportaša u zahtjevnom sportskom i natjecateljskom okruženju.
- Najveća mogućnost utjecaja na osobine ličnosti, motivaciju, kao i na temperament sportaša (npr. pretvaranje inhibiranog u neinhibirani temperament) u procesu sportske pripreme je u razdoblju srednjeg djetinjstva (od 6 do 11 godina) i u adolescenciji (od 11 do 20 godina), pri čemu utjecaj na emocije ima glavnu ulogu. Stvarne promjene mogu nastati zbog brojnih interakcija između dispozicija (unutarnjih) i situacijskih (vanjskih) varijabli.
- Trenerovo rukovodeće ponašanje može biti važan vanjski faktor u dugoročnom i cjelovitom razvoju sportaša koji utječe na proces oblikovanja poželjne motivacijske klime u ekipi (npr. usmjerene prema savladavanju vještina) koja treba poticati ciljnu usmjerenost na zadatak i intrinzičnu motivaciju te smanjiti mogućnost razvijanja straha od inicijative i od pogreške, straha od odgovornosti i od neuspjeha te povećati adaptivne i afektivne kontrolirane reakcije, odnosno stabilno doživljavanje i ponašanje.

- Istraživački rezultati ovog rada sugeriraju da je u procesu sportske pripreme juniorskih košarkaša prisutna prevaga ciljne usmjerenosti na ishod. Međutim, u sportskom košarkaškom okruženju trebalo bi preferirati u radu sa selekcijama mladih sportaša motivacijsku klimu usmjerenu prema savladavanju vještina, koja je preduvjet za njihovu učinkovitu individualnu i timsku izvedbu. Sportaši koji su usmjereni na ciljeve ishoda mogu doživjeti veću anksioznost i manje samopouzdanje jer njihovi ciljevi nisu potpuno pod njihovom kontrolom. Međutim, ako su sportaši usmjereni na aspekte vlastite izvedbe njihova će anksioznost biti manja, a samopouzdanje veće s obzirom da je izvedba pod njihovom kontrolom.
- Pristup u kojem želimo stvarati motivacijsku klimu usmjerenu na ovladavanje vještinama zahtjeva trenerove diskretne pohvale sportaša te navođenje pokazatelja izvedbe koji upućuju na uspoređivanje s vlastitim standardima uspješnosti sportaša, kao i na analizu njegovog osobnog poboljšanja. Dakle, ekspertni treneri bi trebali sportaše diskretno pohvaliti na treninga ili nakon treninga. Na taj način se potiče samoreferentnost, a ne referentnost u odnosu na druge. Takav pristup inicira, ne samo uspoređivanje s vlastitim standardima sportaša, već i sa vlastitim trudom i razinom uspješnog obavljanja zadataka u igri.
- U situacijskom treningu treneri trebaju zahtijevati od sportaša fokusiranje pažnje na uspješno obavljanje zadataka u igri, a ne na trenutni rezultat. Takva usmjerenost igrača smanjuje potencijalni negativni utjecaj distraktora (unutarnjih i vanjskih) i povećava mogućnost kontrole organizacije igre.
- Treneri trebaju procijeniti što motivira sportaše te na temelju tog znanja osmisliti učinkoviti pristup motiviranju svojih igrača. Ciljevi pojedinog igrača odražavaju njegove osobne interese i vrijednosti. Važno je da sportaši ne rade samo na onome što žele postići (ciljevi), već da sudjeluju, u suradnji s trenerom, u planiranju načina postizanja tih ciljeva te u prepoznavanju unutarnjih i vanjskih distraktora. Pritom, trener i igrači u suradnji moraju oblikovati protuponašanje za svaki od distraktora.
- U procesu sportske pripreme seniorskih sportaša poželjna je primjena uravnotežene zastupljenosti motivacijske klime na zadatak i na ishod. Poželjna kombinacija za mladog sportaša je visoka ciljna usmjerenost na zadatak i umjerena ili visoka ciljna usmjerenost na ishod pri čemu takvi pojedinci pokazuju visoku percepciju kompetencije. Nadalje, nepoželjna kombinacija jest niska usmjerenost na zadatak i na ishod, kao i visoka ciljna usmjerenost na ishod i niska ciljna usmjerenost na zadatak. Vrhunski košarkaši ciljno usmjereni na zadatak u procesu treninga nastoje postići

pravovremenu individualnu i timsku izvedbu, dok sportaši ciljno usmjereni na ishod nastoje pobjeđivati protivnike. Međutim, oba zahtjeva bi trebala biti sastavni dio upravljanja razvojem izvedbe kod sportaša.

- Nalazi sugeriraju kako nije potrebno kod juniorskih selekcija primarno težiti prema vanjskim ciljevima, kao što su imperativ rezultata, medalje, status, nego promicati učenje i samousavršavanje kod pojedinog igrača. Uravnotežen razvoj dispozicijske ciljne usmjerenosti na zadatak i na rezultat te jačanje motiva za postizanje uspjeha i motiva za postizanje dominacije kod seniorskih sportaša može biti važan faktor za razvoj njihove stvarne kvalitete u igri.
- Konzistentno postavljanje specifičnih, izazovnih, mjerljivih i realno ostvarivih ciljeva u procesu sportske pripreme ima veću učinkovitost od postavljanja općih ciljeva (npr. učini što bolje možeš).
- Proces sportske pripreme treba biti usmjeren na stvarne promjene u facetama osobina ličnosti (npr. Savjesnost i Emocionalna stabilnost) i u motivacijskim dimenzijama koje omogućavaju adaptivne obrasce ponašanja (npr. ciljna usmjerenost na zadatak i intrinzična motivacija).
- Dugoročno gledano, nisko percipirana kompetencija pojedinog igrača i motivacijska klima usmjerena na ishod mogu proizvesti neadaptivne obrasce ponašanja, neadekvatan proces razvoja unutarnje motivacije potrebne za učenje vještina što može dovesti do ranog sagorijevanja i odlaska iz sporta. Provođenje motivacijske klime usmjerene na učenje podržava razvoj autonomije pojedinog igrača, potiče njegovu unutarnju motivaciju, kao i adaptivne obrasce ponašanja te sprječava rano sagorijevanje i nepotreban osjećaj pritiska tijekom igre i natjecanja kod mladih igrača gdje primaran fokus mora biti na ovladavanju vještinama (Barić, 2007). U skladu s tim, i treneri i roditelji u suradnji trebaju facilirati unutarnju regulaciju kod sportaša.
- U procesu sportske pripreme potrebno je poticati razvoj mehanizama odgovornih za prilagodbu igrača na nove zahtjeve na pojedinoj ili na višestrukim pozicijama i ulogama u igri te njihovu sposobnost da u interakciji sa suigračima postižu maksimalan učinak.
- Poticanje poželjnog stupnja izraženosti osobina ličnosti i snage motivacijskih dimenzija vjerojatno omogućava razvoj i iskoristivost cjelokupnog potencijala sportaša.
- Specifične poželjne kombinacije osobina ličnosti i motivacijskih dimenzija, koje u ovom radu čine prvi par kanoničkih faktora, vjerojatno omogućavaju kontinuitet

napredovanja, dok se nepoželjna kombinacija/interakcija osobina Neuroticizam, Savjesnost i Ugodnost (na negativnom polu) s motivom za izbjegavanje neuspjeha i ciljnom usmjerenosti na rezultat očituje u nesposobnosti kontrole impulsa, povećanoj nezrelosti, niskoj adaptabilnosti i neadekvatnoj interakciji sa suigračima.

- Empirijski nalazi sugeriraju kako međuigra faktora ličnosti (niski Neuroticizam, visoka Ekstraverzija i visoka Savjesnost) omogućava učinkovito suočavanje sa stresom (Grant i Langan-Fox, 2006).
- Pretpostavlja se da pozitivni učinci temeljnih osobina Savjesnost i Ekstraverzija mogu umanjiti negativne učinke Neuroticizma (Grant i Langan-Fox, 2006). Stoga je nužno poticati razvoj faceta poželjnih osobina ličnosti u procesu sportske pripreme u senzitivnim biološkim razvojnim razdobljima (srednje djetinjstvo i adolescencija) kada su veće mogućnosti utjecaja na tjelesni, kognitivni, emocionalni i socijalni razvoj.
- Ekspertni treneri i znanstvenici-praktičari, koji sustavno provode selektivne kompenzacije i selektivnu optimizaciju razvoja genskog potencijala, vjeruju da s obzirom na neuroplastičnost pojedinca, u višegodišnjem procesu sportske pripreme mogu djelovati na funkcioniranje ličnosti sportaša, kao i na mogućnosti promjene u regulaciji usmjerenog ponašanja, osobito u mlađim dobnim skupinama.
- Zahtjevima u višegodišnjem procesu sportske pripreme moguće je proizvesti strukturalne i neuralne promjene koje se očituju u sportaševom ponašanju. Empirijski nalazi pokazuju kako okolinski faktori (npr. strategija i taktika treninga) mogu modificirati, u višegodišnjem procesu sportske pripreme, karakteristične adaptacije organizma i ličnost sportaša (Viru, 1995).
- Dobivene razlike u nalazima pokazuju kako je u juniorskoj selekciji nužno internalizirati norme, pravila i vrijednosti u funkciji razvoja odgovornosti i discipline, kao i adaptacije na zahtjeve u seniorskoj košarci. Isto tako, potrebno je poticati uravnotežen razvoj autonomije i orijentacije na ovladavanje uređenog niza vještina koje omogućavaju uspješno obavljanje zadataka unutar pozicije i uloge u igri.
- Nužno je poticati i samoregulativne sposobnosti i vještine (samoevaluacija i samopraćenje), a sve u funkciji uspješne tranzicije igrača iz juniorske u seniorsku selekciju. Takav pristup u procesu sportske pripreme razvija unutarnju regulaciju i adaptivne obrasce ponašanja igrača. U procesu sportske pripreme potrebno je da vanjski igrači razvijaju sposobnost kontrole impulsa jer je to preduvjet za upravljanje sobom i organizacijom igre.

- Nalazi ovog istraživanja upućuju kako kod vanjskih igrača u procesu višegodišnje sportske pripreme treba poticati facete Savjesnosti (npr. organiziranost, odgovornost i discipliniranost) koje se očituju u načinu treniranja (Woodman i sur., 2010), kao i u provedbi taktike igre (Trninić, Kardum i Mlačić, 2010). Nužno je poticati vanjske igrače da kognitivno i čuvstveno doživljavaju ritam igre suigrača i njihove probleme u igri kako bi unaprijedili interakciju igrača i izvedbu cijele momčadi. Selekcija vanjskih igrača treba se temeljiti na procjeni izraženosti osobina Savjesnost i Emocionalna stabilnost te u skladu s tim treba donositi konačne odluke za odabir seniorskih igrača. Pretpostavlja se da je izražena osobina ličnosti Savjesnost i Emocionalna stabilnost od velike važnosti za učinkovito funkcioniranje ličnosti igrača u trenažnim i natjecateljskim situacijama. Iz tog razloga, nužno je, osobito kod vanjskih igrača, u višegodišnjem ciklusu poticati razvoj osjećaja za probleme suigrača u igri.
- Ličnost sportaša moderira ili utječe na odnos između trenažnog i natjecateljskog stresa te izvedbe i sportskog postignuća. Vjerojatno je da će igrač koji ima visok Neuroticizam biti sklon pogreškama u izvedbi u kritičnim trenucima utakmice. Empirijski nalazi pokazuju kako ekstraverti nadmašuju introverte u situacijama u kojima postoji pritisak vremena (Eysenck, Nias i Cox, 1982; Gallucci, 2008; Larsen i Buss, 2008; Cox, 2012).
- U sustavu tehničko-taktičke pripreme od vanjskih igrača zahtijeva se stabilno i savjesno ponašanje usmjereno prema ostvarenju ciljeva organizacije igre. Vanjski igrači sa višom razinom Savjesnosti i ciljne usmjerenosti na zadatak se efikasnije suočavaju s problemima u igri te ulažu više napora u obavljanju zadataka. S tim u vezi, istraživanja sugeriraju da su više razine Ekstraverzije i Savjesnosti povezane sa više suočavanja fokusiranog na problem - suočavanje usmjereno prema rješavanju problema, kao što su ulaganje više napora, traženje podrške i re-analiziranje prošlih iskustava (Connor-Smith i Flachsbart, 2007; Carver i Connor-Smith, 2010).
- Istraživački nalazi pokazuju kako su igrači seniorske dobi emocionalno stabilniji u odnosu na igrače juniorske dobi što sugerira kako je emocionalno stabilno doživljavanje i ponašanje jedan od uvjeta za efikasno suočavanje s trenažnim i natjecateljskim stresom u seniorskoj natjecateljskoj košarci. Navedeni nalazi impliciraju kako nekoliko aspekata treninga već u biološkom razvojnom razdoblju adolescencije mogu biti bitni za razvoj igrača te za uspješan prijelaz iz juniorske u seniorsku selekciju. Višegodišnji proces sportske pripreme u kojem se potiču facete

Emocionalne stabilnosti (npr. opuštenost, mirnoća, neosjetljivost) ima poseban značaj, osobito za razvoj seniorskih vanjskih igrača koji upravljaju organizacijom igre.

- Kontekstualni faktori, kao što su trenerovo rukovodeće ponašanje koje potiče autonomiju, kompetenciju i potrebu interakcije igrača sa suigračima te izraženu motivacijsku klimu ovladavanja vještinama, mogu biti odlučujući faktori u razvoju stabilnih i adaptivnih obrazaca ponašanja kod igrača.
- U procesu upravljanja razvojem košarkaša ciljevi koje koristimo mogu biti: **ciljevi ishoda** (npr. pobjeđivanje protivnika), **ciljevi izvedbe** (npr. samopoboljšanje) i **procesni ciljevi** (usmjeravanje na izvođenje i korištenje intervencijskih tehnika koje pomažu sportašima u postizanju ciljeva ishoda ili ciljeva izvedbe). Zaključno, procesni ciljevi i/ili ciljevi izvedbe imaju prednost pred ciljevima ishoda jer njihova priroda samopoboljšanja tendira poboljšanju motivacijskih procesa.
- Empirijska istraživanja su pokazala kako kombinacija ciljeva ishoda, ciljeva izvedbe i procesnih ciljeva vodi do superiorne izvedbe (Filby, Maynard i Graydon, 1999).
- Vjerojatno individualne razlike u motivaciji povlačenja ili negativnoj motivaciji (npr. izražen Neuroticizam i motiv za izbjegavanje neuspjeha) te niska Savjesnost i Ugodnost mogu utjecati na nestabilnost u pokazateljima izvedbe.
- Istraživački nalazi sugeriraju kako sastav ili roster košarkaške momčadi, koji se temelji na strogoj selekciji, treba biti formiran od igrača koji imaju izražene osobine ličnosti Savjesnost i Emocionalna stabilnost, visoku motivaciju za postizanje uspjeha, visoku motivaciju za postizanje dominacije i nisku motivaciju za izbjegavanje neuspjeha, koji biraju u prvom redu ciljeve zadatka (ovladavanje vještinama), koji imaju visoku percepciju kompetencije te ostvaruju uspješno obavljanje zadataka u uvjetima evaluacije (Weinberg i Gould, 2003, 2011).
- Ekspertni treneri mogu u višegodišnjem procesu sportske pripreme u sklopu motivacijske klime ovladavanja vještinama (najvažniji situacijski faktor) selektivno djelovati na motivaciju sportaša te vjerojatno i na stupanj izraženosti pojedinih faceta temeljnih osobina ličnosti, kao što su Savjesnost i Emocionalna stabilnost.
- Trenerovo rukovodeće ponašanje može biti presudan situacijski faktor koji određuje koji će tip motivacijske klime prevladati u sportskom kontekstu (Duda, 2001; Duda i Balaguer, 1999; prema Barić, 2007).
- Istraživački nalazi pokazuju da postoji obostrani utjecaj između testosterona, dominantnosti i agresivnosti (Pervin, Cervone i John, 2008; Cervone i Pervin, 2008; Larsen i Buss, 2008) u kojem visok testosteron facilitira veću agresivnost i

kompetitivnost, ali i sustav treninga koji potiče tjelesnu agresivnost i kompetitivnost dovodi do povećanja razine testosterona (Dabbs, 2000). Sustav selektivnih vježbi u procesu sportske pripreme treba poticati razvoj: mezomorfne (atletske) konstitucije, tjelesne agresivnosti u izvedbi, kontrole intenziteta igre, spremnosti na kontaktnu igru, tjelesne snage, kompetitivnosti, tjelesne agresivnosti u izvedbi i navike pobjeđivanja. Programi sportske pripreme koji potiču otpuštanje testosterona (npr. vježbe tjelesne snage i tjelesne agresivnosti) mogu biti odlučujući u razvoju specifične osobine ličnosti koju nazivamo spremnost za kontaktnu igru koja je osobito važna u kontaktnim interakcijskim sportovima (npr. hokej, rukomet, vaterpolo, ragbi), ali vjerojatno i u „nekontaktnim" interakcijskim sportovima poput košarke ili nogometa.

- Najvažnije kod mladih igrača je trenirati košarku radi zabave jer je tada izvor motivacije intrinzična motivacija. Stoga je uloga trenera kreirati sadržaj treninga koji će omogućiti da mladi sportaši vježbaju spontano, tj. da uživaju u igri. Međutim, mnogi mladi sportaši vježbaju radi udovoljavanja očekivanjima drugih (engl. *forced to do so*) gdje je izvor motivacije vanjska regulacija. U takvim situacijama sportaš započinje program vježbanja jer im je to rekao roditelj. Drugi sportaši treniraju zbog osobnog izazova (engl. *personal challenge*) koji im omogućava individualno optimalno iskustvo ili preplavljivanje (engl. *flow*).
- U seniorskoj košarci razlozi za vježbanje mogu biti dostizanje kriterija izvrsnosti ili superiornosti gdje je izvor motivacije težnja k postignuću. Kada postavljaju specifične ciljeve kao izvor motivacije sportaši (košarkaši) usmjereno i više vježbaju. Tako primjerice, košarkaš može imati težnju nadilaziti vlastite rekorde u preciznosti šuta, u broju asistencija ili osvojenih lopti. Također, izvor motivacije može biti percepcija kompetentnosti (engl. *perceived competence*) jer kako sportaš napreduje u izvedbi može se osjećati sve kompetentnijim i učinkovitijim u igri.

Navedeni prijedlozi ne temelje se samo na nalazima ovog istraživanja, već i na ekspertnom znanju i iskustvu autora te na recentnim istraživačkim nalazima koji obuhvaćaju razvoj sportsko-specifičnih obilježja sportaša u trenažnom procesu. Integrativan pristup oblikovanju procesa sportske pripreme treba biti usmjeren na cjeloviti razvoj igrača i zahtijeva povezivanje spoznaja iz različitih psihologijskih i kineziologijskih grana. To iz razloga što je novo shvaćanje cjelovitog razvoja sportaša i njegovog neuroplasticiteta vezano za utjecaj sportskog treninga na multidimenzionalne i višesmjerne promjene koje se očituju u izvedbi i sportskom postignuća.

8.6. Smjernice za buduća istraživanja

U dosadašnjim istraživanjima istraživači ličnosti sportaša u području psihologije sporta većim su se dijelom usmjerili prema pojedinim domenama znanja o ljudskoj (sportaševoj) prirodi.

Ovo istraživanje smatramo preliminarnim u području ispitivanja razlika između igrača s obzirom na dob i pozicije u igri u stupnju izraženosti temeljnih osobina ličnosti i motivacijskih dimenzija, kao i u ispitivanju povezanosti između varijabli osobina ličnosti i motivacijskih dimenzija na uzorku hrvatskih juniorskih i seniorskih košarkaša.

Buduća istraživanja trebala bi obuhvatiti veći i heterogeniji uzorak koji bi tretirao igrače na različitim razinama natjecanja. Također, istraživački nacrti bi trebali uključiti sva četiri glavna izvora podataka o ličnosti: samoprocjene (engl. *self-report*), procjene opažača (engl. *observer report*, npr. trenera), testove (engl. *tests*) i podatke iz životnih ishoda (engl. *life history outcomes*, npr. podatke o karijeri). Takav pristup bi omogućio sveobuhvatnu analizu razlika između igrača s obzirom na dob i pozicije u igri u temeljnim i/ili specifičnim osobinama ličnosti i motivacijskim dimenzijama te identifikaciju odnosa između ispitivanih varijabli na uzorku juniorskih i seniorskih košarkaša. Dakle, novi nacrti istraživanja trebali bi koristiti višestruke izvore podataka o ličnosti sportaša što bi trebalo omogućiti nove komplementarne nalaze koji pokrivaju neobuhvaćene aspekte ličnosti, a koji su temelj za znanstveno utemeljenu selekciju igrača i sustavno upravljanje procesom razvoja vrhunskih igrača.

