

UNIVERZA NA PRIMORSKEM
FAKULTETA ZA MATEMATIKO, NARAVOSLOVJE IN
INFORMACIJSKE TEHNOLOGIJE

ZAKLJUČNA NALOGA
POVEZAVA OSEBNOSTI S ŠPORTNO IN UČNO
USPEŠNOSTJO PRI GIMNAZIJSKIH MATURANTIH
2016

UNIVERZA NA PRIMORSKEM
FAKULTETA ZA MATEMATIKO, NARAVOSLOVJE IN
INFORMACIJSKE TEHNOLOGIJE

Zaključna naloga

**Povezava osebnosti s športno in učno uspešnostjo pri
gimnazijskih maturantih 2016**

(The connection of human personality with sport and school success at the
students of general matura 2016)

Ime in priimek: Maša Žerjav
Študijski program: Biopsihologija
Mentor: doc. dr. Kristijan Musek Lešnik

Koper, september 2016

Ključna dokumentacijska informacija

Ime in PRIIMEK: Maša ŽERJAV

Naslov zaključne naloge: Povezava osebnosti s športno in učno uspešnostjo pri gimnazijskih maturantih 2016

Kraj: Koper

Leto: 2016

Število listov: 22 Število tabel: 10

Število referenc: 40

Mentor: doc. dr. Kristijan Musek Lešnik

Ključne besede: osebnost, ekstravertnost, nevroticizem, vestnost, odprtost, športna uspešnost, učna uspešnost.

Izvleček: Osebnost je relativna trajno in edinstvena celota duševnih, vedenjskih in telesnih značilnosti, osebnostne lastnosti pa so tiste trajne značilnosti posameznika, po katerih se ljudje razlikujemo med seboj. Po petfaktorskemu modelu osebnost sestavlja pet osnovnih dimenzij, to so: ekstravertnost, nevroticizem, odprtost, vestnost in prijetnost. Zelo pomembno vlogo pa osebnost odigra pri vrhunskih športnikih, ko se znajdejo v stresnih situacijah. V svoji zaključni nalogi se posvečam raziskovanju vpliva osebnosti na športno in učno uspešnost, še posebej pa me je zanimalo, ali obstajajo razlike izraženosti posameznih dimenzij osebnosti pri uspešnih in manj uspešnih športnikih. V raziskavi sem uporabila osebnostni vprašalnik The Big Five Inventory. V raziskavi so sodelovali gimnazijski maturantje 2016, ki so v šolskem letu 2015/2016 imeli status športnika. Opravljena je bila statistična analiza ANOVA. Rezultati so pokazali, da ni pomembnih statističnih razlik med uspešnimi in manj uspešnimi športniki pri izražanju posameznih dimenzij osebnosti. V raziskavi pa smo ugotovili tudi, da uspešnejši športniki ne dosegajo povprečnega ali podpovprečnega učnega uspeha.

Key words documentation

Name and SURNAME: Maša ŽERJAV

Title of the final project paper: The connection of human personality with sport and school success at the students of general matura 2016

Place: Koper

Year: 2016

Number of pages: 22 Number of tables: 10

Number of references: 40

Mentor: Assist. Prof. Kristijan Musek Lešnik, PhD

Keywords: personality, extraversion, neuroticism, openness, conscientiousness, sport success, school success

Abstract: Personality is a relatively permanent and unique complexion of mental, behaviour and physical characteristics, meanwhile personal characteristics are permanent characteristics of individual, which people differ from each other. According to five-dimensional model human personality includes five basic dimensions: extraversion, neuroticism, openness, conscientiousness and agreeableness. The personality plays very important role at top sportsmen when they find themselves in stress situations. In my diploma work I research the impact of personality on sport and school success; furthermore I have been interested in differences between each dimension of personality at successful and less successful sportsmen. In research paper I used the questionnaire of The Big Five Inventory. The participants were all the students of general matura in the school year 2015/2016 who have the status of sportsman. The statistical analysis ANOVA was also made. The results have shown that between successful and less successful sportsmen are not significant statistical results at expression of individual dimensions of personality. In addition, I found out that successful sportsmen do not achieve average or under average school success.

ZAHVALA

Iskreno se zahvaljujem mentorju dr. Kristijanu Musku Lešniku za pomoč in nasvete pri izdelavi diplomskega dela.

Posebej se zahvaljujem svoji družini za podporo, vztrajnost in spodbude.

Zahvaljujem se vsem prijateljem in vsem tistim, ki so mi kakor koli pomagali in mi stali ob strani in verjeli vame.

KAZALO VSEBINE

1	UVOD.....	1
1.1	Osebnost.....	1
1.1.1	Dimenzije osebnosti.....	2
1.1.2	Osebnost športnika.....	4
1.2	Športna uspešnost	6
1.3	Učna uspešnost	8
1.3.1	Namen in raziskovalna vprašanja	9
2	METODA	10
2.1	Vzorec	10
2.2	Pripomočki	10
2.3	Postopek	10
3	REZULTATI	12
4	INTERPRETACIJA.....	16
5	SKLEPI.....	18
6	LITERATURA IN VIRI.....	19

KAZALO PREGLEDNIC

TABELA 3.01 REZULTATI UČNE USPEŠNOSTI UDELEŽENCEV GLEDE NA USPEŠNOST V ŠPORTU.....	12
TABELA 3.02 REZULTATI T-TESTA ZA PREVERJANJE RAZLIK UČNE USPEŠNOSTI GLEDE NA ŠPORTNO USPEŠNOST.....	12
TABELA 3.03 REZULTATI EKSTRAVERTNOSTI UDELEŽENCEV GLEDE NA ŠPORTNO USPEŠNOST.....	12
TABELA 3.04 REZULTATI ANOVE ZA EKSTRAVERTNOST UDELEŽENCEV GLEDE NA ŠPORTNO USPEŠNOST.....	13
TABELA 3.05 REZULTATI NEVROTICIZMA UDELEŽENCEV GLEDE NA ŠPORTNO USPEŠNOST.....	13
TABELA 3.06 REZULTATI ANOVE ZA NEVROTICIZEM UDELEŽENCEV GLEDE NA ŠPORTNO USPEŠNOST.....	13
TABELA 3.07 REZULTATI VESTNOSTI GLEDE NA ŠPORTNO USPEŠNOST.....	14
TABELA 3.08 REZULTATI ANOVE ZA VESTNOST UDELEŽENCEV GLEDE NA ŠPORTNO USPEŠNOST.....	14
TABELA 3.09 REZULTATI ODPRTOSTI GLEDE NA ŠPORTNO USPEŠNOST.....	14
TABELA 3.10 REZULTATI ANOVE ZA ODPRTOST UDELEŽENCEV GLEDE NA ŠPORTNO USPEŠNOST.....	15

