

Sveučilište u Zagrebu
Filozofski fakultet
Odsjek za psihologiju

**OSOBINE LIČNOSTI I KVALITETA ODNOSA
SPORTAŠA S TRENEROM**

Diplomski rad

Nena Marković

Mentorica:

Dr. sc. Ana Butković, doc.

Zagreb, 2015.

SADRŽAJ

1. UVOD

Kvaliteta odnosa sportaš-trener

Ličnost i kvaliteta interpersonalnih odnosa

Istraživanje osobina ličnosti u sportu

Zadovoljstvo interpersonalnim odnosom

2. CILJ I PROBLEMI ISTRAŽIVANJA

3. METODOLOGIJA

3.1. Sudionici

3.2. Mjerni instrumenti

3.3. Postupak

4. REZULTATI

5. RASPRAVA

Povezanost osobina ličnosti i kvalitete odnosa sportaš-trener

Povezanost osobina ličnosti i kvalitete odnosa sportaš-trener sa zadovoljstvom odnosom

Kritički osvrt i praktične implikacije za buduća istraživanja

6. ZAKLJUČAK

7. LITERATURA

Osobine ličnosti i kvaliteta odnosa sportaša s trenerom
Personality traits and athlete-coach relationship quality

Nena Marković

SAŽETAK

Cilj provedenog istraživanja bio je utvrditi postoji li povezanost osobina ličnosti sportaša s percipiranom kvalitetom njihovog odnosa s trenerom, te ispitati povezanost osobina ličnosti i kvalitete odnosa s općenitim zadovoljstvom odnosom sportaša s trenerom. U istraživanju je sudjelovalo 62 sportaša, od toga njih 45 trenira vaterpolo, a 17 plivanje. Korišteni mjerni instrumenti su Petofaktorski upitnik ličnosti i Upitnik kvalitete odnosa sportaš-trener, te čestica koja se odnosi na općenito zadovoljstvo odnosom. Odnos osobina ličnosti, kvalitete odnosa i zadovoljstva odnosom je ispitan Pearsonovim koeficijentima korelacije. Dobiveni rezultati pokazuju umjerenu pozitivnu povezanost osobina ličnosti ekstraverzije i savjesnosti s kvalitetom odnosa, te nisku pozitivnu povezanost ugodnosti i kvalitete odnosa. Nađeno je da su ekstraverzija i savjesnost u niskoj pozitivnoj korelaciji sa zadovoljstvom odnosom, dok je kvaliteta odnosa visoko pozitivno povezana sa zadovoljstvom odnosom sportaša s trenerom.

Ključne riječi: osobine ličnosti, kvaliteta odnosa, zadovoljstvo, sport

ABSTRACT

The aim of this study was to investigate the relationship between athletes' personality traits and their perception of relationship quality with their coach and to examine the relationship of personality traits and relationship quality with athletes' general satisfaction with athlete-coach relationship. The participants were 62 athletes (45 water polo players and 17 swimmers). The Big Five Inventory and The coach – athlete relationship questionnaire, which included one item of general satisfaction with the relationship, were administered. Relationship between personality traits, relationship quality and relationship satisfaction was tested with Pearson correlation coefficients. Results showed moderate positive correlation of personality traits extraversion and conscientiousness with relationship quality and low positive correlation between agreeableness and relationship quality. Extraversion and conscientiousness were found to be in low positive correlation with relationship satisfaction, while athletes' perception of relationship quality was found to be in high positive correlation with relationship satisfaction.

Key words: personality traits, relationship quality, satisfaction, sport

1. UVOD

Sport predstavlja jedan od najistaknutijih društvenih fenomena današnjice te je odavno nadišao status igre. Upravo zbog svojih zdravstvenih, odgojnih, psiholoških i socioloških pozitivnih učinaka na pojedinca, sport se danas smatra najpopularnijim kontekstom postignuća među mladima (Barić, 2006). Psihologija sporta primijenjena je znanstvena disciplina u okviru psihologije. Obuhvaća znanstveno proučavanje psiholoških faktora koji su povezani sa sportskom izvedbom i djelovanjem u okviru sporta, vježbanja, te ostalih područja tjelesne aktivnosti (Barić, 2006). Sportska psihologija, kao zasebna istraživačka grana psihologije, u svojoj je ranoj fazi razvoja.

Generalno je prepoznato da određeni životni ishodi i događaji nose veliku važnost za pojedinca, kao i za društvo u kojem žive. Ozer i Benet-Martinez (2006) karakteriziraju tri tipa važnih životnih ishoda: intrapersonalne, interpersonalne i institucionalne. Interpersonalni odnosi su ključni pojmu čovjeka, a stvaranje tih odnosa je prirodna i temeljna komponenta ljudskog ponašanja (Berscheid, 1999). Kelley i sur. (1983; prema LaVoi, 2007) definiraju interpersonalni odnos kao situaciju u kojoj su emocije, misli i ponašanja obje uključene strane uzajamno i uzročno-posljedično povezane. Istraživanje interpersonalnih odnosa postaje sve značajnije, jer se proteže kroz sva područja ljudskog života i pokazano je da ima veliki utjecaj na način kako ljudi žive (Miller i Tedder, 2011). Socijalna psihologija generalno definira bliske interpersonalne odnose kao odnose u kojima pojedinci snažno utječu na ponašanje jedni drugih, kroz duži vremenski period (Berscheid, 1999).

Sport je proces koji je neminovno vezan uz socijalni kontekst, te se u sportskom okruženju formiraju mnogi bliski interpersonalni odnosi. Takvi odnosi su često kompleksni, dinamični, višeslojni i recipročni. Jedan od interpersonalnih odnosa koji je specifičan i važan za područje sportske psihologije je onaj između sportaša i trenera. Budući da profesionalnim sportašima znatnu ulogu u životu igra sport, odnosno cjelokupno sportsko okruženje, odnos sa trenerom je često jedan od najvažnijih i najutjecajnijih odnosa koje mladi sportaš doživljava. Taj odnos, kao i bilo koji drugi tip odnosa, ima veliki psihološki značaj za razvoj i stabilnost osoba uključenih u odnos (Jowett i Clark-Carter, 2006). Ishodi koji proizlaze iz tog

odnosa, ovisno o njegovoj kvaliteti, te posljedično i o zadovoljstvu odnosom, imaju utjecaja na široki spektar ključnih faktora, od psihološke dobrobiti osoba uključenih u taj odnos do sportske izvedbe.

Kvaliteta odnosa sportaš-trener

Istraživanju kvalitete odnosa između sportaša i trenera do sada nije pridano mnogo pažnje, odnosno radi se o relativno novom području istraživanja u sportskoj psihologiji (Poczwadowski, Barott i Jowett, 2005). Istraživanja koja su se bavila odnosom sportaš-trener, uglavnom su bila usmjerena na ispitivanja ponašanja trenera i njihove učinkovitosti, s naglaskom na ponašanja koja uključuju tehničke, strateške i taktičke vještine, tj. ponašanja orijentirana ka postizanju cilja. Manje se zna o interpersonalnim procesima i načinima postizanja međusobnog poštovanja, povjerenja, topline, razumijevanja, podrške i općenito faktorima koji potiču zadovoljavajuću kvalitetu odnosa između sportaša i trenera (Jowett i Cockerill, 2003).

Istraživanja interpersonalnih odnosa izvan domene sporta su uglavnom uključivala bračne parove, intimne partnere, vršnjačke odnose i odnose učitelja i učenika. S obzirom na to da uloga trenera neminovno uključuje karakteristike i vođe i učitelja, vrijedi se osvrnuti na podatke dobivene istraživanjima na području obrazovanja. Vođenje treninga, slično učenju, je kompleksan proces posredovan mnogim socijalnim i psihološkim faktorima. Istraživanja iz područja obrazovanja demonstriraju da na životne ishode učenika utječu brižljivi odnosi učenika i učitelja, kao i klima u razredu koju stvara učitelj (Eccles, 2004; Pianta, Hamre i Stuhlman, 2002). Na primjer, nalazi pokazuju da se učenici čiji odnos s učiteljem je visoko kvalitetan razlikuju značajno u prilagodbi razrednoj okolini, motivaciji, pozitivnim osjećajima, socijalnoj kompetenciji, samopoštovanju i generalnoj socio-emocionalnoj dobrobiti (Eccles, 2004). Istraživanja interpersonalnih odnosa na radnome mjestu ukazuju na značajnu povezanost stupnja kvalitete odnosa i stavova prema poslu, predanosti poslu, zadovoljstva poslom i radnog učinka (Morrison, 2004). Takvi nalazi idu u prilog potrebi za istraživanjem kvalitete odnosa i u sportskoj domeni.