U istraživanju razvoja sportaševe ličnosti nužno je primjenjivati, osim transverzalnog, longitudinalni i longitudinalno-sekvencijalni (mješoviti) nacrt. To stoga što longitudinalni nacrt omogućuje istraživanje općih obrazaca, kao i individualnih razlika u razvoju ličnosti te odnosa između ranih i kasnijih ponašanja sportaša, kao i kompleksnih relacija između osobina ličnosti i motivacijskih dimenzija. Takav istraživački nacrt pruža vrijedne informacije o razvoju pojedinčeve ličnosti kroz vrijeme, odnosno iz razvojne perspektive. Nadalje, longitudinalno-sekvencijalni (mješoviti) nacrt omogućuje istraživačima usporedbu longitudinalnih i transverzalnih nalaza.

Izazov za buduća istraživanja treba biti i odgovor na pitanje mijenja li se sustavno korelacija između temeljnih i specifičnih osobina ličnosti i motivacijskih dimenzija u odnosu na pojedina biološka razvojna razdoblja ili su ti odnosi nepromjenjivi. Međutim, „interpretacija nalaza razvojnih istraživanja kao stvarnih razvojnih promjena, nije jednostavna kod longitudinalnih nacrta“ (Bratko, 2002, str. 604). Problemi mogu biti metodološke prirode, a

mogu uključivati teškoće u odvajanju učinaka sazrijevanja od svih ostalih učinaka u longitudinalnim istraživanjima te u primjeni upitnika ličnosti (Tatalović Vorkapić, 2014).

Neovisno o prethodnom, buduća istraživanja koja obuhvaćaju evaluaciju učinka procesa sportske pripreme trebaju biti primarno longitudinalna, kao i uključivati pored eksperimentalne skupine i kontrolnu skupinu (koja nije uključena u proces sportske pripreme). Na taj način bi se utvrdio utjecaj trenažnih sustava (transformacijska moć) na biopsihološke promjene. Nadalje, u longitudinalnim i longitudinalno-sekvencijalnim istraživanjima trebalo bi nastojati otkriti kako i koliko se situacijski faktori (npr. motivacijska klima i trenerovo rukovodeće ponašanje) u višegodišnjem procesu sportske pripreme, kao i igranje na pojedinoj poziciji i ulozi u košarkaškoj igri, manifestiraju u cjelokupnom razvoju njegove neuroplastičnosti te u višedimenzionalnom i višesmjernom razvoju sportaševe ličnosti. Tako primjerice, empirijska istraživanja trebaju biti usmjerena na odgovore na pitanje uzrokuju li zahtjevi na određenoj poziciji i ulozi u igri promjene u razvoju novih vještina, kao i u kontinuumu pojedine osobine ličnosti i/ili motivacijske dimenzije. To je moguće ako se prethodno analiziraju poslovi i identificiraju odgovornosti povezane sa zadacima unutar pojedine pozicije i uloge u igri. Na temelju analize zadataka unutar pojedine pozicije u košarkaškoj igri psiholog i kineziolog mogu razviti hipoteze o relevantnim osobinama i motivacijskim dimenzijama ličnosti koje su preduvjet za uspješno obavljanje zadataka unutar pozicije i uloge u igri. Optimalno bi bilo ispitivati iste skupine ispitanika tijekom cjelokupne sportaševe karijere. Pretpostavlja se da kontinuirano i sustavno učenje i vježbanje te iskustvo uspjeha i neuspjeha, osobito kod djece i adolescenata, utječe na promjene na razini faceta pojedine osobine ličnosti te na motivaciju za postignuće. U skladu s tim, „istraživači osobina ličnosti pokušavaju predvidjeti kako određena životna (sportska) iskustva dovode do sustavne promjene u osobinama ličnosti“ (Caspi i Roberts, 1999; prema Pervin, Cervone i John, 2008, str. 335).

Daljnja longitudinalna istraživanja u razvojnoj psihologiji ličnosti, psihologiji sporta i primjenjenoj kineziologiji trebala bi uključiti razvoj pojedinih strukturalnih komponenti ličnosti sportaša pod utjecajem višegodišnjeg procesa sportske pripreme u pojedinim biološkim razvojnim razdobljima. Nužno je ispitati u daljnjim istraživanjima mogućnost dobivanja značajnih učinaka pod utjecajem višegodišnjeg procesa sportske pripreme kod mladih i profesionalnih sportaša. Takvim pristupom vjerojatno bi se pokazala promjena pokazatelja pripremljenosti pod kontinuiranim utjecajem trenažnih sustava. Nadalje, u longitudinalnim istraživanjima treba ispitati koji trenažni sustavi i njihove kombinacije

(kombinirani model treninga) generiraju višestruke pozitivne interakcijske učinke te koji faktori u višegodišnjem procesu sportske pripreme potiču stvarne višesmjerne i multidimenzionalne promjene kod sportaša. Vjerojatno i intervjuiranje sportaša, kao nezaobilazne psihodijagnostičke tehnike u svim područjima primijenjene psihologije i kineziologije, može biti put u prikupljanju podataka o stvarnim promjenama kod pojedinog sportaša.

Smatramo kako je nužno iz različitih tematskih cjelina u području **sport i ličnost** provesti sistematizaciju postojećih istraživačkih nalaza koji imaju za cilj kvantitativno sintetizirati postojeća znanja u području ličnosti i sporta. Prepoznavanje područja koja bi tek trebala biti istražena (npr. utjecaj specifičnih osobina ličnosti i motivacijskih dimenzija na sportsku izvedbu i sportsko postignuće), kao i uočavanje područja koja su zanemarena u istraživanjima preduvjet su oblikovanja novih istraživačkih nacrta. Isto tako, bez zadovoljenja kriterija replikabilnosti i primjene višestrukih izvora podataka o ličnosti sportaša nije moguće donositi adekvatne zaključke (Eysenck, 1991). To stoga što jedino replicirani ili ponovljeni empirijski nalazi, koji se temelje na višestrukim izvorima podataka te na reprezentativnim uzorcima, stvaraju pretpostavke za mogućnost generalizacije rezultata na različite kontekste (Eysenck, 1991).

U psihologiji i kineziologiji sporta nužno je konstruirati nove psihometrijski valjane i pouzdane mjere koje će omogućiti mjerenje sportsko-specifičnih osobina ličnosti, kao i koristiti multivarijatne postupke (npr. strukturalno modeliranje). Pritom treba oblikovati međukulturalne longitudinalne programe istraživanja koji će omogućiti uspoređivanje istraživačkih nalaza u svrhu generaliziranja dobivenih rezultata.

U skladu s navedenim, u vrhunskom timskom sportu nužno je koristiti metodologiju procjenjivanja koja se temelji na teoriji vremenskih nizova. Tom bi se metodologijom mogli uspoređivati različiti izvori podataka o pojedinom sportašu i/ili momčadi prikupljeni višekratnim mjerenjima tijekom određenih vremenskih ciklusa što bi trebalo omogućiti uspješnu sportsku dijagnostiku i prognostiku. Bilo bi prikladno koristiti se nekim tehnikama kao što su nelinearni regresijski modeli (Trninić, Jeličić i Papić, 2015). Navedene tehnike u sportskoj znanosti trebale bi omogućiti analizu podataka o cjelokupnim promjenama ličnosti, ponašanja i stvarne kvalitete pojedinog igrača u ekipi, kvaliteti igre momčadi, poboljšanju sportske pripremljenosti i unapređivanju izvedbe i sportskog postignuća u pojedinim vremenskim točkama i sustavima natjecanja.

U kineziologiji sporta bilo bi nužno koristiti studije slučaja za stvaranje hipoteza, kao i eksperimentalni pristup za utvrđivanje uzročnih veza između ispitivanih psiholoških varijabli kod sportaša. Smatramo da je potrebno oblikovati empirijska istraživanja koja će omogućiti navedeni metodološki pluralizam te obuhvatiti sve relevantne sklopove osobina ličnosti sportaša koji čine odrednice individualne i timske izvedbe i sportskog postignuća. To stoga što eksperimentalna metoda, korelacijsko istraživanje i studije slučaja omogućuju komplementarne nalaze na temelju kojih se može smisleno odgovoriti na pitanja vezana za relevantne istraživačke probleme.

Pregledom literature vidljivo je kako većina znanstvenika kineziologa, kineziološke probleme istražuje u jednoj domeni (npr. dispozicijska domena) za razliku od istraživača ličnosti koji sve više tendiraju integraciji svih šest domena znanja o ljudskoj (sportaševoj) prirodi. Za takav cjeloviti pristup nužno je poznavati različita područja znanja o sportaševoj ličnosti i njihovu povezanost. Buduća integrirana istraživanja i teoretiziranja u psihologiji i kineziologiji sporta trebaju se temeljiti na povezivanju dispozicijske, biološke, intrapsihičke, kognitivno/doživljajne, socijalne i kulturalne te prilagodbene domene.

Dakle, jedan od ciljeva istraživača u kineziologiji i psihologiji sporta je proširiti teorije koje okružuju svaku domenu znanja o sportaševoj prirodi. Pritom je nužno pokušati uspostaviti veze između svih šest domena, kao i veze između kineziologije i psihologije. Za razvoj kineziologije i psihologije sporta važna je spremnost i sposobnost istraživača, ekspertnih trenera i znanstvenika-praktičara da obuhvate različite domene znanja na nove načine koji će povećati stupanj razumijevanja ličnosti sportaša te omogućiti pragmatične odgovore - koje unutarnje i vanjske odrednice utječu na izvedbu i sportsko postignuće. To zahtijeva multidisciplinarne timove koji će uključivati kineziologe i istraživače ličnosti sportaša, ujedinjenje različitih razina analiza i različitih metoda u rješavanju istraživačkih problema u svrhu ispitivanja relevantnih sportaševih obilježja koja određuju razinu izvedbe i sportsko postignuće u košarkaškoj igri.

Isto tako, u budućnosti se očekuju istraživanja koja će biti usmjerena na pronalaženje genskog profila vrhunskih košarkaša (Eynon i sur., 2011) koja će povećati stupanj razumijevanja neuralnih mehanizama koji su u pozadini razlika između vrhunskih i prosječnih sportaša. Takav pristup može biti preduvjet za racionalno upravljanje razvojem relevantnih obilježja sportaša, kao i za oznanstvenjenu selekciju igrača za vrhunska sportska dostignuća (Yarrow, Brown i Krakauer, 2009). S tim u vezi, recentna istraživanja sugeriraju da postoje razlike u funkcioniranju kortikalnih i subkortikalnih moždanih struktura kod početnika i vrhunskih

sportaša pri čemu vrhunski sportaši pokazuju veću aktivaciju određenih područja, ali manju ukupnu aktivnost, što upućuje na sposobnost filtriranja nebitnih informacija (Yarrow, Brown i Krakauer, 2009). Vjerojatno vrhunski sportaši, za razliku od početnika, funkcionalnije koriste mozak (Yarrow, Brown i Krakauer, 2009) što zahtijeva daljnja sofisticirana neuroznanstvena istraživanja.

Nova psihološka i kineziološka istraživanja zahtijevaju interdisciplinaran i multidisciplinirani pristup koji će omogućiti objašnjenje sportaševog doživljavanja i ponašanja u kontekstu interakcionističkog istraživanja. Psihologija i kineziologija kao primijenjene discipline u budućim pravcima istraživanja trebale bi biti povezane u razvoju znanja sustavnim opažanjem interakcije dispozicija pojedinog sportaša i situacijskih faktora. Pritom, treba slijediti suvremene trendove u psihologiji i kineziologiji koji se sve više usmjeravaju na tzv. dinamičko, a ne statičko procjenjivanje profila ličnosti sportaša. To stoga jer je važnije za psihologe, kineziologe, ekspertne trenere i znanstvenike-praktičare procijeniti cjelokupni potencijal u sportskom kontekstu i u različitim vremenskim ciklusima od trenutne razine individualne i timske izvedbe. Navedeni izvori informacija omogućavaju sustavno oblikovanje i provođenje intervencijskih programa psihološke pripreme koji povećavaju i poboljšavaju psihološku spremnost pojedinca, ali i potiču stabilnost izvedbe i veće sportsko postignuće.

Vjerojatno će u budućnosti psihologija koja istražuje ponašanje približavanja odnosno izbjegavanja imati svoje mjesto (Carver, Sutton i Scheier, 2000). Autor ove studije smatra da bi navedene smjernice istraživanja trebale imati poseban status i u kineziologiji sporta. S tim u vezi, mogu se istaknuti tendencija osjećanja pozitivnih emocija i prilaženja te tendencija osjećanja negativnih emocija i izbjegavanja (Davidson, 2000) koje čine oslonac ljudskog (sportaševog) čuvstvenog doživljavanja i ponašanja, a koje trebaju imati poseban položaj u budućim istraživanjima.

U skladu s tim, Larsen i Buss (2014) tvrde kako će najvjerojatnije motivi prilaženja i izbjegavanja biti važne teme i u okvirima psihologije ličnosti.

U daljnjim istraživanjima bilo bi poželjno provesti isto ispitivanje na kadetskim, juniorskim i seniorskim hrvatskim sportašima koji participiraju u individualnim i timskim sportovima. Potrebno je tretirati spolne diferencijacije, ne samo u temeljnim (širokim), već i u specifičnim (uskim) osobinama ličnosti te koristiti i druge mini teorije motivacije (ne samo motivaciju za postignućem) u diferencijalnom i korelacijskom nacrtu istraživanja. Nadalje, bilo bi korisno

testirati da li će se replicirati istraživački nalazi dobiveni u ovoj studiji na uzorku sportaša u drugim timskim i individualnim sportovima. Smisleno bi bilo, u sklopu metodološkog pluralizma, povezati kvantitativna istraživanja (brojčani opis istraživane pojave) i kvalitativna istraživanja (nenumerički opis istraživane pojave) jer se ta dva pristupa nadopunjavaju i omogućuju primjerenije razumijevanje psiholoških i kinezioloških problema.

Neovisno o tome što dispozicijska domena, kao i osobinski pristup ličnosti, daje djelomični uvid u latentni konstrukt ličnosti i što nema formalnog modela promjena osobina ličnosti (Pervin, Cervone i John, 2008) u budućim istraživanjima nužno je postaviti i odgovoriti na pitanje što se mijenja pod utjecajem višegodišnjeg procesa sportske pripreme u različitim dobnim skupinama i pozicijama u igri. U daljnjim istraživanjima treba odgovoriti i na pitanje koji su programi cjelokupne sportske pripreme uvjet stvarnih promjena potencijala i stvarne kvalitete igrača i koja je optimalna distribucija i doziranje trenažnog opterećenja te kakav je optimalan omjer između različitih programa sportske pripreme u pojedinim biološkim razvojnim razdobljima sportaša. To je moguće provesti pomoću longitudinalnog i mješovitog nacrta istraživanja usmjerenog na razvojne procese i ishode pod utjecajem višegodišnjeg i sustavnog procesa sportske pripreme. U takvom eksperimentalnom nacrtu potrebno je uključiti kontrolnu skupinu i eksperimentalne skupine koje se razlikuju prema primjenjenim programima sportske pripreme da bi se utvrdila njihova transformacijska moć.

Također, u daljnjim istraživanjima trebalo bi ispitati koje su granice utjecaja okolinskih faktora na razvoj i promjene osobina ličnosti i motivacijskih dimenzija tijekom djetinjstva i odrasle dobi sportaša te objasniti stabilnost i varijabilnost ponašanja sportaša. Isto tako, buduća istraživanja bi trebala povećati stupanj razumijevanja psihičkih procesa koji su u pozadini osobina ličnosti, motivacijskih dimenzija, emocija i ponašanja približavanja odnosno izbjegavanja.

Premda su istraživački nalazi djelomično potvrdili naše postavljene hipoteze, na temelju dobivenih rezultata predložena su dva hipotetska strukturalna modela koje bi trebalo empirijski provjeriti u novim istraživanjima. Provjeravanje postavljenih hipotetskih modela zahtijeva longitudinalni nacrt istraživanja i konstruiranje mjera za ispitivanje svih sastavnica oba hipotetska modela. Hipotetski modeli upućuju na postavljanje novih pitanja za raspravu u području proučavanja odnosa između osobina ličnosti i motivacijskih dimenzija, emocija te izbjegavajućeg i prilazećeg ponašanja sportaša te izvedbe i okolinskih faktora.

9. ZAKLJUČAK

Cilj ovog istraživanja bio je trojak: provjeriti metrijske karakteristike primjenjenih upitnika, utvrditi razlikuju li se igrači s obzirom na dob i pozicije u košarkaškoj igri u osobinama ličnosti i motivacijskim dimenzijama te ispitati postoji li povezanost između osobina ličnosti i motivacijskih dimenzija na uzorku košarkaša.

U odnosu na prvi istraživački problem evaluacija korištenih mjernih instrumenata na uzorku košarkaša juniorske i seniorske dobi potvrdila je da korištene mjere imaju zadovoljavajuće ili dobre metrijske značajke (pouzdanost i valjanost).

Nalazi ovog istraživanja pokazuju da postoje značajne razlike u izraženosti osobina Savjesnost i Neuroticizam, dok u osobinama Ekstraverzija, Ugodnost i Otvorenost nisu dobivene značajne razlike. U osobini Savjesnost postoje značajne razlike u njenom stupnju izraženosti s obzirom na pozicije u igri, ali ne i s obzirom na dob. Dobiveni rezultati pokazuju da vanjski igrači imaju višu razinu osobine Savjesnost u odnosu na unutarnje igrače. Nadalje, istraživački nalazi upućuju da seniorske igrače, u odnosu na juniorske, obilježava viša razina Emocionalne stabilnosti, dok između igrača na vanjskim i unutarnjim pozicijama ne postoji značajna razlika u osobini Neuroticizam. Također, kod osobine Neuroticizam utvrđena je i značajna interakcija između dobi i pozicija u igri.

U području motivacijskih dimenzija podaci pokazuju da postoji značajna razlika u izraženosti motiva za postizanje uspjeha, motiva za postizanje dominacije i ciljne usmjerenosti na ishod, dok u motivu za izbjegavanje neuspjeha i ciljnoj usmjerenosti na zadatak nisu utvrđene razlike s obzirom na dob niti s obzirom na pozicije u igri. Pritom, rezultati pokazuju da vanjski igrači imaju veći stupanj izraženosti motiva za postizanje uspjeha i motiva za postizanje dominacije u odnosu na unutarnje igrače, ali s obzirom na dobne skupine razlike nisu utvrđene. Međutim, kod motiva za postizanje dominacije postoji i značajna interakcija između dobi i pozicija u igri. Također, u području motivacijskih dimenzija postoji značajna razlika u razini ciljne usmjerenosti na ishod s obzirom na dob igrača, gdje kod juniorske dobi je *ego* orijentiranost izraženija u odnosu na igrače seniorske dobi.

U odnosu na treći istraživački problem rezultati su pokazali da postoji veliki broj značajnih korelacija kako između osobina ličnosti s jedne strane, tako i između različitih motivacijskih dimenzija s druge strane. Istraživački nalazi upućuju na postojanje značajnih korelacija između motivacijskih faktora i pojedinih osobina ličnosti.

Kanoničkom korelacijskom analizom utvrđen je odnos između dva skupa varijabli (osobina ličnosti i motivacijskih dimenzija) te su dobivene dvije značajne kanoničke korelacije. Prvi par kanoničkih faktora u području osobina ličnosti u najvećoj mjeri determiniraju varijable Savjesnost i Ekstraverzija i u manjoj mjeri Otvorenost te u području motivacijskih dimenzija motiv za postizanje dominacije, motiv za postizanje uspjeha i ciljna usmjerenost na zadatak. Drugi par kanoničkih faktora u području osobina ličnosti primarno je određen varijablom Neuroticizam te u manjoj mjeri osobinama Ugodnost i Savjesnost na negativnom polu, dok u području motivacijskih dimenzija motiv za izbjegavanje neuspjeha dominantno određuje strukturu drugog para kanoničkih faktora te u znatno manjoj mjeri ciljna usmjerenost na ishod.

Nalazi ovog istraživanja imaju važan znanstveni doprinos i važne implikacije za praksu. Provedba istraživanja u području osobinskog pristupa ličnosti i motivacije postignuća predstavlja važan i koristan doprinos psihologiji i kineziologiji sporta, a koji omogućava veći stupanj razumijevanja funkcioniranja ličnosti sportaša (košarkaša). To iz razloga što je na temelju pet temeljnih dimenzija ličnosti i motivacijskih dimenzija po prvi put provedeno istraživanje razlika između igrača juniorske i seniorske dobi te unutarnjih i vanjskih igrača u košarci. Nadalje, prvi put je empirijski provjereno postojanje povezanosti između jednog osobinskog modela ličnosti (petofaktorski model) i dvije podteorije motivacije postignuća (potreba za postignućem i ciljna usmjerenost). Analiza razlika i međusobne povezanosti ispitivanih varijabli značajno doprinose uvidu i razumijevanju osobina ličnosti i motivacijskih dimenzija koje determiniraju funkcioniranje ličnosti sportaša u situacijama sportske aktivnosti. Navedeno je preduvjet prikladnog upravljanja procesom sportske pripreme te procjenjivanja igrača u svrhu selekcije. Preporuke koje proizlaze iz istraživačkih nalaza mogu biti primjenjive u sportskom kontekstu, a vezane su uz dobivene rezultate koji diferenciraju juniorske od seniorskih, kao i vanjske od unutarnjih igrača u košarci. Istraživački nalazi sugeriraju kako je, u višegodišnjem procesu sportske pripreme, u prvom redu, potrebno poticati facete osobina ličnosti (Savjesnost i Emocionalna stabilnost) i motivacijske dimenzije (motiv za postizanje uspjeha, motiv za postizanje dominacije i ciljna usmjerenost na zadatak) koje razlikuju seniorske od juniorskih igrača u košarci, a koje su vezane uz psihološko sazrijevanje, konzistenciju ličnosti i adaptivne obrasce ponašanja košarkaša.

