

# Osobine ličnosti i motivacija kod sportski aktivnih i neaktivnih učenika

---

Škulić, Rebeka

Undergraduate thesis / Završni rad

2016

Degree Grantor / Ustanova koja je dodijelila akademski / stručni stupanj: **University of Zadar / Sveučilište u Zadru**

Permanent link / Trajna poveznica: <https://um.nsk.hr/um:nbn:hr:162:962610>

Rights / Prava: [In copyright](#) / [Zaštićeno autorskim pravom.](#)

Download date / Datum preuzimanja: **2024-09-10**



**Sveučilište u Zadru**  
Universitas Studiorum  
Jadertina | 1396 | 2002 |

Repository / Repozitorij:

[University of Zadar Institutional Repository](#)



zir.nsk.hr



DIGITALNI AKADEMSKI ARHIVI I REPOZITORIJ

Sveučilište u Zadru

Odjel za psihologiju

Preddiplomski sveučilišni studij psihologije (jednopedmetni)

**Rebeka Škulić**

**Osobine ličnosti i motivacija kod sportski aktivnih i  
neaktivnih učenika**

**Završni rad**

Zadar, 2016.

Sveučilište u Zadru

Odjel za psihologiju  
Preddiplomski sveučilišni studij psihologije (jednopedmetni)

Osobine ličnosti i motivacija kod sportski aktivnih i  
neaktivnih učenika

Završni rad

Student/ica:

Rebeka Škulić

Mentor/ica:

izv. prof.dr.sc. Zvezdan Penezić

Zadar, 2016.



## **Izjava o akademskoj čestitosti**

Ja, Rebeka Škulić, ovime izjavljujem da je moj završni rad pod naslovom Osobine ličnosti i motivacija kod sportski aktivnih i neaktivnih učenika rezultat mojega vlastitog rada, da se temelji na mojim istraživanjima te da se oslanja na izvore i radove navedene u bilješkama i popisu literature. Ni jedan dio mojega rada nije napisan na nedopušten način, odnosno nije prepisan iz necitiranih radova i ne krši bilo čija autorska prava.

Izjavljujem da ni jedan dio ovoga rada nije iskorišten u kojem drugom radu pri bilo kojoj drugoj visokoškolskoj, znanstvenoj, obrazovnoj ili inoj ustanovi.

Sadržaj mojega rada u potpunosti odgovara sadržaju obranjenoga i nakon obrane uređenoga rada.

Zadar, 27. rujna 2016.

Sadržaj:

1.UVOD .....	3
1.1.Sportska psihologija .....	3
1.2. Ličnost .....	3
1.3.Ličnost i sport .....	5
1.4. Motivacija u sportu .....	7
2.CILJ, PROBLEMI I HIPOTEZE.....	8
3. METODA .....	9
3.1. Ispitanici .....	9
3.2. Instrumenti .....	9
3.3. Postupak .....	10
4. REZULTATI .....	11
5.RASPRAVA .....	14
6.ZAKLJUČAK.....	19
7.LITERATURA .....	20

## Osobine ličnosti i motivacija kod sportski aktivnih i neaktivnih učenika

### Sažetak

Jedno od najzanimljivijih pitanja u sportskoj psihologiji jest kako ličnost utječe na uspjeh sportaša. Iako postoje oprečna mišljenja, znanstvenici se mogu složiti kako je ličnost zasigurno jedan od faktora koji pridonose tom uspjehu. Dosadašnja istraživanja pokazala su kako sportaši pokazuju više rezultate na dimenziji ekstraverzije te niže na dimenziji neuroticizma, dok su rezultati, što se tiče dimenzija ugodnosti, savjesnosti i otvorenosti prema iskustvu, kontradiktorni. Nadalje, veliku ulogu u životu sportaša ima i motivacija, odnosno mogućnost pojedinca da sam sebe motivira. Istraživanja na ovom području također pružaju nekonzistentne rezultate, ipak neka od njih pokazuju kako veću samomotivaciju imaju osobe koje se bave sportom u odnosu na one koje se ne bave.

Cilj istraživanja bio je ispitati i usporediti osobine ličnosti i motivaciju kod sportski aktivnih i neaktivnih učenika osnovne i srednje škole. U istraživanju je sudjelovalo 125 sportski aktivnih učenika i 102 sportski neaktivna učenika.

Rezultati obrade podataka pokazali su kako sportski aktivni mladići postižu više rezultate na dimenzijama ekstraverzije i ugodnosti te niže na dimenziji neuroticizma u odnosu na sportski neaktivne mladiće, dok kod dimenzija savjesnosti i otvorenosti nisu utvrđene statistički značajne razlike između navedenih skupina. Sportski aktivne djevojke postižu više rezultate na dimenzijama ekstraverzije u odnosu na sportski neaktivne, dok na drugim dimenzijama ličnosti nije utvrđena razlika. Također, istraživanjem nije utvrđena statistički značajna razlika u samomotivaciji između sportski aktivnih i neaktivnih učenika.

**Ključne riječi:** osobine ličnosti, motivacija, sportski aktivni učenici, sportski neaktivni učenici

## **Personality traits and motivation in athlete and non-athlete students**

### **Abstract**

One of the most interesting questions in sport psychology is how personality affects the success of athletes. Although there are conflicting opinions, experts can agree that personality is certainly one of the factors that contribute to this success. So far, studies have shown that athletes have higher results in extraversion and lower in neuroticism, while the results regarding the agreeableness, conscientiousness and openness to experience are contradictory. Furthermore, motivation has a large role in the life of an athlete, especially the ability of individuals to motivate themselves. Research in this area also provided inconsistent results, though some of them show that people who play sports have greater self-motivation as compared to those who do not.

The aim of this study was to examine and compare the personality traits and motivation in athlete and non-athlete students in elementary and secondary schools. The study included 125 athlete students and 102 non-athlete students.

Data processing results showed that male athlete students scored higher in extraversion and agreeableness and lower in neuroticism than male non-athlete students, while in conscientiousness and openness there was no statistically significant differences between these groups. Female athlete students scored higher in extraversion than female non-athlete students but they did not differ in other personality dimensions. Also, the study did not show any statistically significant difference in self-motivation between athlete and non-athlete students.