Treneri koji zanemare važnost odnosa sportaš-trener na proces vođenja treninga time riskiraju uspješan razvoj sportaševih potencijala (Lyle, 1999). Mnogi sportski psiholozi

naglašavaju važnost razvoja optimalnog odnosa između sportaša i trenera (Jowett i Cockerill, 2003; Jowett i Ntoumanis, 2004; Poczwardowski i sur., 2006). Postoji značajan broj dokaza koji ukazuju na to da je kvaliteta tog odnosa povezana sa širokim spektrom ključnih ishoda u sportu kao što su izvedba (npr., Jowett i Cockerill, 2003), fizička slika o sebi (Jowett, 2008), kohezija tima (npr., Jowett and Chaundy, 2004), i zadovoljstvo (Jowett and Ntoumanis, 2004). Takva, i mnoga druga istraživanja, potvrđuju da je kvaliteta odnosa sportaš-trener jedna od ključnih stvari koja doprinosi djelotvornom treniranju, razvoju sportaša i uspješnoj natjecateljskoj izvedbi.

Budući da je u sportskoj psihologiji identificirana potreba za većim brojem istraživanja u području odnosa sportaša i trenera (Jowett i Meek, 2000), nekoliko psihologa je usmjerilo svoja istraživanja u tom pravcu. Hinde (1997: prema Jowett i Ntoumanis, 2004) navodi da je u istraživanja socijalnih odnosa potrebno uključiti ponašajne, afektivne i kognitivne aspekte tih odnosa, kako bismo ih u potpunosti razumjeli. U skladu s tim, nađeno je da je nedostatak pozitivnih ponašajnih, afektivnih i kognitivnih aspekata u odnosu sportaša i trenera povezan s interpersonalnim sukobom (Jowett i Meek, 2000).

Jowett i Ntoumanis (2004) su, vodeći se prethodno navedenom definicijom Hinde-a, proveli niz istraživanja kako bi razvili i validirali upitnik koji mjeri kvalitetu odnosa sportaša i trenera. Upitnikom su željeli obuhvatiti ponašajni, afektivni i kognitivni aspekt kvalitete odnosa. Pri tom su se oslanjali na niz provedenih kvalitativnih studija slučaja, kako bi utvrdili prirodu odnosa sportaš-trener (npr. Jowett i Meek, 2000; Jowett i Cockerill, 2003). Rezultati prethodnih istraživanja su pokazali da su osjećaji da je nekom stalo do nas, da smo nekome važni i da mu se sviđamo, kao i mogućnost uzajamnog povjerenja, imali pozitivnog efekta na intrapersonalne (npr. kreativnost, odlučnost) i interpersonalne (kompatibilnost, održavanje odnosa) faktore kod sportaša i trenera (Jowett i Meek, 2000; Jowett i Cockerill, 2003). Budući da se konstrukt bliskosti odnosi na opisane osjećaje međusobne emocionalne bliskosti, zaključeno je da bliskost dobro reprezentira afektivni aspekt kvalitete odnosa sportaš-trener, te je uvrštena kao konstrukt u upitnik. Nadalje, znanje koje dijelimo međusobno, a proizlazi iz samo-otkrivanja i razmijene informacija, kao i međusobno razumijevanje koje proizlazi iz zajedničkih ciljeva i međusobnog socijalnog utjecaja, omogućava sportašima i trenerima da reagiraju senzibilno i primjereno na potrebe, probleme i

težnje jedni drugih (Jowett i Meek, 2000; Jowett i Cockerill, 2003). Na naša ponašanja utječu postupci drugih pojedinaca s kojima smo u interakciji i obrnuto, mi utječemo na njihova. Prethodno navedeno najbolje opisuje konstrukt komplementarnosti, koji reflektira međusobnu suradnju i komplementarne interakcije, pogotovo tijekom treninga. U istim istraživanjima pronađeno je da komplementarne uloge, zadaci i potpora igraju značajnu ulogu u odnosu, jer omogućuju i sportašima i trenerima da usmjere sav svoj napor na postizanje zadanih ciljeva. Jowett i Ntoumanis (2004) iz tih razloga navode komplementarnost kao ponašajni aspekt odnosa sportaš-trener. Wieselquist, Rusbult, Foster i Agnew (1999) su u svom istraživanju interpersonalnih odnosa identificirali da su dugoročna orijentacija na bliske odnose, kao što su predanost odnosu i buduća očekivanja od odnosa sastavnice konstrukta predanosti. Rosenblatt (1977; prema Jowett i Ntoumanis, 2004) je definirao predanost interpersonalnom odnosu kao namjeru osobe da održi i sačuva taj odnos. Jowett i Ntoumanis (2004) su definirali konstrukt predanosti kao namjeru sportaša i trenera da održe svoj međusobni odnos, koja implicira kognitivne orijentacije na budućnost. Stoga predanost navode kao kognitivni aspekt odnosa sportaš-trener. Na temelju svojih nalaza, razvili su i validirali CART-Q upitnik kvalitete odnosa sportaša i trenera, koji je korišten u ovom istraživanju.

Ličnost i kvaliteta interpersonalnih odnosa

Budući da je odnos sportaša i trenera složena pojava, ustanovljeno je nekoliko ključnih elemenata koji mu doprinose (Jowett, Paull, Pensgaard, Hoegmo i Riise, 2005):

- 1) individualna obilježja sportaša i trenera (npr. spol, dob, iskustva, ličnost),
- 2) sportska okolina u kojoj se stvara i razvija odnos (tip i razina sporta),
- 3) kulturalna okolina, koja uključuje vrijednosti, filozofije, norme i vjerovanja.

Kompleksna dinamika trenera i sportaša s kojima rade je, između ostalog, pod utjecajem njihovih osobina ličnosti (Jowett i sur., 2005). Uspješna predikcija interpersonalnih ishoda na temelju osobina ličnosti je demonstracija praktične važnosti uloge ličnosti. Tijekom svakodnevnog života većina toga što radimo, mislimo i osjećamo je oblikovana našom jedinstvenom mrežom osobina ličnosti. 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). Korisna je za opisivanje, objašnjavanje i predviđanje razlika među pojedincima. Pervin, Cervone i John (2008) definiraju ličnost kao konstrukt koji se odnosi na one značajke osobe koje objašnjavaju dosljedne obrasce osjećaja, razmišljanja i ponašanja.

Većina psihologa smatra da se ličnost čovjeka sastoji od niza osobina koje su prisutne kod svih ljudi. Tijekom mnogih desetljeća, psiholozi su se usmjeravali na identificiranje najvažnijih osobina ličnosti, kao stabilnih i konzistentnih karakteristika nečijeg ponašanja, na temelju kojih se formiraju individualne razlike među ljudima. Taj strukturalni koncept ličnosti, koji uzima osobine ličnosti kao jedinice analize, pozicionira pojedinca na nizu bipolarnih kontinuuma, gdje pojedinci variraju po razini na svakoj od osobina ličnosti.

Iako su predložene i druge taksonomije, kao Eysenckova trofaktorska teorija i Catellovih 16 faktora, nakon mnogih desetljeća istraživanja, psiholozi su postigli konsenzus oko generalne taksonomije osobina ličnosti, tzv. „Velikih pet“ dimenzija ličnosti, zasnovanih na leksičkom pristupu psihologiji ličnosti. Nazivaju se velikih pet zbog svog izuzetnog opsega i razine apstrakcije. S obzirom na to da se radi o dimenzijama ličnosti, a ne tipovima, znači da pojedince možemo razlikovati po rezultatima koje su postigli na svakoj od tih dimenzija. Mnogi se istraživači danas slažu da se individualne razlike mogu na koristan način organizirati putem tih pet opsežnih, bipolarnih dimenzija (John i Srivastava, 1999; Pervin i sur., 2008). McCrae i Costa (1987; prema Pervin i sur., 2008) su na temelju „Velikih pet“ dimenzija predložili petofaktorski model osobina ličnosti, a to je ideja da su pet faktora osnovne dispozicijske sklonosti i da ih, u različitoj mjeri, posjeduju svi pojedinci. Tih pet osnovnih faktora ljudske ličnosti su: ekstraverzija, neuroticizam, ugodnost, savjesnost i otvorenost prema iskustvu. Svaki od faktora predisponira osobu da djeluje na određeni način. Iako ličnost nije u cijelosti zahvaćena ovim kategorijama, pokazalo se da one objašnjavaju značajnu proporciju ljudskog ponašanja (John, Naumann i Soto, 2008). Sukladno prijašnjim navodima, većina psihologa smatra da ličnost svake osobe može biti opisana u terminima ovih pet osobina i da ostaje relativno stabilna tijekom vremena i kroz različite situacije (npr. McCrae i Costa, 1997; John i Srivastava, 1999). Svaki od pet faktora obuhvaća više specifičnih faceta, koje daju nijansiranost i kompleksnost opisu ličnosti. Potpora petofaktorskom modelu dolazi iz podataka faktorskih analiza velikih skupova pojmova osobina ličnosti u jeziku,

međukulturalnih istraživanja koja su provjeravala univerzalnost dimenzija osobina ličnosti i ispitivanja veza upitnika ličnosti s drugim upitnicima i procjenama (McCrae i Costa, 1997).