10. LITERATURA

1. Abell, N., Springer, D., & Kamata, A. (2009). *Developing and Validating Rapid Assessment Instruments.* Oxford University Press Inc, New York.
2. Aidman, E.V. (2007). Attribute-based selection for success: The role of personality attributes in long-term predictions of achievement in sport. *The Journal of the American Board of Sport Psychology, 3,* 1-18.
3. Aidman, E.V., & Beckerman, M. (2001). Predicting achievement and performance in Australian Rules football. In A. Papaionnou, M. Goudas, & I. Theodarakis (Eds.), *Programmes and Proceedings of 19th World Congress of Sport Psychology in Greece,* (2), 361-383.
4. Alispahić, S. (2013). Provjera odnosa teorije samoodređenja i Malowljeve teorije motivacije u političkom kontekstu (Doktorska disertacija). Zagreb: Filozofski fakultet.
5. Allen, M.S., Frings, D., & Hunter, S. (2012). Personality, coping, and challenge and threat states in athletes. *International Journal of Sport and Exercise Psychology, 10*(4), 264-275.
6. Allen, M.S., Greenlees, I., & Jones, M.V. (2011). An investigation of the five-factor model of personality and coping behaviour in sport. *Journal of Sports Sciences, 29*(8), 841-850.
7. Allen, M.S., Greenlees, I., & Jones, M. (2013). Personality in sport: a comprehensive review**.** *International Review of Sport and Exercise Psychology, 6*(1), 184-208.
8. Allport, G.W. (1937). *Personality: A psychological interpretation.* New York, NY: Holt.
9. Allport, G.W. (1961). *Pattern and growth in personality.* New York: Holt, Rinehart and Winston.
10. Ames, C. (1992). Achievement goals and adaptive motivational patterns: the role of the environment. In G.C. Roberts (Ed.), *Motivation in Sport and Exercise* (pp. 161-176). Champaign, IL: Human Kinetics.
11. Arent, S.M., Landers, D.M., Matt, K.S., & Etnier, J.L. (2005). Dose-response and mechanistic issues in the resistance training and affect relationship. *Journal of Sport and Exercise Psychology, 27,* 92-110.
12. Arnold, F. (1981). *Team defense man to man.* (Skripta i predavanje; Seminar za košarkaške trenere). Zagreb: Košarkaški savez Hrvatske.

13. Asendorpf, J.B. (2003). Head-to-head comparison of the predictive validity of personality types and dimensions. *European Journal of Personality, 17,* 327-346.
14. Asendorpf, J.B., & Van Aken, M.A.G. (1999). Resilient, overcontrolled, and undercontrolled personality prototypes in childhood: Replicability, predictive power, and the trait-type issue. *Journal of Personality and Social Psychology, 77,* 815-832.
15. Ashton, M.C., Lee, K., & Paunonen, S.V. (2002). What is the central feature of extraversion? Social attention versus reward sensitivity. *Journal of Personality and Social Psychology, 83,* 245-252.
16. Assor, A. (1989). The power motive as an influence on the evaluation of high and low status persons. *Journal of Research in Personality, 23,* 55-69.
17. Atkinson, J.W. (1974). The mainstream of achievement-oriented activity. U: J.W. Atkinson, & J.O. Raynor (Eds.), *Motivation and achievement* (pp. 13-41). New York: Halstead.
18. Azar, B. (2002). Searching for genes that explain our personalities. *American Psychological Association Monitor, 33,* 44.
19. Balaguer, I., Duda, J.L., & Crespo, M. (1999). Motivational climate and goal orientations as predictors of perceptions of improvement, satisfaction and coach ratings among tennis players. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports, 9,* 381-388.
20. Ball, S.A., & Zuckerman, M. (1990). Sensation seeking, Eysenck's personality dimensions and reinforcement sensitivity in concept formation. *Personality and Individual Differences, 11,* 343-353.
21. Barić, R. (2004). *Klima v športu* [Motivational climate in sport]. Unpublished master thesis, University of Ljubljana, Slovenia.
22. Barić, R. (2007). *The relationship of coach's leadership behaviour and his motivational structure with athletes' motivational tendencies*, Unpublished doctoral dissertation. Ljubljana: University of Ljubljana.
23. Barić**,** R., & Horga**,** S. (2006). Psychometric properties of the Croatian version of Task and Ego Orientation in Sport Questionnaire (CTEOSQ). *Kinesiology, 38*(2), 135-142.
24. Barić, R., Cecić Erpič, S., & Babić, V. (2002). Intrinsic motivation and goal orientation in track-and-field children. *Kinesiology, 34*(1), 50-60.
25. Barrick, M.R., & Mount, M.K. (1991). The Big Five personality dimensions and job performance: A meta-analysis. *Personnel Psychology, 44,* 1-26.

26. Barrick, M.R., Mount, M.K., & Judge, T.A. (2001). Personality and performance at the beginning of the new millennium: What do we know and where do we go next? *International Journal of Selection and Assessment, 9*(1-2), 9-30.
27. Barrick, M.R., Mount, M.K., & Strauss, J.P. (1993). Conscientiousness and performance of sales representatives: Test of the mediating effects of goal setting. *Journal of Applied Psychology, 78,* 715-722.
28. Bartholomew, J.B., & Linder, D.E. (1998). State anxiety following resistance exercise: the role of gender and exercise intensity. *Journal of Behavioral Medicine, 21*(2), 205-19.
29. Beck, R.C. (2003). *Motivacija. Teorija i načela*. Jastrebarsko: Naklada Slap.
30. Becker, P. (1999). Beyond the Big Five. *Personality and Individual Differences, 26,* 511-530.
31. Bell, S.T. (2007). Deep-level composition variables as predictors of team performance: A meta-analysis. *Journal of Applied Psychology, 92*(3), 595-615.
32. Benet-Martinez, V., & John, O.P. (1998). Los Cinco Grandes across cultures and ethnic groups: Multitrait multimethod analyses of the Big Five in Spanish and English. *Journal of Personality and Social Psychology, 75,* 729-750.
33. Berk, L.A. (2008). *Psihologija cjeloživotnog razvoja*. Jastrebarsko: Naklada Slap.
34. Berk, L.A. (2010). *Exploring Lifespan Development*. 2nd ed., Prentice Hall.
35. Biddle, S.J.H., Hanrahan, S.J., & Sellars, C.N. (2001). Attributions: Past, present, and future. In R. Singer, H. Hausenblas, & C. Janelle (Eds.), *Handbook of sport psychology* (2nd ed., pp. 444-471). New York: Wiley.
36. Biddle, S.J.H., Wang, J.C.K., Kavussanu, M., & Spray, C.M. (2003). Correlates of achievement goal orientations in physical activity: A systematic review of research. *European Journal of Sport Science, 3*(5), 1-18.
37. Block, J. (1995). A contrarian view of the five-factor approach to personality description. *Psychological Bulletin, 117,* 187-215.
38. Block, J. (2010). The five-factor framing of personality and beyond: Some ruminations. *Psychological Inquiry, 21,* 2-25.
39. Booth, E.G. (1958). Personality traits of athletes as measured by the MMPI. *Research Quarterly, 29,* 127-128.
40. Borkenau, P. (1990). Traits as ideal-based and goal-derived social categories. *Journal of Personality and Social Psychology, 58,* 381-396.

41. Bosnar, K., & Balent, B. (2009). *Uvod u psihologiju sporta.* Zagreb: Društveno veleučilište - Odjel za izobrazbu trenera.
42. Bouchard, T.J. (1994). Genes, environment, and personality. *Science, 264*, 1700-1701.
43. Boyd, M.P., & Callaghan, J. (1994). Task and ego goal perspectives in organized youth sport. *International Journal of Sport Psychology, 25*(4), 411-424.
44. Boyd, M.P., & Yin, Z. (1996). Cognitive-affective sources of sport enjoyment in adolescent sport participants. *Adolescence, 31*(122), 382-395.
45. Bratko, D. (2001). *Psihologija*. Zagreb: Profil International.
46. Bratko, D. (2002). Teorijski i metodološki problemi pri istraživanju kontinuiteta i promjena ličnosti. *Društvena istraživanja, 4-5*(60-61), 603-622.
47. Brunel, P.C. (1999). Relationship between achievement goal orientations and perceived motivational climate on intrinsic motivation. *Scandinavian Journal of Medicine and Science in Sports, 9*(6), 365-374.
48. Burnstein, E., Crandall, C., & Kitayama, S. (1994). Some neo-Darwinian decision rules for altruism: Weighing cures for inclusive fitness as a function of the biological importance of the decision. *Journal of Personality and Social Psychology, 67,* 773-789.
49. Burton, D. (1997). Measuring competitive state anxiety. In J.L. Duda (Ed.), *Advancements in sport and exercise psychology measurement.* Morgantown, WV: Fitness Information Technology, Inc.
50. Buss, A.H. (1988). *Personality: Evolutionary heritage and human distinctivneness*. Hillsdale, N.J.: Erlbaum.
51. Buss, A.H. (1989). Personality as traits. *American Psychologist, 44*, 1378-1388.
52. Buss, D.M. (1996). Social adaptation and five major factors of personality. In J.S. Wiggins (Ed.), *The five-factor model of personality: Theoretical perspectives* (pp. 180-207). New York: The Guilford Press.
53. Buss, D.M. (2012). *Evolucijska psihologija: Nova znanost o umu.* Naklada Slap: Jastrebarsko.
54. Button, S.B., Mathieu, J.E. & Zajac, D.M. (1996). Goal orientation in organizational research: A conceptual and empirical foundation. *Organizational Behavior and Human Decision Processes, 67* (1), 26-48.
55. Cameron, J.E., Cameron, J.M., Dithurbide, L., & Lalonde, R.N. (2012). Personality traits and stereotypes associated with ice hockey positions. *Journal of Sport Behavior, 35,* 109-124.

56. Cantor, N. (1990). From thought to behavior: "Having" and "doing" in the study of personality and cognition. *American Psychologist, 45,* 735-750.
57. Cantor, N., & Zirkel, S. (1990). Personality, cognition, and purposive behavior. *Handbook of Personality Psychology: Theory and Research* (pp. 135-164). NY: Guilford Press.
58. Carron, A.V., Colman, M.M., Wheeler, J. & Stevens, D. (2002). Cohesion and performance in sport: A meta-analysis. *Journal of Sport and Exercise Psychology, 24,* 168-188.
59. Carter, G.C., & Shannon, J.R. (1940). Adjustment and personality traits of athletes and nonathletes. *School Review, 48,* 127-130.
60. Carver, C.S., & Connor-Smith, J. (2010). Personality and coping. *Annual Review of Psychology, 61,* 679-704.
61. Carver, C.S., & Scheier, M.F. (1998). *On the self-regulation of behaviour.* Cambridge, MA: Harvard University Press.
62. Carver, C.S., & White, T.L. (1994). Behavioral inhibition, behavioral activation, and affective responses to impending reward and punishment: The BIS/BAS scales. *Journal of Personality and Social Psychology, 67,* 319-333.
63. Carver, C.S., Sutton, S.K., & Scheier, M.F. (2000). Action, emotion, and personality: Emerging conceptual integration. *Personality and Social Psychology Bulletin, 26,* 741-751.
64. Caspi, A., Roberts, B.W., & Shiner, R.L. (2005). Personality development: Stability and change. *Annual Review of Psychology, 79,* 644-655.
65. Castanier, C., Le Scanff, C., & Woodman, T. (2010). Who takes risks in high-risk sports? A typological personality approach. *Research Quarterly for Exercise and Sport, 81*(4), 478-485.
66. Cattell, R.B. (1943). The description of personality: Basic traits resolved into clusters. *Journal of Abnormal and Social Psychology, 38,* 476-507.
67. Cattell, R.B. (1957). *Personality and motivation structure and measurement.* Yonkers-on-Hudson, NY: World.
68. Cattell, R.B., & Eber, H.W. (1964). *Handbook for the Sixteen Personality Factor Questionnaire.* Champaign, IL: Institute for Personality and Ability Testing.
69. Cervone, D., & Pervin, L.A. (2008). *Personality. Theory and research.* New York: John Wiley and Sons, Inc.

70. Cetinić, J. (2004). *Spolne razlike u ciljnoj orijentiranosti košarkaša* [*Gender differences of goal orientations in basketball players*]. Unpublished graduate thesis. Zagreb: University of Zagreb, Faculty of Kinesiology.
71. Christensen, A.J., & Smith, T.W. (1995). Personality and patient adherence: Correlates of five-factor model in renal dialysis. *Journal of Behavioral Medicine, 18,* 305-313.
72. Cilliers, P. (2005). Knowing complex systems. In K.A. Richardson (Ed.), *Managing organizational complexity: Philosophy, theory, and application. V.1. Managing the complex* (pp. 7-19). Greenwich, CT: Information Age.
73. Clark, L.A., & Watson, D. (1999). Temperament: A new paradigm for trait psychology. In L.A. Pervin & O.P. John (Eds.), *Handbook of personality: Theory and research* (2nd ed., pp. 399-423). NewYork: Guilford Press.
74. Cloninger, C.R. (1986). A unified biosocial theory of personality and its role in the development of anxiety states. *Psychiatric Developments, 4*(3), 167-226.
75. Cloninger, C.R. (1987). A systematic method for clinical description and classification of personality variants. *Archives of General Psychiatry, 44,* 573-588.
76. Cloninger, C.R., Svrakic, D.M., & Przybeck, T.R. (1993). A psychobiological model of temperament and character. *Archives of General Psychiatry, 50,* 975-990.
77. Coetzee, N. (2010). Personality profiles of recreational scuba divers. *African Journal for Physical, Health Education, Recreation and Dance, 16*(4), 568-579.
78. Coleman, J.S. (1961). *The adolescent society: The social life of the teenager and its impact on education.* New York: Free Press.
79. Colley, A., Roberts, N., & Chipps, A. (1985). Sex-role identity, personality and participation in team and individual sports by males and females. *International Journal of Sport Psychology, 16*(2), 103-112.
80. Colt, E.W.D., Wardlaw, S.L., & Frantz, A.G. (1981). The effect of running on plasma beta-endorphin. *Life Sciences, 28,* 1637-1640.
81. Conley, J.J. (1984a). The hierarchy of consistency: A review and model of longitudinal findings on adult individual differences in intelligence, personality and self-opinion. *Personality and Individual Differences, 5,* 11-26.
82. Conley, J.J. (1984b). Longitudinal consistency of adult personality: Self-reported psychological characteristics across 45 years. *Journal of Personality and Social Psychology, 47,* 1325-1334.

83. Connor-Smith, J.K., & Flachsbart, C. (2007). Relations between personality and coping: A meta-analysis. *Journal of Applied Psychology, 93,* 1080-1107.
84. Conrad, M.A. (2006). Aptitude is not enough: how personality and behaviour predict academic performance. *Journal of research in personality, 40,* 339-346.
85. Cooper, L. (1969). Athletes, activity and personality: a review of literature. *Research Quarterly, 40,* 17-22.
86. Corr, P.J., Pickering, A.D., & Gray, J.A. (1997). Personality, punishment, and procedural learning: A test of J.A. Gray's anxiety theory. *Journal of Personality and Social Psychology, 73,* 337-344.
87. Corulla, W.J. (1987). A psychometric investigation of the Eysenck Personality Questionnaire (Revised) and its relationship to the Impulsiveness Questionnaire. *Personality and Individual Differences, 8,* 651-658.
88. Costa, P.T., Jr., & McCrae, R.R. (1980). Influence of Extraversion and Neuroticism on subjective well-being: Happy and unhappy people. *Journal of Personality and Social Psychology, 38,* 668-678.
89. Costa, P.T., Jr., & McCrae, R.R. (1992). *Revised NEO personality inventory and NEO five-factor inventory: Professional manual.* Odessa, FL: Psychological Assessment Resources.
90. Costa, P.T., Jr., & McCrae, R.R. (1994). Stability and change in personality from adolescence through adulthood. In C.F. Halverson, Jr., G.A. Kohnstamm, Roy P. Martin (Eds.), *The developing structure of temperament and personality from infancy to adulthood* (pp. 139-155). Hillsdale, NJ: Erlbaum.
91. Costa, P.T., Jr., & McCrae, R.R. (1995). Primary traits of Eysenck's P-E-N system: three- and five-factor solutions. *Journal of Personality and Social Psychology, 69,* 308-317.
92. Costa, P.T., Jr., & McCrae, R.R. (1998). Trait theories of personality. U: Barone, D.F., Hersen, M., Van Hasselt, V.B. (Eds.), *Advanced Personality* (pp. 103-121). New York: Plenum.
93. Costa, P.T., Jr., Terracciano, A., & McCrae, R.R. (2001). Gender differences in personality traits across cultures: Robust and surprising findings. *Journal of Personality and Social Psychology, 81,* 322-331.
94. Courneya, K.S., & Hellsten, L.A.M. (1998). Personality correlates of excersise behavior, motives, barriers, and preferences: An application of the five-factor model. *Personality and Individual Differences, 24,* 625-633.

95. Cover, R. (2013). Suspended ethics and the team: Theorising team sportsplayers' group sexual assault in the context of identity. *Sexualities, 16*(3-4), 300-318.
96. Cox, R.H. (2005). *Psihologija sporta, koncepti i primjene.* Jastrebarsko: Naklada Slap.
97. Cox, R.H. (2012). *Sport psychology: Concepts and applications.* (7th ed.). New York: McGraw-Hill.
98. Cox, R.H., & Yoo, H.S. (1995). Playing position and psychological skill in American football. *Journal of Sport Behavior, 18*(3), 183-194.
99. Craft, L.L., & Landers, D.M. (1998). The effect of exercise on clinical depression and depression resulting from mental illness: A meta-analysis. *Journal of Sport & Exercise Psychology, 20,* 339-357.
100. Dabbs, J.M., Jr. (2000). *Heroes, rogues and lovers: Outcroppings of testosterone.* New York: McGraw-Hill.
101. Daino, A. (1985). Personality traits of adolescent tennis players. *International Journal of Sport Psychology, 16,* 120-125.
102. Davids, K., & Baker, J. (2007). Genes, environment and sport performance: Why the nature-nurture dualism is no longer relevant. *Sports Medicine, 37*(11), 961-980.
103. Davidson, K.W., Goldstein, M., Kaplan, R.M., Kaufmann, P.G., Knatterud, G.L., Orleans, C.T., Spring, B., Trudeaum, K.J., & Whitlock, E.P. (2003). Evidence-Based Behavioral Medicine: What Is It and How Do We Achieve It? *Annals of Behavioral Medicine, 26*(3), 161-171.
104. Davidson, R.J. (1992). Anterior cerebral asymmetry and the nature of emotion. *Brain and Cognition,* 20(1), 125-151.
105. Davidson, R.J. (2000). Affective style, psychopathology, and resilience: Brain mechanisms and plasticity. *American Psychologist, 55,* 1196-1214.
106. Davis, C., Fox, J., Brewer, H., & Ratusny, D. (1995). Motivations to exercise as a function of personality characteristics, age, and gender. *Personality and Individual Differences, 19*(2), 165-174.
107. De Vries, J., & Van Heck, G.L. (2002). Fatigue: relationships with basic personality and temperament dimensions. *Personality and Individual Differences, 33,* 1311-1324.
108. Deci, E.L., & Ryan, R.M. (1985). *Intrinsic Motivation and Self - Determination in Human Behavior*. New York and London: Plenum Press.
109. Deci, E.L., & Ryan, R.M. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist, 55*(1), 68-78.