**Key words:** personality traits, motivation, athlete students, non-athlete students

## 1. UVOD:

### 1.1. Sportska psihologija

Sportska psihologija je grana primijenjene psihologije koja istražuje ponašanje osoba u sportu i vježbanju te praktičnu primjenu stečenih spoznaja (Weinberg i Gould, 1999; prema Bosnar i Balent, 2009). S jedne strane istražuje i proučava psihičke procese i oblike ponašanja koji su sastavnice i pretpostavke za savladavanje sportskih vještina te njihovu uspješnu reprezentaciju na natjecanjima dok s druge strane praktično primjenjuje psihološke metode u izboru i osposobljavanju sportaša za sportske aktivnosti. Naziv sportska psihologija potječe od osnivača olimpijskog pokreta Pierrea de Cubertina koji je krajem 19. i početkom 20. stoljeća pokrenuo mnoga pitanja određenja sportske aktivnosti, sistematike sporta i definicije sportskog natjecanja. Ova znanstvena disciplina nastoji pomoći sportašu pri usvajanju sportskog ponašanja, svladavanju napora koje nose sa sobom sportske aktivnosti i uvjeta koji karakteriziraju sportski trening i natjecanje, a osobito u formiranju njegove sportske ličnosti (Drenovac, 2007). Temeljna istraživanja sportske psihologije usmjerena su na istraživanje sposobnosti i osobina ličnosti sportaša, motivacije u sportu, motoričkog učenja, čimbenika uspjeha u sportskoj aktivnosti, redovitog tjelesnog vježbanja itd. Prema udruzi za unapređenje primijenjene sportske psihologije (*Association for the Advancement of Applied Sport Psychology*, AAASP) posao sportskog psihologa sastoji se od informiranja o ulozi psiholoških faktora u vježbanju i sportu, poučavanju specifičnim vještinama važnim u sportskom kontekstu (*mental training*), pomaganja pojedincima da razumiju i poboljšavaju svoj psihički status te educiranja unutar organizacija ili grupa. Od sportskih psihologa može se zahtijevati da obavljaju i sljedeće funkcije: razvijanje programa poboljšanja postignuća te praćenje učinka treninga i razvoja sportaša, primjena psihologijskih tehnika mjerenja, poboljšanje komunikacije između sportaša i trenera, traženje i identifikacija talenata, funkcioniranje u svojstvu terapeuta ili kliničkog psihologa, oblikovanje ličnosti sportaša.

### 1.2. Ličnost

Ličnost je skup psihičkih osobina i mehanizama unutar pojedinca koji su organizirani i relativno trajni te utječu na interakcije i adaptacije pojedinca na intrapsihičku, fizičku i socijalnu okolinu (Larsen i Buss, 2007). Psihičke osobine su karakteristike koje opisuju načine na koje se ljudi međusobno razlikuju, a jedno od osnovnih pitanja koje se postavlja jest



koliko postoji osobina ličnosti. Na to pitanje pokušali su odgovoriti mnogi znanstvenici, ali taksonomija koja je posljednja dva desetljeća imala najveću potporu istraživača jest petfaktorski model, odnosno model pet velikih faktora. Nakon što su Allport i Odbert 1930-ih prolazivši kroz rječnik identificirali listu termina koja je sadržavala popis osobina ličnosti podijeljenih u četiri kategorije, Catell je tu listu skratio na manji broj klastera tako što je izbacio ili spojio neke termine. Iz Cattellove liste Fiske je faktorskom analizom otkrio petfaktorsko rješenje, međutim nije identificirao njegovu preciznu strukturu. To su kasnije učinili Tupes i Christal 1961. godine te su razvili petfaktorski model kojeg čine pet velikih faktora: ekstraverzija, ugodnost, savjesnost, emocionalna stabilnost i kultura. Postoje dva glavna načina mjerenja pet velikih faktora. Jedan način koristi pojedinačne riječi, odnosno osniva se na samoprocjenama pridjevskih crta, dok drugi način koristi mjere u obliku rečenica. Najveće i najopćenitije istraživanje pet velikih faktora koristeći pojedinačne riječi napravio je Lewis Goldberg, dok je najpoznatiji mjerni instrument koji ispituje crte ličnosti u obliku rečenica NEO-PI-R inventar ličnosti Coste i McCraea. Prema Goldbergu pet faktora su ekstraverzija, ugodnost, savjesnost, emocionalna stabilnost te intelekt ili maštovitost, dok NEO-PI-R prikazuje faktore drugačijim redoslijedom i nazivom (neuroticizam, ekstraverzija, otvorenost, ugodnost i savjesnost), ali možemo primijetiti kako su glavne crte ličnosti koje se mjere vrlo slične Goldbergovim. Osim NEO-PI-R-a postoje i drugi mjerni instrumenti koji koriste rečenice u ispitivanju osobina ličnosti kao što je Big Five Inventory (BFI). Iako je NEO-PI-R najbolje potvrđena mjera pet faktora, BFI se koristi u istraživanjima u kojima je vrijeme rješavanja ograničeno dok njegova kratka forma pruža više konteksta od Goldbergovih pojedinačnih pridjeva, a manje kompleksnosti nego NEO-PI-R (John i Srivastava, 1999). Pet općenitih faktora kod BFI su ekstraverzija, ugodnost, savjesnost, neuroticizam i otvorenost, a svaki od njih obuhvaća više specifičnih faceta koji pružaju više finoće i nijansi. Tako ekstraverzija obuhvaća društvenost, asertivnost, aktivitet, traženje uzbuđenja, entuzijazam i toplinu, ugodnost obuhvaća povjerenje, iskrenost, altruizam, usklađenost, skromnost, plemenitost, savjesnost se sastoji od kompetentnosti, urednosti, vršenja dužnosti, ambicioznosti, samodiscipline i promišljenosti, neuroticizam od anksioznosti, ljute hostilnosti, depresivnosti, sputanosti, impulzivnosti i ranjivosti i na kraju otvorenost koja obuhvaća znatiželju, maštovitost, estetiku, široke interese, uzbuđljivost i nekonvencionalnost.

### 1.3. Ličnost i sport

Važno je spomenuti kako postoje oprečna mišljenja vodećih sportskih psihologa o utjecaju ličnosti na uspjeh sportaša. Na jednoj strani su istraživači koji vjeruju da se iz profila ličnosti temeljenog na osobinama koje su dobivene mjerenjem može napraviti sigurna i točna prognoza uspjeha sportaša, dok s druge strane psiholozi koji su više skeptični, u predviđanju sportskog uspjeha, minimiziraju vrijednost procjene ličnosti. Ličnost pojedinca trebala bi se sagledati kao samo jedan faktor koji može pridonijeti sportskom uspjehu (Cox, 2005).

Iako postoji mnogo istraživanja koja govore o odnosu ličnosti i sporta, nema jednostavnog odgovora o načinima njihove povezanosti. Velik dio autora smatra kako ličnost značajno doprinosi uspjehu sportaša kao i to da se sportaši razlikuju od nesportaša u brojnim osobinama ličnosti. Horga (2009) navodi kako osobine ličnosti mogu biti od ključne važnosti za razumijevanje i predviđanje ponašanja pojedinaca u različitim situacijama, pa tako i za vrijeme sportskih aktivnosti. Osim toga, bolje razumijevanje odnosa između osobina ličnosti i sporta moglo bi pridonijeti usmjeravanju sportaša u onaj sport koji bi najbolje odgovarao njegovim osobinama ličnosti. U nastavku slijedi pregled nekih istraživanja koja opisuju odnos osobina ličnosti i sporta.

U istraživanju Mrakovića, Jurasca i Metikoša (1972) učenici u dobi od 17 i 18 godina, koji se nisu bavili nikakvim oblikom tjelesnog vježbanja, bili su manje ekstravertirani i više neurotični od učenika koji su trenirali u školi ili u klubu (Horga, 2009).

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; Gallucci, 2008; prema Trninić, 2015).