Iako su istraživanja ličnosti i interpersonalnih odnosa u sportskom okruženju rijetka, u zadnja dva desetljeća došlo je do oživljavanja istraživanja tog tipa izvan domene sporta, primarno kao rezultat razvijanja petofaktorskog modela ličnosti (John i Srivastava, 1999). Ta istraživanja su ukazala na važnost uloge ličnosti u interpersonalnim odnosima i socijalnim ponašanjima u poslu, obitelji i romantičnim vezama. Postoje čvrsti dokazi da su osobine ličnosti povezane s važnim interpersonalnim ishodima, uključujući i kvalitetu interpersonalnog odnosa (Cuperman i Ickes, 2009; Denissen, van Aken i Dubas 2009; Allen, Greenles i Jones, 2012). Na primjer, brojna istraživanja ličnosti izvan sportske domene su ispitivala povezanost „Velikih pet“ osobina ličnosti s kognitivnim, emotivnim i ponašajnim aspektima interpersonalnih odnosa, kao što su obiteljski, prijateljski, bračni odnosi, itd. U istraživanjima bračnih i prijateljskih odnosa, ustanovljeno je da pojedinci koji su ocijenjeni visoko na skali ekstraverzije, zbog svoje druželjubive i energične prirode teže prosocijalnom ponašanju, te postižu više rezultate na mjerama cjelokupne kvalitete odnosa i izvještavaju o većoj bliskosti i zadovoljstvu odnosom (Belsky i Barends, 2002; Jensen-Campbell i sur., 2002). Pojedinci koji su visoko na ljestvici ugodnosti su po prirodi povjerljivi, altruistični i empatični, što je kroz istraživanja dovedeno u vezu sa adaptivnim strategijama rješavanja sukoba, boljom regulacijom emocija, povećanom kvalitetom odnosa, zadovoljstvom odnosom i većom predanošću odnosu (Asendorpf i Wilpers, 1998; Cuperman i Ickes, 2009; Jensen-Campbell i sur., 2002). Savjesne pojedince karakteriziraju pouzdanost, discipliniranost i organiziranost, a nađeno je da su te karakteristike povezane s povećanim zadovoljstvom odnosom i emocionalnom stabilnošću (Buss, 1991; Karney i Bradbury, 1995). Suprotno tome, neuroticizam reflektira podložnost anksioznosti, depresivnosti i impulzivnosti i kolerira sa nepovoljnim ishodima, kao što su smanjeno zadovoljstvo odnosom, veća vjerojatnost prekidanja odnosa i veća sklonost negativnim raspoloženjima (Karney i Bradbury, 1995; Widiger, 2009). Naposljetku, otvorenost prema iskustvu, koja podrazumijeva radoznalost, kreativnost i senzibilnost na tuđe osjećaje i ideje, pozitivno je povezana s brojnim poželjnim stilovima međuljudske interakcije, između ostalih s uspješnim rješavanjem sukoba i većim zadovoljstvom odnosom (Cuperman i Ickes, 2009; McCrae i Sutin, 2009).

Ozer i Benet-Martinez (2006) su u svom radu proučavali povezanosti velikih pet osobina ličnosti sa specifičnim životnim ishodima koji se vezuju uz njih. Pri tom su se oslonili na dosadašnju istraživačku literaturu, te nastojali organizirati rezultate dobivene iz literature. Navode da su se u brojnim ispitivanjima povezanosti osobina ličnosti i interpersonalnih odnosa u romantičnim vezama ekstraverzija, ugodnost, savjesnost i neuroticizam pokazali kao značajni prediktori zadovoljstva odnosom. Uzimajući u obzir ova i mnoga druga istraživanja koja su se bavila ovom temom, sigurno je za pretpostaviti da postoji povezanost između osobina ličnosti petofaktorskog modela i načina na koji ljudi percipiraju svoje odnose s drugima i kako pristupaju tim odnosima (Slatcher i Vazire, 2009).

Istraživanje osobina ličnosti u sportu

Što se tiče istraživanja ličnosti na sportskoj populaciji u zadnjih dvadesetak godina postoje samo sporadični pokušaji da se istraži njezin utjecaj na različite aspekte sportskog djelovanja. Tema ličnosti nije u potpunosti zapostavljena, ali je zanimanje bilo više okrenuto ka drugim, specifičnijim područjima, kao što su anksioznost, optimizam, mentalna čvrstoća i drugo (Allen i sur., 2012). No, unatoč brojnoj i konzistentnoj potpori iz različitih istraživanja, utjecaju ličnosti na interpersonalne odnose je pridano malo pažnje u natjecateljskom sportu, što je iznenađujuće, s obzirom da su socijalne interakcije neizbježne i čine sastavni dio sudjelovanja u sportu (Kleinert i sur., 2012).

Nedavno je nekoliko znanstvenih istraživanja napravilo značajan korak u smjeru ispitivanja povezanosti ličnosti i pojedinih aspekata kvalitete interpersonalnih odnosa u sportskom okruženju. U istraživanju mjere predanosti odnosu kod dijada sportaša, oni sportaši koji su se na upitniku ličnosti procijenili visoko na mjerama ugodnosti, savjesnosti i otvorenosti prema iskustvu ujedno su iskazivali i veću predanost odnosu (Jackson, Dimmock, Gucciardi i Grove, 2010). Jackson, Dimmock, Gucciardi i Grove (2011) su u drugom istraživanju opažali utjecaj osobina ličnosti na dimenzije predanosti i bliskosti u odnosu kod dijada sportaša i trenera. Sportaši i treneri koji su se na upitniku ličnosti procijenili visoko na mjerama ekstraverzije, ugodnosti i savjesnosti su postizali više rezultate na dimenzijama bliskost i predanost odnosu. Jackson i sur. (2011) su, na temelju dobivenih rezultata, zaključili da postoji očiti doprinos ličnosti mjerama kvalitete interpersonalnog odnosa, kao što su

bliskost i predanost, izvan i unutar kompetitivnog sporta. No, za sada ostaju nepoznati dugoročni utjecaji bliskosti i predanosti na kvalitetu i dugovječnost odnosa. Daljnje istraživanje tih područja bi bilo vrijedno sportskim psiholozima koji se bave istraživanjem spomenutih odnosa.

Smoll i Smith (1989) smatraju da je učinkovitost treniranja posredovana sportaševom percepcijom odnosa s trenerom. Svaki sportaš opaža ponašanje trenera i pridaje mu značenje, što rezultira u generalnom stavu prema treneru i doživljaju sporta kojim se bavi. Shaver (1975; prema Smoll i Smith, 1989) je, slično tome, predložio da je percepcija pojedinca o ponašanju druge osobe važnija od samog ponašanja u određivanju pojedinačnih osjećaja ili postupaka prema toj osobi. Carron i Bennett (1977; prema Kenow i Williams, 1999) su u svom radu istaknule da su prethodna istraživanja, vezana uz kompatibilnost trenera i sportaša, ignorirala ulogu sportaša u tom odnosu. Jowett i Cockerill (2003) također navode da je odnos trenera i sportaša do sada bio ispitivan uglavnom iz perspektive rukovođenja. Iz tog razloga je u ovom istraživanju analizirana sportaševa percepcija odnosa s trenerom.

Zadovoljstvo interpersonalnim odnosom

Rusbult i Buunk (1993; prema Miller i Tedder, 2011) definiraju zadovoljstvo odnosom u romantičnim vezama kao procjenu interpersonalnog odnosa kroz pozitivne osjećaje za partnera i privlačenje vezi. Takva definicija dijelom vrijedi i za ostale međuljudske odnose pa se može primijeniti i na odnos sportaša i trenera, ako kao svojevrsno mjerilo uzmemo sportaševe procjene bliskosti, komplementarnosti i predanosti odnosu s trenerom.

Hinde (1997; prema Jowett i Ntoumanis, 2004) navodi da postoje brojni dokazi koji ukazuju na povezanost interpersonalnih odnosa i zadovoljstva. Istraživanja interpersonalnih odnosa su pokazala da varijabla zadovoljstvo odnosom, gdje se zadovoljstvo tretira i kao antecedent i kao ishod, implicira standard ili ideal odnosa. Preneseno u sportsko okruženje, sportaš bi bio zadovoljniji ako bi se odnos s njegovim trenerom bližio njegovom idealu odnosa, a manje zadovoljan ako bi postojao veliki raskorak između željenog idealnog odnosa i postojećeg odnosa. Istraživanja u sportskoj psihologiji otkrivaju da je zadovoljstvo povezano sa sportaševom percepcijom ponašanja trenera (Chelladurai, 1984), kompatibilnosti sportaša i trenera (Kenow i Williams, 1999) i njihovom međusobnom komunikacijom (Poczwadowski

i sur., 2003). Jowett i Ntoumanis (2004) su u svom istraživanju prediktivne valjanosti upitnika kvalitete odnosa (CART-Q), koji je korišten u ovom istraživanju, dobili rezultate u kojima su se bliskost i komplementarnost, kao komponente kvalitete odnosa sportaš-trener, pokazale kao značajni prediktori zadovoljstva odnosom, dok predanost nije dosegla razinu prediktivne značajnosti.