110. Depue, R., & Collins, P. (1999). Neurobiology of the structure of personality: Dopamine, facilitation of incentive motivation, and extraversion. *Behavioral and Brain Sciences, 22*(3), 491-517.
111. DeYoung, C.G., Peterson, J.B., & Higgins, D.M. (2002). Higher-order factors of the Big Five predict conformity: Are there neuroses of health? *Personality and Individual Differences, 33,* 533-552.
112. Dežman, B. (1988). *Določanje homogenih skupin na osnovi nekaterih antropometričnih in motoričnih razsežnosti pri mladih košarkarjih*. (Doktorska disertacija). Ljubljana: Fakulteta za telesno kulturo.
113. Dežman, B. (1999). *Zunanje in notranje obremenitve igralcev med košarkaško tekmo*. (Prijedlog projekta). Ljubljana: Fakulteta za šport Univerze v Ljubljani.
114. Dežman, B., Trninić, S., & Dizdar, D. (2001). Expert model of decision-making system for efficient orientation of basketball players to positions and roles in the game - Empirical verification. *Collegium Antropologicum, 25*(1), 141-152.
115. Díaz, A., & Pickering, A.D. (1993). The relationship between Gray's and Eysenck's personality spaces. *Personality and Individual Differences, 15*(3), 297-305.
116. Diener, E., Larsen, R.J., & Emmons, R.A. (1984). Person × Situation interactions: Choice of situations and congruence response models. *Journal of Personality and Social Psychology, 47*(3), 580-592.
117. Digman, J.M. (1989). Five robust trait dimensions: Development, stability, and utility. *Journal of Personality, 57,* 195-214.
118. Digman, J.M. (1990). Personality structure: Emergence of the five-factor model. *Annual Reviews Psychology, 41,* 417-440.
119. Digman, J.M. (1997). Higher-Order Factors of the Big Five. *Journal of the Personality and Social Psychology, 73,* 1246-1253.
120. Dionigi, R.A., & Cannon, J. (2009). Older adults perceived changes in physical self-worth associated with resistance training. *Research Quarterly for Exercise and Sport, 80,* 269-280.
121. Dishman, R.K., Ickes, W., & Morgan, W.O. (1980). Self-Motivation and adherence to habitual physical activity. *Journal of Applied Social Psychology, 10,* 115-132.
122. Dizdar D. (2002). *Vrednovanje skupa metoda za procjenu stvarne kvalitete košarkaša.* (Doktorska disertacija). Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu.
123. Dowd, R., & Innes, J.M. (1981). Sport and personality: Effects of type of sport and level of competition. *Perceptual and Motor Skills, 53*(1), 79-89.

124. Driskell, J.E., Goodwin, G.F., Salas, E., & O'Shea, P.G. (2006). What makes a good team player? Personality and team effectiveness. *Group Dynamics: Theory, Research, and Practice, 10*(4), 249-271.

125. Duda, J.L. (1986a). A cross-cultural analysis of achievement motivation in sport and the classroom. In: L. VanderVelden, & J. Humphrey (Eds.), *Current selected research in the psychology and sociology of sport* (pp. 115-134). New York: AMS Press.

126. Duda, J.L. (1986b). Perceptions of sport success and failure among white, black, and Hispanic adolescents. In: T. Reilly, J. Watkins, & L. Burwitz (Eds.), *Sports sciences* (pp. 214-222). London: E.&S.F. Spon.

127. Duda, J.L. (1988). The relationship between goal perspectives and persistence and intensity among recreational sport participants. *Leisure Sciences, 10,* 95-106.

128. Duda, J.L. (1989). Relationship between task and ego orientation and the perceived purpose of sport among high school athletes. *Journal of Sport and Excersise Psychology, 11,* 318-335.

129. Duda, J.L. (1992). Motivation in sport settings: A goal perspective approach. In G.C. Roberts (Ed.), Motivation in sport and exercise (pp. 57-91). Champaign, IL: Human Kinetic Books.

130. Duda, J.L. (1993). Goals: a social-cognitive approach. In R.M. Singer, M. Murphy, & L.K. Tennant (Eds.), *Handbook of Research in Sport Psychology* (pp. 421-435). New York: Macmillian.

131. Duda, J.L. (2001). Achievement goal research in sport:oushing the boundaries and clarifying some misunderstandings. In G.C. Roberts (Ed.), *Advances in motivation in sport and exercise* (pp. 129-183). Champaign, IL: Human Kinetics.

132. Duda, J.L, Fox, K.R., Biddle, S.J.H., & Amstring, N. (1992). Children's achievement goals and beliefs about success in sport. *British Journal of Educational Psychology, 62*, 313-323.

133. Duda, J.L., & Hall, H. (2001). Achievement goal theory in sport: recent extensions and future directions. In R.N. Singer, H.A. Hausenblas, & C.M. Janelle (Eds.), *Handbook of Sport Psychology* (pp. 417-444). New York: Wiley.

134. Duda, J.L., & Nicholls, J.G. (1992). Dimensions of Achievement Motivation in Schoolwork and Sport. *Journal of Educational Psychology, 84*(3), 290-299.

135. Duda, J.L., & Whitehead, J. (1998). Measurement of goal perspectives in the physical domain. In J.L. Duda (Ed.), *Advances in sport and exercise psychology measurement* (pp. 21-48). Morgantown, WV: Fitness Information Technology.

136. Duda, J.L., Chi, L., Newton, M., Walling, M.D., & Cately, D. (1995). Task and ego orientation and intrinsic motivation in sport. *International Journal of Sport Psychology, 26,* 40-63.

137. Dweck, C. (1986). Motivational processes affecting learning. *American Psychologist, 41,* 1040-1048.

138. Eagleton, J.R., McKelvie, S.J., & de Man, A. (2007). Extraversion and neuroticism in team sport participants, individual sport participants, and non-participants. *Perceptual and Motor Skills, 105,* 265-275.

139. Egan, S., & Stelmack, R.M. (2003). A personality profile of Mount Everest climbers. *Personality and Individual Differences, 34,* 1491-1494.

140. Egloff, B., & Jan Gruhn, A. (1996). Personality and endurance sports. *Personality and Individual Differences, 21,* 223-229.

141. Eitzen, S. (1976). Sport and status in American public secondary education. *Review of Sport and Leisure, 1,* 139-155.

142. Elliot, A.J., & Sheldon, K.M. (1998). Avoidance personal goals and the personality-illness relationship. *Journal of Personaliy and Social Psychology, 75,* 1282-1299.

143. Elliot, A.J., Sheldon, K.M., & Church, M. (1997). Avoidance personal goals and subjective well-being. *Personality and Social Psychology Bulletin, 23,* 915-927.

144. Elliott, A.J., & Thrash, T.M. (2002). Approach-Avoidance Motivation in Personality: Approach and Avoidance Temperaments and Goals. *Journal of Personality and Social Psychology, 82*(5), 804-818.

145. Elliott, E.S., & Dweck, C.S. (1988). Goals: An approach to motivation and achievement. *Journal of Personality and Social Psychology, 54,* 5-12.

146. Emmons, R.A., & Kaiser, H.A. (1996). Goal orientation and emotional well-being: Linking goals and affect through the self. In L. Martin i A. Tesser (Eds.), *Striving and feeling: Interactions among goals, affect, and self-regulation* (pp. 79-98). Mahwah, NJ: Erlbaum.

147. Erdheim, J., Wang, M., & Zickar, M.J. (2006). Linking the Big Five personality constructs to organizational commitment. *Personality and Individual Differences, 41,* 959-970.

148. Erdley, C.A., Loomis, C.C., Cain, K.M., & Dumas-Hines, F. (1997). Relations among children's social goals, implicit personality theories, and responses to social failure. *Developmental Psychology, 33,* 263-272.

149. Erikson, E.H. (Ed.) (1978). *Adulthood.* Oxford, England: W.W. Norton & Co.

150. Etnier, J.L., Sidman, C.L., & Hancock, II, L.C. (2004). An examination of goal orientation profiles and motivation in adult team sport. *International Journal of Sport Psychology, 35*, 173-188.

151. Ewing, M.E. (1981). *Achievement orientations and sport behavior of males and females.* Unpublished doctoral dissertation, University of Illinois at Urbana-Champaign.

152. Eynon, N., Ruiz, J.R., Oliveira, J., Duarte, J.A., Birk, R., & Lucia, A. (2011). Genes and elite athletes: a roadmap for future research. *Journal of Physiology, 589(Pt 13),* 3063-3070.

153. Eysenck, H.J. (1991). Dimensions of personality. 16, 5 or 3? - Criteria for a taxonomic paradigm. *Personality and Individual Differences, 12*(8), 773-790.

154. Eysenck, H.J. & Eysenck, M.W. (1985). *Personality and individual differences.* New York: Plenum Press.

155. Eysenck, H.J., & Eysenck, S.B. (1964). *The Eysenck Personality Inventory.* London: University of London Press.

156. Eysenck, H.J., & Eysenck, S.B. (1991). *Manual of the Eysenck Personality Scales.* London: Hodder & Stoughton.

157. Eysenck, H.J., Nias, D.K.B., & Cox, D.N. (1982). *Sport and personality*. Advances in *Behavior Research and Therapy, 4*(1), 1-56.

158. Farr, J.L., Hofmann, D.A., & Ringenbach, K.L. (1993). Goal orientation and action control theory: Implications for industrial and organizational psychology. In C.L. Cooper, & I.T. Robertson (Eds.), *International Review of Industrial and Organizational Psychology, 8,* 193-232.

159. Feingold, A. (1994). Gender differences in personality: A meta-analysis. *Psychological Bulletin, 116,* 429-456.

160. Feltz, D.L. (1979). Athletics in the status system of female adolescents. *Review of Sport and Leisure, 4,* 110-118.

161. Ferrer-Caja, E., & Weiss, M.R. (2000). Predictors of intrinsic motivation among adolescent students in physical education. *Research Quarterly for Exercise and Sport, 71*, 267-279.

162. Filby, W.C.D., Maynard, I.W., & Graydon, J.K. (1999). The effect of multiple-goal strategies on performance outcomes in training and competition. *Journal of Applied Sport Psychology, 11*, 230-246.

163. Finch, L. (2002). Understanding Individual Motivation in Sport. In J.M. Silva III i D.E. Stevens (Eds.), *Psychological Foundations of Sport* (pp. 66-79). Boston: Allyn & Bacon.
164. Fiske, D.W. (1949). Consistency of the factorial structures of personality ratings from different sources. *Journal of Abnormal Social Psychology, 44*, 329-344.
165. Fiske, D.W. (1994). Two cheers for the Big Five! *Psychological Inquiry, 5*, 123-124.
166. Fleeson, W., Malanos, A.B., & Achille, N.M. (2002). An intraindividual process approach to the relationship between extraversion and positive affect: Is acting extraverted as „Good" as being extraverted? *Journal of Personality and Social Psychology, 83,* 1409-1422.
167. Fleming, E.G. (1934). Personality and the athletic girl. *School and Society, 39,* 166-169.
168. Fox, K., Goudas, M., Biddle, S., Duda, J., & Amstrong, N. (1994). Children's task and ego goal profiles in sport. *British Journal of Educational Psychology, 64*, 253-261.
169. Fruyt, F., Van De Wiele, L., & Van Heeringen, C. (2000). Cloninger's psychobiological model of temperament and character and the five-factor model of personality. *Personality and Individual Differences, 29,* 441-452.
170. Fulgosi, A. (1994). *Biološke osnove osobina ličnosti: Uvod u prirodoznanstvenu psihologiju.* Jastrebarsko: Naklada Slap.
171. Funder, D.C. (1991). Global traits: A neo-Allportian approach to personality. *Psychological Science, 2,* 31-39.
172. Funder, D.C. (1994). Explaining traits. *Psychological Inquiry, 5,* 125-127.
173. Funder, D.C. (2001). Personality. *Annual Review of Psychology, 52,* 197-221.
174. Gable, S.L., Reis, H.T., & Elliot, A.J. (2000). Behavioral activation and inhibition in everyday life. *Journal of Personality and Social Psychology, 78*, 1135-1149.
175. Gable, S.L., Reis, H.T., & Elliot, A.J. (2002). *Evidence for bivariate systems: An empirical test of appetition and aversion across domains.* Manuscript submitted for publication.
176. Gabrijelić, M. (1977). Manifestne i latentne dimenzije vrhunskih sportaša nekih momčadskih sportskih igara u motoričkom, kognitivnom i konativnom prostoru. (Doktorska disertacija) Zagreb: Fakultet za fizičku kulturu.
177. Gallucci, N.T. (2008). *Sport Psychology: Performance Enhancement, Performance Inhibition, Individuals, and Teams.* New York: Psychology Press.

178. Gano-Overway, L., & Duda, J.L. (2001). Personal theories of achievement among African and white mainstream American athletes. *International Journal of Sport Psychology, 32*, 335-354.
179. Gee, C.J., Marshall, J.C., & King, J.F. (2010). Should coaches use personality assessments in the talent identification process? A 15 year predictive study on professional hockey players. *International Journal of Coaching Science, 4,* 25-34.
180. Gellatly, I.R. (1996). Conscientiousness and task performance: Test of cognitive process model. *Journal of Applied Psychology, 81,* 474-482.
181. Georgiadis, M., Biddle, S.J.H., & Auweele, Y.V. (2001). Cognitive, emotional, and behavioural connotations of task and ego orientation profiles: an ideorgaphic approach using hierarhical class analysis. *International Journal of Sport Psychology, 32*, 1-20.
182. Geron, E., Furst, D., & Rotstein, P. (1986). Personality of athletes participating in various sports. *International Journal of Sport Psychology, 17*(2), 120-135.
183. Gill, D.L. (1986). Competitiveness among females and males in physical activity classes. *Sex Roles, 15,* 233-247.
184. Gill, D.L. (2000). *Psychological dynamics of sport and exercise.* Champaign, IL: Human Kinetics.
185. Gill, D.L., & Deeter, T.E. (1988). Development of the Sport Orientation Questionnaire. *Reserach Quarterly, 59*(3), 191-202.
186. Gill, D.L., Dzewaltowski, D.A., & Deeter, T.E. (1988). The relationship of competitiveness and achievement orinetation to participation in sport and nonsport activities. *Journal of Sport Psychology, 10,* 139-150.
187. Goldberg, L.R. (1990). An Alternative "Description of Personality": The Big-Five Factor Structure. *Journal of Personality and Social Psychology, 59*(6), 1216-1229.
188. Goldberg, L.R. (1994). How not to whip a straw dog. *Psychological Inquiry, 5,* 128-130.
189. Goldberg, L.R. (2008). International Personality Item Pool: A Scientific Collaboratory for the Development of Advanced Measures of Personality Traits and Other Individual Differences (http://ipip.ori.org/). Internet Web Site. (19.11.2008.)
190. Gomeljski, A.J. (1977). *Vođenje ekipe u košarci*. Beograd: Košarkaški savez Srbije.
191. Gomez, R., Cooper, A., & Gomez, A. (2000). Susceptibility to positive and negative mood states: Test of Eysenck's, Gray's, and Newman's theories. *Personality and Individual Differences, 29,* 351-365.

192. Gough, H.G. (1987). *The California Psychological Inventory administrator's guide.* Palo Alto, CA: Consulting Psychologists Press.

193. Gough, H.G. (1989). The California Psychological Inventory. In C.S. Newmark (Ed.), *Major psychological assessment instruments* (Vol. 2, pp. 67-98). Boston: Allyn & Bacon.

194. Grant, S., & Langan-Fox, J. (2006). Occupational stress, coping and strain: The combined/interactive effect of the Big Five traits. *Personality and Individual Differences, 41,* 719-732.

195. Gray, J.A. (1972). *The psychology of fear and stress.* New York: McGraw-Hill.

196. Gray, J.A. (1975). *Elements of a twoprocess theory of learning.* Oxford, England: Academic Press.

197. Gray, J.A. (1985). A whole and its parts: Behavior, the brain, cognition and emotion. *Bulletin of the British Psychological Society, 38,* 99-112.

198. Gray, J.A. (1987). *The psychology of fear and stress.* Cambridge, England: Cambridge University Press.

199. Gray, J.A. (1990). Brain systems that mediate both emotion and cognition. *Motivation and Emotion, 4,* 269-288.

200. Graydon, J., & Murphy, T. (1995). The effects of personality on social facilitation whilst performing a sports related task. *Personality and Individual Differences, 19*(2), 265-267.

201. Graziano, W.G., & Eisenberg, N.H. (1997). Agreeableness: a dimension of personality. In R. Hogan, J. Johnson, & S. Briggs (Eds.), *Handbook of personality psychology* (pp. 795-824). San Diego, CA: Academic Press.

202. Graziano, W.G., Feldesman, A.B., & Rahe, D.F. (1985). Extraversion, Social Cognition, and the Salience of Aversiveness in Social Encounters. *Journal of Personality and Social Psychology, 49*(4), 971-980.

203. Greenwald, A.G., & Banaji, M.R. (1995). Implicit Social Cognition: Attitudes, Self-Esteem, and Stereotypes. *Psychological Review, 102*(1), 4-27.

204. Greenwood, M., & Simpson, W.K. (1994). Personality traits of intercollegiate baseball athletes playing central versus noncentral defensive positions at three levels of competition. *Applied Research in Coaching & Athletics Annual, 1,* 15-30.

205. Grieve, F.G., Whelan, J.P., Kottke, R., & Meyers, A.W. (1994). Manipulating adults' achievement goals in a sport task: Effects on cognitive, affective and behavioral variables. *Journal of Sport Behavior, 17,* 1-17.

206. Guastello, S.J. (2000). Non-linear dynamics in psychology. *Discrete Dynamics in Nature and Society, 6,* 11-29.

207. Gucciardi, D., & Gordon, S. (2011). *Mental toughness in sport: Developments in theory and research.* East Sussex, UK: Routledge.

208. Guilford, J.P. (1959). *Personality.* New York: McGraw-Hill.

209. Hackfort, D. (2001). Experiences with application of action-theory-based approach in working with elite athletes. In G. Tenenbaum (Ed.), *The practice of sport psychology* (pp. 89-99). Morgantown, WV: Fitness Information Technology.

210. Hackfort, D., & Munzert, J. (2005). Mental simulation. In D. Hackfort, J. Duda, & R. Lidor (Eds.), *Handbook of research on sport and exercise psychology* (pp. 3-16). Morgantown, WV: Fitness Information Technology.

211. Hackfort, D., Munzert, J., & Seiler, R. (2000). *Handeln im Sport als handlungspsychologi-sches Modell* [Acting in sports as an action-psychology model]. Heidelberg, Germany: Asanger.

212. Hagberg, J.M., Mullin, J.P., Bahrke, M., & Limburg, J. (1979). Physiological profiles and selected psychological characteristics of national class American cyclists. *Journal of Sports Medicine and Physical Fitness, 19,* 341-346.

213. Harlow, R.E., & Cantor, N. (1994). A functionalist agenda for trait psychology. *Psychological Inquiry, 5,* 130-134.

214. Hart, J.W., Stasson, M.F., Mahoney, J.M., & Story, P. (2007). The Big Five and Achievement Motivation: Exploring the Relationship Between Personality and a Two-Factor Model of Motivation. *Individual Differences Research, 5*(4), 267-274.

215. Harwood, C, Hardy, L., & Swain, A. (2000). Achievement goals in sport: a critique of conceptual measurement issues. *Journal of Sport and Exercise Psychology, 22,* 235-255.

216. Harwood, C., & Hardy, L. (2001). Persistence and effort in moving achievement goal research forward: A response to Treasure and colleagues. *Journal of Sport and Exercise Psychology, 23,* 330-345.

217. Hathaway, S.R., & McKinley, J.C. (1948). *Minnesota multiphasic personality inventory.* New York: Psychological Corporation.

218. Hatzigeorgiadis, A., & Biddle, S.J.H. (2002). Cognitive interference during competition among volleyball players with different goal orientation profiles. *Journal of Sport Sciences, 20,* 707-715.

219. Heaven, P.C. (1990). Attitudinal and personality correlates of achievement motivation among high school students. *Personality and Individual Differences, 11,* 705-710.
220. Helson, R., Kwan, V.S.Y., John, O.P., & Jones, C. (2002). The growth of evidence for personality change in adulthood. Findings from research with personality inventories. *Journal of Research in Personality, 36,* 287-306.
221. Heubeck, B.G., Wilkinson, R.B., & Cologon, J. (1998). A second look at Carver and White's (1994) BIS/BAS scales. *Personality and Individual Differences, 25,* 785-800.
222. Hidi, S., & Harackiewicz, J.M. (2000). Motivating the academically unmotivated: A critical issue for the 21st century. *Review of Educational Research, 70*(2), 151-179.
223. Hirsh, J.B., & Peterson, J.B. (2009). Extraversion, neuroticism, and the prisoner's dilemma. *Personality and Individual Differences, 46,* 254-256.
224. Hoffman, S.J., & Harris J.C. (Eds.) (2000). *Introduction to kinesiology: Studying physical activity.* Champaign, IL: Human Kinetics.
225. Hofstee, W.K.B. (1994). Will the true trait theorist please stand up? *Psychological Inquiry, 5,* 134-137.
226. Hogan, K. (1996). *The psychology of persuasion: How to persuade others to your way of thinking.* Gretna, Louisiana: Pelican Publishing Company.
227. Hogan, R., Johnson, J., & Briggs, S.R. (Eds.) (1997). *Handbook of personality psychology.* New York: Academic Press.
228. Home, J.A., & Ostberg, O. (1976). A self-assessment questionnaire to determine morningness-eveningness in human circadian rhythms. *International Journal of Chronobiology, 4,* 97-100.
229. Horga, S. (1993). *Psihologija sporta.* Zagreb: Fakultet za fizičku kulturu.
230. Horga, S. (2009). *Psihologija sporta,* 2. izd. Zagreb: Kineziološki fakultet.
231. Horney, K. (1937). *The neurotic personality of our time.* New York: Norton.
232. Horney, K. (1945). *Our inner conflicts.* New York: Norton.
233. Houston, J.P., See, H., Hatfield, E., & Rimm, D.C. (1979). *Motivation.* ln Houston, J.P., Bea, H., Hatfield, E. and Rimm, D.C.: Invitation to psychology. New York: Academic Press, 286-313.
234. Howard, J.H., Cunningham, D.A., & Rechnitzer. P.A. (1986). Personality and fitness decline in middle-aged men. *International Journal of Sport Psychology, 18,* 100-111.
235. Hudek-Knežević, J., Krapić, N., & Kardum, I. (2006). Burnout indispositional context: The role of personality traits, social support and coping styles. *Review of Psychology, 13,* 65-73.