Shariati i Bakhtiari (2011) su u svom istraživanju utvrdili značajnu razliku između studenata sportaša i nesportaša u neuroticizmu pri kojoj su sportaši imali niže rezultate na dimenziji neuroticizma od nesportaša. Također, pronašli su razliku između ovih dviju skupina i kod dimenzije savjesnosti i ekstraverzije; sportaši su imali više rezultate na obje dimenzije od nesportaša, dok kod dimenzija otvorenosti i ugodnosti nisu dobivene razlike.

Allen, Greenless i Johnes (2013) opsežnom analizom podataka zaključili su kako sportaši pokazuju izraženije crte ekstravertiranosti, emocionalne stabilnosti i otvorenosti, dok

uspoređujući profesionalne sportaše i rekreativce navode kako profesionalci postižu više rezultate na dimenziji ekstraverzije te niže na dimenziji neuroticizma u odnosu na rekreativne sportaše.

Talyabee, Moghadam i Salimi (2013) su ispitali 263 studenta sportaša i isto toliko studenata nesportaša muškog spola te su dobili kako sportaši u odnosu na nesportaše imaju više rezultate na dimenzijama ekstraverzije, savjesnosti i ugodnosti, a niže rezultate na dimenziji neuroticizma dok kod dimenzije otvorenosti prema iskustvu nisu pronašli značajne razlike između navedenih grupa. Jednake rezultate dobili su i Mokhtari i Haghi 2014. godine.

Također, u istraživanju Khana, Ahmeda i Abida (2016) na nacionalnim prvacima kontaktnih sportova utvrđena je pozitivna povezanost između izvedbe i sljedećih osobina: ekstraverzije, savjesnosti, emocionalne stabilnosti i otvorenosti prema iskustvu, dok su niži rezultati na ugodnosti bili povezani sa boljom izvedbom.

Nadalje, Cooper opisuje sportaše kao samouvjerenije, sposobnije i socijalno otvorenije od nesportaša (Cox, 1998) dok su prema Hardmanovim (1973) istraživanjima sportaši u prosjeku inteligentniji od prosjeka populacije (Drenovac, 2007). Također, u istraživanjima Schurra, Aschleya i Joya (1977) se navodi kako su sportaši neovisniji, objektivniji i manje anksiozni od nesportaša te imaju mnogo više samopoštovanja i osjećaja sportske i socijalne kompetentnosti u odnosu na nesportaše (Drenovac, 2007).

Navedena istraživanja većinom su provedena samo na muškarcima ili na muškarcima i ženama zajedno bez obraćanja pažnje na utjecaj spola. Budući da su sudionici istraživanja Shariatia i Bakhtiaria (2011) bili i muškarci i žene kao i u ovom istraživanju, moglo bi se očekivati da će učenici koji su sportski aktivni imati više prosječne rezultate na dimenzijama ekstraverzije, i savjesnosti, niže na dimenziji neuroticizma dok kod dimenzija otvorenosti i ugodnosti neće biti značajnih razlika između sportski aktivnih i neaktivnih učenika.

Osim osobina ličnosti značajnu ulogu u sportskom uspjehu igra i motivacija o kojoj će više riječi biti u nastavku.

#### 1.4. Motivacija u sportu

Beck (2003) definira motivaciju kao teorijski pojam koji objašnjava zašto pojedinci izabiru određeni način ponašanja u određenim okolnostima. Motivaciju također možemo definirati i kao stanje u kojem smo "iznutra" pobuđeni nekim potrebama, porivima, težnjama, željama ili motivima, a usmjereni prema postizanju nekog cilja koji izvana djeluje kao poticaj na ponašanje (Petz, 2005). Motivacija je osnova našeg djelovanja, ona pobuđuje, usmjerava i održava ponašanje koje vodi prema nekom cilju, odnosno određuje cilj, intenzitet i trajanje našeg ponašanja (Bosnar i Balent, 2009). Pojam motivacije uključuje nekoliko važnih dijelova, a to su: određeni subjektivni doživljaj i stanje organizma, potrebe, porive, težnje, želje i motive koji dovode do određenog stanja organizma te cilj koji želimo postići kako bi se ostvarile te želje.

Postavlja se niz pitanja kada govorimo o motivaciji u sportu; koji su to motivi koji tjeraju sportaša da treniraju određeni sport i ulažu velike napore tijekom vježbanja, što je to što ih tjera da nastave trenirati i nakon poraza te da ne odustaju i kada im je najteže? Osnovni pokretači sportske aktivnosti, odnosno motivacijski činitelji su postignuće, kompetitivnost, katarza, socijalna nagrada, podizanje razine uzbuđenja te samoizražavanje (Beck, 2003; Horga, 2009). Ipak osnovni faktor ustrajnosti u sportu i napora uložениh u proces treninga predstavlja motiv postignuća (Horga, 2009). Motiv postignuća može se definirati kao dispozicija pristupanju ili izbjegavanju natjecateljske situacije, dok u širem smislu uključuje pojam želje ili želje za isticanjem (Cox, 2005). Osnova sportske motivacije jest osjećaj zadovoljstva koji izvire iz zadovoljavanja različitih potreba sportaša tijekom sportske aktivnosti (Horga, 2009). U sportu se velik naglasak stavlja na intrinzičnu motivaciju, odnosno samomotivaciju koja se definira kao generalna nespecifična tendencija da se ustraje u aktivnosti u odsustvu bilo kakvog vanjskog poticaja (Merkle, Jackson, Zhang i Dishman, 2002). Ona najčešće proizlazi iz osjećaja ispunjenja koje donosi izvođenje neke aktivnosti, nevezano uz nagrade koje možemo dobiti (Bosnar i Balent, 2009). Istraživanja ovog konstrukta pokazuju nekonzistentne rezultate, pa se dobilo da samomotivacija može predvidjeti ponašanja u fizičkim aktivnostima samo u 50% slučajeva. Ipak, pokazuje se i kako jaču samomotivaciju imaju osobe koje upisuju programe vježbanja i ustraju u njima u odnosu na one koji od takvih programa odustaju (Dishman i Ickes, 1981; Oldrige, Wicks, Hanley, Sutton i Jones, 1978). U skladu s tim pretpostavlja se kako osobe koje su sportski aktivne imaju veću samomotivaciju od osoba koje se ne bave sportom.

## **2. CILJ, PROBLEMI I HIPOTEZE**

### *Cilj istraživanja*

Ispitati i usporediti osobine ličnosti i motivaciju kod sportski aktivnih i neaktivnih učenika.

### *Problemi istraživanja*

1. Ispitati postoje li razlike u dimenzijama ličnosti kod djevojaka i mladića s obzirom na sportsku aktivnost/neaktivnost.
2. Ispitati postoji li razlika u motivaciji kod djevojaka i mladića s obzirom na sportsku aktivnost/neaktivnost.

### *Hipoteze istraživanja*

1. Prema istraživanju Shariati i Bakhtiari (2011) pretpostavlja se da će sportski aktivni učenici imati prosječno viši rezultat na dimenzijama ekstraverzije i savjesnosti, a niži na dimenziji neuroticizma, dok kod dimenzija otvorenosti i ugodnosti neće biti statistički značajne razlike između sportski aktivnih i neaktivnih učenika. Drugim riječima pretpostavlja se da su sportski aktivne osobe društvenije, savjesnije te emocionalno stabilnije od sportski neaktivnih osoba, dok na dimenzijama otvorenosti prema iskustvu i ugodnosti sportski aktivne i neaktivne osobe postižu približno jednake rezultate.
2. Budući da su istraživanja pokazala kako osobe koje upisuju programe vježbanja i ustraju u njima, imaju jaču samomotivaciju u odnosu na one koji od takvih programa odustaju (Dishman i Ickes, 1981; Oldrige, Wicks, Hanley, Sutton i Jones, 1978), pretpostavlja se da će sportski aktivni učenici imati prosječno viši rezultat na upitniku samomotivacije u odnosu na sportski neaktivne učenike.