1 UVOD

1.1 Osebnost

Doživljanje osebnosti je zelo kompleksno, zato so si v zvezi z njo ljudje vedno postavljali temeljna vprašanja, ki so se dejansko nanašala na samega sebe in na to, kako se kot osebe razlikujemo od drugih. Kluchkhohn in Murray sta (v: Musek, 1993, str. 27) zapisala:

»Vsak človek je v določenem pogledu kot vsi ljudje, je deloma kot nekateri ljudje in je tudi kot noben drug človek.«

Vsem ljudem je skupno, da imamo osebnost in duševnost, vendar se vsak posameznik po svoji osebnosti razlikuje od drugih. Ne smemo zanemariti vidika časovnosti, in sicer da se različnost ne pojavlja samo med različnimi posamezniki, ampak tudi v času, znotraj vsakega posameznika (Musek, 1993). Osebnost ni dana enkrat za vselej, ampak nastaja, se razvija, oblikuje in spreminja s časom, njena identiteta pa je relativno stabilna in dosledna. Čeprav se osebnost spreminja, vseeno ohranja nekatere značilne poteze, po katerih ljudi oz. osebnosti prepoznamo še po dolgem času (Musek, 1993). Nedavne raziskave na področju genetike in genomike kažejo na to, da so tako naša osebnost kot tudi številne druge sposobnosti (npr. emocionalna inteligentnost, glasbena sposobnost, telesno-kinestetične sposobnosti itd.) močno odvisne od naše genske zasnove. Razlike med nami, ki se pojavljajo pri različnih sposobnostih, so torej v veliki meri pogojene z dednimi vplivi (Musek, 2007). Geni predstavljajo le potencial, ki ima velik razpon, ampak tudi svoje meje. Koliko se bo ta potencial razvil, prišel do izraza, pa je odvisno predvsem od okolja, v katerem posameznik živi (Musek, 2007).

Tušak (1997) pravi, da je vsak človek sam zase in za druge sklop telesnih in duševnih značilnosti. Osebnost predstavlja relativno trajno in edinstveno celoto duševnih, vedenjskih in telesnih značilnosti, osebnostne lastnosti pa so tiste trajne značilnosti posameznika, po katerih se ljudje razlikujemo med seboj. Med osebnostne lastnosti, ki so številno praktično neomejene, spadajo npr. inteligentnost, živahnost, marljivost, kot tudi spol in starost, barva las in oči, telesna teža in višina itd. Število osebnostnih lastnosti je praktično neomejeno. Te osebnostne lastnosti se pri vsakem posamezniku združujejo v značilen vzorec, ki je enkraten in neponovljiv, v njegovo osebnost (Tušak in sodelavci, 2002).

Musek (1997) za lažje razumevanje pojma osebnosti predlaga raziskovanje osebnostne strukture in jo deli na konstitucijske lastnosti (telesne značilnosti), značilnosti temperamenta (načini in kakovost vedenja, odzivanja na dražljaje), značaj ali karakterne lastnosti (voljne in etično moralne značilnosti vedenja in doživljanja; npr. pošten, dober,

potrpežljiv, prijazen itd.), dinamične poteze (motivacijske značilnosti, želje, interesi, stališča, predsodki, vrednote) in sposobnosti (različne zmožnosti, spretnosti, kapacitete, storilnost in dispozicije za neke dosežke).

Da pa lahko pojem osebnosti razumemo v vsem njegovem obsegu, moramo upoštevati pet temeljnih določil. Osebnost je trajna in spremenljiva: v procesu spreminjanja in razvoja posameznikova osebnost ohranja relativno trajnost in identiteto. To določilo pa je pogoj, da osebnost lahko pojmuje in prepoznamo. Čeprav torej lahko govorimo o razvoju osebnosti, se neke osnovne značilnosti posameznika ohranjajo v življenju, hkrati pa omogočajo tudi neko predvidevanje. Osebnost je individualna in splošna; npr. športnikova osebnost je predvsem individualna; čeprav so si mnogi športniki podobni v osebnostnih značilnostih, pa so hkrati edinstveni in neponovljivi. Sestavljenost in celovitost; osebnost navznoter sicer lahko razčlenimo v kompleksen sistem lastnosti in značilnosti, vendar vedno deluje kot celota. Določenost in avtonomnost; osebnost je podvržena sistemskim in vzročnim zakonitostim, a je hkrati tudi izvor človekovega lastnega svobodnega in namernega delovanja. Objektivnost in subjektivnost je zadnje določilo osebnosti. Kot osebnost se posameznik pojavlja v subjektivni obliki (kako doživlja sebe) in objektivni obliki (kot objekt doživljanja drugih) (Musek, 1997).

1.1.1 Dimenzije osebnosti

Zadnje raziskave kažejo, da so tudi najpomembnejše osebnostne dimenzije zunaj kognitivnega kroga v bistveni meri odvisne od dednih dejavnikov. Med najpomembnejšimi so t. i. temeljne dimenzije osebnosti, npr. tiste, ki jih vključuje danes najbolj znani strukturni model osebnosti, petfaktorski model. Te dimenzije so ekstravertnost, prijetnost, vestnost, nevroticizem in intelektualna odprtost (Musek, 2007). Vseh pet naštetih dimenzij, kot pravijo raziskovalci (Amelang, 2000, Bergeman in sod., 1993, Costa in McCrae, 1992, Jang in sod., 1996, Jang in sod., 1998, McCrae in sod., 1999, McCrae in sod., 2000, Riemann in sod., 1997), imajo genetsko podlago, zanimivo pa je, da je najbolj dedljiva dimenzija odprtosti (v: Musek, 2007).

Goldberg (1990) je v svoji raziskavi prišel do kazalnikov, ki naj bi označevali pozitivni pol ekstravertnosti; to so: ognjevitost, družabnost, igrivost, ekspresivnost, spontanost, neprisiljenost, energičnost, zgovornost, asertivnost, živahnost, pogum, samozavest, odkritost, humor, ambicioznost in optimizem. Indikatorji introvertnosti pa naj bi bile lastnosti, kot so: vzvišenost, molčečnost, zadržanost, plahost, inhibiranost, neagresivnost, pasivnost, počasnost in pesimizem. Avsec (2007) navaja, da ekstraverti socialne situacije doživljajo kot bolj nagrajujoče kot introverti, saj naj bi bili bolj dovzetni za nagrade. Ekstraverti se vključujejo v socialne situacije zaradi nagrad, kot so toplina, naklonjenost in

emocionalna povezanost, zato je velika verjetnost, da se bodo vključevali v nagrajujoče socialne in nesocialne situacije.