236. Hughes, S.L., Case, H.S., Stumempfle, K.J., & Evans, D.S. (2003). Personality profiles of Iditasport ultra-marathon participants. *Journal of Applied Sport Psychology, 15,* 256-261.

237. Ingledew, D.K., & Markland, D. (2008). The role of motives in exercise participation. *Psychology and Health, 23*(7), 807-828.

238. Ingledew, D.K., Markland, D., & Sheppard, K.E. (2004). Personality and self-determination of exercise behaviour. *Personality and Individual Differences, 36,* 1921-1932.

239. Jackson, P., & Delehanty, H. (1995). *Sacred hoops*. New York: Hyperion.

240. Jackson, S.A., & Roberts, G.C. (1992). Positive performance states of athletes: Toward a conceptual understanding of peak performance. *The Sport Psychologist, 6,* 156-171.

241. Jang, K.L., Livesley, W.J., Ando, J., Yamagata, S., Suzuki, A., Angleitner, A., Ostendorf, F., Riemann, R., Spinath, F. (2006). Behavioral genetics of the higher-order factors of the Big Five. *Personality & Individual Differences, 41,* 261-272.

242. Jarvis, M. (1999). *Sport psychology.* New york: Routledge.

243. Jensen-Campbell, L.A., & Graziano, W.G. (2001). Agreeableness as a moderator of interpersonal conflict. *Journal of Personality, 69,* 323-362.

244. John, O.P. (1990). The ‘‘Big Five’’ factor taxonomy: Dimensions of personality in the natural language and questionnaires. In L.A. Pervin (Ed.), *Handbook of personality: Theory and research* (pp. 66-100). New York, NY: Guilford Press.

245. John, O.P., & Robins, R.W. (1994). Accuracy and bias in self-perception: Individual differences in self-enhancement and the role of nacissism. *Journal of Personality and Social Psychology, 66,* 206-219.

246. John, O.P., Angleitner, A., & Ostendorf, F. (1988). The lexical approach to personality: A historical review of trait taxonomic research. *European Journal of Personality, 2,* 171-203.

247. John, O.P., Caspi, A., Robins, R.W., Moffitt, T.E., Stouthamer-Loeber, M. (1994). The „Little Five“: Exploring the nomological network of the Five-Factor model of personality in adolescent boys. *Child Development, 65,* 160-178.

248. Johnson, R.W., & Morgan, W.P. (1981). Personality characteristics of college athletes in different sports. *Scandinavian Journal of Sports Science, 3,* 41-49.

249. Jorm, A.F., Christensen, H., Henderson, A.S., Jacomb, P.A., Korten, A.E., & Rodgers, B. (1999). Using the BIS/BAS scales to measure behavioural inhibition and behavioural activation: Factor structure, validity and norms in a large community sample. *Personality and Individual Differences, 26,* 49 -58.

250. Judge, T.A., & Ilies, R. (2002). Relationship of personality to performance motivation: A meta-analytic review. *Journal of Applied Psychology, 87*(4), 797-807.

251. Kagan, J. (1994). *Galen's prophecy: Temperament in human nature.* New York: Basic Books.

252. Kaiseler, M., Polman, R.C.J., & Nicholls, A.R. (2012). Effects of the big five personality dimensions on appraisal coping, and coping effectiveness in sport. *European Journal of Sport Science, 12,* 62-72.

253. Kajtna, T., Tušak, M., Barić, R., & Burnik, S. (2004). Personality in high-risk sport athletes. *Kinesiology, 36,* 24-34.

254. Kammeyer-Mueller, J.D., Judge, T.A., & Scott, B.A. (2009). The role of core self-evaluations in the coping process. *Journal of Applied Psychology, 94*(1), 177-195.

255. Kane, J.E. (1964). Psychological correlates of physique and physical abilities. In F. Jokl, & B. Simmons (Eds.), *International Research in Sports and Education* (pp. 85-94). Springfield, IL: Thomas.

256. Kardum, I., Gračanin, A., & Hudek-Knežević, J. (2006). Odnos crta ličnosti i stilova privrženosti s različitim aspektima seksualnosti kod žena i muškaraca. *Psihologijske teme, 15*(1), 101-128.

257. Kardum, I., Gračanin, A., & Hudek-Knežević, J. (2008). Dimenzije ličnosti i religioznost kao prediktori socioseksualnosti kod žena i muškaraca. *Društvena istraživanja, 17*(3), 505-52.

258. Kardum, I., Hudek-Knežević, J., & Kola, A. (2005). Odnos između osjećaja koherentnosti i subjektivnih zdravstvenih ishoda. *Psihologijske teme, 14,*(2), 79-94.

259. Kent, M. (1998). *Oxford dictionary of sports science and medicine* (2nd ed.). New York: Oxford University Press.

260. Kim, B.J., & Gill, D.L. (1997). A cross-cultural extension of goal perspective theory to Korean youth sport. *Journal of Sport & Exercise Psychology, 19,* 142-155.

261. Kim, B.J., Williams, L., & Gill, D.L. (2003). A cross-cultural study of achievement orientation and intrinsic motivation in young USA and Korean athletes. *International Journal of Sport Psychology, 34,* 168-184.

262. Kirkcaldy, B.D. (1982a). Personality profiles at various levels of athletic participation. *Personality and Individual Differences, 3,* 321-326.
263. Kirkcaldy, B.D. (1982b). Personality and sex differences related to positions in team sports. *International Journal of Sport Psychology, 13,* 141-153.
264. Kyl-Heku, L.M., & Buss, D.M. (1996). Tactics as units of analysis in personality psychology: An illustration using tactics of hierarchy negotiation. *Personality and Individual Differences, 21,* 497-517.
265. Lackie, W.L. (1962). Personality characteristics of certain groups of intercollegiate athletes. *Research Quarterly, 33,* 566-573.
266. Lacković-Grgin, K. (2014). Novo u psihologijskim razvojnim teorijama: Modificiranje ranijih, te formuliranje i provjera novih teorija i koncepata. *Suvremena psihologija, 2,* 199-228.
267. Lames, M., & McGarry, T. (2007). On the search for reliable performance indicators in game sports. *International Journal of Performance Analysis in Sport, 7*(1), 62-79.
268. Lane, D.A., & Corrie, S. (2006). *The Modern Scientist - Practitioner: A guide to practice in psychology.* New York: Routledge.
269. Langford, P.H. (2003). A one-minute measure of the Big Five? Evaluating and abridging Shafer's (1999) Big Five markers. *Personality and Individual Differences, 35,* 1127-1140.
270. Larsen, R.J. i Buss, D.M. (2008). *Psihologija ličnosti: Područja znanja o ljudskoj prirodi.* Jastrebarsko: Naklada Slap.
271. Larsen, R.J., & Buss, D.M. (2014). *Personality Psychology: Domains of Knowledge About Human Nature* (5th ed.), New York: McGraw-Hill Education.
272. Larsen, R.J., & Ketelaar, T. (1991). Personality and susceptibility to positive and negative emotional states. *Journal of Personality and Social Psychology, 61,* 132-140.
273. Laurin, R. (2009). The influence of the ‘‘big five’’ factors on the demands-abilities fit in soccer academies. *Perceptual and Motor Skills, 109,* 239-250.
274. Lazarević, Lj. (1981). *Struktura motivacije kod sportista* (Doktorska disertacija) Beograd: Fakultet za fizičko vaspitanje Univerziteta u Beogradu.
275. Lazarević, Lj. (1987). *Psihološke osnove fizičke kulture.* Beograd: Partizan.
276. Lazarus, R.S. i Folkman S. (2004). *Stres, procjena i suočavanje*. Jastrebarsko: Naklada Slap.

277. Lebed, F. (2007). *A dolphin only looks like a fish*: Players' behaviour analysis is not enough for game understanding in the light of the system approach - a response to the reply by McGarry and Franks. *European Journal of Sport Science*, *7*(1), 55-62.
278. Lebed, F., & Bar-Eli, M. (2013). Complexity and control in team sports: dialectics in contesting human systems. New York: Routledge.
279. LeUnes, A. (2008). *Sport Psychology*. (4th ed.), New York: Psychology Press.
280. Locke, E.A., & Latham, G.P. (1990). *A theory of goal setting and task performance.* Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.
281. Loehlin, J.C. (1992). *Genes and environment in personality development.* Newbury Park, CA: Sage.
282. Loevinger, J. (1994). Has psychology lost its conscience? *Journal of Personality Assessment, 62,* 2-8.
283. Lucas, R.E., Diener, E., Grob, A., Suh, E.M., & Shao, L. (2000). Cross-cultural evidence for the fundamental features of extraversion. *Journal of Personality and Social Psychology, 79,* 452-468.
284. Lund, O.C.H., Tamnes, C.K., Moestue, C., Buss, D.M., & Vollrath, M. (2006). Tactics of hierarchy negotiation. *Journal of Research in Personality, 41,* 25-44.
285. MacAndrew, C., & Steele, T. (1991). Gray's behavioral inhibition system: A psychometric examination. *Personality and Individual Differences, 12,* 157-171.
286. Maehr, M., & Nicholls, J. (1980). Culture and achievement motivation: A second look. In N. Warren (Ed.). *Studies in cross-cultural psychology* (Vol. 2). London: Academic Press.
287. Malina, R.M. (2010). Early sport specialization: roots, effectiveness, risks. *Current Sports Medicine Reports, 9*(6), 364-371.
288. Malouff, J., Schutte, N., Bauer, M., & Mantelli, D. (1990). Development and evaluation of a measure of the tendency to be goal oriented. *Personality and Individual Differences, 11,* 1191-1200.
289. Martin, J.J., Malone, L.A., & Hilyer, J.C. (2011). Personality and mood in women's Paralympic basketball champions. *Journal of Clinical Sport Psychology, 5*(3), 197-210.
290. Mashiko, T., Umeda, T., Nakaji, S., & Sugawara, K. (2004). Position related analysis of the appearance of and relationship between post-match physical and mental fatigue in university rugby football players. *British Journal of Sports Medicine, 38*(5), 617-621.

291. McAdams, D.P. (1992). The five-factor model in personality. *Journal of Personality, 60,* 329-361.

292. McAdams, D.P. (1994). A psychology of the stranger. *Psychological Inquiry, 5,* 145-148.

293. McAdams, D.P. (1995). What do we know when we know a person? *Journal of Personality, 63,* 365-396.

294. McAdams, D.P., & Olson, B.D. (2010). Personality development: Continuity and change over the life course. *Annual Review of Psychology, 61,* 517-542.

295. McAuley, E. (1993). Self-referent thought in sport and physical activity. In T.S. Horn (Ed.), *Advances in sport psychology* (pp. 101-118). Champaign, IL: Human Kinetics.

296. McAuley, E. (1994). Physical activity and psychosocial outcomes. In C. Bouchard, R.J. Shephard, & T. Stephens (Eds.), *Physical activity, fitness, and health: International proceedings and consensus statement* (pp. 551-569). Champaign, IL: Human Kinetics.

297. McClelland, D.C. (1961). The achieving society. Princeton, NJ: Van Nostrand.

298. McClelland, D.C. (1976). *The achieving society* (reprinted addition). New York: Irvington.

299. McCrae, R.R. (1994). New goals for trait psychology. *Psychological Inquiry, 5,* 148-153.

300. McCrae, R.R. (2002). The maturation of personality psychology: Adult personality development and psychological well-being. *Journal of Research in Personality, 36,* 307-317.

301. McCrae, R.R., & Costa, P.T., Jr. (1984). *Emerging lives, enduring dispositions.* Boston: Little, Brown.

302. McCrae, R.R., & Costa, P.T., Jr. (1987). Validation of the Five-Factor model of personality across instruments and observers. *Journal of Personality and Social Psychology, 52,* 81-90.

303. McCrae, R.R., & Costa, P.T., Jr. (1989). Reinterpreting the Myers-Briggs Type Indicator from the perspective of the five-factor model of personality. *Journal of Personality, 57,* 17-40.

304. McCrae, R.R., & Costa, P.T., Jr. (1996). Toward a new generation of personality theories: Theoretical contexts for the five-factor model. In J.S. Wiggins (Ed.), *The five-factor model of personality* (pp. 51-87). New York: Guilford Press.

305. McCrae, R.R., & Costa, P.T., Jr. (1997). Conceptions and correlates of openness to experience. In: R. Hogan., J. Johnson, & S.R. Briggs (Ed.), *Handbook of personality psychology* (pp. 825-847). New York: Academy Press.

306. McCrae, R.R., & Costa, P.T., Jr. (1999). A Five-factor Theory of Personality. In: L.A. Pervin, O.P. John (Ed.), *Handbook of Personality: Theory and Research* (pp. 139-153). New York: Guilford.

307. McCrae, R.R., & John, O.P. (1992). An introduction to the five-factor model and its applications. *Journal of Personality*, 60, 175-215.

308. McCrae, R.R., Costa, P.T., Jr., Ostendorf, F., Angleitner, A., Hrebickova, M., Avia, M.D., et al. (2000). Nature over nurture: Temperament, personality, and lifespan development. *Journal of Personality and Social Psychology, 78,* 173-186.

309. McGarry, T., & Franks, J.M. (2007). System approach to games and competitive playing: Reply to Lebed (2006). *European Journal of Sport Science, 7*(1), 47-53.

310. McKelvie, S.J., Lemieux, P., & Stout, D. (2003). Extraversion and neuroticism in contact athletes, no contact athletes and non-athletes: A research note. *Athletic Insight, 5*(3), 19-27.

311. Mischel, W., & Gilligan, C. (1964). Delay of gratification, motivation for the prohibited gratification, and responses to temptation. *Journal of Abnormal and Social Psychology, 69,* 411-417.

312. Milavić, B. (2013). *The psychological characteristics questionnaire for volleyball: development and validation - unpublished doctoral disertation* [In Croatian]. University of Split, Faculty of Kinesiology, Split.

313. Milavić, B., Grgantov, Z., & Aleksovska-Velickovska, L. (2013). Age and positional differences in psychological coping skills of young female volleyball players. *PESH 2*(1), 9-16.

314. Morgan, W.P. (1980). The trait psychology controversy. *Research Quarterly for Excercise and Sport, 51,* 50-76.

315. Mullen, B., & Cooper, C. (1994). The relation between group cohesiveness and performance: An integration. *Psychological Bulletin, 115*(2), 210-227.

316. Murray, G., Allen, N.B., & Trinder, J. (2002). Longitudinal investigation of mood variability and the neuroticism predicts variability in extended states of positive and negative affect. *Personality and Individual Differences, 33,* 1217-1228.

317. Murray, H.A. (1938). *Explorations in personality.* New York: Oxford University Press.

318. Musek, J. (2007). A general factor of personality: Evidence for the big one in the five-factor model. *Journal of Research in Personality, 41*(6), 1213-1233.

319. Musson, D., Sandal, G.M., & Helmreich, R.L. (2004). Personality characteristics and trait clusters in final stage astronaut selection. Aviat Space Environ Med, 75, 342-349.

320. Newcombe, P.A., & Boyle, G. (1995). High school students' sports personalities: Variations across participation level, gender, type of sport, and success. *International Journal of Sport Psychology, 26*, 277-294.

321. Newell, K.M. (1986). Constraints on the development of coordination. In M. Wade & H.T.A. Whiting (Eds.), *Motor development in children: Aspects of coordination and control* (pp. 341-360). Dordrecht, The Netherlands: Martinus Nijhoff.

322. Newton, M., & Duda, J.L. (1999). The interaction of motivational climate, dispositional goal orientations, and perceived ability in predicting indices of motivation. *International Journal of Sport Psychology, 30*, 63-82.

323. Nia, M.E., & Besharat, M.A. (2010). Comparison of athletes' personality characteristics in individual and team sports. *Procedia Social and Behavioral Sciences, 5*, 808-812.

324. Nicholls, J.G. (1984a). Conceptions of ability and achievement motivation. In: R. Ames, & C. Ames (Eds.), *Research on motivation in education: Student motivation, Vol. I* (pp. 39-73). New York: Academic Press.

325. Nicholls, J.G. (1984b). Achievement motivation: Conceptions of ability, subjective experience, task choice, and performance. *Psychological Review, 91*, 328-346.

326. Nicholls, J.G. (1989). *The competitive ethos and democratic education*. Cambridge, MA: Harward University Press.

327. Nicholls, J.G. (1992). The general and the specific in the development and expression of achievement motivation. In G.C. Roberts (Ed.), *Motivation in Sport and Exercise* (pp. 31-57). Champaign, IL: Human Kinetics.

328. Nikolić, A. (1993). *Per aspera ad astra*. Beograd: Playmaker Co.

329. Nisbett, R.E., & Wilson, T.D. (1977). Telling more than we know: Verbal reports on mental processes. *Psychological Review, 84*, 231-279.

330. Nitsch, J.R. (1982). Self-generated techniques of self-control. In T. Orlick, J.T. Partington, & J.H. Salmela (Eds.), *Mental training for coaches and athletes* (pp. 27-33). Ottawa: Sport in Perspective Inc. and Coaching Association of Canada.

331. Nitsch, J.R. (1985). The action-theoretical perspective. *International Review for Sociology of Sport, 20*(4), 263-282.

332. Nitsch, J.R. (2000). Handlungsttheoretische grundlagen der sportpsychologie [Action theory fundamentals for sport psychology]. In H. Gabler, J.R. Nitsch, & R. Singer (Eds.), *Einführung in die sportpsychologie* (Teil 1) [Introduction to sport psychology (Pt. 1)] (pp. 43-164). Schorndorf, Germany: Hofmann.

333. Nitsch, J.R. (2004). Die handlungstheoretische perspektive: Ein rahmenkonzept für die sportpsychologische forschung und Intervention. *Zeitschrift für Sportpsychologie, 11*(1), 10-23.

334. Nitsch, J.R., & Hackfort, D. (1981). Stress in schule und hochschule: Eine handlungspsychologische funktionsanalyse [Stress in school and university: An action psychology functional analysis]. In J.R. Nitsch (Ed.), *Stress* (pp. 263-311). Bern, Switzerland: Huber.

335. Noftle, E.E., & Robins, R.W. (2007). Personality predictors of academic outcomes: Big Five correlates of GPA and SAT scores. *Journal of Personality and Social Psychology, 93,* 116-130.

336. Norman, W.T. (1963). Toward an adequate taxonomy of personality attributes: Replicated factor structure in peer nomination personality ratings. *Journal of Abnormal Psychology, 66,* 574-583.

337. North, T.C., McCullagh, P., & Tran, Z.V. (1990). Effect of exercise on depression. In K.B. Pandolf & J.O. Holloszy (Eds.), *Exercise and sport science reviews, 18,* 379-415. Baltimore, MD: William & Wilkins.

338. Ntoumanis, N., & Biddle, S.J.H. (1998). The relationship between competitive anxiety, achievement goals, and motivational climate. *Research Quarterly for Exercise and Sport, 69*(2), 176-187.

339. Ntoumanis, N., & Biddle, S.J.H. (1999). A review of motivational climate in physical activity. *Journal of Sport Sciences, 17,* 643-665.

340. Nunnally, J.C., & Bernstein, I.H. (1994). *Psychometric theory* (3rd ed.). New York: McGraw-Hill.

341. O'Neill, T.A., & Allen, N.J. (2011). Personality and the prediction of team performance. *European Journal of Personality, 25,* 31-42.

342. O'Rourke, D.J., Smith, R.E., Smoll, F.L., & Cumming, S.P. (2011). Trait anxiety in young athletes as a function of parental pressure and motivational climate: Is parental pressure always harmful? *Journal of Applied Sport Psychology, 23*(4), 398-412.

343. O'Sullivan, D.M., Zuckerman, M., & Kraft, M. (1998). Personality characteristics of male and female participants in team sports. *Personality and Individual Differences, 25*(1), 119-128.

344. Osborne, J.W., & Overbay, A. (2004). The power of outliers (and why researchers should always check for them). *Practical Assessment, Research & Evaluation, 9*(6). Retrieved August 11, 2014 from http://PAREonline.net/getvn.asp?v=9&n=6

345. Ostendorf, R, & Angleitner, A. (1994). Enthusiasts contra pessimists. *Psychological Inquiry, 5,* 159-162.

346. Papaioannou, A. (1994). Development of a questionnaire to measure achievement orientations in sport. *Research Quarterly for Exercise and Sport, 65*(11), 11-20.