### 3. METODA

#### 3.1. Ispitanici

Ispitivanje je provedeno na uzorku od 227 sudionika, učenika sedmih i osmih razreda osnovne škole i prva dva razreda opće i matematičke gimnazije u Zadru, RH. Od ukupnog uzorka 125 učenika se aktivno bavilo sportom dok se njih 102 rijetko bavilo ili se nikad nisu bavili sportom. U istraživanju je sudjelovalo 107 mladića i 120 djevojaka, od kojih su 87 bili osnovnoškolci (49 mladića i 38 djevojaka), a 140 srednjoškolci (58 mladića i 82 djevojke).

#### 3.2 Instrumenti

##### 3.2.1. Upitnik demografskih karakteristika i bavljenja sportom

Upitnik je sastavljen za potrebe ovog istraživanja te su njime prikupljeni podaci o osnovnim demografskim karakteristikama sudionika (dob, spol, zdravstveni status te bavljenje sportom). Bavljenje sportom ispitano je trima česticama: 1. "Koliko često provodite vrijeme baveći se nekom sportskom aktivnosti" na što su sudionicima bili ponuđeni odgovori: nikada, jednom u nekoliko mjeseci, jednom u mjesec dana, nekoliko puta mjesečno, jednom do dva puta tjedno, tri do četiri puta tjedno i svakodnevno; 2. "Koliko je prosječno trajanje vaše sportske aktivnosti" gdje su sudionici birali između odgovora: oko mjesec dana, unazad nekoliko mjeseci do pola godine, posljednjih godinu dana i od djetinjstva; 3. "Koliko se dugo bavite sportom" na koju se odgovaralo zaokruživanjem jednog od sljedećih ponuđenih odgovora: manje od trideset minuta, trideset minuta, sat vremena, sat i pol te više od sat i pol. Pomoću ovih čestica ispitanici su kategorizirani u skupine sportski aktivnih i neaktivnih učenika. Ukoliko je sudionik zaokružio neki od sljedećih odgovora na dvije od tri čestice, smatran je sportski aktivnom osobom: za 1. česticu-tri do četiri puta tjedno ili svakodnevno, za 2. česticu-sat vremena, sat i pol ili više od sat i pol te za 3. česticu-posljednjih godinu dana ili od djetinjstva.

##### 3.2.2. Inventar Velikih pet (John i Srivastava, 1999)

Za ispitivanje pet dimenzija ličnosti korišten je Inventar Velikih pet (eng. *Big Five Inventory* - BFI) kojeg su na hrvatski jezik preveli i prilagodili Kardum, Gračanin i Hudek-Knežević (2008). Ovaj upitnik mjeri pet velikih faktora ličnosti: *Extraversion*-ekstraverzija, *Agreeableness*-ugodnost, *Conscientiousness*-savjesnost, *Neuroticism*-neuroticizam i *Openness*-otvorenost. Sastoji od 44 čestice na koje ispitanik odgovara zaokruživanjem

odgovora na skali od 1 do 5 pri čemu 1 znači uopće se ne slažem, 2 uglavnom se ne slažem, 3 niti se slažem niti se ne slažem, 4 uglavnom se slažem i 5 u potpunosti se slažem. Upitnik se sastoji od tvrdnji kao što su "Sebe vidim kao osobu koja je otvorena i društvena", "Sebe vidim kao osobu koja je ponekad plašljiva i povučena". Rezultat na dimenzijama ličnosti definira se kao suma rezultata postignutih na određenim česticama za svaku od dimenzija. Strana istraživanja pokazuju visoku pouzdanost skale tipa Cronbach alpha koja se kretala u vrijednostima od .75 do .90 sa prosjekom iznad .80 (John i Srivastava, 1999).

### 3.2.3. Inventar samomotivacije (Dishman, Ickes i Morgan, 1980)

Ovaj upitnik (eng. *Self-motivation Inventory* - SMI) koji mjeri samomotivaciju preveo je i prilagodio na hrvatski jezik Trninić (2015), a sastoji se od 40 čestica poput "Imam veliku samomotivaciju", "Kad se prihvatim teškog zadatka, odlučim da ću ustrajati dokle god ga ne završim", "Trebam mi puno vremena da bih krenuo u akciju" na koje sudionik odgovara zaokruživanjem odgovora na skali od 1 (uopće se ne slažem) do 5 (u potpunosti se slažem). Rezultat se oblikuje kao suma rezultata postignutih na svim česticama. Istraživanja pokazuju visok Cronbach alpha koeficijent pouzdanosti od .91 do .92 (Cuaderes, Parker i Burgin, 2004).

### 3.3. Postupak

Ispitivanje je provedeno u siječnju 2016. godine putem papir-olovka upitnika. Ispitanicima je unaprijed dana uputa za rješavanje upitnika te je naglašeno kako je sudjelovanje anonimno i dobrovoljno te da je odustajanje od rješavanja upitnika moguće u bilo kojem trenutku. Budući da su ispitanici bili djeca, također je naglašeno kako mogu postaviti pitanje ukoliko im nešto nije dovoljno jasno. Učenici su ispunjavali upitnike preko sata u razredu pred istraživačem ili razrednikom. Ispitanicima nisu davani poticaji niti povratna informacija. Ispitivanje je bilo odobreno od strane ravnatelja škola i školske psihologinje.

#### 4. REZULTATI

Utvrđeni su deskriptivni parametri rezultata koje su postigli mladići i djevojke na dimenzijama neuroticizma, otvorenosti, savjesnosti, ekstraverzije i ugodnosti te upitniku samomotivacije. Preduvjeti za provedene analize podataka su zadovoljeni.