Razmatrajući povezanost ličnosti i zadovoljstva, Judge, Heller i Mount (2002) su meta-analizom na 163 nezavisna uzorka ispitanika pronašli da su osobine ličnosti ekstraverzija, savjesnost i neuroticizam konzistentno statistički značajno povezani sa zadovoljstvom poslom. Malouff i sur. (2010) su, pak, analitičkim istraživanjem romantičnih odnosa na 19 nezavisnih uzoraka ispitanika pronašli da su osobine ličnosti ekstraverzija, ugodnost, savjesnost i neuroticizam sustavno značajno povezane sa zadovoljstvom odnosom.

Uzimajući u obzir rezultate dosadašnjih istraživanja, postoji opravdano očekivanje da bi osobine ličnosti, te emocije, misli i ponašanja, kao dimenzije kvalitete odnosa sportaša s trenerom, mogle biti povezane sa zadovoljstvom odnosom. S obzirom na to da su dosadašnja istraživanja na tu temu rijetka, namjera ovog istraživanja je istražiti ulogu osobina ličnosti sportaša u kvaliteti odnosa sportaš-trener iz perspektive sportaša.

2. CILJ I PROBLEMI ISTRAŽIVANJA

Cilj ovog istraživanja je utvrditi postoji li povezanost osobina ličnosti sportaša s percipiranom kvalitetom njihovog odnosa s trenerom, te ispitati povezanost osobina ličnosti i kvalitete odnosa sa općenitim zadovoljstvom odnosom sportaša s trenerom. S obzirom na postavljeni cilj, navedeni su sljedeći problemi i hipoteze:

1. Ispitati povezanost osobina ličnosti s percipiranom kvalitetom odnosa sportaš-trener

H1: Pretpostavlja se da će osobine ličnosti ekstraverzija, ugodnost, savjesnost i otvorenost prema iskustvu biti pozitivno povezane sa sve tri dimenzije kvalitete odnosa (bliskost, predanost i komplementarnost). Pretpostavlja se da će osobina ličnosti neuroticizam negativno korelirati sa sve tri dimenzije kvalitete odnosa.

2. Ispitati povezanost osobina ličnosti i kvalitete odnosa sportaš-trener sa zadovoljstvom odnosom sportaša s trenerom

H2: Pretpostavlja se da će osobine ličnosti ekstraverzija, ugodnost, savjesnost i otvorenost prema iskustvu biti pozitivno povezane s percepcijom zadovoljstva odnosom. Pretpostavlja se da će osobina ličnosti neuroticizam negativno korelirati s percepcijom zadovoljstva odnosom.

H3: Pretpostavlja se da će bliskost, predanost i komplementarnost, kao mjere kvalitete odnosa sportaš-trener, biti pozitivno povezane s percepcijom zadovoljstva odnosom.

3. METODOLOGIJA

3.1. Sudionici

U istraživanju je sudjelovalo 63 sportaša. Prije same obrade rezultata pregledom rezultata postignutih na BFI upitniku ličnosti i CART-Q upitniku kvalitete odnosa, uočen je rezultat koji na mjeri kvalitete odnosa odskaka od ostalih. U tu svrhu su provjerene z-vrijednosti sudionika na skali percepcije odnosa sportaš-trener. Pokazalo se da se rezultat jednog sudionika nalazi na - 4.50 z. S obzirom na to da z vrijednost ispitanika prelazi $z=-3.29$, možemo ga smatrati ekstremnim, stoga će rezultati ovog ispitanika biti uklonjeni iz daljnje obrade.

U konačnu analizu uzeti su rezultati 62 sportaša, od toga 45 sudionika muškaraca, te 17 žena. Pri tome njih 45 (33 muškarca i 12 žena) trenira vaterpolo, a 17 (12 muškaraca i 5 žena) plivanje. Raspon dobi sudionika kreće se od 16 do 33 godina, sa prosječnom starošću $M=19.65$ godina; $SD=3.66$.

3.2. Mjerni instrumenti

Petofaktorski upitnik ličnosti (Big Five Inventory BFI, Benet-Martinez i John, 1998)

BFI se sastoji od 44 čestice formulirane u obliku kratkih fraza koje se temelje na pridjevima osobina koji su prototip petofaktorskoga modela ličnosti. Stvaranje ovoga upitnika imalo je za cilj razviti mjeru koja omogućava učinkovitu i fleksibilnu procjenu pet dimenzija kada diferencirana procjena pojedinih faceta nije potrebna. Zadatak ispitanika je da na skali Likertova tipa od 1 (*uopće se ne slažem*) do 5 (*u potpunosti se slažem*) procijene u kojoj se mjeri određena tvrdnja odnosi na njih. Ukupan rezultat za svaku skalu je izražen kao zbroj svih čestica koje mjere pojedinu dimenziju, podijeljen sa brojem čestica kojima se mjeri pojedina dimenzija. Provjerom faktorske strukture na hrvatskom jeziku potvrđena je izvorna struktura upitnika (Kardum, Gračanin i Hudek-Knežević, 2006). Alfa-koeficijenti pouzdanosti dobiveni na američkom i kanadskom uzorku kreću se od .75 do .90, s prosjekom iznad .80, a tromjesečna test-retest analiza pouzdanosti ima prosjek od .85 (John i Srivastava, 1999).

Deskriptivni podaci i koeficijenti pouzdanosti za pet faktora ovoga upitnika ličnosti kao i za druge korištene mjere u ovom istraživanju prikazani su u rezultatima u Tablici 2. Većina koeficijenata pouzdanosti je u skladu sa nalazima iz prijašnjih istraživanja i upućuje na visoku pouzdanost skala. Međutim, koeficijent unutarnje pouzdanosti za osobinu ugodnosti pokazuje nižu vrijednost ($\alpha = 0.56$). Petofaktorski upitnik ličnosti (BFI) je psihometrijski solidna i stabilna mjera, validirana u mnogo navrata, kako kroskulturalno, tako i kroz povezanosti sa drugim upitnicima ličnosti, te takav rezultat ne narušava kredibilitet same mjere. (John, Naumann i Soto, 2008).

Upitnik odnosa trener – sportaš (The Coach – Athlete Relationship Questionnaire CART-Q, Jowett i Ntoumanis, 2004)

Stvaranje ovog upitnika imalo je za cilj razviti instrument koji je učinkovit i primjenjiv na većinu sportaša i trenera, te omogućava procjenu afektivnih (bliskost), kognitivnih (predanost) i ponašajnih (komplementarnost) aspekata odnosa trenera i sportaša. CART-Q se sastoji od 11 čestica formuliranih u obliku izjava, a zadatak ispitanika je da na skali Likertova tipa od 1 (*nimalo se ne slažem*) do 7 (*u potpunosti se slažem*) procijene u kojoj se mjeri pojedina tvrdnja odnosi na njih. Ukupan rezultat za svaku skalu se dobiva zbrajanjem procjena na česticama koje sadrži pojedini faktor. CART-Q upitnik je kroskulturalno validiran, te je potvrđena trofaktorska struktura upitnika, a alfa koeficijenti pouzdanosti dobiveni na izvornom britanskom uzorku kreću se od .82 do .88. Za potrebe ovog istraživanja, upitnik je prvi puta preveden sa engleskog na hrvatski jezik. Više nezavisnih stručnih osoba je prevelo upitnik na hrvatski jezik, te su se uzeli u obzir oni prijevodi koji su imali najviše slaganja i uvrstili kao čestice. Faktorskom analizom nije potvrđena izvorna struktura upitnika na hrvatskom uzorku. U odnosu na izvorna tri faktora, na uzorku u ovom istraživanju se pokazao jedan značajni faktor.

Za metodu ekstrakcije korištena je analiza glavnih komponenti, a komponente koje su imale karakteristični korijen veći od 1 uzimale su se kao značajne (Tabachnick i Fidell, 1996). Nakon ekstrakcije glavnih komponenti, prema zadanom kriteriju značajnosti, dvije komponente su imale karakteristični korijen veći od 1. Dobiveni karakteristični korijen prve

komponente iznosi 6.31, a druge komponente 1.18. Usprkos tome odlučeno je zanemariti drugu komponentu, zbog faktorskih zasićenja čestica, koja su prikazana u Tablici 1. Sve čestice pokazuju visoke zasićenosti prvim faktorom, stoga je pretpostavljeno da se njime najbolje opisuje latentna struktura CART-Q upitnika. Dobivena dimenzija je nazvana percepcija odnosa sportaš-trener (POST za daljnju upotrebu). Faktor Percepcije odnosa sportaš-trener objašnjava 57.4% varijance.

Tablica 1
Prikaz matrice faktorskog sklopa završnog jednofaktorskog modela.

Br. Čestica	Komponenta	
	1	
1	Tijekom treninga sa svojim trenerom osjećam se opušteno.	.72
2	Vjerujem svojem treneru.	.70
3	Spreman sam dati sve od sebe tijekom treninga sa svojim trenerom.	.54
4	Sviđa mi se moj trener.	.85
5	Predan sam svom treneru.	.90
6	Tijekom treninga sa svojim trenerom zauzimam prijateljski stav.	.79
7	Cijenim žrtvu koju je moj trener podnio kako bih napredovao.	.74
8	Blizak sam sa svojim trenerom.	.83
9	Tijekom treninga osjećam da reagiram na trenerov trud.	.72
10	Poštujem svojeg trenera.	.75
11	Budućnost moje sportske karijere s trenerom je obećavajuća.	.71

Ukupan rezultat na skali Percepcije odnosa sportaš-trener (POST) je izražen kao jednostavna linearna kombinacija svih čestica CART-Q upitnika. Cronbach alpha koeficijent unutarnje konzistentnosti hrvatskog prijevoda upitnika iznosi .92., što upućuje na vrlo visoku pouzdanost skale.