Sprejemljivost (prijaznost) je eden najmočnejših dejavnikov v leksičnem pristopu, saj se, kot ugotavlja Goldberg (1990), kar 32 od 100 sinonimnih klastrov nanaša na dimenzijo sprejemljivosti. Na pozitivnem polju so to kooperativnost, prijaznost, empatičnost, popustljivost, vljudnost, velikodušnost, ubogljivost, skromnost, moralnost, toplina in naravnost, na negativnem polju pa bojevitost, kritičnost, oblastnost, grobost, neusmiljenost, izumetničenost, razdražljivost, domišljavost, kljubovalnost, nezaupljivost, egoizem, brezčutnost, osornost, prekanjenost, pristranskost, neprijaznost, nestanovitnost, skopost, goljufivost in nepremišljenost (Avsec, 2007). Sprejemljivost se nanaša tudi na sposobnost sporazumevanja z drugimi, zato bi morala biti najbolj opazna na področju socialne prilagojenosti, povezuje pa se tudi z eksternalizacijo problemov, sposobnostjo reševanja konfliktov, prilagodljivostjo v šoli, socialnim statusom med vrstniki in samospoštovanjem (Avsec, 2007). Sprejemljivost pa je, kot ugotavlja Shiner (2000), tudi napovedovalec kasnejše prilagodljivosti. Spremenljivke, ki se nanašajo na sprejemljivost v otroštvu in prijateljsko popustljivost, napovedujejo šolsko uspešnost, nadzor vedenja in socialno kompetentnost 10 let kasneje.

Salgado (1997) vestnost pojmuje kot najbolj veljavno osebno napoved uspeha v šoli in na delovnem mestu. Vestnost vključuje lastnosti, ki se nanašajo na socialno predpisani vedenjski in kognitivni nadzor nad seboj, kot so odgovornost, pozornost, previdnost, vztrajnost, redoljubnost ... (Avsec, 2007). Costa in McCrae (1992) pa opisujeta osebe, pri katerih je močno izražena vestnost, kot osebe z močno voljo, ki sami sebi zelo rigidno in utesnjujoče strukturirajo svoje življenje. Goldberg (1990) je z že omenjenim leksičnim pristopom na pozitivnem polju dobil lastnosti, kot so učinkovitost, zanesljivost, natančnost, vztrajnost, previdnost, točnost, odločnost, dostojanstvo, predvidljivost, varčnost, tradicionalnost, logičnost, na negativnem polju pa lastnosti, kot so neorganiziranost, malomarnost, nedoslednost, pozabljivost, brezbriznost, brezcilnost, lenost, omahljivost, lahkomiselnost in neprilagodljivost. Številne raziskave ugotavljajo, da je dimenzija vestnost zelo pomembna pri doseganju dobrega učnega uspeha in da ga celo bolje napoveduje kot kognitivne sposobnosti (Avsec, 2007).

Nevroticizem ali z drugim izrazom čustvena stabilnost (Avsec, 2007) odraža medosebne razlike v doživljanju sveta kot ogrožujočega, problematičnega in stresnega (Watson, Clark in Harkness, 1994). Posamezniki z visoko stopnjo nevroticizma so anksiozni, nagnjeni k doživljanju krivde, primanjkuje jim samozaupanja, so slabe volje, so ranljivi, jezni in hitro frustrirani (Watson, 2001). Caspi in dr. (2005) navajajo, da je nevroticizem sestavljen iz dveh komponent, in sicer iz anksiozne komponente in razdražljive negativne

emocionalnosti. Prva je pri posamezniku usmerjena navznoter in vključuje nagnjenost posameznika k anksioznosti, žalosti, pomanjkanju občutja varnosti in občutju krivde. Njeno nasprotje pa je razdražljiva negativna emocionalnost, ki se nanaša na navzven umerjeno sovražnost, jezo, ljubosumje, frustriranost in razdražljivost. Goldberg (1990) je nevroticizem označil kot šibek faktor, saj se nanj nanaša zelo malo klastrov, to so mirnost in odvisnost na pozitivnem polju in negotovost, zaskrbljenost, spremenljivost, čustvenost, nevoščljivost, lahkovernost in vsiljivost na negativnem polju. Po preučevanju genetske osnove nevroticizma sta Clark in Watson (1999) prišla do zaključka, da je ta lastnost precej genetsko determinirana, kar pomeni, da se je oblikovala z naravno selekcijo in je pomagala ohraniti človeško vrsto. Negativne emocije, povezane z nevroticizmom, so se torej razvile z namenom, da bi zaščitile organizem pred različnimi grožnjami, npr. če človek občuti strah in paniko, to motivira posameznika, da zbeži iz ogrožajoče situacije, budno pričakovanje in skrb pa pomagata posamezniku, da se izogne situacijam, ki so mu v preteklosti že pustile negativne posledice (Nesse, 1991).

Odrprtost za izkušnje je od vseh petih najšibkejši dejavnik in je posledično tudi najbolj kritiziran, nestrinjanja se nanašajo tako na njegovo poimenovanje kot tudi na njegov izvor in pomen, ali sploh spada med osebnostne lastnosti (Avsec, 2007). Avtorji Garcia, Aluja, Garcia in Cuevas (2005) navajajo, da je odrprtost neodvisna dimenzija, ki pa se povezuje z ekstravertnostjo in iskanjem dražljajev. Ta dimenzija osebnosti naj bi se nanašala na inteligentnost oziroma intelektualno aktivnost, domišljijo in kulturno sofisticiranost (Avsec, 2007). Goldberg (1990) pravi, da se na odrprtost nanašajo intelektualnost, globina, premišljenost, razumevanje, inteligentnost, kreativnost, radovednost, razgledanost, plitvost, neiznajdljivost in neumnost.

1.1.2 Osebnost športnika

Osebnost je že sama po sebi ena najbolj zanimivih, prepoznavnih in vidnih izrazov človekovega delovanja in zato je bila v psihologiji predmet raziskovanja (Musek, 1993). V športni psihologiji je osebnost športnikov še toliko bolj pomembna, saj mnogi avtorji navajajo, da v stresnih situacijah med vrhunskimi športniki odigra odločilno vlogo prav osebnost (Tušak in Tušak, 2002). Osebnost športnika naj bi bila v osnovi emocionalno zdrava, dobro integrirana in organizirana, prav tako velja, da je zanje značilna velika mera samozaupanja in samozavesti, ki ima visoko kapaciteto za uspeh v stresnih situacijah. Športniki znajo dobro nadzirati svoje emocije in vedenja in to jim omogoča, da svoj organizem zavestno pripeljejo v optimalno stanje aktivacije. Športniki imajo visok nivo aspiracij, izrazito težnjo po dominantnosti in svobodi, prav tako pa izražajo naravno agresivnost. Pri njih je izrazita tudi težnja po organiziranem, strukturiranem življenju in visokem socialnem statusu (Tušak in Tušak, 2002).