*Tablica 1* Deskriptivni podaci (aritmetička sredina-*M* i standardna devijacija-*SD*) za 5 dimenzija ličnosti i samomotivaciju kod sportski aktivnih i neaktivnih mladića.

	aktivni/ neaktivni	<i>N</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>
<b>Neuroticizam</b>	1	36	21.08	6.22
<b>Otvorenost</b>	1	36	34.69	7.33
<b>Savjesnost</b>	1	36	30.08	6.68
<b>Ekstraverzija</b>	1	36	53.61	8.20
<b>Ugodnost</b>	1	36	31.25	6.50
<b>Samomotivacija</b>	1	36	124.03	12.19
<b>Neuroticizam</b>	2	71	18.46	5.12
<b>Otvorenost</b>	2	71	34.93	6.31
<b>Savjesnost</b>	2	71	32.31	6.47
<b>Ekstraverzija</b>	2	71	57.06	7.11
<b>Ugodnost</b>	2	71	33.77	5.27
<b>Samomotivacija</b>	2	71	120.11	10.97

-sportski neaktivni mladići označeni su sa brojem 1, a sportski aktivni sa brojem 2

*Tablica 2* Deskriptivni podaci (aritmetička sredina-*M* i standardna devijacija-*SD*) za 5 dimenzija ličnosti i samomotivaciju kod sportski aktivnih i neaktivnih djevojaka.

	aktivni/ neaktivni	<i>N</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>
<b>Neuroticizam</b>	1	65	22.97	6.65
<b>Otvorenost</b>	1	65	36.88	5.83
<b>Savjesnost</b>	1	65	31.88	5.67
<b>Ekstraverzija</b>	1	65	54.15	6.56
<b>Ugodnost</b>	1	65	30.48	6.65
<b>Samomotivacija</b>	1	65	120.32	10.04
<b>Neuroticizam</b>	2	55	21.96	5.99
<b>Otvorenost</b>	2	55	35.36	7.24
<b>Savjesnost</b>	2	55	30.95	6.58
<b>Ekstraverzija</b>	2	55	56.64	6.63
<b>Ugodnost</b>	2	55	31.29	5.43
<b>Samomotivacija</b>	2	55	122.02	10.48



-sportski neaktivne djevojke označene su sa brojem 1, a sportski aktivne sa brojem 2

U nastavku su provjeravane razlike za pet dimenzija ličnosti i samomotivaciju kod mladića i djevojaka s obzirom na sportsku aktivnost/neaktivnost.

*Tablica 3* Prikaz rezultata testiranja značajnosti razlika ( t-testa za nezavisne uzorke) za 5 dimenzija ličnosti i samomotivaciju kod sportski aktivnih i neaktivnih mladića.

	<i>t</i>	<i>df</i>	<i>p</i>
<b>Neuroticizam</b>	2.32	105	.02
<b>Otvorenost</b>	-0.17	105	.86
<b>Savjesnost</b>	-1.66	105	.10
<b>Ekstraverzija</b>	-2.25	105	.03
<b>Ugodnost</b>	-2.16	105	.03
<b>Samomotivacija</b>	1.68	105	.10

Utvrđena je statistički značajna razlika između sportski aktivnih i neaktivnih mladića na dimenzijama neuroticizma, ekstraverzije i ugodnosti pri čemu sportski aktivni mladići imaju niži rezultat na dimenziji neuroticizma te viši na dimenzijama ekstraverzije i ugodnosti u odnosu na sportski neaktivne mladiće. Rezultati ispitivanja pokazuju kako ne postoji statistički značajna razlika između sportski aktivnih i neaktivnih mladića na dimenzijama otvorenosti i savjesnosti. Također razlika između dviju navedenih grupa nije utvrđena ni u samomotivaciji.

*Tablica 4* Prikaz rezultata testiranja značajnosti razlika ( t-testa za nezavisne uzorke) za 5 dimenzija ličnosti i samomotivaciju kod sportski aktivnih i neaktivnih djevojaka.

	<i>t</i>	<i>df</i>	<i>p</i>
<b>Neuroticizam</b>	0.86	118	.39
<b>Otvorenost</b>	-1.27	118	.21
<b>Savjesnost</b>	-0.83	118	.41
<b>Ekstraverzija</b>	2.06	118	.04
<b>Ugodnost</b>	0.73	118	.47
<b>Samomotivacija</b>	0.90	118	.37

Utvrđena je statistički značajna razlika između sportski aktivnih i neaktivnih djevojaka na dimenziji ekstraverzije pri čemu sportski aktivne djevojke postižu viši rezultat na spomenutoj dimenziji u odnosu na sportski neaktivne djevojke. Rezultati ispitivanja pokazuju kako ne postoji statistički značajna razlika između sportski aktivnih i neaktivnih djevojaka na dimenzijama neuroticizma, otvorenosti, savjesnosti i ugodnosti. Također razlika između dviju navedenih grupa nije utvrđena ni u samomotivaciji.

Sumirano, utvrđena je statistički značajna razlika na dimenziji neuroticizma između sportski aktivnih i neaktivnih mladića pri čemu su sportski aktivni mladići postigli niži rezultat u odnosu na sportski neaktivne mladiće što je u skladu s pretpostavkom, međutim ta razlika nije utvrđena kod djevojaka te je ovaj dio hipoteze samo djelomično potvrđen. Na dimenzijama otvorenosti i savjesnosti nije utvrđena statistički značajna razlika ni kod mladića ni kod djevojaka s obzirom na sportsku aktivnih/neaktivnost temeljem čega je dio hipoteze koji se odnosi na dimenziju otvorenosti potvrđen dok je onaj dio koji se odnosi na dimenziju savjesnosti odbačen. Nadalje, utvrđena je statistički značajna razlika na dimenziji ekstraverzije kod oba spola s obzirom na sportsku aktivnost/neaktivnost pri čemu su sportski aktivni učenici imali viši rezultat u odnosu na sportski neaktivne što potvrđuje dio hipoteze koji govori o navedenoj dimenziji. Na dimenziji ugodnosti postoji značajna razlika između sportski aktivnih i neaktivnih mladića pri kojoj su mladići koji se bave sportom postigli viši rezultat u odnosu na one koji se sportom bave rijetko ili se ne bave. Takvi rezultati nisu u skladu sa pretpostavkom, međutim, budući da su rezultati koji su dobiveni na ovoj dimenziji kod djevojaka u skladu s hipotezom, odnosno kod njih razlika nije utvrđena, ovaj dio hipoteze možemo djelomično potvrditi. Također, nije utvrđena ni statistički značajna razlika između sportski aktivnih i neaktivnih učenika u samomotivaciji što je u suprotnosti sa drugom hipotezom koja se na osnovu ovih rezultata može odbaciti.

## 5. RASPRAVA

Cilj ovog istraživanja bio je ispitati i usporediti osobine ličnosti i motivaciju kod sportski aktivnih i neaktivnih učenika. Za početak, važno je napomenuti kako je sportska psihologija relativno nova grana primijenjene psihologije te znanstveni radovi na konkretnu temu ovog rada nisu mnogobrojni te su što se tiče nekih rezultata kontradiktorni.