Čestice u ovom upitniku su po svojoj naravi, odnosno sadržaju, donekle slične, te ne iznenađuje da im je u ovom istraživanju ustanovljen jedan nadređeni faktor. Također, u dobivenoj jednofaktorskoj strukturi čestice unutar tog jednog faktora su semantički više jednoznačne, pošto se sve odnose na percepciju odnosa sportaš-trener.

Međutim, postoje ograničenja u samom istraživanju koja su mogla utjecati na drugačiju faktorsku strukturu hrvatskog prijevoda upitnika. Trebamo uzeti u obzir veličinu samog uzorka. Prema nekim autorima (Kass i Tinsley, 1979; prema Field, 2009) za provođenje faktorske analize treba imati minimalno pet ispitanika po svakoj čestici, što bi značilo da je kvota u ovom istraživanju zadovoljena, jer u tom slučaju premašuje minimalni broj ispitanika ($N=62$). Međutim, postoje autori (Nunally, 1978; Tabachnik i Fidell, 2007; prema Field, 2009) koji, unatoč prethodno navedenom pravilu, smatraju da se istraživanja ovakvog tipa ne bi trebala provoditi sa brojem ispitanika manjim od $N = 100$. Uzimajući u obzir ovo posljednje stajalište, uzorak u ovom istraživanju bi bio premali i time je mogao pridonijeti razlici u rezultatima.

Što se tiče strukture hrvatskog prijevoda upitnika, iako su se analizom glavnih komponenti u ovom istraživanju, a prema zadanom kriteriju, dvije komponente pokazale značajnima, odlučeno je zanemariti drugu komponentu, zbog faktorskih zasićenja čestica. Pojedini autori, kao što su Guadagnoli i Velicer (1979; prema Field, 2009) mišljenja su da je faktor pouzdan ako ima nekoliko zasićenja viših od 0.6, neovisno o veličini uzorka. S druge strane, smatraju da su faktori s 10 ili više zasićenja većih od 0.4 pouzdani samo ako je uzorak veći od 150, dok se faktori sa nekoliko niskih zasićenja uopće ne bi trebali interpretirati ukoliko uzorak nije 300 ili veći. Ovakvo gledište ide u prilog odabranoj jednofaktorskoj, naspram moguće dvofaktorske strukture CART-Q upitnika, s obzirom da sve čestice pokazuju visoke zasićenosti prvim faktorom (više od 0.6), dok samo određene čestice pokazuju zasićenosti drugim faktorom i to malo veće od zadane razine značajnosti.

Globalna procjena zadovoljstva odnosom sportaša s trenerom

U CART-Q upitnik je umetnuta jedna dodatna čestica, koja se odnosi na globalnu prosudbu sportaševog zadovoljstva odnosom s trenerom, („Zadovoljan/na sam sa cjelokupnim odnosom sa svojim trenerom“).

3.3. Postupak

Istraživanje je provedeno u Hrvatskom akademskom športskom klubu Mladost. Prije provođenja ispitivanja svrha i postupak istraživanja su objašnjeni upravi kluba, te je dobivena njihova suglasnost za provedbu istraživanja, a zatim su ispitivanja dogovarana sa svakim trenerom. Svako je ispitivanje sudionicima bilo unaprijed najavljeno. Upitnici su se primjenjivali grupno, na pojedinim timovima vaterpolista, te na plivačima. Prije samog testiranja od sudionika se tražio pismeni pristanak za sudjelovanje u istraživanju, uz koji su priložene informacije o prirodi i cilju istraživanja. Objašnjeno im je da je sudjelovanje dobrovoljno i anonimno te da mogu odustati u bilo kojem trenutku. Cijeli postupak je trajao oko 20 minuta.

4. REZULTATI

Prije same obrade rezultata, izračunati su osnovni deskriptivni parametri za pet osobina ličnosti, percepciju odnosa sportaš-trener, te za globalnu procjenu zadovoljstva odnosa sportaša s trenerom. Prikaz tih vrijednosti se nalazi u Tablici 2.

Tablica 2

Broj ispitanika (*N*), aritmetičke sredine (*M*), standardne devijacije (*SD*), indeksi asimetrije (*IA*), indeksi spljoštenosti (*IS*), standardne pogreške indeksa asimetrije (*SP IA*) i indeksa spljoštenosti (*SP IS*) i Cronbach alfa indeks (α) postignuti na svim korištenim mjerama.

	N	Broj čestica	M	SD	IA	SP IA	IS	SP IS	α
Ekstraverzija	62	8	3.67	.53	.07	.30	-.86	.60	0.72
Ugodnost	62	9	3.72	.42	-.24	.30	-.39	.60	0.56
Savjesnost	62	9	3.59	.55	-.22	.30	-.24	.60	0.80
Neuroticizam	62	8	2.36	.58	.32	.30	.04	.60	0.74
Otvorenost	62	10	3.54	.56	-.56	.30	.63	.60	0.79
POST	62	11	69.42	9.26	-.68	.30	-.31	.60	0.89
Zadovoljstvo	62	1	5.79	.99	-.7	.30	-.02	.60	-

U svrhu provjere normaliteta distribucije rezultata, izračunati su indeksi asimetrije i indeksi spljoštenosti za sve skale korištene u istraživanju ($N=62$), koji su prikazani u Tablici 2. Uvidom u rezultate, distribucije rezultata ispitanika na svim skalama odstupaju od normalne distribucije. Međutim, s obzirom na male vrijednosti indeksa simetrije i spljoštenosti, te pripadajućih standardnih pogreški, odstupanja nisu izrazito naglašena. Uzimajući u obzir veličinu uzorka, određeno odstupanje distribucije rezultata od normalne je očekivano, stoga su zadovoljeni preduvjeti normalnosti za provođenje parametrijske statistike.

U svrhu odgovaranja na postavljene probleme istraživanja, izračunati su Pearsonovi koeficijenti korelacije između svih varijabli korištenih u istraživanju i testirana je njihova značajnost. Rezultati su prikazani u Tablici 3.

S obzirom na to da je uzorak ispitanika na kojem je vršeno mjerenje relativno malen, potreban je viši iznos korelacije kako bi se povezanost proglasila značajnom uz kriterij od $p < .05$, u odnosu na takvo mjerenje na većem uzorku, gdje postoji mogućnost da bi se isti iznos korelacije pokazao značajnim. Dakle, vršenjem mjerenja na manjem uzorku se izlažemo mogućnosti da ne proglasimo značajnom povezanost koja postoji u populaciji na kojoj je temeljen uzorak. Iz tog razloga je u ovom istraživanju pri utvrđivanju povezanosti između varijabli uzeta u obzir i razina značajnosti od 10%

U sklopu prvog problema dobiveni Pearsonovi koeficijenti korelacije ukazuju na značajnu povezanost pojedinih osobina ličnosti sa percepcijom odnosa sportaš-trener, koja ispituje kvalitetu odnosa sportaš-trener. Utvrđena je pozitivna povezanost između osobina ličnosti ekstraverzije ($r(60) = .38$; $p = .002$), ugodnosti ($r(60) = 0.22$; $p = .08$) i savjesnosti ($r(60) = .39$; $p = .002$) sa percepcijom odnosa sportaš-trener. Takvi nalazi idu u prilog prvoj hipotezi. Međutim, za osobine ličnosti neuroticizam i otvorenost nije utvrđena značajna povezanost sa percepcijom odnosa sportaš-trener, iako je predviđeno da će povezanost postojati.

Tablica 3
Koefficienti korelacija između svih varijabli korištenih u istraživanju.

	Dob	Ekstraverzija	Ugodnost	Savjesnost	Neuroticizam	Otvorenost	POST	Zadovoljstvo
Dob	1	-.05	.20	.21	.13	-.11	.17	.09
Ekstraverzija		1	.27**	.43***	-.47***	.24**	.38***	.22*
Ugodnost			1	.41***	-.33**	.08	.22*	.18
Savjesnost				1	-.26**	.26**	.39***	.21*
Neuroticizam					1	-.25**	-.21	-.18
Otvorenost						1	.19	.08
POST							1	.76***
Zadovoljstvo								1

* $p < .10$, ** $p < .05$, *** $p < .01$

U sklopu prve hipoteze drugog problema provjerena je povezanost osobina ličnosti sa varijablom zadovoljstvo odnosom sportaša sa trenerom. Utvrđena je mala pozitivna povezanost zadovoljstva s osobinama ličnosti ekstraverzija ($r(60)=.22$; $p=.09$) i savjesnost ($r(60)=.21$; $p=.09$). Unatoč očekivanju, osobine ličnosti ugodnost, neuroticizam i otvorenost, nisu se pokazale značajno povezane sa varijablom zadovoljstva odnosom.