V športni psihologiji so raziskave osebnosti do sedaj potekale v štirih smereh. Prva od teh smeri je bila, da so iskali razlike med športniki in nešportniki, druga je bila, da so iskali razlike med športniki, ki se ukvarjajo z rizičnimi športi, oz. razlike med individualnimi in ekipnimi športi, tretje so se osredotočale na preverjanje povezave stopnje vključenosti v šport in značilnosti športnikov, četrte pa so iskale razlike med bolj in manj uspešnimi športniki (Kajtna, Tušak in Kugovnik, 2003).

Pri raziskavah športnikove osebnosti, kjer so iskali razlike med športniki in nešportniki, so tuji avtorji prišli do naslednjih ugotovitev: športniki so bolj ekstravertni oz. bolj odprti navzven v komunikaciji z okoljem (Eysenck, 1982, v: Tušak, 2001), imajo močnejšo potrebo po storilnosti (Davis in Mogk, 1994, Cratty, 1983, v: Tušak, 1995), po dražljajih in stimulaciji so bolj psihično stabilni (Kane, 1978, v: Tušak in Tušak, 2001), imajo večjo emocionalno samokontrolo, so bolj samozavestni in izražajo več zaupanja vase (Kajtna, Tušak in Kugovnik, 2003), so manj anksiozni, izražajo višjo dominantnost in večjo stopnjo odgovornosti (Tušak in Tušak, 2001) ter imajo večjo frustracijsko toleranco in lažje »prenašajo« neprijetne dražljaje in bolečino (Tušak, Marinšek in Tušak, 2009). Izvedenih je bilo tudi nekaj raziskav na slovenski populaciji, in sicer je Merc (1996) ugotovila, da so dijaki, ki so aktivni športniki, bolj zrele osebnosti, so emocionalno stabilni, brezskrbni, realistični in imajo večjo kontrolo reakcij kot njihovi sošolci, ki niso športniki. Nešportniki so bili po njenih ugotovitvah veliko bolj občutljivi, čustveni, pogosteje so se zapirali v domišljijijski svet, pri njih je bilo opaziti več napetosti. Zupančič in Justin (1998) sta prav tako raziskovala razlike med učenci športniki in nešportniki, vendar na mlajši populaciji. Ugotovila sta, da so učenci športniki veliko bolj spontani, nezahtevni, bolj praktični, bolj življenjski, v vsakdanjem življenju pa imajo višjo čustveno kontrolo, so bolj zreli, stabilni in mirni.

Razlike, ki so se pojavile med športniki, ki se ukvarjajo z individualnimi športi in pa ekipnimi športi, so bile naslednje: športniki ekipnih športov imajo bolj izražene lastnosti, kot so socialna inteligentnost, sposobnost učinkovitega komuniciranja, dobre sposobnosti vodenja, sposobnosti reševanja konfliktov, visoka frustracijska toleranca in občutljivost na lastne probleme in probleme drugih (Tušak in Tušak, 2001). Pri športnikih, ki se ukvarjajo z individualnim športom, pa izstopajo lastnosti, kot so dominantnost, visoka težnja po individualnosti, vztrajnost, sposobnost samokontrole, samomotivacije in samoodgovornosti (Tušak in Tušak, 2001).

Tretja vrsta raziskav, ki se je izvajala v športni psihologiji v Sloveniji, pa so bile raziskave, ki so preverjale povezavo med stopnjo vključenosti v šport in športnikovimi osebnostnimi lastnostmi. Te raziskave so se osredotočile na iskanje osebnostnih razlik pri vrhunskih športnikih, med univerzitetnimi, rekreativnimi in mladimi športniki. Rezultati raziskav so

pokazali, da so v večini primerov rekreativni športniki podobni stereotipni podobi vrhunskega športnika (Kajtna, Tušak in Kugovnik, 2003). Zadnja smer raziskav osebnosti športnikov je ugotovila, da naj bi bili uspešnejši športniki bolj usmerjeni v iskanje dražljajev in senzorne stimulacije (Cratty, 1989, v: Kajtna, Tušak in Kugovnik, 2003), so bolj ekstravertni, ker iščejo več stimulacije v okolju, ker imajo sami pri sebi konstantno nižjo stopnjo vzbujenja, imajo višjo frustracijsko toleranco za bolečino kot manj uspešni športniki (Havelka in Lazarević, 1981). Vrhunski športniki so manj samokritični, imajo višji nivo psihotizma, višje samozaupanje in bolj pozitivno samopodobo za razliko od manj uspešnih športnikov, ki imajo bolj razvita močna stališča do svojega jaza (Kajtna, Tušak in Kugovnik, 2003). Prav tako lahko pri vrhunskih športnikih opazimo večjo heterogenost v osebnostnih lastnostih kot pri manj uspešnih (Cox, 1994, v: Kotnik, 2009). Tušak in Tušak (1997) navajata tudi manjšo predtekmovalno anksioznost in stres ter bolj učinkovite tehnike soočanja z napetostmi pri bolj uspešnih športnikih (Martens in Gill, 1976, v: Gorsek, 2010). Kotnik (2009) je v svoji raziskavi prišel do ugotovitev, da se uspešnejši slovenski športniki od manj uspešnih slovenskih športnikov nekoliko razlikujejo v osebnostnih dimenzijah, vendar testi značilnosti niso pokazali značilnih razlik. Pri tem pa opozarja, da je do takih rezultatov prišlo po njegovem mnenju zaradi »izčrpanja« v selekcioniranju.

1.2 Športna uspešnost

Šport je v sosledju časa postal vse bolj sprofesionaliziran. Vrhunski športni dosežki so zlasti v zadnjih desetletjih pokazali in dokazali, da so avtonomna in avtohtona oblika specifičnega kulturnega ustvarjanja, ki ima lastne kriterije vrednotenja svoje ustvarjalnosti, čeprav naj bi pri športu v osnovi šlo za samouresničitev človeka in človeškega duha in zmogljivosti kot nenadomestljivih sestavin njegovega bivanja (Doupona in Petrović, 2000). Vrhunski rezultat je vse težje doseči, kljub temu da so znanstveniki seznanjeni z vrsto dejavnikov, ki nanj vplivajo (Kotnik, 2009). Zagorc (2000) pravi, da je »vsak vrhunski rezultat odvisen od prirojenih dispozicij, razvoja vsestranskih sposobnosti v razvojnem obdobju, pravočasne specializacije, sistematičnega treniranja, odnosa do izbranega športa in tudi do življenja nasploh, pa tudi od posebnih okoliščin, ki v določenem trenutku in času omogočijo integracijo silnic za njegovo porajanje«. Vrhunski šport ima zato po mnenju Koželja (2004) posebno mesto v športu, ker se ne podreja ustaljenim družbenim vzorcem in notranji logiki družbe, ima svoja lastna pravila in predpise, vrednote in razumevanje moralnosti.