Testiranjem razlika između sportski aktivnih i neaktivnih učenika utvrđeno je kako sportski aktivni mladići postižu niže rezultate na dimenziji neuroticizma od sportski neaktivnih mladića što je u skladu s većinom istraživanja (Shariati i Bakhtiari, 2011; Talyabee, Moghadam i Salimi, 2013; Mokhtari i Haghi, 2014). Osobe koje postižu visoke rezultate na dimenziji neuroticizma, odnosno emocionalno nestabilne osobe slabije se suočavaju sa životnim stresovima, a kod sportaša je jako važno da se dobro nose sa preprekama koje život stavlja pred njih kako bi mogli napredovati ne samo u sportu općenito već i na svakom pojedinačnom treningu. Također, uočeno je da emocionalna stabilnost čini osobu smirenom i samopouzdanom što dolazi do izražaja kod vrhunskih sportaša; razlog tome može biti što sabranost u teškim situacijama kao što je natjecanje, omogućava bolju procjenu protivnikovih poteza, njegovih jakih i slabih strana time dopuštajući pojedincu da donese preciznije i bolje odluke (Khan, Ahmed i Abid, 2016). Iako je razlika utvrđena kod mladića, rezultati su pokazali kako ona ne postoji kod djevojaka što je u skladu s istraživanjem Eagletona, McKelviea i De Mana (2007) koji također na svom uzorku studenata nisu dobili razlike između sportski aktivnih i neaktivnih osoba na dimenziji neuroticizma. Objašnjenje koje nude za nedobivene razlike jest da su u njihovom istraživanju sudjelovali većinom studenti koji se bave rekreacijskim sportovima ili vježbaju iz osobnih razloga te nisu usmjereni na natjecanje, odnosno da postoji mogućnost kako vježbanje utječe na neuroticizam samo kod određenih sportaša kao što su oni koji se sportom bave na profesionalnoj, tj. natjecateljskoj razini. Istraživanja pokazuju kako se mladići više bave timskim sportovima nego individualnim (Apostolou, 2014), dok se djevojke više bave individualnim ili rekreacijskim sportovima. Američko istraživanje na učenicima (Deaner, Geary, Puts, Ham, Kruger, Fles, Winegard i Grandis, 2012) pokazalo je kako se sportski aktivne djevojke najviše bave rekreacijskim sportovima, zatim individualnim, a najmanje sudjeluju u timskim sportovima. Također, mladići više sudjeluju u organiziranim sportovima nego djevojke (Slater i Tiggemann, 2011), a uključenost u organizirane sportove omogućuje sudjelovanje na raznim natjecanjima. Osim što mnoge djevojke ne vole timske sportove (Gurian, Henley i Trueman, 2002), ne vole ni

pretjerano natjecateljsku klimu (Bailey, Wellard i Dismore, 2005), dok muškarci općenito smatraju da je glavna svrha sporta unaprijediti natjecateljski duh i naglasiti važnost pobjeđivanja pod svaku cijenu (Duda, 1989). U spomenutom istraživanju američkih učenika oba spola bila su motivirana da budu fizički aktivni, ali mladići su više bili zainteresirani za kompetitivni dio fizičke aktivnosti, odnosno natjecanja (Deaner i sur.,2012). Uzevši u obzir sve navedeno, postoji mogućnost kako su u ovom istraživanju više sudjelovale djevojke koje se sportom bave rekreacijski i mladići koji sudjeluju na sportskim natjecanjima te da vježbanje utječe na neuroticizam samo kod sportaša natjecatelja.

Također, bitna odlika sportaša jesu dobre socijalne vještine koje omogućavaju potrebno komuniciranje između sportskih kolega kao i sa trenerima, što je posebice važno u momčadskim sportovima. Ekstraverti se često uključuju u socijalnu interakciju, imaju veći utjecaj na svoju socijalnu okolinu te često zauzimaju poziciju vođe (Larsen i Buss, 2007). U istraživanju Khana, Ahmeda i Abida (2016) sportaši koji su bili identificirani kao ekstraverti imali su visoko samopouzdanje i entuzijizam te su tragali za uzbuđenjem što im je možda pomoglo u prevladavanju strahova, nesigurnosti, negativnih emocija, brige ili ljutnje i samim time omogućilo bolju izvedbu na natjecanjima. Stoga je za očekivati da će sportaši imati više rezultate na ovoj dimenziji, kao što je i utvrđeno dobivenim rezultatima. Sportski aktivni učenici imali su prosječno više rezultate na dimenziji ekstraverzije u odnosu na sportski neaktivne učenike što potvrđuju i ostala istraživanja (Shariati i Bakhtiari, 2011; Talyabee, Moghadam i Salimi, 2013; Mokhtari i Haghi, 2014 ).

Dimenzija savjesnosti podrazumijeva marljivost i usmjerenost prema cilju. Takve osobe vrijedno rade i točne su, a njihovo pouzdano ponašanje rezultira čitavim nizom životnih ishoda kao što su viši prosjek ocjena, veće zadovoljstvo poslom, viša sigurnost posla te bolji socijalni odnosi (Langford, 2003; prema Larsen i Buss, 2007). Istraživanje Khana, Ahmeda i Abida (2016) pokazalo je kako je savjesnost pozitivno povezana sa izvedbom sportaša, a istraživanje Shariatia i Bakhtiaria (2011) da sportaši postižu više rezultate na dimenziji savjesnosti od osoba koje se ne bave sportom, dok s druge strane postoje istraživanja kojima nije utvrđena značajna razlika između sportaša i nesportaša na dimenziji savjesnosti (Shekarchizadeh i Karimian, 2010; Naikoo, Bhat, Sheikh i Gani, 2016). Ovim istraživanjem ta razlika nije utvrđena ni kod mladića ni kod djevojaka. Prema istraživanju Gullone i Moore (2000) pronađene su dobne razlike u savjesnosti gdje su adolescenti od 11 do 14 godina imali niže rezultate na ovoj dimenziji nego adolescenti od 15 do 19 godina. Također, Costa i

McCrae (1992) izvješćuju kako stariji odrasli imaju više rezultate na dimenziji savjesnosti te kako ne postoji spolna razlika na ovoj dimenziji (Gullone i Moore, 2000). Prema tome, čini se kako pojedinci postaju savjesniji s godinama, a budući da su u ovom istraživanju sudjelovali adolescenti od 12 do 16 godina, nedobivene razlike bi se mogle pripisati upravo dobi ispitanika.

Prema istraživanjima na temu razlika između osoba koje se bave sportom i onih koji se ne bave, pronađeno je kako ne postoje razlike između ovih dviju grupa na dimenziji otvorenosti (Shariati i Bakhtiari, 2011; Talyabee, Moghadam i Salimi, 2013; Mokhtari i Haghi, 2014), što je ovim istraživanjem i potvrđeno. Osobe koje su visoko na dimenziji otvorenosti bolje pamte snove, češće ih ti snovi probude, imaju življe snove, češće sanjaju nešto što će se poslije dogoditi, imaju više snova u kojima rješavaju probleme (Watson, 2003; prema Larsen i Buss, 2007), eksperimentiraju sa hranom, preferiraju nova iskustva i otvoreni su prema izvanbračnim vezama (Buss, 1993; prema Larsen i Buss, 2007). Također, osobe koje postižu visoke rezultate na dimenziji otvorenosti su kreativnije, fleksibilnije i intelektualno orijentirane (Khan, Ahmed i Abid, 2016). Prema nekim istraživanjima (Khan, Ahmed i Abid, 2016) utvrđeno je kako je otvorenost pozitivno povezana s uspješnosti; što implicira da otvorenost u sportaša može poboljšati njihovu izvedbu. Nalazi tih istraživanja objašnjavaju kako je to možda zbog toga što sportaši s tim obilježjem mogu podnijeti pritisak u novom okruženju; njihova otvorenost im pruža mogućnost da se nose sa natjecateljskim stresom; budući da su oni fleksibilniji, kreativniji i intelektualno orijentirani; što im pomaže da dobro odrade natjecanje, čak i u nepoznatom okruženju. Budući da nije pronađena razlika između sportski aktivnih i neaktivnih učenika, odnosno između njih nema razlike u otvorenosti prema iskustvu, pretpostavlja se kako su u ovom uzorku u skupini učenika koji se ne bave sportom sudjelovali oni učenici koji se možda bave nekim drugim izvanškolskim aktivnostima koje im omogućavaju da budu podjednako otvoreni prema iskustvu kao i sportski aktivni učenici.