Percepcija odnosa sportaša sa trenerom (POST) je značajno pozitivno povezana sa općenitim zadovoljstvom odnosa sportaša s trenerom ($r(60)=.76$; $p<.001$). Takav rezultat je u skladu sa trećom hipotezom.

5. RASPRAVA

Povezanost osobina ličnosti i kvalitete odnosa sportaš-trener

U sklopu ovog istraživanja, a u svrhu odgovora na prvi problem, namjera je bila ispitati povezanost osobina ličnosti s percepcijom kvalitete sportaševa odnosa s trenerom. Pokazalo se da su osobine ličnosti ekstraverzija i savjesnost umjereno pozitivno povezane sa percepcijom odnosa sportaš-trener, na razini statističke značajnosti od 1%. Ugodnost je u niskoj pozitivnoj korelaciji sa percepcijom odnosa sportaš-trener, na razini statističke značajnosti od 10%. Osobine ličnosti neuroticizam i otvorenost se nisu pokazale značajno povezane sa skalom POST. Hipoteza za prvi problem je odbačena, ali su pronađene povezanosti nekih osobina ličnosti s kvalitetom odnosa sportaša s trenerom.

Postoji širok opseg literature koji govori u prilog pretpostavci da su osobine ličnosti petofaktorskog modela povezane s kvalitetom interpersonalnog odnosa. Kardum i Smojver (1993), na primjer, navode da se ekstraverzija i ugodnost u najvećoj mjeri odnose na osobine ličnosti izražene kod interpersonalnih odnosa. Utvrđeno je da ekstravertirani pojedinci imaju predispoziciju iskusiti pozitivne emocije i iskazati veću toplinu u interpersonalnim odnosima (Denissen i sur., 2009), te imaju pozitivne namjere za buduće interakcije (Cuperman i Ickes, 2009). Pojedinci koji su visoko na ugodnosti su skloni doživljavati veći osjećaj povjerenja i prijateljstva (Allen i sur., 2013), te su također skloni iskusiti osjećaj uživanja u interpersonalnom odnosu i imaju veću želju nastaviti odnos (Cuperman i Ickes, 2009). Ova istraživanja navode na zaključak da ekstraverzija i ugodnost mogu igrati važnu ulogu u načinu na koji pojedinci gledaju i pristupaju interpersonalnim odnosima. Dimenzija savjesnosti se vezuje uz pojedince koji su marljivi i organizirani, te su više skloni osjećaju krivnje (Asendorpf i Wilpers, 1998), što može utjecati na to da osjećaju veću potrebu osigurati opstojnost odnosa, unatoč mogućim izazovima koje odnos nameće (Asendorpf i Wilpers, 1998). Otvorenost prema iskustvu podrazumijeva pojedince koji nisu skloni sukobima, fleksibilni su u interpersonalnim odnosima, te mogu zauzeti tuđu perspektivu (Cuperman i Ickes, 2009). Izraženija dimenzija neuroticizma u pojedinaca je povezana sa povećanom nesigurnošću u interpersonalnom odnosu (Widiger, 2009) i povećanim sukobima s drugim pojedincima

(Bolger i Zuckerman, 1995; prema Peeters i sur., 2006), te sklonosti ka nepovoljnijim percepcijama odnosa (Jackson i sur., 2011).

Uzimajući u obzir spomenuta i mnoga druga istraživanja, čini se da karakteristike koje leže u podlozi ekstraverzije, ugodnosti, savjesnosti i otvorenosti prema iskustvu predisponiraju pojedince da promatraju svoje odnose u pozitivnijem svjetlu, stoga postoji opravdanost za mišljenje da povišeni rezultati na ljestvicama tih dimenzija mogu pridonijeti pozitivnijoj percepciji kvalitete odnosa, što je djelomično i potvrđeno ovim istraživanjem. Isto tako, budući da u podlozi dimenzije neuroticizma leže karakteristike koje predisponiraju pojedinca da odnose doživljava kroz negativnu prizmu, može se sa određenim stupnjem sigurnosti pretpostaviti da će povišeni rezultat na dimenziji neuroticizma biti povezan s negativnijom percepcijom kvalitete odnosa. Iako su istraživanja te teme u samom području sportske psihologije malobrojna, idu u prilog postavljenoj hipotezi. Jedno od istraživanja (Jackson i sur., 2011) je pokazalo da su sportaši, koji su postigli visoke rezultate na dimenzijama ugodnosti, savjesnosti i ekstraverziji, izvještavali o značajno većoj predanosti i bliskosti u odnosu sa trenerom. Takvi nalazi su u skladu sa nalazima ovog istraživanja. U navedenom istraživanju su također sportaši, koji su postigli visok rezultat na dimenziji neuroticizma, izvještavali smanjenu predanost odnosu s trenerom. Drugo istraživanje (Jackson i sur., 2010) istih autora je ustanovilo da su sportaši izvještavali o većoj predanosti odnosu sa drugim sportašem, kada su se na BFI upitniku ličnosti procijenili kao ugodni, savjesni ili otvoreni prema iskustvu.

Nekoliko je mogućih razloga zašto, unatoč potpori iz teorijske osnove, nije uočena povezanost svih osobina ličnosti i percepcije odnosa sportaš-trener. U ovom istraživanju je sudjelovalo 62 ispitanika. Kao što je već navedeno, veći uzorak podrazumijeva veću preciznost pri procjeni parametara, te bolje odražava prave vrijednosti korelacije. Stoga je moguće da korišteni uzorak zbog svoje limitiranosti ne omogućuje objektivnu mjeru procjene povezanosti ispitivanih varijabli. Svakako bi bilo poželjno imati uzorak od najmanje 100 ispitanika, kako bi mogli sa većom statističkom sigurnošću utvrditi veličinu prave veze između korištenih varijabli.

Drugo, postoji mogućnost da kvaliteta odnosa nije dobro definirana CART-Q upitnikom, odnosno da čestice u tom upitniku nisu dobri reprezentanti kvalitete

interpersonalnog odnosa. Možda bi neki drugi konstrukti, ili različita kombinacija već iskorištenih i pridodanih konstrukata, bolje odražavala kvalitetu odnosa koju želimo ispitati. Sljedeće, iako su primarnim istraživanjem (Jowett i Ntoumanis, 2004) utvrđena valjana psihometrijska svojstva CART-Q upitnika, te je dobiven visoki koeficijent unutarnje pouzdanosti, kao mjera prediktivne valjanosti pri konstrukciji upitnika je uzeta varijabla zadovoljstva odnosom. I literatura i ovo istraživanje podupiru takvu osnovu, međutim istraživanja tek trebaju sa sigurnošću utvrditi veličinu povezanosti kvalitete interpersonalnih odnosa i zadovoljstva odnosom. CART-Q je relativno nova mjera u mladom području istraživanja, te nam, kroz mnogobrojnu upotrebu upitnika, tek ostaje za utvrditi njegovu punu snagu.

Dakle, pri ponavljanju istraživanja, trebalo bi povećati uzorak, te potencijalno upotrijebiti drugačiji upitnik kao mjeru kvalitete interpersonalnog odnosa.

Povezanost osobina ličnosti i kvalitete odnosa sportaš-trener sa zadovoljstvom odnosom

U sklopu ovog istraživanja, a u svrhu odgovora na drugi problem postavljene su dvije hipoteze. U okviru prve hipoteze namjera je bila ispitati povezanost osobina ličnosti BFI upitnika sa zadovoljstvom odnosom sportaša s trenerom. Izračunom Pearsonovog koeficijenta korelacije je ustanovljeno da su osobine ličnosti ekstraverzija i savjesnost u niskoj pozitivnoj korelaciji sa zadovoljstvom odnosom. Ugodnost, neuroticizam i otvorenost se nisu pokazale povezanima s varijablom zadovoljstvo odnosom.

Drugom hipotezom je namjera bila ispitati povezanost varijable percepcije kvalitete odnosa sportaš-trener (POST) s varijablom zadovoljstvo odnosom. Rezultati su u skladu sa našim očekivanjima. Percepcija odnosa sportaš-trener, mjerena upitnikom kvalitete odnosa (CART-Q), je visoko pozitivno povezana sa zadovoljstvom odnosom sportaša s trenerom.

Prethodna istraživanja na temu zadovoljstva odnosom su se fokusirala na različite komponente za koje je utvrđeno da su značajni indikatori zadovoljstva odnosom. Većina ponašanja koja pomažu održavanju odnosa su prosocijalna, što pomaže unaprijediti bliskost u

odnosu, povjerenje i sviđanje (Miller i Tedder, 2011). Neke od primarnih strategija za održavanje kvalitetnog odnosa su pozitivnost, otvorenost i sigurnost. Predanost odnosu raste sa iskustvom zadovoljstva odnosom i kada pojedinci ulažu brojne i važne resurse u odnos. Općenito istraživanja sugeriraju da su interpersonalni odnosi koji sadrže visoku razinu strategija koje pomažu održavanju prosocijalnih odnosa stabilniji i osobe su zadovoljnije odnosom (Wieselquist i sur., 1999). S obzirom na to da se smatra da su prosocijalno ponašanje i izraženost sklonosti pozitivnosti povezani s pojedinim aspektima osobina ličnosti, navedeno ide u prilog polazišnoj teoriji da su osobine ličnosti, kao i kvaliteta odnosa, povezane sa zadovoljstvom odnosom.