Raziskovalci so ob iskanju dejavnikov vrhunskega dosežka največkrat raziskovali fiziološke in morfološke aspekte, motorične sposobnosti in nivo splošne ter specialne telesne pripravljenosti. Psihologija športa je raziskovala športnikovo osebnost, motivacijo,

nekatero sposobnosti in emocionalna stanja (Kotnik, 2009). Znanost lahko dandanes z ekspertnimi sistemi že zelo natančno predvidi, kdo lahko v določenem športu uspe. Na vrhunskem nivoju je postalo jasno, da ni pomemben le motorični talent, ampak so vrhunski športniki zelo specifične osebnosti (Kotnik, 2009). Tušak (2005) poudarja, da med ukvarjanjem s športom in strukturo osebnosti obstaja povratna zveza, kjer določene osebnostne poteze determinirajo uspeh v športu, vendar tudi sam šport vpliva na oblikovanje športnikovih osebnostnih potez.

Psihološki dejavniki, ki naj bi vplivali na uspešnost športnika, so poleg že prej omenjene športnikove osebnosti, še motivacija, agresivnost, anksioznost, samozavest, samopodoba in stres idr. Koželj, Kajtna, Tušak in Kugovnik navajajo, da je motivacija eden najpomembnejših dejavnikov, ki vpliva na rezultate športnikov, opozarjajo pa na to, da se športna motivacija v mnogih dejavnikih loči od splošne motivacije. Tušak pravi, da je tekmovanje specifična športna situacija, ki sodoloča tudi njegovo motivacijo, saj se pri vsakem športniku na tekmovanju pojavita dve težnji, in sicer želja po uspehu na tekmovanju in težnja po preprečevanju neuspeha na tekmovanju. Prva je pozitivna, druga pa negativna storilnostna tekmovalna motivacija (Tušak in Tušak, 2001). Pozitivna storilnostna motivacija je za uspeh bolj pomembna in z njim tudi bolj povezana, saj je prevladujoča težnja po doseganju uspeha, zato športniki veliko bolj zagreto pristopijo k tekmi in posledično dosegajo boljše rezultate (Kajtna, Tušak in Kugovnik, 2003).

Agresivnost je še vedno področje, kjer se pojavljajo polemike glede podedovanosti oz. privzgojenosti, nekateri teoretiki mislijo, da je v vseh nas, kar je instinktivno in kar se mora sprostiti; drugi pa trdijo, da je nekaj, kar nastaja zaradi okoliščin zunaj človeka. Agresivnost se torej lahko dojema kot instinkt, nagon, izvor energije, čustvo, navada, reakcija na frustracijo, način prisile itd. (Lamovec, 1978). Tušak je glavna pojmovanja agresivnosti klasificiral glede na izvor glavnih izhodišč, ki naj bi pojasnjevala agresivno vedenje, to pa so prirojene, instinktivni dejavniki, zunanje provokacije, ki sprožijo določene notranje vzgibe in reakcije ter vzajemne vplive danih socialnih okoliščin s predhodnimi izkušnjami ali učenjem (Tušak in Tušak, 2003). V svoji raziskavi sta prišla do zaključka, da je agresivnost povezana z uspehom športnikov. Pri alpskih smučarjih so ugotovili, da so v primerjavi z nešportniki bolj razdražljivi, kar se kaže z besedno in fizično agresivnostjo (Tušak in Petrovič, 1993).

Kot pravi Trampuž (2002), anksioznost vpliva na človekovo telo in njegovo funkcioniranje ter na doživljanje sebe in tekmovanja. Z anksioznostjo se povečuje napetost v mišicah, posledično je posameznik videti napet in rigid. Tušak (2004) pri športnikih loči med somatsko in predtekmovalno anksioznostjo. Predtekmovalna anksioznost traja dlje časa, včasih od trenutka, ko športnik izve za datum tekmovanja, vse do samega tekmovanja.

Predtekmovalna anksioznost je že od samega začetka na zelo visokem nivoju in na tem nivoju ostane tudi do tekmovanja, medtem ko je somatska anksioznost relativno nizka do samega tekmovanja oz. se poveča 24 ur pred tekmovanjem.

Marsh (1998) je ugotovil statistično pomembno razliko med višino samopodobe pri vrhunskih športnikih in nešportnikih, prav tako navaja, da je višja samopodoba bolj izrazita pri športnikih kot pri športnicah (v: Tušak in Faganel, 2004). Tudi Kandare (2003, v: Tušak in Faganel, 2004) je ugotovil, da so športniki bolj kritični do sebe kot nešportniki, imajo bolj izražen telesni, moralni, osebni in družinski jaz, identiteto ter splošno samopodobo.

1.3 Učna uspešnost

Šport je pomemben dejavnik, ki vpliva na razvoj otroka in na njegovo šolsko uspešnost. Dodatno športno udejstvovanje pri otrocih razvija raven telesne pripravljenosti, ki vpliva na vzdržljivost pri umskem delu, samoizražanje, ustvarjalnost, obvladovanje čustev, delovne navade itd. (Zurc, 2008).

Ustrezno športno udejstvovanje je torej izjemno pomembno, saj vpliva na razvoj tistih otrokovih intelektualnih, čustvenih in socialnih sposobnosti, ki pomembno odločajo o uspešnosti v šoli (Meško, Videmšek, Videmšek, Štihec, Karpljuk in Gregorc, 2013). Dwyer, Sallis, Blizzard, Lazarus in Dean (2001) pa opozarjajo na podatek nekaterih študij, ki predpostavljajo, da gibalno bolj aktivni učenci dosegajo boljši učni uspeh.

»Uspešnost na učnem področju je opredeljena z učnimi cilji oz. standardi znanja, ki so v nekem šolskem sistemu postavljeni kot merilo učenčevih dosežkov pri določeni starosti oz. v določenem razredu« (Levpušček Puklek in Zupančič, 2009, str. 9).

Učenčev napredek v osnovni in srednji šoli se preverja s kriterijskim ocenjevanjem (učenčev napredek se ocenjuje s primerjavo njegovih dosežkov z zastavljenimi cilji oz. minimalnimi in temeljnimi standardi znanja v učnih načrtih). Šolske ocene pa so oblika merjenja učnih dosežkov, ki jih ocenjuje profesor, ki poučuje predmet, na petstopenjski lestvici od 1 (nezadostno) do 5 (odlično). Normativno ocenjevanje (primerjanje učnega dosežka učenca z dosežki drugih učencev, ki so reševali enake preizkuse znanja) pa je prisotno pri maturi, ki predstavlja zunanjo obliko ocenjevanja znanja na srednješolski ravni (Levpušček Puklek in Zupančič, 2009).