Posljednja dimenzija na kojoj su se ispitivale razlike između sportski aktivnih i neaktivnih učenika jest ugodnost. Ugodnost uključuje komponente poput altruizma, povjerenja i skromnosti (Khan, Ahmed i Abid, 2016). Prema Aidmanu i Schofieldu (2004) ugodnost nije povezana sa sportskim učinkom. U istraživanju Shariatia i Bakhtiaria (2011) nije pronađena razlika na dimenziji ugodnosti između sportaša i osoba koje se ne bave sportom, što je ovim istraživanjem i potvrđeno, ali samo kod djevojaka. Ugodne osobe su više sklone opraštanju pogrešaka drugim ljudima (Strelan, 2007) te pružanju pomoći, međutim 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; prema Trninić, 2015). S druge strane, neugodne osobe su agresivne i vjerojatno sklone sukobima (Trninić, 2015). Budući da je u sportu važno biti ambiciozan, ali i staložen nisu se očekivale razlike između ispitanih skupina, međutim ipak je utvrđena razlika između sportski aktivnih i neaktivnih mladića. Sportski aktivni mladići postigli su viši rezultat na ovoj dimenziji u odnosu na sportski neaktivne mladiće što je u skladu s istraživanjima Talyabeha, Moghadama i Salimia (2013) te Mokhtaria i Haghia (2014) koji su također dobili kako studenti sportaši muškog spola imaju viši rezultat na dimenziji ugodnosti u odnosu na studente nesportaše. Razlog dobivenim razlikama mogao bi ležati u tome da osobe koje su visoko na dimenziji ugodnosti preferiraju korištenje pregovora pri rješavanju sukoba, nastoje izbjeći situacije koje nisu harmonične te su kooperativne (Larens i Buss, 2007), a ta komponenta ugodnosti je poželjna u sportu, pogotovo u timskim sportovima gdje treba vladati harmonija kako bi se postigao određeni cilj. Također, ugodne osobe imat će dobre odnose sa svojim suigračima te će se više fokusirati na potrebe tima nego na osobne potrebe (Mirzaei, Nikbakhsh i Sharififar, 2013). U prilog dobivenim razlikama ide i prethodno navedena činjenica da mladići više sudjeluju u timskim sportovima, pa je moguće kako je u ovom istraživanju sudjelovalo više mladića koji igraju timske sportove.

Uzevši u obzir navedene rezultate, možemo samo djelomično potvrditi početnu hipotezu prema kojoj se pretpostavljalo da će sportski aktivni učenici imati prosječno viši rezultat na dimenzijama ekstraverzije i savjesnosti, a niži na dimenziji neuroticizma, dok kod dimenzija otvorenosti i ugodnosti neće biti statistički značajne razlike između sportski aktivnih i neaktivnih učenika. Sportski aktivni učenici imali su prosječno viši rezultat na dimenziji ekstraverzije, odnosno ti učenici su društveniji, pričljiviji, aktivniji, više izražavaju svoje emocije te više vole avanture u odnosu na sportski neaktivne učenike. U skladu sa pretpostavkom kod dimenzije otvorenosti nije utvrđena razlika; suprotno pretpostavci, na dimenziji savjesnosti nije pronađena razlika, dakle obje skupine učenika su podjednako otvorene ili zatvorene prema novim iskustvima te podjednako savjesne ili nesavjesne. Nadalje, kao prema hipotezi, na dimenziji neuroticizma sportski neaktivni učenici imali su prosječno viši rezultat, ali je ta razlika potvrđena samo kod mladića, ne i kod djevojaka. Ti mladići su emocionalno nestabilniji, anksiozniji, nezadovoljniji, osjetljiviji, sramežljiviji, iritabilniji te češće imaju promjene raspoloženja nego sportski aktivni mladići. Također, u skladu s hipotezom nije potvrđena razlika između grupa na dimenziji ugodnosti, ali samo kod

djevojaka, dok su sportski aktivni mladići imali prosječno viši rezultat u usporedbi sa sportski neaktivnim, odnosno skromniji su, manje tvrdoglavi, suosjećajniji i lakše opraštaju. Također, treba biti oprezan pri generaliziranju ovih rezultata budući da je analiza obavljena na malom i prigodnom uzorku. Kako bi rezultati bili relevantniji, analizu bi trebalo provesti na većem skupu podataka.

Nadalje, ispitivana je razlika u samomotivaciji kod koje se opet pretpostavljalo da će sportski aktivnih učenici imati prosječno viši rezultat na upitniku samomotivacije u odnosu na sportski neaktivne učenike, međutim ta razlika nije utvrđena. Ispitivane skupine imale su podjednake prosječne rezultate na spomenutom upitniku, stoga se druga postavljena hipoteza odbacuje. Važno je naglasiti da istraživanja ovog konstrukta pokazuju nekonzistentne rezultate pri kojima samomotivacija može predvidjeti ponašanja u fizičkim aktivnostima samo u 50% slučajeva (Merkle, Jackson, Zhang i Dishman, 2002). Isto tako, budući da su obje skupine postigle iznadprosječne rezultate u samomotivaciji moguće je kako sportski neaktivni učenici sudjeluju u nekim drugim izvanškolskim aktivnostima (npr. glazbena škola) te imaju podjednaku samomotivaciju kao i sportski aktivni učenici, odnosno sami sebe motiviraju u skladu s onime čime se bave.

Kao potencijalne poteškoće ovog istraživanja važno je navesti prigodan uzorak. U istraživanju su sudjelovali učenici samo dvaju škola, sedmi i osmi razredi osnovne škole te prvi i drugi razredi gimnazija u Zadru. Nadalje, korištene instrumente trebalo bi bolje prilagoditi adolescentima budući da je mlađim uzrastima bilo potrebno objasniti značenja nekoliko riječi iz upitnika. Također, problem je u definiranju po čemu je netko sportaš. Ne postoji jedinstven sustav po kojem se može odrediti tko spada u kategoriju sportaša, a tko ne, te je zbog toga teško uspoređivati rezultate jednog sa rezultatima drugog istraživanja (Cox, 1998). Kao prijedlog za buduća istraživanja, trebala bi se obratiti pozornost na kategorizaciju sudionika, ne samo što se tiče sportske aktivnosti ili neaktivnosti već i samih razina aktivnosti. Trebalo bi odvojiti osobe koje se samo rekreacijski bave sportom, osobe koje sudjeluju na sportskim natjecanjima te profesionalne, vrhunske sportaše. Također, trebalo bi se uzeti u obzir bavi li se osoba individualnim ili timskim sportom budući da su prijašnja istraživanja pokazala razlike u osobinama ličnosti između individualnih i timskih sportaša (Ilyasi i Salehian, 2011).