Međutim, kao mogući razlog dobivenih rezultata koji nisu u skladu s postavljenom prvom hipotezom je način na koji je definirana varijabla zadovoljstva odnosom. Kao mjera zadovoljstva odnosom uzeta je čestica „Zadovoljan sam cjelokupnim odnosom sa svojim trenerom“. Tako definirana mjera nema stabilna psihometrijska svojstva, obzirom da uključuje jednu česticu. Pouzdanost i valjanost su upitne, te mogu biti razlog nesklada jednog dijela rezultata. Pristup koji uključuje veći broj različitih aspekata zadovoljstva je konzistentan s mišljenjem da je zadovoljstvo višeslojan konstrukt, što je prepoznato od strane istraživača (Chedallurai, 1984). Potrebna su daljnja istraživanja, kako bi se pokušala razviti psihometrijski redefinirana ljestvica koja bi mjerila dodatne facete zadovoljstva. Na primjer, zadovoljstvo vođenjem (leadership) se može konceptualizirati kao konstrukt koji se sastoji od zadovoljstva tehničkim vođenjem i zadovoljstva s interpersonalnim odnosom (Herzberg, 1966; prema Chedalluari, 1984).

S obzirom na to da je izvjesno da ličnost igra važnu ulogu u interpersonalnim odnosima u sportu, procjene ličnosti bi mogle poslužiti identificiranju sportaša i trenera koji su više podložni sukobima. Daljnja istraživanja međuodnosa dimenzija ličnosti i kvalitete odnosa u sportskom okruženju bi omogućila razvitak adekvatnih intervencijskih strategija u slučaju stvaranja konflikta. Stoga, veći uvid u taj odnos može pomoći trenerima i sportašima u davanju optimalnog doprinosa međusobnom odnosu. Shvaćanje problematike odnosa sportaš-trener također može pomoći sportskim savjetnicima ili psiholozima uključenima u rad sportske organizacije da ga poboljšaju. Naime, krajnji cilj istraživanja odnosa je pomoći

trenerima i sportašima u izgradnji međusobnog odnosa koji potiče najvišu kvalitetu treniranja i puni razvoj sportaša. Istraživanja ličnosti su korisna i u prediktivnom smislu kada su u pitanju organizirani sportovi, te mogu doprinijeti razvoju primjenjivih intervencija u različitim sportskim kontekstima.

Kritički osvrt i praktične implikacije za buduća istraživanja

U novije vrijeme među sportskim psiholozima koji se bave istraživanjima odnosa sportaša i trenera postoji gledište da bi kao jedinicu analize trebalo uzeti dijadu sportaš-trener (npr., Poczwadowski i sur., 2006). Njihovo je stajalište da uzimajući u obzir samo percepciju sportaša, zanemarujemo stajalište trenera pa stoga nije moguće steći pravi dojam o tom odnosu kao cjelini. Repliciranje ovog istraživanja s dijadama sportaš-trener kao jedinicama analize bi pomoglo da se nadiđe to ograničenje, stoga bi buduća istraživanja ovakve vrste trebala uzeti u obzir dijade kao jedinice analize.

Drugo, u literaturi postoje indikacije da pri provedbi sličnih istraživanja treba uzeti u obzir socijalne i situacijske faktore, kao što je tip sporta (individualni ili timski). Pretpostavka iza te teorije je da taj faktor može utjecati na dinamiku odnosa između sportaša i trenera (Jowett i sur., 2005). U individualnom sportu fokus je na razvijanju svakog sportaša pojedinačno, dok se u timovima trener više fokusira na stvaranje kohezije tima i na izvedbu tima kao cjeline, stoga je fokus trenera potencijalno više na grupnom radu sa sportašima. Kao rezultat toga, odnos sportaša i trenera u timskim sportovima bi mogao biti značajno drugačiji od odnosa sportaša i trenera u individualnim sportovima. Iz toga mogu proizlaziti razlike u kvaliteti odnosa koja se stvara i razvija između sportaša i trenera. Dosadašnja istraživanja ukazuju na to da sportaši u individualnom sportu doživljavaju mnoge aspekte odnosa sportaš-trener pozitivnije nego sportaši u timskim sportovima (Rhind, Jowett, i Yang, 2012). U ovom su istraživanju sudjelovali sportaši i treneri iz individualnog (plivači) i timskog (vaterpolisti) sporta. Bilo bi zanimljivo ispitati eventualne razlike u percipiranoj kvaliteti odnosa sportaš-trener, ovisno o tipu sporta kojim se bave.

Kao treće, upitnik kvalitete odnosa upotrijebljen u ovom istraživanju obuhvaća samo dio sportaševih osjećaja, mišljenja i ponašanja. Budući da su interpersonalni odnosi raznovrsni

i dinamični u svojoj prirodi, procjenjivanje percepcije odnosa u više navrata i kroz različite situacije može donijeti dodatne informacije o tome kako se kvaliteta odnosa mijenja tijekom vremena. Naposljetku, u daljnja istraživanja bi bilo poželjno uključiti još neke mjere koje pokazuju povezanost s ispitivanim varijablama, kao što je na primjer učinak u sportu, kako bi se istražio njihov odnos sa osobinama ličnosti i kvalitetom odnosa sportaš-trener.

Skoro svaki sport, bilo da je individualan ili timski, ima trenera, koji utječe na sportaše na mnoge različite načine (fizički, taktički, psihološki, sociološki). Dinamika sportaša i njihovih trenera je, između ostalog, pod utjecajem njihovih osobina ličnosti (Jowett, 2005). Sposobnost sportaša i trenera da razumiju dinamiku međusobnog odnosa i pozitivno ju iskoriste, može odrediti hoće li njihov odnos olakšati trening ili ga ometati. Razumijevanje dinamike međusobnog odnosa može također utjecati na količinu dobiti koju sportaš i trener mogu steći tim odnosom. Nađeno je da su uzajamno poštovanje, povjerenje i komunikacija između sportaša i trenera važni interpersonalni faktori koji doprinose zdravim i uspješnim odnosima (npr., Jowett i Cockerill, 2003; Poczwadowski i sur., 2003; Rhind i sur., 2012). Gledajući sa praktične strane, čini se da bilo poželjno za sportaše i trenere da rade na svom odnosu i ponad tehničkog aspekta koji zahtijeva samo bavljenje sportom, nastojeći ga razviti na način koji će ih zblížiti. Pokazano je da razvoj i održavanje stabilnog odnosa sportaš-trener proizlazi iz tipa (dijalog, postavljanje ciljeva, otvorenost), opsega (količina) i frekvencije (čestina) komunikacije (Jowett, 2008). Stoga, otvoreni kanali komunikacije mogu unaprijediti i očvrnuti interpersonalni odnos. Ovo istraživanje doprinosi dosadašnjim saznanjima koja naglašavaju važnost kreiranja pozitivnog i konstruktivnog interpersonalnog okruženja između sportaša i njihovih trenera (npr., Jowett & Chaundy, 2004; LaVoi, 2007; Poczwadowski i sur. 2006).

6. ZAKLJUČAK

Izračunati koeficijenti korelacije pokazuju da su osobine ličnosti ekstraverzija i savjesnost umjereno pozitivno povezane sa percepcijom odnosa sportaš-trener (POST), koja mjeri kvalitetu odnosa, dok je ugodnost nisko pozitivno povezana sa POST-om. Osobine ličnosti neuroticizam i otvorenost nisu povezane sa percepcijom odnosa sportaš-trener. Hipoteza za prvi problem je odbačena, ali su pronađene povezanosti nekih osobina ličnosti s kvalitetom odnosa.

Osobine ličnosti ekstraverzija i savjesnost su u niskoj pozitivnoj korelaciji sa varijablom zadovoljstva odnosa sportaša s trenerom. Osobine ličnosti ugodnost, neuroticizam i otvorenost se nisu pokazale povezanima sa zadovoljstvom odnosom sportaša s trenerom. Hipoteza za drugi problem je odbačena, ali su pronađene povezanosti nekih osobina ličnosti sa zadovoljstvom odnosom.

Percepcija odnosa sportaš-trener je u visokoj pozitivnoj korelaciji sa varijablom zadovoljstva odnosom sportaša s trenerom. Treća hipoteza je potvrđena.