347. Papaioannou, A., Marsh, H.W., & Theodorakis, Y. (2004). A multilevel approach to motivational climate in physical education and sport settings: An individual or a group level construct? *Journal of Sport and Exercise Psychology, 26,* 90-118.

348. Paspalanov, I. (1984). The relation of nAch to extraversion, emotional instability and level of anxiety in people of different social status and success. *Personality and Individual Differences, 5,* 383-388.

349. Paunonen, S.V. (2003). Big five factors of personality and replicated predictors of behavior. *Journal of Personality and Social Psychology, 84*(2), 411-424.

350. Peeters, M.A.G., Van Tuijl, H.F.J.M., Rutte, C.G., & Reymen, I.M.M.J. (2006). Personality and team performance: A meta-analysis. *European Journal of Personality, 20,* 377-396.

351. Penezić, Z., Slišković, A. i Kevrić, D. (2013). Neki korelati zadovoljstva životom kod pomoraca. *Suvremena psihologija, 16,* 83-93.

352. Pervin, L.A. (1989). Goal concepts in personality and social psychology: A historical introduction. In L.A. Pervin (Ed.), *Goal concepts in personality and social psychology* (pp. 1-17). Hillsdale, NJ: Erlbaum.

353. Pervin, L.A. (1993). Pattern and organization: Current trends and prospects for the future. In K.H. Craik, R. Hogan, & R.N. Wolfe (Eds.), *Fifty years of personality psychology* (pp. 69-84). New York: Plenum.

354. Pervin, L.A. (1994a). A critical analysis of current trait theory. *Psychological Inquiry, 5,* 103-113.

355. Pervin, L.A. (1994b). Further reflections on current trait theory. *Psychological Inquiry, 5,* 169-178.

356. Pervin, L.A., & Cervone, D. (2010). *Personality: Theory and research* (11th ed.). New York, NY: Wiley.

357. Pervin, L.A., Cervone, D. i John, O.P. (2008). *Psihologija ličnosti: Teorije i istraživanja.* (9. izd.), Zagreb: Školska Knjiga.

358. Peterson, S.L., Weber, J.C., & Lonsdale, W.W. (1970). Personality traits of women in team sports vs. women in individual sports. In: *Contemporary readings in Sport Psychology.* (Ed.) W.P. Morgan. Springfield, III.: Thomas.

359. Peterson, S.L., Weber, J.C., & Trousdale, W.W. (1967). Personality traits of women in team sports vs. women in individual sports. *Research Quarterly, 38,* 686-690.

360. Petherck, C., & Weigand, D.A. (2002). The relationship of dispositional goal orientations and perceived motivational climates on indices of motivation in male and female swimmers. *International Journal of Sport Psychology, 33,* 218-237.

361. Petz, B. i sur. (ur.) (2005). *Psihologijski rječnik.* Jastrebarsko: Naklada Slap.

362. Pickering, A.D., & Gray, J.A. (1999). The neuroscience of personality. In L.A. Pervin, O.P. John (Eds.), *Handbook of personality: Theory and research* (pp. 277-199). New York: Guilford.

363. Piedmont, R.L., Hill D.C., & Blanco, S. (1999). Predicting athletic performance using the five-factor model of personality. *Personality and Individual Differences, 27*(4), 769-777.

364. Pinel, J.P. (2010). *Biopsychology*. (8th ed.), New Jersey: Prentice Hall.

365. Pittenger, D.J. (2004). The limitations of extracting typologies from trait measures of personality. *Personality and Individual Differences, 37,* 779-787.

366. Plomin, R., & Crabbe, J. (2000). DNA. *Psychological Bulletin Special Issue: Psychology in the 21st Century, 126,* 806-828.

367. Potgieter. J.R., & Venter, R.E. (1995). Relationship between adherence to exercise and scores on extroversion and neuroticism. *Perceptual and Motor Skills. 81,* 520-522.

368. Raab, A., & Deisz, R. (1975). Male and female mice living in differently-sized groups - II. Serotonin metabolism in discrete brain areas, open-field activity and corticoid release. *Journal of Comparative Physiology, 99*(2), 165-175.

369. Rathus, S.A. (2000). *Temelji ličnosti.* Jastrebarsko: Naklada Slap.

370. Read, S.J., Jones, D.K., & Miller, L.C. (1990). Traits as goal-based categories: The importance of goals in the coherence of dispositional categories. *Journal of Personality and Social Psychology, 58,* 1048-1061.

371. Reeve, J.M. (2005). *Understanding motivation and emotion.* New York: John Wiley & Sons, Inc.

372. Reeve, J.M. (2010). *Razumijevanje motivacije i emocija.* Jastrebarsko: Naklada Slap.

373. Reeve, J.M. (2015). *Understanding motivation and emotion* (6th ed.). New York: John Wiley & Sons, Inc.

374. Rhea, D.J., & Martin, S. (2010). Personality trait differences of traditional sport athletes, bullriders, and other alternative sport athletes. *International Journal of Sport Science and Coaching, 5*(1), 75-85.

375. Rhodes, R.E., & Pfaeffli, L.A. (2012). Personality. In E.O. Acevedo (Ed.), *The Oxford handbook of exercise psychology.* New York, NY: Oxford University Press.

376. Rhodes, R.E., & Smith, N.E.I. (2006). Personality correlates of physical activity: A review and meta-analysis. *British Journal of Sports Medicine, 40,* 958-965.

377. Roberts, B.W. (1997). Plaster or plasticity: Are adult work experiences associated with personality change in women? *Journal of Personality, 65,* 205-232.

378. Roberts, B.W., & DelVecchio, W.F. (2000). The rank-order consistency of personality traits from childhood to old age: A quantitative review of longitudinal studies. *Psychological Bulletin, 126,* 3-25.

379. Roberts, B.W., Walton, K.E., & Viechtbauer, W. (2006). Patterns of mean-level change in personality traits across the life course: A meta-analysis of longitudinal studies. *Psychological Bulletin, 132,* 1-25.

380. Roberts, G.C, & Treasure, D. C. (1995). Achievement goaly, motivational climate and achievement strategies and behaviours in sport. *International Journal of Sport Psychology, 26*(1), 64-80.

381. Roberts, G.C. (1984). Toward a new theory of motivation in sport: The role of perceived ability. In Silva, J.M., & Weinberg, R.S.: *Psychological Foundation of Sport,* Human Kinetics, Champaign, pp. 214-228.

382. Roberts, G.C. (1992). Motivation in sport and exercise: Conceptual constrains and convergence. In G.C. Roberts (Ed.), *Motivation in Sport and Exercise* (pp. 3-31). Champaign, IL: Human Kinetics.

383. Roberts, G.C. (1993). Motivation in sport: Understanding and enhancing the motivation and achievement of children. In R.N. Singer, M. Murphy, & L.K. Tennant (Eds.), *Handbook of research in sport psychology* (pp. 517-586). New York: Macmillian.

384. Roberts, G.C. (2001). Understanding the dynamics of motivation in physical activity: The influence of achievement goals on motivational processes. In G.C. Roberts (Ed.), *Advances in motivation in sport and exercise* (pp. 1-51). Champaign, IL: Human Kinetics.

385. Roberts, G.C., Treasure, D.C., & Balague, G. (1998). Achievement goals in sport: Development and validation of the perception of success questionnaire. *Journal of Sport Sciences, 16,* 337-347.

386. Robins, R.W., Fraley, R.C., Roberts, B.W., & Trzesniewski, K.H. (2001). A longitudinal study of personality change in young adulthood. *Journal of Personality, 69,* 617-640.

387. Rohaček, A. (1980). *Nalaženje aberantnih rezultat u inače valjanom skupu podataka i njihovo izuzimanje iz statističke obrade primjenom postupka odbacivanja zasnovanom na neslaganju rangova podataka u paru* [*Finding outliers within normally valid data and their exclusion from further statistical analysis by means of the rejection procedure based on the rank discrepancy*]. Zbornik radova Dana psihologa Hrvatske, Zagreb (pp. 405-427). Zagreb: Odsjek za psihologiju.

388. Rosenthal, R., & Rosnow, R.L. (1991). *Essentials of behavioral research. Methods and data analysis* (2nd ed.). New York: McGraw-Hill.

389. Rotter, J.B. (1990). Internal versus external control of reinforcement. *American Psychologist, 45,* 489-493.

390. Rushton, J.P., Bons, T.A., & Hur, Y-M. (2008). The genetics and evolution of a general factor of personality. *Journal of Research in Personality, 42,* 1173-1185.

391. Sage, L., & Kavussanu, M. (2007). The effects of goal involvement on moral behaviors in experimentally manipulated competitive setting. *Journal of Sport & Exercise Psychology, 29,* 190-207.

392. Scanlan, T.K. (1988). Social evaluation and the competition process: A developmental perspective. In F.L. Smoll, R.A. Magill, & M.J. Ash (Eds.), *Children in sport* (3rd ed., pp. 135-148). Champaign, IL: Human Kinetics.

393. Schack, T., & Hackfort, D. (2007). Action-theory approach to applied sport psychology. In G.Tenenbaum & R.C. Eklund (Eds.), *Handbook of sport psychology* (3rd ed., pp. 332-351). Hoboken, NJ: John Wiley & Sons.

394. Scheier, M.F., & Carver, C.S. (1985). Optimism, coping, and health: Assessment and implications of generalized outcome expectancies. *Health Psychology, 4,* 219-247.

395. Schmidt, F.L., & Hunter, J.E. (1998). The validity and utility of selection methods in personnel psychology: Practical and theoretical implications of 85 years of research findings. *Psychological Bulletin, 124,* 262-274.
396. Schmidt, R.A., & Lee, T.D. (2005). *Motor control and learning: A behavioral emphasis*. Champaign, IL: Human Kinetics.
397. Schmitt, D.P., Realo, A., Voracek, M., & Allik, J. (2008). Why can't a man be more like a woman? Sex differences in big five personality traits across 55 cultures. *Journal of Personality and Social Psychology, 94*(1), 168-182.
398. Schurr, K.T., Ashley, M.A., & Joy, K.J. (1977). A multivariate analysis of male athlete personality characteristics: Sport type and success. *Multivariate Experimental Clinical Research, 3*(2), 53-68.
399. Schurr, K.T., Ruble, V.E., Nisbet, J., & Wallace, D. (1984). Myers-Briggs Type Inventory characteristics of more and less successful players on an American football team. *Journal of Sport Behavior, 7*(2), 47-57.
400. Sears, B. (2000). Život u zoni (2. izd.). Zagreb: Algoritam.
401. Seifriz, J.J., Duda, J.L., & Chi, L. (1992). The relationship of perceived motivational climate to intrinsic motivation and beliefs about success in basketball. *Journal of Sport and Exercise Psychology, 14*, 375-391.
402. Semaško, N.V. (1976). *Basketbol*. Moskva: Fizkultura i sport.
403. Shaw, D., Gorely, T., & Corban, R. (2005). *Instant notes in sport and exercise psychology*. Garland Science/Bios Scientific Publishers.
404. Sindik, J. (2009). Povezanost konativnih obilježja vrhunskih košarkaša i situacijske učinkovitosti u košarci (Doktorska disertacija). Zagreb: Kineziološki fakultet.
405. Sindik, J. (2010). Relationship between big five personality markers with situation-related performance at top Croatian basketball players. *Sport Science, 3*, 34-38.
406. Singer, R.N., & Orbach, I.O. (1999). Persistence, exellence and fulfillment. In R. Lidor & M. Bar-Eli (Eds.), *Sport psychology: linking theory and practice* (pp. 167-191). Morgantown: Fitness Information Technology.
407. Snyder, M. (1994). Traits and motives in the study of personality. *Psychological Inquiry, 5*, 162-166.
408. Snyder, M., & Gangestad, S. (1982). Choosing social situations: Two investigations of self-monitoring processes. *Journal of Personality and Social Psychology, 43*, 123-135.
409. Sorić, I. (2014). *Samoregulacija učenja. Možemo li naučiti učiti.* Jastrebarsko: Naklada Slap.

410. Sorić, I., Penezić, Z. i Burić, I. (2013). Big Five Personality Traits, Cognitive Appraisals and Emotion Regulation Strategies as Predictors of Achievement Emotions. *Psychological Topics 22, 2*, 325-349.

411. Spray, C.M. (2000). Predicting participation in noncompulsory physical education. Do goal perspectives matter? *Perceptual and Motor Skills, 90,* 1207-1215.

412. Srivastava, S., John, O.P., Gosling, S.D., & Potter, J. (2003). Development of personality in early and middle adulthood: Set like plaster or persistent change? *Journal of Personality and Social Psychology, 84,* 1041-1053.

413. Stallings, M.C., Hewitt, J.K., Cloninger, C.R., Heath, A.C., & Eaves, L.J. (1996). Genetic and environmental structure of the Tridimensional Personality Questionnaire: Three or four temperament dimensions. *Journal of Personality and Social Psychology, 70,* 127-140.

414. Standage, M., & Treasure, D.C. (2002). Relationship among achievement goal orientations and multidimensional situational motivation in physical education. *British Journal of Educational Psychology, 72,* 87-103.

415. Stankov, L. (2005). g Factor. Issues of design and interpretation. In O. Wilhelm & R.W. Engle (Eds.), *Handbook of understanding and measuring intelligence* (pp. 279-293). Thousand Oaks, Ca., London, New Delhi: Sage Publications.

416. Starkes, J.L. (1993). Motor experts: Opening thoughts. In J. Starkes & F. Allard (Eds.), *Cognitive issues in motor expertise*. Elsevier: Science Publishers.

417. Starkes, J.L. (2003). The magic and the science of sport expertise: Introduction to sport expertise research and this volume. In J.L. Starkes & K.A. Ericsson (Eds.), *Expert Performance in Sports: Advance in research on sport expertise* (pp. 3-16). Champaign, IL: Human Kinetics.

418. Steel, P., & Ones, D.S. (2002). Personality and happiness: A national-level analysis. *Journal of Personality and Social Psychology, 83,* 767-781.

419. Stephens, D.E. (1998). The relationship of goal orientation and perceived ability to enjoyment and value in youth sport. *Pediatric Exercise Science, 10*, 236-247.

420. Stewart, M.E., Ebmeier, K.P., & Deary, I.J. (2005). Personality correlates of happiness and sadness: EPQ-R and TPQ compared. *Personality and Individual Differences, 38,* 1085-1096.

421. Story, P., Stasson, M.F., Mahoney, J.M., & Hart, J.W. (2007). A two-factor theory of achievement motivation. Manuscript submitted for publication.

422. Strelan, P. (2007). Who forgives others, themselves, and situations? The roles of narcissism, guilt, self-esteem, and agreeableness. *Personality and Individual Differences, 42,* 259-269.

423. Suomi, S. (1999). *Jumpy monkeys.* Address presented at the annual meeting of the American Psychological Association, Denver, CO.

424. Sutton, S.K., & Davidson, R.J. (1997). Prefrontal brain asymmetry: a biological substrate of the behavioral approach and inhibition systems. *Psychological Science, 8,* 204-210.

425. Šilić, N. (2014). Čimbenici zadovoljstva mladih plivača: Uloga ciljne orijentacije i socijalne motivacije (Doktorska disertacija). Zagreb: Kineziološki fakultet.

426. Szabo, A. (1992). Habitual participation in exercise and personality. *Perceptual and Motor Skills, 74,* 978.

427. Tasa, K., Sears, G.J., & Schat, A.C.H. (2011). Personality and teamwork behavior in context: The cross-level moderating role of collective efficacy. *Journal of Organizational Behavior, 32,* 65-85.

428. Tatalović Vorkapić, S. (2014). Je li privilegiran status modela osobina ličnosti opravdan? - Prikaz modela identiteta. *Suvremena psihologija, 2,* 181-198.

429. Taylor, C.B., Sallis, J.F., & Needle**,** R**.** (1985). The relation of physical activity and exercise to mental health**.** *Public Health Reports***,** *100,* 195-202.

430. Tennenbaum, G., Kamata, A., & Hayashi, K. (2007). Measurement in sport and exercise psychology: a new outlook on selected issues of reliability and validity. In G. Tenenbaum & R.C. Eklund (Eds.), *Handbook of sport psychology* (757-774). Hobelen, N.J.: Wiley.

431. Terracciano, A., McCrae, R.R., & Costa, P.T. (2010). Intra-individual change in personality stability and age. *Journal of Research in Personality, 44*(1), 31-37.

432. Thirer, J., & Wright, S. (1985). Sport and social status for adolescent males and females. *Sociology of Sport Journal, 2 ,* 164-171.

433. Thompson, J. (1994). Inside players. In J. Krause (Ed.), *Coaching basketball* (pp. 40-43). Indianapolis: Masters Press.

434. Thune, J.B. (1949). Personality of weightlifters. *Research Quarterly, 20*(3), 296-306.

435. Tillman, K. (1965). Relationship between physical fitness and selected personality traits. *Research Quarterly, 36,* 483-489.

436. Tiryaki, Ş., & Gödelek E. (1997). The adaptation of the scale of motivation peculiar to sports for Turkish Sportsmen. *1st International symposium for sports psychology notification booklet,* Ankara, Bağırgan Publishing, pp.128-141.

437. Tok, S. (2011). The big five personality traits and risky sport participation. *Social Behavior and Personality: an international journal, 39*(8), 1105-1112.

438. Torrubia, R., & Tobena, A. (1984). A scale for the assessment of "susceptibility to punishment" as a measure of anxiety: Preliminary results. *Personality and Individual Differences, 5,* 371 -375.

439. Trautwein, U., Lüdtke, O., Schnyder, I., & Niggli, A. (2006). Predicting homework effort: Support for a domain-specific, multilevel homework model. *Journal of Educational Psychology, 98*(2), 438-456.

440. Treasure, D.C., & Roberts, G.C. (1998). Relationship between female adolescents' achievement goal orientations, perceptions of the motivational climate, beliefs about success and sources of satisfaction in basketball. *International Journal of Sport Psychology*, *29*, 211-230.

441. Treasure, D.C., Duda, J.L., Hall, H.K., Roberts, G.C., Ames, C., & Maehr, M.L. (2001). Clarifying misconceptions and misrepresentations in achievement goal research in sport: A response to Haywood, Hardy, and Swain. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, *23*, 317-329.

442. Treasure, R. (2001). Enhancing youth peoples' motivation in youth sport: An achievement goal approach. In G.C. Roberts (Ed.), *Advances in motivation in sport and exercise* (pp. 79-101). Champaign, IL: Human Kinetics.

443. Trninić, M., Trninić, S., & Papić, V. (2009). Development Management Model of Elite Athletes in Team Sports Games. *Collegium Antropologicum, 33*(2), 363–372.

444. Trninić, M., Papić, M., & Trninić, V. (2011). Hypothetical model of factors determining performance and sports achievement in team sports. *Physical Culture, 65*(2), 16-32.

445. Trninić, M., Jeličić, M., & Foretić, N. (2012). The relations between the morphological status, situational efficiency and sport achievement of elite junior basketball teams. *Physical Culture, 66*(2), 100-109.

446. Trninić, M., Jeličić, M., & Papić, V. (2015). Non-linear approach in kinesiology should be preferred to the linear – a case of basketball. *Collegium Antropologicum, 39*(Suppl. 1), 117-124.

447. Trninić, S. (1995). *Strukturna analiza znanja u košarkaškoj igri* [Structural analysis of knowledge in baketball game]. (Doctoral thesis, University of Zagreb. In Croatian.) Zagreb: Faculty of Physical Education.

448. Trninić, S. (1996). *Analiza i učenje košarkaške igre.* Pula: Vikta.

449. Trninić, S. (2006). *Selekcija priprema i vođenje košarkaša i momčadi*. Zagreb: Vikta-Marko.

450. Trninić, S. Perica, A., & Dizdar, D. (1999). Set of criteria for the actual quality evaluation of the elite basketball player. *Collegium Antropologicum, 23*(2): 707-721.

451. Trninić, S., Dizdar, D., & Jaklinović-Fressl, Ž. (1999). Analysis of differences between guards, forwards and centres based on some anthropometric characteristics and indicators of playing performance in basketball. *Kinesiology, 31*(1), 28-34.

452. Trninić, S., Jelaska, I., Papić, V. (2009). Kinesiological, anthroplogical and methodological aspects of efficacy equation in teams sport games, *Acta Kinesiologica, 3*(2), 7-18.

453. Trninić, S., Kardum, I., & Mlačić, B. (2010). Hipotetski model specifičnih osobina vrhunskih sportaša u momčadskim sportskim igrama. *Društvena istraživanja, 19*(3), 463-485.

454. Trninić, V., Barančić, M., & Nazor M. (2008). The Five-Factor Model of Personality and aggressiveness in Prisoners and Athletes. *Kinesiology, 40*(2), 171-182.

455. Tušak, M. (1997). *Razvoj motivacijskega sistema v športu* [The development of motivational system in sport]. Unpublished doctoral dissertation. Ljubljana: University of Ljubljana.