## 6. ZAKLJUČAK

1. Postoje razlike u nekim dimenzijama ličnosti kod mladića i djevojaka s obzirom na sportsku aktivnost/neaktivnost. Sportski aktivni mladići razlikuju se od sportski neaktivnih u dimenzijama neuroticizma (sportski neaktivni mladići su emocionalno nestabilniji, anksiozniji, nezadovoljniji, osjetljiviji, sramežljiviji, iritabilniji te češće imaju promjene raspoloženja nego sportski aktivni mladići, dok kod djevojaka nije utvrđena ta razlika) i ugodnosti (sportski aktivni mladići su skromniji, manje tvrdoglavi, suosjećajniji i lakše opraštaju u odnosu na sportski neaktivne mladiće, dok kod djevojaka nije utvrđena ta razlika). Sportski aktivni mladići i djevojke razlikuju se od sportski neaktivnih u dimenziji ekstraverzije (sportski aktivni učenici su društveniji, pričljiviji, aktivniji, više izražavaju svoje emocije te više vole avanture u odnosu na sportski neaktivne učenike). Obje skupine mladića i djevojka podjednako su savjesni i otvoreni prema novim iskustvima.

2. Nije utvrđena razlika u motivaciji kod djevojaka i mladića s obzirom na sportsku aktivnost/neaktivnost.



## 7. LITERATURA

- Aidman, E. i Schofield, D. (2004). Personality and Individual Differences in Sport. Morris, T. i Summers, J. (ur.), *Sport psychology: Theory, applications* (str.22-47). Milton: John Wiley & Sons Australia.
- Allen, M. S., Greenlees, I. i Jones, M. (2013). Personality in sport: a comprehensive review. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 6(1), 184-208.
- Apostolou, M. (2014). The athlete and the spectator inside the man: A cross-cultural investigation of the evolutionary origins of athletic behavior. *Cross-Cultural Research: The Journal of Comparative Social Science*, 49, 151-173.
- Bailey, R., Wellard, I. i Dismore, H. (2005). *Girls' Participation in Physical Activities and Sports: Benefits, Patterns, Influences and Ways Forward*, preuzeto 23. 09. 2016. s <https://www.icsspe.org/sites/default/files/Girls.pdf>
- Beck, R. C. (2003). *Motivacija – Teorija i načela*. Jastrebarsko: Naklada Slap.
- Binish, K., Alia, A. i Ghulam, A. (2016). Using the 'Big-Five'-For Assessing Personality Traits of the Champions: An Insinuation for the Sports Industry. *Pakistan Journal of Commerce and Social Science*, 10(1), 175-191.
- Bosnar, K. i Balent, B. (2009). *Uvod u psihologiju sporta – Priručnik za sportske trenere*. Zagreb: Kineziološki fakultet.
- Cuaderes, E.T., Parker, D. i Burgin, C.E. (2004). Leisure Time Physical Activity in Adult Native Americans. *Southern Online Journal of Nursing Research*. 5(1).
- Cox, R. H. (2005). *Psihologija sporta - Koncepti i primjene*. Jastrebarsko: Naklada Slap.

Deaner, R.O., Geary, D.C., Puts, D.A., Ham, S.A., Kruger, J., Fles, E., Winegard, B. i Grandis, T. (2012). A Sex Difference in the Predisposition for Physical Competition: Males Play Sports Much More than Females Even in the Contemporary U.S. *Academic Journal*, 7(11).

Dishman, R. K. i W. Ickes (1981). Self-motivation and Adherence to Therapeutic Exercise. *Journal of Behavioral Medicine*, 4(4), 421-438.

Dishman, R.K., Ickes, W. i Morgan, W.O. (1980). Self-Motivation and adherence to habitual physical activity. *Journal of Applied Social Psychology*, 10, 115-132.

Duda, J.L. (1989). Relationship between task and ego orientation and the perceived purpose of sport among high school athletes. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 11, 318-335.

Drenovac, M. (2007). *Sportska psihologija*. Osijek: Filozofski fakultet. Eagleton, J.R., McKelvie, S.J. i De Man, A. (2007).

Extraversion and neuroticism in team sport participants, individual sport participants, and nonparticipants. *Perceptual and Motor Skills*, 105, 265-275.

Gurian, M., Henley, P. i Trueman, T. (2002). *Boys and girls learn differently: a guide for teachers and parents*. San Francisco: Jossey-Bass.

Gullone, E. i Moore, S. (2000). Adolescent risk-taking and the five-factor model of personality. *Journal of Adolescence*, 23(4), 393-407.

Horga, S. (2009). *Psihologija sporta*. Zagreb: Kineziološki fakultet.

Ilyasi, G. i Salehian, M.H. (2011). Comparison of Personality Traits Between Individual and Team Athletes. *Middle-East Journal of Scientific Research* 9 (4), 527-530.

John, O. P. i Srivastava, S. (1999). *The Big-Five Trait Taxonomy: History, Measurement, and Theoretical Perspectives*, preuzeto 26.7.2012. s [http://moityca.com.br/pdfs/bigfive\\_John.pdf](http://moityca.com.br/pdfs/bigfive_John.pdf)

Larsen, R. J. i Buss, D. M. (2008). *Psihologija ličnosti*. Jastrebarsko: Naklada Slap.

Merkle, M. A., Jackson, A. S., Zhang J. J., Dishman, R. K. (2002). Re-Examining the Construct Validity of the Self-Motivation Inventory. *International Sports Journal*, 6(2), 48-59.

Mirzaei, A., Nikbakhsh, R. i Sharififar, F. (2013). The relationship between personality traits and sport performance. *European Journal of Experimental Biology*, 3(3), 439-442.

Naikoo, K. A., Bhat, Z. A., Sheikh. J. A. i Gani, Z. (2016). Personality differences among sports persons and non-sports persons. *International Journal of Advanced Research*, 4(5), 824-826.

Shekarchizadeh, P.i Karimian, J. (2010). Personality as predictor of happiness in male athlete and non-athlete students of Isfahan University. *Isfahan University of Medical Sciences*, 25(1), 843.

Oldridge, N. B., Wicks, T. R., Hanley, R., Sutton, T. i Jones, N. (1978). Noncompliance in an exercise rehabilitation program for men who have suffered a myocardial infarction. *Canadian Medical Association Journal*, 118, 361-364.

Petz, B. (2005). *Psihologijski riječnik*. Jastrebarsko: Naklada Slap.

Pooneh, M. i Mohammad, H. (2014). The comparison of five personality factors between athlete and non-athlete students. *Indian Journal of Scientific Research*, 3(1), 350-354.

- Shariati, M. i Bakhtiari, S. (2011). Comparison of personality characteristics athlete and non-athlete student, Islamic Azad University of Ahvaz. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 30, 2312 – 2315.
- Slater, A. i Tiggemann, M. (2011). Gender differences in adolescent sport participation, teasing, self-objectification and body image concerns. *Journal of Adolescence*, 34(3), 455-463.
- 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.
- Talayabee, S. R., Moghadam, R. S. i Salimi M. (2013). The investigation of personality characteristic in athlete and non-athlete students. *European Journal of Experimental Biology*, 3(3), 254-256.
- Trninić, M. (2015). Osobine ličnosti i motivacijske dimenzije kod košarkaša različitih dobnih skupina i pozicija u igri. Neobjavljeni doktorski rad. Split: Sveučilište u Splitu, Kineziološki fakultet.