7. LITERATURA

- Allen, S., Greenles, I. i Jones, M. (2012). Personality in sport: A comprehensive review. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 6, 184 – 208.
- Asendorpf, J. B. i Wilpers, S. (1998). Personality effects on social relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74, 1531 – 1544.
- Barić, R. (2006). *Osnove psihologije sporta*. Medicina sporta. Zagreb: Kineziološki fakultet.
- Belsky, J. i Barends, N. (2002). Personality and parenting. U: M. H. Bornstein (Ur.), *Handbook of parenting* (str. 415 – 438). Mahwah: Erlbaum.
- Benet-Martinez, V. i John, O. P. (1998). Los Cincos 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.
- Berscheid, E. (1999). The greening of relationship science. *American Psychologist*, 54, 260–266.
- Buss, D. M. (1991). Evolutionary personality psychology. *Annual Review of Psychology*, 42, 459 – 491.
- Chelladurai, P. (1984). Discrepancy between preferences and perception of leadership behaviour and satisfaction of athletes in varying sports. *Journal of Sport Psychology*, 6, 27 – 41.
- Cuperman, R. i Ickes, W (2009). Big Five predictors of behaviour and perceptions in initial dyadic Interactions: Personality similarity helps extraverts and introverts, but hurts „disagreeables“. *Journal of Personality and Social Psychology*, 97, 667 – 684.
- Denissen, J. J. A., van Aken, M. A. G. i Dubas, J. S. (2009). It takes two to tango: How parents' and adolescents' personalities link to the quality of their mutual relationship. *Developmental Psychology*, 45, 928 – 941.
- Eccles, J. (2004). Schools, academic motivation and the stage-environment fit. U: M. Lerner i L. Stein (Ur.), *Handbook of Adolescence Psychology* (str. 125 – 173). New York: John Wiley and Sons.
- Field, A. (2009). *Discovering statistics using SPSS*. London: Sage Publications.
- Jackson, B., Dimmock, J. A., Gucciardi, D. F. i Grove, R. J. (2011). Personality traits and relationship perceptions in coach – athlete dyads: Do opposites really attract?. *Psychology of Sport and Exercise*, 12, 223 - 230.

- Jackson, B., Dimmock, J. A., Gucciardi, D. F. i Grove, R. J. (2010). Relationship commitment in athletic dyads: Actor and partner effects for Big Five self and other ratings. *Journal of Research in Personality*, 44, 641 – 648.
- Jensen-Campbell, L. A., Adams, R., Perry, D., Furdella, J. Q., Workman, K. A. i Egan, S. (2002). Agreeableness, extraversion and peer relations in early adolescence: Winning friends and deflecting aggression. *Journal of Research in Personality*, 36, 224 – 251.
- John, O. P., Naumann, L. P., i Soto, C. J. (2008). Paradigm shift to the integrative Big Five trait taxonomy: history, measurement and conceptual issues. U: O. P. John, R. W. Robins i L. A. Pervin (Ur.), *Handbook of personality: Theory and research* (str. 114 – 158). New York: Guilford Press.
- John, O. P. i Srivastava, S. (1999). Big Five trait taxonomy. *Handbook of personality: Theory and research*, (str. 139 – 153). New York: Guilford Press.
- Jowett, S. (2008). Moderators and mediators of the association between the coach-athlete relationship and physical self-concept. *International Journal of Coaching Science*, 2, 43-62.
- Jowett, S. (2005). On repairing and enhancing the coach-athlete relationship. U: S. Jowett i M. Jones (Ur.), *Psychology of sport coaching* (str. 14–26). Leicester: The British Psychological Society.
- Jowett, S. i Chaundy, V. (2004). An investigation into the impact of coach leadership and coach-athlete relationship on group cohesion. *Group Dynamics: Theory, Research and Practice*, 8, 302-311.
- Jowett, S. i Clark-Carter, D. (2006); Perceptions of empathic accuracy and assumed similarity in the coach-athlete relationship. *British Journal of Social Psychology*, 45, 617 – 637.
- Jowett, S. i Cockerill, I. M. (2003). Olympic Medalists' perspective of the athlete-coach relationship. *Psychology of Sport and Exercise*, 4, 313-331.
- Jowett, S. i Meek, G. (2000). Coach-athlete relationships in married couples: An exploratory content analysis. *The Sport Psychologist*, 14, 157 – 175.
- Jowett, S. i Ntoumanis, N. (2004). The Coach--Athlete Relationship Questionnaire (CART--Q): Development and initial validation. *Scandinavian Journal of Medicine and Science in Sports*, 14, 245-257.
- Jowett, S., Paull, G., Pensgaard, A. M., Hoegmo, P. M. i Riise, H. (2005). Coach-athlete relationship. U: J. Taylor, i G. S. Wilson (Ur.), *Applying sport psychology: four perspectives* (str. 153-170). Champaign, IL: Human Kinetics.

- Judge, T. A., Heller, D. i Mount, M. K. (2002). Five-factor model of personality and job satisfaction: A meta-analysis. *Journal of Applied Psychology*, 87, 530 – 541.
- Kardum, I. i Smojver, I. (1993). Peterofaktorski model stukture ličnosti: izbor deskriptora u hrvatskom jeziku. *Godišnjak Zavoda za psihologiju Rijeka*, (str.91-100.).
- Kardum, I., Gračanin, A. i Hudek-Knežević, J. (2006). Odnos crta ličnosti i stilova privrženosti s različitim aspektima seksualnosti kod žena i muškaraca. *Psihologijske teme*, 15, 101-128.
- Karney, B. i Bradbury, T. N. (1995). The longitudinal course of marital quality and stability: A review of theory, methods and research. *Psychological Bulletin*, 118, 3 – 34.
- Kenow, L. i Williams, J. M. (1999). Coach-athlete compatibility and athlete's perception of coaching behaviors. *Journal of Sport Behavior*, 22, 251 – 260.
- Kleinert, J., Ohlert, J., Carron, B., Eys, M., Feltz, D., Harwood, C., Linz, L., Seiler, R. i Sulprizio, M. (2012). Group dynamics in sports: An overview and recommendations on diagnostic and intervention. *The Sport Psychologist*, 26, 412 – 434.
- Kline, R. B. (2011). *Principles and practice of structural equation modeling*. New York: Guilford Press.
- Larsen, R. J. i Buss, D. M. (2007). *Psihologija ličnosti*. Jastrebarsko: Naklada Slap.
- LaVoi, N. M. (2007). Expanding the interpersonal dimension: Closeness in the coach-athlete relationship. *International Journal of Sports Science & Coaching*, 4, 497 – 512.
- Lyle, J. (1999). Coaching philosophy and coaching behaviour. U: N. Cross i J. Lyle (Ur.), *The Coaching Process: Principles and Practice for sport* (str. 25-46). Oxford: Butterwoth-Heineman.
- Malouff, J. M., Thorsteinsson, E. B., Schutte, N. S., Bhullar, N., Rooke, S. E. (2010). The five factor model of personality and relationship satisfaction of intimate partners: A meta analysis. *Journal of Research in Personality*, 44, 124 – 127.
- McCrae, R. R. i Costa, P. T., Jr. (1997). Personality trait structure as a human universal. *American Psychologist*, 52, 509 – 516.
- McCrae, R. R. i Sutin, A. R. (2009). Openess to experience. U: M. R. Leary i R. H. Hoyle (Ur.), *Handbook of individual differences in social behavior* (str. 257 – 273). New York: Guilford.
- Miller, J. i Tedder, B. (2011). The discrepancy between expectations and reality: Satisfaction in romantic relationships. *Psy 401: Advanced research*. Hannover: Hannover College.

- Morrison, R. (2004). Informal relationships in the workplace: Associations with job satisfaction, organisational commitment and turnover intentions. *New Zealand Journal of Psychology*, 33, 114–128.
- Ozer, D.J. i Benet-Martinez, V. (2006). Personality and the prediction of consequential outcomes. *Annual Review of Psychology*, 57, 401 – 421. doi: 10.1146/annurev.psych.57.102904.190127
- Pervin, L. A., Cervone, D. i John, O. P. (2008). *Psihologija ličnosti: teorije i istraživanja*. Zagreb: Školska knjiga.
- Pianta, R. C., Hamre, B. i Stuhlman, M. (2002). Relationships between Teachers and Children. U: W. M. Reynolds i G. E. Miller (Ur.), *Comprehensive Handbook of Psychology: Educational Psychology* (str. 199 - 234). New York: John Wiley and Sons.
- Poczwardowski, A., Barott, J. E. i Jowett, S. (2006). Diversifying approaches to research on athlete-coach relationships. *Psychology of Sport and Exercise*, 7, 125-142.
- Rhind, D. J. A., Jowett, S. i Yang, S. X. (2012). A comparison of athletes' perceptions of the coach-athlete relationship in team and individual sports. *Journal of Sport Behavior*, 4, 433 – 452.
- Slatcher, R. B., i Vazire, S. (2009). Effects of global and contextualized personality on relationship satisfaction. *Journal of Research in Personality*.
- Smoll, F. L. i Smith, R. E. (1989). Leadership behaviors in sport: A theoretical model and research paradigm. *Journal of Applied Social Psychology*, 19, 1522-1551
- Tabachnick, B. G. i Fidell L. S. (1996). *Using Multivariate Statistics*. New York: HarperCollins.
- Widiger, T. A. (2009). Neuroticism. U: M. R. Leary i R. H. Hoyle (Ur.), *Handbook of individual differences in social behavior* (str.129 – 146). New York: Guilford.
- Wieselquist, J., Rusbult, C. E., Foster, C. A. i Agnew, C. R. (1999). Commitment, pro-relationship behaviour and trust in close relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 77, 942 – 966.