Mervielde (1995, v: Levpušček Puklek in Zupančič, 2009) je v svoji raziskavi prišel do ugotovitev, da sta učne dosežke pri vseh starostnih skupinah najbolj napovedovali vestnost in odprtost. Nižja, a pomembna sočasna napovedna zveza se je pokazala tudi med

ekstravertnostjo in učno uspešnostjo, napovedna moč vestnosti pa se je povečevala s starostjo učenca. Tudi v ZDA sta Baker in Victor (2002, v: Levpušček Puklek in Zupančič, 2009) prišla do ugotovitev, da odprtost in vestnost napovedujeta učni uspeh v zgodnjem mladostništvu. Odnosi med preostalimi tremi potezami v modelu velikih pet in učnimi dosežki dijakov so manj enoznačni, in sicer visok nevroticizem po eni strani zavira učno uspešnost, ker povečuje verjetnost izkušenj anksioznosti pred izpitom in posledično zavira dobre uspehe pri izpitu, po drugi strani pa raziskave navajajo, da zaskrbljenost in težnja k perfekcionizmu pripeljejo posameznika do boljše pripravljenosti v učnih situacijah. Chamorro-Premuzic in Furnham (2003, v: Levpušček Puklek in Zupančič, 2009) sta pri britanskih študentih prišla do ugotovitev, da sta nevroticizem in vestnost poleg študijskega vedenja dodatno napovedala 10 odstotkov variabilnosti v izpitnih ocenah. Nevroticizem je zniževal študijsko uspešnost, vestnost pa je imela pozitiven učinek. Levpušček Puklek in Zupančič (2009) navajata, da tovrstne raziskave sočasno ne nadzorujejo prispevka intelektualnih sposobnosti k učni uspešnosti, če se hkrati upošteva še moč inteligentnosti posameznikov. Pomembna vloga inteligentnosti in vestnosti pri napovedi učne uspešnosti je po njunem mnenju skladna s pojmovanjem, da je uspešnost na katerem koli področju rezultat sposobnosti in vloženega truda. Osebnostne poteze prispevajo k učni uspešnosti ali neuspešnosti zato, ker služijo kot mehanizem samouravnavanja spoznavnih procesov. Tako imajo lahko posamezne osebnostne lastnosti spodbujevalno ali zaviralno vlogo pri učenčevem procesiranju spoznavnih podatkov in se povezujejo z dejavniki učenja.

1.3.1 Namen in raziskovalna vprašanja

Ker so študije o tem pojavu še vedno nekonsistentne in premalo natančne, sem na podlagi raziskav, ki so jih izvedli Havelka in Lazarević (1981), Cratty (1989), Cox (1994), Kajtna, Tušak in Kugovnik (2003) in Kotnik (2009) oblikovala naslednje delovne hipoteze.

Hipoteza 1: uspešni športniki dosegajo povprečni ali podpovprečni učni uspeh.

Hipoteza 2: uspešni športniki imajo boljše izraženo ekstravertnost kot manj uspešni športniki.

Hipoteza 3: uspešni športniki imajo manj izraženega nevroticizma kot manj uspešni športniki.

Hipoteza 4: uspešni športniki imajo boljše izraženo vestnost kot manj športniki.

Hipoteza 5: uspešni športniki imajo boljše izraženo komponento odprtosti kot manj uspešni športniki.

Predvidevam, da bodo uspešnejši športniki imeli povprečen ali podpovprečen učni uspeh, prav tako predvidevam, da bodo imeli uspešnejši športniki boljše izraženo komponento ekstravertnosti, odprtosti in vestnosti, medtem ko bo komponenta nevroticizma boljše izražena pri manj uspešnih športnikih.

Cilj moje raziskovalne naloge je ugotoviti, kako je osebnost povezana z uspešnostjo na športnem področju in ali so uspešni športniki tudi uspešni učenci oziroma dijaki.

2 METODA

2.1 Vzorec

V raziskavi je sodelovalo 43 gimnazijskih maturantov 2016, starih od 18 do 20 let, ki so v šolskem letu 2015/2016 imeli status športnika. Udeleženci so vprašalnike reševali tako preko spletne ankete kot tudi v živo, pri tem pa so bili seznanjeni z anonimnostjo in obdelavo podatkov zgolj v raziskovalne namene.

2.2 Pripomočki

Pri raziskavi sem uporabila osebnostni vprašalnik BFI (originalno The Big Five Inventory) avtorjev John, O. P., Naumann, E., in Soto, C. J., iz leta 2008. Njegova uporaba v raziskavah nam omogoča boljše razumevanje posameznih dimenzij osebnosti. Vprašalnik je sestavljen iz 44 postavk, ki se delijo na pet glavnih sklopov: ekstravertnost, nevroticizem, odprtost, vestnost in prijetnost. Udeleženci odgovarjajo po 5-stopenjski lestvici (0 – ne velja, 5 – popolnoma velja), koliko posamezna trditev za njih drži. Pri vrednotenju vprašalnika BFI pa je treba sešteti dosežene vrednosti postavk, ki določajo posamezno dimenzijo. Tako sem pri dimenziji ekstravertnost seštela postavke 1, 6, 11, 16, 21, 26, 31, 36. Obratno vrednotiti pa sem morala postavke 6, 21 in 31. Za dimenzijo nevroticizma sem seštela postavke 4, 9, 14, 19, 24, 29, 34 in 39, obratno vrednotila pa postavke 9, 24 in 34. Pri dimenziji odprtosti sem seštela postavke 5, 10, 15, 20, 25, 30, 35, 40, 41 in 44, obratno vrednotila pa postavki 35 in 41. Pri dimenziji prijetnosti se seštejejo postavke 2, 7, 12, 17, 22, 27, 32, 37 in 42, obratno pa se vrednotijo 2, 12, 27 in 37. Pri dimenziji vestnosti seštejejo postavke 3, 8, 13, 18, 23, 28, 33, 38 in 43, obratno vrednotimo pa postavke 8, 18, 23 in 43.

2.3 Postopek

Najprej sem originalni vprašalnik The Big Five Inventory iz angleščine prevedla v slovenščino. Vse postavke so se v slovenski jezik prevedle v veliki meri podobno in imajo isti pomen. Nato sem oblikovala spletno anketo, v kateri sem udeležence spraševala še po starosti, disciplini športa, s katerim se ukvarjajo, najboljšem športnem dosežku v preteklem letu ter po doseženem uspehu na maturi 2016 (število točk na maturi).

Anketa je bila objavljena na spletu, in sicer na spletni strani 1KA – spletne ankete, nekaj anket pa se je reševalo tudi v živo. Za analizo sta bila uporabljena programa *Excel* in *SPSS*. V programskem orodju *Excelu* sem uredila rezultate in seštela postavke vprašalnika. Sledila je razdelitev športnikov. Športnike sem razdelila v dve skupini, in sicer na uspešne

in manj uspešne. Kriterij, po katerem sem jih razdelila, so bili njihovi športni dosežki v preteklem letu. Med uspešne športnike spadajo športniki, ki so na mednarodnih tekmovanjih dosegali prva tri mesta, državni prvaki ter državni podprvaki. Med manj uspešne športnike pa spadajo športniki, ki so se na državnem tekmovanju uvrstili v finale. Sledila je statistična obdelava podatkov v programu *SPSS*, ki so predstavljeni v rezultatih.