456. Tušak, M. (1999). *Motivacija in šport. Ključ do uspeha* [*Motivation in sport. A key to success*]. Ljubljana: Filozofska fakulteta, Oddelek za psihologijo.

457. Tušak, M., Misja, R., & Vičić, A. (2003). *Psihologija ekipnih športov* [*Psychology of team sports*]. Ljubljana: Fakulteta za šport, Inštitut za šport.

458. Vaidya, J.G., Gray, E.K., Haig, J., & Watson, D. (2002). On the temporal stability of personality: Evidence for differential stability and the role of life experiences. *Journal of Personality and Social Psychology, 83, 6,* 1469-1484.

459. Vallerand, R.J. (1997). Toward a hierarchical Model of Intrinsic and Extrinsic Motivation. In M.P. Zanna (Ed.), *Advances in Experimental Social Psychology* (pp. 271-360). San Diego, CA: Academic Press.

460. Vallerand, R.J. (2001). A hierarhical model od intrinsic and extrinsic motivation in sport and exercise. In G.C. Roberts (Ed.), *Advances in motivation in sport and exercise* (pp. 263-321). Champaign, IL: Human Kinetics.

461. Vallerand, R.J., & Rousseau, F.L. (2001). Intrinsic and extrinsic motivation in sport and exercise: A review using the hierarchial model of intrinsic and extrinsic motivation. In R.N. Singer, H.A. Hausenblas, & C.M. Janelle (Eds.), *Handbook of sport psychology* (2nd ed., pp. 389-416). New York: Wiley.

462. Vallerand, R.J., Deci, E.L., & Ryan, R.M. (1987). Intrinsic motivation in sport. *Exercise and Sport Sciences Reviews, 15,* 389-425.

463. Van Vianen, A.E.M., & De Dreu, C.K.W. (2001). Personality in teams: Its relationship to social cohesion, task cohesion, and term performance. *European Journal of Work and Organizational Psychology, 10,* 97-120.

464. Vanden Auweele, Y., Nys, K., Rzewnicki, R., & Van Mele, V. (2001). Personality and the athlete. In R.N. Singer, H.A. Hausenblas, & C.M. Janelle (Eds.), *Handbook of sport psychology* (2nd ed., pp. 239-268). New York, NY: Wiley.

465. VanYperen, N.W. i Van de Vliert, E. (2001). Socijalna psihologija u organizacijama. U: M. Hewstone i W. Stroebe (ur.), *Uvod u socijalnu psihologiju - Europske perspektive* (str. 496-519). Jastrebarsko: Naklada Slap.

466. VanYperen, N.W., & Duda, J.L. (1999). Goal orientations, beliefs about success, and performance improvement among young elite Dutch soccer players. *Scandinavian Journal of Medicine and Science in Sports, 9,* 358-64.

467. Vealey, R.S. (2007). Mental skills training in sport. In G. Tenenbaum & R.C. Eklund (Eds.), *Handbook of sport psychology* (3rd ed., pp. 287-309). Hoboken, NJ: John Wiley & Sons.

468. Vecera, V., Miller, J.M., & Marcus, G.E. (2008). *Conceptualizing Motivation.* Annual meeting of the Midwest Political Science Association.

469. Veroff, J., & Peele, S (1969). Initial effects of desegregation on achievement motivation of negro elementary school children. *Journal of social issues, 25*(3), 71-91.

470. Viru, A. (1995). *Adaptation in sports training*. Boca Raton, FL: CRC Press.

471. Vlachopolous, S., & Biddle, S.J.H. (1997). Modeling the relation of goal orientations to achievement-related affect in physical education: Does perceived ability matter? *Journal of sport and exercise psychology, 19*(2), 169-187.

472. Voight, M.R., Callaghan, J.L., & Ryska, T.A. (2000). Relationship between goal orientation, self-confidence and multidimensional trait anxiety among Mexican-American female youth athletes. *Journal of Sport Behaviour, 23*(3), 271-289.

473. Vukasović, T. (2013). Meta-analiza istraživanja genetskog i okolinskog doprinosa individualnim razlikama u ličnosti (Doktorska disertacija). Zagreb: Filozofski fakultet.

474. Vukasović, T., Bratko, D., & Butković, A. (2009). Od specifičnih reakcija do agregiranih dimenzija ličnosti: procjena gornje granice heritabilnosti u funkciji širine konstrukta. *Suvremena psihologija, 12,* 323-338.

475. Wang, M., & Erdheim, J. (2007). Does the five-factor model of personality relate to goal orientation? *Personality and Individual Differences, 43,* 1493-1505.

476. Watson, D., & Clark, L.A. (1992). Affects separable and inseparable - on the hierarchical arrangement of the negative affects. *Journal of personality and social psychology, 62*(3), 489-505.

477. Watson, D., & Clark, L.A. (1993). Behavioral disinhibition versus constraint: A dispositional perspective. In D.M. Wegner & J.W. Pennebaker (Eds.), *Handbook of mental control* (pp. 506-527). New York: Prentice Hall.

478. Watson, D., & Clark, L.A. (1997). Extraversion and its positive emotional core. In R. Hogan, J.A. Johnson, & S.R. Briggs (Eds.), Handbook of personality psychology (pp. 767-793). San Diego, CA: Academic Press.

479. Watson, D., Clark, L.A., & Harkness, A.R. (1994). Structures of personality and their relevance to psychopathology. *Journal of abnormal psychology, 103*(1), 18-31.

480. Weber, R.J. (1953). Relationship of physical fitness to success in college and to personality. *Research Quarterly, 24,* 471-474.

481. Weinberg, R.S., & Gould, D. (1995). *Foundations of sport and exercise psychology*. Champaign, IL: Human Kinetics.

482. Weinberg, R.S., & Gould, D. (2003). *Foundations of sport and exercise psychology*. (3th ed.), Champaign, IL: Human Kinetics.

483. Weinberg, R.S., & Gould, D. (2011). *Foundations of sport and exercise psychology*. (5th ed.), Champaign, IL: Human Kinetics.

484. Weiner, B. (1972). *Theories of motivation: From mechanism to cognition.* Chicago: Rand McNally.

485. Weiner, B. (1985). An attributional theory of achievement motivation and emotion. *Psychological Review, 92,* 548-573.

486. Weiner, B. (1986). *An attributional theory of motivation and emotion*. New York: Springer-Verlag.

487. Weiss, M.R. (1993). Psychological effects of intensive sport participation on children and youth: Self-esteem and motivation. In B.R. Cahill & A.J. Pearl (Eds.), *Intensive participation in children's sports* (pp. 39-69). Champaign, IL: Human Kinetics.

488. Welsh, M.C., Labbe, E.E., & Delaney, D. (1991). Cognitive strategies and personality variables in adherence to exercise. *Psychological Reports, 68,* 1327-1335.

489. White, S.A., & Duda, J.L. (1994). The relationship of gender, level of sport involvement and participation motivation to task and ego orientation. *International Journal of Sport Psychology, 25*, 4-18.

490. Widiger, T.A., & Trull, T.J. (1992). Personality and psychopathology: An application of the five-factor model. *Journal of Personality, 60,* 363-393.

491. Williams, L. (1985). Personality differences and achievement level in sport. *Australian Journal of Science and Medicine in Sport, 17,* 28-30.

492. Williams, L., & Gill, D.L. (1995). The role of perceived competence in the motivation of physical activity. *Journal of Sport & Exercise Psychology, 17*, 363-378.

493. Williams, J.M. (1980). Personality characteristics of the successful female athlete. In W.F. Straub (Ed.), *Sport psychology: An analysis of athlete behavior* (2nd ed., pp. 353-359). Ithaca, NY: Mouvement.

494. Willis, J.D. (1982). Three Scales to Measure Competition-Related Motives in Sport. *Journal of Sport Psychology, 4,* 338-353.

495. Winter, D.G. (1992). Power motivation revisited. In C.P. Smith (Ed.), *Motivation and personality: Handbook of thematic content analysis* (pp. 301-310). New York: Cambridge University Press.

496. Winter, D.G. (1996). *Personality: Analysis and interpretation of lives.* New York: McGraw-Hill.

497. Winter, D.G., & Stewart, A.J. (1995). Commentary: Tending the garden of personality. *Journal of Personality, 63,* 711-727.

498. Winter, D.G., John, O.P., Stewart, A.J., Klohnen, E.C., & Duncan, L.E. (1998). Traits and Motives: Toward an Integration of Two Traditions in Personality research. *Psychological Rewiev, 105*(2), 230-250.

499. Wissel, H. (1994). *Basketball: Steps to success*. Champaign, IL: Human Kinetics.

500. Wolfe, R.N., & Kasmer, J.A. (1988). Type Versus Trait: Extraversion, Impulsivity, Sociability, and Preferences for Cooperative and Competitive Activities. *Journal of Personality and Social Psychology, 54*(5), 864-871.

501. Wong, E.H., & Bridges, L.J. (1995). A model of motivational orientation for youth sport: Some preliminary work. *Adolescence, 30*, 437-452.

502. Wooden, J.R. (1966). *Practical modern basketball*. New York: The Ronald Press Co.

503. Wooden, J.R., & Carty, J. (2005). *Coach Wooden's Pyramid of Success.* Ventura, CA: Gospel Light Worldwide.

504. Woodman, T., Davis, P.A., Hardy, L., Callow, N., Glasscock, I., & Yuill-Proctor, J. (2009). Emotions and sport performance: An exploration of happiness, hope, and anger. *Journal of Sport and Exercise Psychology, 31,* 169-188.

505. Woodman, T., Zourbanos, N., Hardy, L., Beattie, S., & McQuillan, A. (2010). Do performance strategies moderate the relationship between personality and training behaviors? An exploratory study. *Journal of Applied Sport Psychology, 22,* 183-197.

506. Wooten, M. (1992). *Coaching basketball successfully*. Champaign, IL: Leisure Press.

507. Xiang, P., & Lee, A.M. (2002). Achievement goals, perceived motivational climate, and students' self-reported mastery behaviours. *Research Quarterly for Exercise and Sport, 73*(1), 58-65.

508. Xiang, P., Lee, A.M., & Solmon, M.A. (1997). Achievement goals and their correlates among American and Chinese students in physical education: A cross-cultural analysis. *Journal of Cross-cultural Psychology, 28,* 645-660.

509. Yarrow, K., Brown, P., & Krakauer, J.W. (2009). Inside the brain of an elite athlete: The neural processes that support high achievement in sports. *Nature Reviews Neuroscience, 10*(8), 585-596.

510. Yeung, R.R., & Hemsley, D.R. (1997). Personality, exercise, and psychological well-being: Static relationships in the community. *Personality and Individual Differences, 22,* 47-53.

511. Young, R.J., & Ismail, A.H. (1976). Personality differences of adult men before and after a physical fitness program. *Research Quarterly, 47,* 513-519.

512. Young, R.J., & Ismail, A.H. (1977). Comparison of selected physiological and personality variables in regular and nonregular adult male exercisers. *Research Quarterly, 48,* 617-622.

513. Zhu, W. (2012). Measurement Practice in Sport and Exercise Psychology - A Historical, Comparative, and Psychometric View. In: G. Tenenbaum, R.C. Eklund, & A. Kamata (Eds.), *Measurement in Sport nad Exercise Psychology* (pp. 9-21). Champaign, IL: Human Kinetics.

514. Zuckerman, M. (1979). *Sensation-seeking: Beyond the optimal level of arousal.* Hillsdale, NJ: Erlbaum.

515. Zuckerman, M. (1991). *Psychobiology of personality.* Cambridge, England: Cambridge University Press.

11. PRILOZI

PRILOG I

Pouzdanost ljestvica za procjenu pet temeljnih dimenzija ličnosti

Tablica 21. Pouzdanost ljestvice za procjenu faktora Ekstraverzija

#	M	SD	r_{it}	α-del
1	3.73	0.91	0.41	0.62
6	2.96	1.08	0.28	0.66
11	3.98	0.80	0.41	0.62
16	3.35	0.81	0.20	0.67
21	3.52	1.13	0.56	0.57
26	4.25	0.80	0.32	0.64
31	3.81	1.07	0.24	0.67
36	4.31	0.81	0.46	0.61
Cronbach alpha=0.67				

Legenda: # - broj čestice; M - aritmetička sredina; SD - standardna devijacija; r_{it} - korelacija čestice sa ukupnim rezultatom; α-del - Cronbach α nakon isključenja čestice; Cronbach alpha - koeficijent pouzdanosti

Tablica 22. Pouzdanost ljestvice za procjenu faktora Ugodnost

#	M	SD	r_{it}	α-del
2	3.32	0.89	0.30	0.56
7	4.39	0.65	0.23	0.57
12	4.01	0.90	0.38	0.53
17	3.73	1.01	0.29	0.56
22	3.78	0.82	0.13	0.60
27	2.75	1.09	0.21	0.59
32	3.63	0.83	0.41	0.53
37	3.18	1.09	0.36	0.53
42	4.08	0.60	0.24	0.57
Cronbach alpha=0.60				

Legenda: # - broj čestice; M - aritmetička sredina; SD - standardna devijacija; r_{it} - korelacija čestice sa ukupnim rezultatom; α-del - Cronbach α nakon isključenja čestice; Cronbach alpha - koeficijent pouzdanosti

Tablica 23. Pouzdanost ljestvice za procjenu faktora Savjesnost

#	M	SD	r_{it}	α-del
3	3.86	0.80	0.62	0.77
8	2.85	1.06	0.52	0.78
13	3.90	0.78	0.61	0.77
18	3.76	1.03	0.53	0.78
23	3.21	1.21	0.56	0.78
28	3.99	0.80	0.52	0.78
33	3.75	0.65	0.47	0.79
38	3.89	0.94	0.55	0.78
43	3.77	0.92	0.18	0.82
Cronbach alpha=0.81				

Legenda: # - broj čestice; M - aritmetička sredina; SD - standardna devijacija; r_{it} - korelacija čestice sa ukupnim rezultatom; α-del - Cronbach α nakon isključenja čestice; Cronbach alpha - koeficijent pouzdanosti

Tablica 24. Pouzdanost ljestvice za procjenu faktora Neuroticizam

#	M	SD	r_{it}	α-del
4	1.54	0.77	0.45	0.63
9	2.38	0.93	0.54	0.60
14	3.38	0.94	0.36	0.65
19	2.45	1.01	0.30	0.66
24	2.49	1.00	0.28	0.67
29	2.11	1.08	0.34	0.66
34	2.23	0.79	0.28	0.67
39	2.71	1.11	0.44	0.63
Cronbach alpha=0.68				

Legenda: # - broj čestice; M - aritmetička sredina; SD - standardna devijacija; r_{it} - korelacija čestice sa ukupnim rezultatom; α-del - Cronbach α nakon isključenja čestice; Cronbach alpha - koeficijent pouzdanosti

Tablica 25. Pouzdanost ljestvice za procjenu faktora Otvorenost

#	M	SD	r_{it}	α-del
5	3.65	0.74	0.60	0.63
10	4.00	0.93	0.27	0.67
15	3.78	0.76	0.27	0.67
20	3.92	0.79	0.47	0.64
25	3.42	0.74	0.41	0.65
30	3.37	1.01	0.39	0.65
35	2.77	1.14	0.03	0.73
40	3.85	0.93	0.33	0.66
41	3.08	1.16	0.39	0.65
44	2.63	1.15	0.48	0.63
Cronbach alpha=0.72				

Legenda: # - broj čestice; M - aritmetička sredina; SD - standardna devijacija; r_{it} - korelacija čestice sa ukupnim rezultatom; α-del - Cronbach α nakon isključenja čestice; Cronbach alpha - koeficijent pouzdanosti

Pouzdanost ljestvica za procjenu sportske motivacije

Tablica 26. Pouzdanost ljestvice za procjenu faktora motiv za postizanje uspjeha

#	M	SD	r_{it}	α-del
5	4.29	0.90	0.26	0.72
7	4.38	0.87	0.22	0.73
9	4.66	0.70	0.21	0.72
11	4.48	0.72	0.40	0.71
13	3.72	1.03	0.26	0.72
15	3.61	1.10	0.10	0.74
17	4.58	0.79	0.40	0.71
19	3.38	1.21	0.34	0.72
23	3.41	1.05	0.11	0.74
26	3.71	1.05	0.48	0.70
28	4.02	1.10	0.05	0.74
29	4.11	0.75	0.49	0.70
31	3.60	1.26	0.45	0.70
32	3.72	0.96	0.45	0.70
35	3.64	0.87	0.39	0.71
36	4.13	1.05	0.35	0.71
39	4.26	0.82	0.60	0.69
Cronbach alpha=0.74				

Legenda: # - broj čestice; M - aritmetička sredina; SD - standardna devijacija; r_{it} - korelacija čestice sa ukupnim rezultatom; α-del - Cronbach α nakon isključenja čestice; Cronbach alpha - koeficijent pouzdanosti

Tablica 27. Pouzdanost ljestvice za procjenu faktora motiv za izbjegavanje neuspjeha

#	M	SD	r_{it}	α-del
2	3.38	1.16	0.20	0.80
4	2.77	1.22	0.41	0.78
8	3.82	1.02	0.34	0.78
12	3.13	1.05	0.66	0.75
20	3.38	1.20	0.45	0.77
22	3.43	1.06	0.58	0.76
25	2.19	1.16	0.50	0.77
30	2.71	1.16	0.52	0.76
34	3.38	1.00	0.11	0.81
38	2.42	1.12	0.53	0.76
40	2.92	1.12	0.62	0.75
Cronbach alpha=0.80				

Legenda: # - broj čestice; M - aritmetička sredina; SD - standardna devijacija; r_{it} - korelacija čestice sa ukupnim rezultatom; α-del - Cronbach α nakon isključenja čestice; Cronbach alpha - koeficijent pouzdanosti

Tablica 28. Pouzdanost ljestvice za procjenu faktora motiv za postizanje dominacije

#	M	SD	r_{it}	α-del
1	4.20	0.78	0.37	0.62
3	3.91	0.78	0.42	0.62
6	3.71	1.11	0.32	0.63
10	3.68	0.92	0.42	0.61
14	3.99	0.91	0.29	0.64
16	3.48	0.85	0.38	0.62
18	4.16	0.78	0.26	0.64
21	3.32	1.04	0.03	0.68
24	3.41	0.72	0.32	0.63
27	3.83	0.92	0.23	0.65
33	3.66	0.90	0.28	0.64
37	3.91	0.85	0.32	0.63
Cronbach alpha=0.67				

Legenda: # - broj čestice; M - aritmetička sredina; SD - standardna devijacija; r_{it} - korelacija čestice sa ukupnim rezultatom; α-del - Cronbach α nakon isključenja čestice; Cronbach alpha - koeficijent pouzdanosti

Pouzdanost ljestvica za procjenu ciljne usmjerenosti u sportu

Tablica 29. Pouzdanost ljestvice za procjenu faktora ciljna usmjerenost na rezultata

#	M	SD	r_{it}	α-del
1	3.35	1.23	0.70	0.74
3	3.73	1.05	0.61	0.76
5	3.24	1.20	0.63	0.76
7	3.13	1.16	0.66	0.75
10	3.72	1.23	0.54	0.78
12	3.72	1.13	0.25	0.81
Cronbach alpha=0.80				

Legenda: # - broj čestice; M - aritmetička sredina; SD - standardna devijacija; r_{it} - korelacija čestice sa ukupnim rezultatom; α-del - Cronbach α nakon isključenja čestice; Cronbach alpha - koeficijent pouzdanosti

Tablica 30. Pouzdanost ljestvice za procjenu faktora ciljna usmjerenost na zadatak

#	M	SD	r_{it}	α-del
2	4.27	0.75	0.41	0.77
4	4.16	0.84	0.34	0.78
6	4.34	0.81	0.59	0.73
8	4.52	0.75	0.52	0.75
9	4.29	0.81	0.60	0.73
11	4.35	0.77	0.65	0.72
13	4.32	0.78	0.43	0.77
Cronbach alpha=0.78				

Legenda: # - broj čestice; M - aritmetička sredina; SD - standardna devijacija; r_{it} - korelacija čestice sa ukupnim rezultatom; α-del - Cronbach α nakon isključenja čestice; Cronbach alpha - koeficijent pouzdanosti

PRILOG II

Tablica 31. Osnovni deskriptivni i distribucijski parametri osobina ličnosti i motivacijskih dimenzija na uzorku igrača juniorske dobi (N=88)

Varijable	M	SD	Min	Max	α_3	α_4
Ekstraverzija	30.32	4.07	21.00	38.00	-.33	-.67
Ugodnost	32.30	4.01	20.00	41.00	-.50	.67
Savjesnost	28.66	4.99	15.00	37.00	-.56	-.02
Neuroticizam	20.23	4.55	8.00	35.00	.42	.92
Otvorenost	34.78	4.94	21.00	48.00	.34	.77
Motiv za postizanje uspjeha	68.48	6.80	51.00	83.00	-.43	.14
Motiv za izbjegavanje neuspjeha	34.49	7.24	17.00	53.00	.09	.25
Motiv za postizanje dominacije	44.99	4.69	35.00	53.00	-.22	-.65
Ciljna usmjerenost na ishod	21.72	4.71	10.00	30.00	-.56	.06
Ciljna usmjerenost na zadatak	30.67	3.43	21.00	35.00	-.77	.21

Legenda: M - aritmetička sredina; SD - standardna devijacija; Min - minimalni rezultat; Max - maksimalni rezultat; α_3 - koeficijent asimetrije; α_4 - koeficijent zakrivljenosti

Tablica 32. Osnovni deskriptivni i distribucijski parametri osobina ličnosti i motivacijskih dimenzija na uzorku igrača seniorske dobi (N=80)

Varijable	M	SD	Min	Max	α_3	α_4
Ekstraverzija	29.49	4.09	19.00	40.00	-.20	.30
Ugodnost	33.48	3.64	26.00	44.00	.21	-.20
Savjesnost	29.85	3.97	21.00	39.00	.18	-.59
Neuroticizam	18.24	3.66	10.00	26.00	.05	-.51
Otvorenost	34.11	4.72	22.00	46.00	-.11	-.11
Motiv za postizanje uspjeha	66.80	7.41	49.00	82.00	-.42	-.20
Motiv za izbjegavanje neuspjeha	32.45	6.55	15.00	47.00	-.14	.36
Motiv za postizanje dominacije	45.55	5.06	31.00	59.00	-.27	.44
Ciljna usmjerenost na ishod	19.96	5.12	6.00	30.00	-.28	-.34
Ciljna usmjerenost na zadatak	29.76	3.77	20.00	35.00	-.44	-.56

Legenda: M - aritmetička sredina; SD - standardna devijacija; Min - minimalni rezultat; Max - maksimalni rezultat; α_3 - koeficijent asimetrije; α_4 - koeficijent zakrivljenosti

Tablica 33. Osnovni deskriptivni i distribucijski parametri osobina ličnosti i motivacijskih dimenzija na uzorku igrača na vanjskim pozicijama (N=110)

Varijable	M	SD	Min	Max	α_3	α_4
Ekstraverzija	30.24	4.12	19.00	40.00	-.33	-.10
Ugodnost	32.91	3.97	20.00	44.00	-.42	1.03
Savjesnost	29.77	4.52	15.00	39.00	-.72	.91
Neuroticizam	19.15	4.47	8.00	35.00	.66	1.17
Otvorenost	34.61	4.82	22.00	48.00	.42	.65
Motiv za postizanje uspjeha	68.57	6.90	49.00	83.00	-.50	.31
Motiv za izbjegavanje neuspjeha	33.98	7.46	15.00	53.00	-.06	.32
Motiv za postizanje dominacije	46.04	4.52	35.00	59.00	.01	-.27
Ciljna usmjerenost na ishod	21.22	4.86	10.00	30.00	-.37	-.39
Ciljna usmjerenost na zadatak	30.27	3.45	21.00	35.00	-.53	-.43

Legenda: M - aritmetička sredina; SD - standardna devijacija; Min - minimalni rezultat; Max - maksimalni rezultat; α_3 - koeficijent asimetrije; α_4 - koeficijent zakrivljenosti

Tablica 34. Osnovni deskriptivni i distribucijski parametri osobina ličnosti i motivacijskih dimenzija na uzorku igrača na unutarnjim pozicijama (N=58)

Varijable	M	SD	Min	Max	α_3	α_4
Ekstraverzija	29.33	3.99	20.00	38.00	-.16	-.42
Ugodnost	32.76	3.71	26.00	41.00	.14	-.59
Savjesnost	28.19	4.47	17.00	37.00	.14	-.34
Neuroticizam	19.52	3.84	10.00	27.00	-.26	-.41
Otvorenost	34.19	4.89	21.00	46.00	-.34	-.06
Motiv za postizanje uspjeha	65.98	7.30	49.00	81.00	-.33	-.44
Motiv za izbjegavanje neuspjeha	32.64	5.90	20.00	47.00	.12	-.05
Motiv za postizanje dominacije	43.78	5.18	31.00	55.00	-.36	-.41
Ciljna usmjerenost na ishod	20.24	5.18	6.00	30.00	-.52	-.02
Ciljna usmjerenost na zadatak	30.17	3.94	20.00	35.00	-.70	-.12

Legenda: M - aritmetička sredina; SD - standardna devijacija; Min - minimalni rezultat; Max - maksimalni rezultat; α_3 - koeficijent asimetrije; α_4 - koeficijent zakrivljenosti

Tablica 35. Osnovni deskriptivni i distribucijski parametri osobina ličnosti i motivacijskih dimenzija na uzorku igrača juniorske dobi na vanjskim pozicijama (N=62)

Varijable	M	SD	Min	Max	α_3	α_4
Ekstraverzija	30.21	4.03	21.00	38.00	-.16	-.64
Ugodnost	29.23	4.79	15.00	37.00	-.98	1.00
Savjesnost	32.27	4.22	20.00	41.00	-.67	.75
Neuroticizam	20.58	4.89	8.00	35.00	.39	.75
Otvorenost	34.81	4.91	23.00	48.00	.74	.69
Motiv za postizanje uspjeha	68.84	6.98	51.00	83.00	-.51	.11
Motiv za izbjegavanje neuspjeha	35.24	7.45	17.00	53.00	.07	.35
Motiv za postizanje dominacije	45.21	4.63	35.00	53.00	-.04	-.77
Ciljna usmjerenost na ishod	22.02	4.74	10.00	30.00	-.65	.15
Ciljna usmjerenost na zadatak	30.47	3.41	21.00	35.00	-.67	-.02

Legenda: M - aritmetička sredina; SD - standardna devijacija; Min - minimalni rezultat; Max - maksimalni rezultat; α_3 - koeficijent asimetrije; α_4 - koeficijent zakrivljenosti

Tablica 36. Osnovni deskriptivni i distribucijski parametri osobina ličnosti i motivacijskih dimenzija na uzorku igrača juniorske dobi na unutarnjim pozicijama (N=26)

Varijable	M	SD	Min	Max	α_3	α_4
Ekstraverzija	30.58	4.23	22.00	36.00	-.73	-.47
Ugodnost	27.31	5.27	17.00	37.00	.27	-.58
Savjesnost	32.35	3.54	26.00	41.00	.27	.05
Neuroticizam	19.38	3.57	12.00	27.00	-.04	-.04
Otvorenost	34.73	5.13	21.00	46.00	-.54	1.31
Motiv za postizanje uspjeha	67.62	6.40	51.00	81.00	-.30	.78
Motiv za izbjegavanje neuspjeha	32.69	6.49	20.00	45.00	-.12	-.29
Motiv za postizanje dominacije	44.46	4.90	35.00	51.00	-.59	-.59
Ciljna usmjerenost na ishod	21.00	4.66	10.00	30.00	-.40	.34
Ciljna usmjerenost na zadatak	31.15	3.50	21.00	35.00	-1.10	1.40

Legenda: M - aritmetička sredina; SD - standardna devijacija; Min - minimalni rezultat; Max - maksimalni rezultat; α_3 - koeficijent asimetrije; α_4 - koeficijent zakrivljenosti

Tablica 37. Osnovni deskriptivni i distribucijski parametri osobina ličnosti i motivacijskih dimenzija na uzorku igrača seniorske dobi na vanjskim pozicijama (N=48)

Varijable	M	SD	Min	Max	α_3	α_4
Ekstraverzija	30.27	4.29	19.00	40.00	-.53	.58
Ugodnost	33.73	3.49	27.00	44.00	.43	.33
Savjesnost	30.48	4.09	21.00	39.00	-.06	-.34
Neuroticizam	17.31	3.04	10.00	23.00	-.03	-.44
Otvorenost	34.35	4.75	22.00	46.00	-.05	.60
Motiv za postizanje uspjeha	68.23	6.85	49.00	82.00	-.51	.78
Motiv za izbjegavanje neuspjeha	32.35	7.23	15.00	46.00	-.29	.15
Motiv za postizanje dominacije	47.10	4.18	38.00	59.00	.28	.33
Ciljna usmjerenost na ishod	20.19	4.86	10.00	30.00	-.04	-.50
Ciljna usmjerenost na zadatak	30.02	3.51	23.00	35.00	-.38	-.77

Legenda: M - aritmetička sredina; SD - standardna devijacija; Min - minimalni rezultat; Max - maksimalni rezultat; α_3 - koeficijent asimetrije; α_4 - koeficijent zakrivljenosti

Tablica 38. Osnovni deskriptivni i distribucijski parametri osobina ličnosti i motivacijskih dimenzija na uzorku igrača seniorske dobi na unutarnjim pozicijama (N=32)

Varijable	M	SD	Min	Max	α_3	α_4
Ekstraverzija	28.31	3.52	20.00	38.00	.16	1.19
Ugodnost	33.09	3.86	26.00	40.00	.017	-.83
Savjesnost	28.91	3.63	24.00	37.00	.52	-.67
Neuroticizam	19.63	4.11	10.00	26.00	-.40	-.50
Otvorenost	33.75	4.73	25.00	41.00	-.22	-1.15
Motiv za postizanje uspjeha	64.66	7.81	49.00	78.00	-.20	-1.00
Motiv za izbjegavanje neuspjeha	32.59	5.47	22.00	47.00	.43	.42
Motiv za postizanje dominacije	43.22	5.42	31.00	55.00	-.19	-.17
Ciljna usmjerenost na ishod	19.63	5.56	6.00	28.00	-.50	-.29
Ciljna usmjerenost na zadatak	29.38	4.15	20.00	35.00	-.44	-.53

Legenda: M - aritmetička sredina; SD - standardna devijacija; Min - minimalni rezultat; Max - maksimalni rezultat; α_3 - koeficijent asimetrije; α_4 - koeficijent zakrivljenosti

PRILOG III

Tablica 39. Korelacija između osobina ličnosti i motivacijskih dimenzija na uzorku igrača juniorske dobi (N=88)

Varijable	1	2	3	4	5	6	7	8	9
1 Ekstraverzija									
2 Ugodnost	-.01								
3 Savjesnost	.38**	.38**							
4 Neuroticizam	-.16	-.42**	-.41**						
5 Otvorenost	.16	.04	.30**	-.07					
6 Motiv za postizanje uspjeha	.28**	.00	.39**	-.07	.18				
7 Motiv za izbjegavanje neuspjeha	-.024	-.13	-.14	.34**	.08	.08			
8 Motiv za postizanje dominacije	.35**	-.01	.29**	-.02	-.01	.33*	.03		
9 Ciljna usmjerenost na ishod	.06	-.02	.15	.03	.26*	.10	.04	-.11	
10 Ciljna usmjerenost na zadatak	.15	.15	.40**	-.19	.08	.40**	.18	.21*	.23*

** p < .01; * p < .05

Tablica 40. Korelacija između osobina ličnosti i motivacijskih dimenzija na uzorku igrača seniorske dobi (N=80)

Varijable	1	2	3	4	5	6	7	8	9
1 Ekstraverzija									
2 Ugodnost	.10								
3 Savjesnost	.31**	.39**							
4 Neuroticizam	-.22	-.52**	-.38**						
5 Otvorenost	.46**	.30**	.36**	-.16					
6 Motiv za postizanje uspjeha	.43**	.12	.38**	-.07	.39**				
7 Motiv za izbjegavanje neuspjeha	.09	-.17	-.11	.26*	.01	.28*			
8 Motiv za postizanje dominacije	.53**	.11	.46**	-.16	.47**	.56**	.08		
9 Ciljna usmjerenost na ishod	.19	-.03	.07	.00	.12	.31**	.06	.20	
10 Ciljna usmjerenost na zadatak	.14	.19	.39**	-.04	.12	.52**	.14	.37**	.17

** p < .01; * p < .05

Tablica 41. Korelacija između osobina ličnosti i motivacijskih dimenzija na uzorku igrača na vanjskim pozicijama (N=110)

Varijable	1	2	3	4	5	6	7	8	9
1 Ekstraverzija									
2 Ugodnost	-.01								
3 Savjesnost	.24*	.48**							
4 Neuroticizam	-.15	-.49**	-.49**						
5 Otvorenost	.31**	.10	.26**	-.09					
6 Motiv za postizanje uspjeha	.27**	.01	.31**	-.08	.24*				
7 Motiv za izbjegavanje neuspjeha	.01	-.25**	-.17	.34**	.03	.10			
8 Motiv za postizanje dominacije	.42**	-.06	.24*	-.12	.19*	.41**	.00		
9 Ciljna usmjerenost na ishod	.05	.02	.05	.09	.19*	.19*	.20*	-.03	
10 Ciljna usmjerenost na zadatak	.00	.16	.34**	-.08	.09	.44**	.16	.18	.28**

** p < .01; * p < .05

Tablica 42. Korelacija između osobina ličnosti i motivacijskih dimenzija na uzorku igrača na unutarnjim pozicijama (N=58)

Varijable	1	2	3	4	5	6	7	8	9
1 Ekstraverzija									
2 Ugodnost	.09								
3 Savjesnost	.47**	.23							
4 Neuroticizam	-.15	-.44**	-.24						
5 Otvorenost	.28*	.22	.40**	-.08					
6 Motiv za postizanje uspjeha	.50**	.09	.40**	.06	.36**				
7 Motiv za izbjegavanje neuspjeha	.09	.03	-.12	.33*	.11	.34**			
8 Motiv za postizanje dominacije	.41**	.25	.51**	-.02	.24	.42**	.07		
9 Ciljna usmjerenost na ishod	.28*	-.20	.11	-.01	.21	.25	-.22	.09	
10 Ciljna usmjerenost na zadatak	.41**	.12	.42**	-.10	.15	.52**	.22	.43**	.12

** p < .01; * p < .05

Tablica 43. Korelacija između osobina ličnosti i motivacijskih dimenzija na uzorku igrača juniorske dobi na vanjskim pozicijama (N=62)

Varijable	1	2	3	4	5	6	7	8	9
1 Ekstraverzija									
2 Ugodnost	.01								
3 Savjesnost	.29*	.51**							
4 Neuroticizam	-.18	-.46**	-.49**						
5 Otvorenost	.19	.06	.25*	-.08					
6 Motiv za postizanje uspjeha	.22	.11	.34**	-.13	.19				
7 Motiv za izbjegavanje neuspjeha	-.03	-.12	-.13	.31*	.12	.01			
8 Motiv za postizanje dominacije	.38**	-.10	.24	-.04	.00	.34**	.00		
9 Ciljna usmjerenost na ishod	-.04	.12	.10	-.02	.28*	.05	.12	-.13	
10 Ciljna usmjerenost na zadatak	.04	.22	.36**	-.21	.12	.45**	.27*	.16	.27*

** p < .01; * p < .05

Tablica 44. Korelacija između osobina ličnosti i motivacijskih dimenzija na uzorku igrača juniorske dobi na unutarnjim pozicijama (N=26)

Varijable	1	2	3	4	5	6	7	8	9
1 Ekstraverzija									
2 Ugodnost	-.05								
3 Savjesnost	.60**	.06							
4 Neuroticizam	-.11	-.30	-.31						
5 Otvorenost	.10	-.02	.41*	-.02					
6 Motiv za postizanje uspjeha	.47*	-.34	.49*	.09	.15				
7 Motiv za izbjegavanje neuspjeha	.03	-.18	-.28	.41*	-.04	.26			
8 Motiv za postizanje dominacije	.28	.24	.38	.03	-.06	.28	.07		
9 Ciljna usmjerenost na ishod	.31	-.43*	.22	.13	.20	.22	-.25	-.10	
10 Ciljna usmjerenost na zadatak	.39*	-.07	.59**	-.08	-.01	.29	.02	.35	.19

** p < .01; * p < .05

Tablica 45. Korelacija između osobina ličnosti i motivacijskih dimenzija na uzorku igrača seniorske dobi na vanjskim pozicijama (N=48)

Varijable	1	2	3	4	5	6	7	8	9
1 Ekstraverzija									
2 Ugodnost	-.04								
3 Savjesnost	.17	.38**							
4 Neuroticizam	-.14	-.51**	-.46**						
5 Otvorenost	.47**	.19	.29*	-.19					
6 Motiv za postizanje uspjeha	.33*	-.13	.28	-.05	.31*				
7 Motiv za izbjegavanje neuspjeha	.07	-.38**	-.19	.28	-.11	.22			
8 Motiv za postizanje dominacije	.50**	-.10	.19	-.05	.50**	.57**	.11		
9 Ciljna usmjerenost na ishod	.17	-.03	.05	.12	.06	.36*	.23	.21	
10 Ciljna usmjerenost na zadatak	-.03	.09	.36*	.08	.03	.43**	-.01	.26	.27

** p < .01; * p < .05

Tablica 46. Korelacija između osobina ličnosti i motivacijskih dimenzija na uzorku igrača seniorske dobi na unutarnjim pozicijama (N=32)

Varijable	1	2	3	4	5	6	7	8	9
1 Ekstraverzija									
2 Ugodnost	.28								
3 Savjesnost	.49**	.39*							
4 Neuroticizam	-.19	-.54**	-.20						
5 Otvorenost	.43*	.43*	.46**	-.11					
6 Motiv za postizanje uspjeha	.50**	.39*	.45**	.05	.50**				
7 Motiv za izbjegavanje neuspjeha	.17	.22	.10	.27	.26	.43*			
8 Motiv za postizanje dominacije	.49**	.28	.75**	-.05	.46**	.49**	.08		
9 Ciljna usmjerenost na ishod	.21	-.05	.07	-.09	.19	.23	-.22	.17	
10 Ciljna usmjerenost na zadatak	.37*	.28	.42*	-.10	.23	.62**	.40*	.46**	.04

** p < .01; * p < .05

Životopis

- rođen 6. lipnja 1985. godine u Puli

Obrazovanje i akademsko napredovanje

- osnovnu školu i Sportsku gimnaziju završio u Zagrebu
- 2005. godine upisao preddiplomski sveučilišni studij na Kineziološkom fakultetu Sveučilišta u Splitu
- 2008. godine završio preddiplomski sveučilišni studij Kineziologija te stekao akademski naziv sveučilišni prvostupnik kineziologije
- dobitnik Nagrade rektora u akademskoj 2007/08. godini za izvanredne rezultate postignute u studiju
- 2010. godine na Kineziološkom fakultetu Sveučilišta u Splitu obranio magistarski rad na temu „Upravljanje razvojem vrhunskih sportaša u timskim sportovima“ te stekao akademski naziv Magistar kineziologije
- 2011. godine upisao doktorski studij na Kineziološkom fakultetu Sveučilišta u Splitu
- 16. ožujka 2012. godine izabran u nastavno zvanje predavač - naslovno zvanje za polje Kineziologija, grana Kineziologija sporta, predmet Košarka
- 3. lipnja 2015. godine doktorirao na Kineziološkom fakultetu u Splitu obranivši doktorsku disertaciju pod naslovom „Osobine ličnosti i motivacijske dimenzije kod košarkaša različitih dobnih skupina i pozicija u igri“, čime je stekao akademski stupanj doktor društvenih znanosti iz znanstvenog polja kineziologije

Nastavna i znanstvena aktivnost

- za vrijeme studiranja na preddiplomskom sveučilišnom studiju obavljao demonstraturu na predmetima Teorija i metodika košarke i Izborni smjer - košarka
- dobitnik Nagrade ZNANOST 2010. Nacionalne zaklade za znanost, visoko školstvo i tehnologijski razvoj Republike Hrvatske i Novog lista u kategoriji društvenih i humanističkih znanosti
- predavač na stručnom studiju pri Kineziološkom fakultetu Sveučilišta u Splitu
- sumentor u izradi tri magistarska rada
- objavio 17 znanstvenih radova iz područja kineziologije u međunarodnim časopisima, a od toga 6 radova u sklopu znanstvenog projekta „Dijagnostika specifičnih psihosocijalnih obilježja sportaša u sportskim igrama“ koji podupire MZOS RH

Sportsko i profesionalno iskustvo

- igrao košarku u kadetskim i juniorskim selekcijama K.K. „Cibona“ i K.K. „Zrinjevac“ te u nekoliko klubova seniorske A-2 lige
- 2008/09. - obavljao ulogu pomoćnog trenera seniorske selekcije KK „Kaštela“ u A-2 muškoj ligi
- 2009/10. - obavljao ulogu pomoćnog trenera seniorske selekcije KK „Kaštel galerija Kaštela“ u A-1 muškoj ligi
- suvoditelj na međunarodnom košarkaškom kampu u Mostaru „Zrinjski 2010“
- 2011/12. - obavljao ulogu pomoćnog trenera seniorske selekcije KK „Zagreb CO“
- suautor predavanja na seminaru košarkaških trenera Bosne i Hercegovine održanom u rujnu 2013. godine
- predavač na seminarima u organizaciji Udruženja košarkaških trenera Crne Gore održanim u siječnju i lipnju 2014. godine
- suautor predavanja na seminarima u organizaciji Udruge hrvatskih košarkaških trenera održanim u Vodicama u lipnju 2014. i u lipnju 2015. godine
- 2014/15. - obavlja ulogu pomoćnog trenera juniorske selekcije KK „Cedevita“