3 REZULTATI

Tabela 3.01

Rezultati učne uspešnosti udeležencev glede na uspešnost v športu

Učna uspešnost	N	Min	Max	M	SD
Uspešni športniki	22	12	30	22,18	1,17
Manj uspešni športniki	21	0	33	17,81	1,57

Opombe: N – numerus, M – aritmetična sredina; SD – standardna deviacija; Min – minimum; Max – maksimum.

Iz tabele 3.01 je razvidno, kakšne rezultate so dosegli udeleženci na maturi 2016. Najvišji doseženi rezultat pri uspešnih športnikih je bil 30 točk na maturi, najnižji pa 12 točk, aritmetična sredina je 22,18, standardni odklon pa 1,17. Manj uspešni športniki so na maturi dosegli najvišji rezultat 33 točk, najnižji pa 0 točk, aritmetična sredina je 17,81, standardni odklon je 1,57.

Tabela 3.02

Rezultati t-testa za preverjanje razlik učne uspešnosti glede na športno uspešnost

Učna uspešnost	t	df	p	povprečna razlika	prvostandardna napaka razlike
	2,25	41	,030	4,37	1,95

Opombe: t – vrednost t-testa; df – stopnja prostosti; p – statistična pomembnost t-testa.

V tabeli 3.02 lahko vidimo, da je p-vrednost t-testa enakosti povprečij med uspešnimi in manj uspešnimi športniki za učno uspešnost enaka $p = ,030 > 0,05$, torej ničelno domnevo o enakosti povprečij sprejememo pri 5-odstotni značilnosti. Vendar moramo upoštevati, da je bil pri t-testu narejen tudi Levenov preizkus enakosti varianc, ki pa ni bil statistično pomemben ($,73 > ,05$).

Tabela 3.03

Rezultati ekstravertnosti udeležencev glede na športno uspešnost

Ekstravertnost	N	Min	Max	M	SD
Uspešni športniki	22	18	34	26,82	4,91
Manj uspešni športniki	21	19	33	26,09	3,56

Opombe: N – numerus, M – aritmetična sredina; SD – standardna deviacija; Min – minimum; Max – maksimum.

Tabela 3.03 prikazuje, kako je osebnostna dimenzija ekstravertnosti zastopana pri uspešnih in manj uspešnih športnikih. Vidimo, da je ekstravertnost visoko izražena pri obeh skupinah. Najvišji rezultat pri uspešnejših športnikih je bil 34, najnižji 18, aritmetična sredina znaša 26,82, standardni odklon pa 4,91. Manj uspešni športniki pa so pri dimenziji ekstravertnosti dosegli najvišji rezultat 33, najnižji 19, aritmetična sredina je 26,09, standardni odklon pa je 3,56.

Tabela 3.04

Rezultati ANOVE za ekstravertnost udeležencev glede na športno uspešnost

Ekstravertnost	F	df	p
Med skupinama	,30	1	,59
V skupini		41	

Opombe: vrednost F – razmerja; df – stopnja prostosti; p – statistična pomembnost testa ANOVA.

V tabeli 3.04 lahko vidimo, da je test ANOVA pokazal $F(1, 41) = ,30$, $p = ,59$, da ni statistično pomembnih razlik ($p > ,05$) pri izraženosti dimenzije ekstravertnosti med uspešnimi in manj uspešnimi športniki.

Tabela 3.05

Rezultati nevroticizma udeležencev glede na športno uspešnost

Nevroticizem	N	Min	Max	M	SD
Uspešni športniki	22	12	32	22,68	4,72
Manj uspešni športniki	21	17	29	21,90	3,39

Opombe: N – numerus, M – aritmetična sredina; SD – standardna deviacija; Min – minimum; Max – maksimum.

V tabeli 3.05 vidimo, da je najvišji rezultat nevroticizma pri uspešnih športnikih 32, aritmetična sredina je 22, standardni odklon pa je 4,72. Pri manj uspešnih športnikih pa je najvišji rezultat 29, najnižji 17, aritmetična sredina je 21,90, standardni odklon pa je 3,39.

Tabela 3.06

Rezultati ANOVE za nevroticizem udeležencev glede na športno uspešnost

Nevroticizem	F	df	p
Med skupinama	,38	1	,54
V skupini		41	

Opombe: vrednost F – razmerja; df – stopnja prostosti; p – statistična pomembnost testa ANOVA.

Rezultat testa ANOVA je $F(1, 41) = ,38$, $p = ,54$ in je pri nevroticizmu pokazal, da ni statistično pomembnih razlik ($p > ,05$) med skupinama športnikov.

Tabela 3.07

Rezultati vestnosti glede na športno uspešnost

Vestnost	N	Min	Max	M	SD
Uspešni športniki	22	26	40	31,14	4,41
Manj uspešni športniki	21	24	38	30,05	3,88

Opombe: N – numerus, M – aritmetična sredina; SD – standardna deviacija; Min – minimum; Max – maksimum.

V tabeli 3.07 vidimo, da uspešni športniki pri dimenziji vestnosti dosegajo najvišji rezultat 40, najnižji je 26, aritmetična sredina pa je 31,14. Pri manj uspešnih športnikih je najvišji doseženi rezultat 38, najnižji 24, aritmetična sredina pri njih znaša 30,05.

Tabela 3.08

Rezultati ANOVE za vestnost udeležencev glede na športno uspešnost

Vestnost	F	df	p
Med skupinama	,74	1	,37
V skupini		41	

Opombe: vrednost F – razmerja; df – stopnja prostosti; p – statistična pomembnost testa ANOVA.

Iz tabele 3.08 je razvidno, da test ANOVA pri dimenziji vestnosti ni pokazal statistično pomembnih razlik, $F(1, 41) = ,74, p > ,05$.

Tabela 3.09

Rezultati odprtosti glede na športno uspešnost

Odprtost	N	Min	Max	M	SD
Uspešni športniki	22	29	38	32,68	2,99
Manj uspešni športniki	21	29	42	32,95	3,70

Opombe: N – numerus, M – aritmetična sredina; SD – standardna deviacija; Min – minimum; Max – maksimum.

V tabeli 3.09 vidimo, da imajo pri dimenziji odprtost manj uspešni športniki najvišji rezultat 42, uspešnejši športniki pa 38. Najnižja rezultata sta enaka pri obeh skupinah, 29. Aritmetična sredina pri uspešnejših športnikih je 32,68, pri manj uspešnih pa 32,95.

Tabela 3.10

Rezultati ANOVE za odprtost udeležencev glede na športno uspešnost

Odprtost	F	df	p
Med skupinama	,07	1	,79
V skupini		41	

Opombe: vrednost F – razmerja; df – stopnja prostosti; p – statistična pomembnost testa ANOVA.

V tabeli 3.10 vidimo, da ni prišlo do statistično pomembnih razlik med skupinama, saj je $F(1, 41) = ,07$, $p = ,79$, kar pa ni statistično pomembno ($p > ,05$).

4 INTERPRETACIJA

Rezultati, ki jih vidimo v tabeli 2, so nam pokazali, da v našem primeru ni statistično pomembnih razlik v učni uspešnosti med uspešnimi športniki in manj uspešnimi športniki. Zaradi rezultata ($,73 < ,05$) pri Levenovem testu enakosti varianc moramo prvo hipotezo, ki predpostavlja, da uspešni športniki dosegajo povprečen ali pa podpovprečni učni uspeh, zavrnil. Rezultat tako kaže na to, da si skupini uspešnih in manj uspešnih športnikov nista podobni. Dobljeni rezultati so lahko v skladu z ugotovitvami Dwyerja in dr. (2001), ki navajajo, da gibalno aktivni učenci dosegajo boljši učni uspeh. Prav tako so skladni z ugotovitvami Meške in dr. (2013), da je športna dejavnost izjemno pomembna, ker vpliva na razvoj otrokovih intelektualnih, čustvenih in socialnih sposobnosti, ki pa so odločilni faktor šolske uspešnosti. Vendar pa bi za potrditev tega dejstva morali izvesti ponovno raziskavo.

Glede na Crattyjevo (1989, v: Kajtna, Tušak in Kugovnik, 2003) trditev, da so uspešnejši športniki bolj usmerjeni v iskanje dražljajev in senzorne stimulacije ter so bolj ekstravertni in imajo višjo frustracijsko toleranco za bolečino kot manj uspešni športniki (Havelka in Lazarevič, 1981), sem oblikovala hipotezo, da imajo uspešnejši športniki bolj izraženo ekstravertnost kot neuspešni športniki. To hipotezo pa moram glede na dobljene rezultate testa *ANOVA* zavrnil. Test je pokazal, da ni statistično pomembnih razlik ($F(1, 41) = ,30$, $p = ,59$) med skupinama uspešnih in manj uspešnih športnikov.

Raziskave, ki so bile do danes narejene na področju razlik med uspešnejšimi in manj uspešnejšimi športniki, so nam postregle s podatki, da imajo npr. uspešnejši športniki večjo heterogenost v osebnostnih lastnostih kot manj uspešni, imajo manjšo predtekmovalno anksioznost in stres ter uporabljajo bolj učinkovite tehnike soočanja z napetostmi (Tušak in Tušak, 1997, v: Gorsek, 2010), so manj samokritični, imajo višji nivo psihotocizma, višje samozaupanje in bolj pozitivno samopodobo za razliko od manj uspešnih športnikov (Kajtna, Tušak in Kugovnik, 2003). Edina raziskava, ki se je v celoti usmerila tudi na proučevanje osebnostnih dimenzij in njihov vpliv na uspešnost športnika, je bila raziskava Kotnika (2009), ki pa je prišla do ugotovitev, da se uspešnejši slovenski športniki od manj uspešnih slovenskih športnikov nekoliko razlikujejo v osebnostnih dimenzijah, vendar testi niso pokazali nobenih značilnih razlik. Zato sem oblikovala hipoteze, ki so se nanašale tudi na preostale dimenzije osebnosti: nevroticizem, vestnost in odprtost. Prišla sem do istih ugotovitev kot Kotnik (2009), da se uspešni športniki nekoliko razlikujejo glede na izraženost posameznih dimenzij osebnosti, vendar test *ANOVA* ni pokazal nobene statistično pomembne razlike. Pri dimenziji nevroticizma smo dobili rezultat $F(1, 41) = ,38$, $p = ,54$, ($p > ,05$) na podlagi katerega moram zavrnil hipotezo, ki predpostavlja, da imajo uspešni športniki manj izraženega nevroticizma kot neuspešni športniki. Prav tako moram zavrnil hipotezo, da imajo uspešni športniki bolj izraženo vestnost kot neuspešni

športniki. Rezultat testa *ANOVA* je bil $F(1, 41) = ,74, p = ,37$ ($p > ,05$). Zavrtni pa moram tudi zadnjo hipotezo, ki se nanaša na komponento odprtosti, in sicer da imajo uspešni športniki bolj izraženo komponento odprtosti kot manj uspešni športniki. V tabeli 10 lahko vidimo, da tudi pri tej dimenziji ni prišlo do pomembnih razlik med skupinama, saj je $F(1, 41) = ,07, p = ,79$, kar pa ni statistično pomembno ($p > ,05$).

Glede na to, da v raziskavi nisem prišla do nobenih statistično pomembnih razlik med skupinama uspešnih in manj uspešnih športnikov pri izraženosti osebnostnih dimenzij, menim, da je eden od vzrokov za to moj vzorec. Vzorec zajema relativno majhno število udeležencev, kar pa je posledica selekcij udeležencev. Tudi Kotnik (2009) navaja, da meni, da pri njegovi raziskavi ni prišlo do statistično pomembnih razlik prav zaradi selekcij. V mojem vzorcu so bili udeleženci le gimnazijski maturanti 2016 s statusom športnika. V raziskavi torej niso sodelovali dijaki oz. maturanti srednjih tehniških in strokovnih šol, ki prav tako kot gimnazijski maturanti dosegajo uspešne športne dosežke. Drugi vzrok pa je po mojem mnenju tudi kriterij, po katerem sem razporedila športnike v dve skupini. Glede na dane podatke sem nekako morala selekcionirati športnike in določiti kriterij uspešnosti, ta pa je bil, da v skupino uspešnejših športnikov spadajo športniki, ki na mednarodnih tekmovanjih dosegajo prva tri mesta, državni prvaki in državni podprvaki, v skupino manj uspešnih športnikov pa spadajo športniki, ki se uvrstijo v finale na državnem prvenstvu Republike Slovenija. Eden od vzrokov pa bi bil lahko tudi ta, da so bili športniki iz različnih športnih disciplin, saj, kot navajata Tušak in Tušak (2001), pri športnikih, ki se ukvarjajo z individualnim športom izstopajo druge osebnostne lastnosti (dominantnost, visoka težnja po individualnosti, vztrajnost, sposobnost samokontrole, samomotivacije in samoodgovornosti) kot pri športnikih ekipnih športov.

5 SKLEPI

Vprašanje, ki sem si ga postavila v svoji zaključni nalogi, je, ali osebnost človeka vpliva na njegovo učno in športno uspešnost. Zanimalo me je, koliko določene dimenzije osebnosti pripomorejo ali pa morda tudi zavirajo športnikovo uspešnost. Po pregledu dosedanjih raziskav, ki so bile narejene na slovenskem športnem področju, sem ugotovila, da je kar nekaj raziskav, ki se nanašajo na osebnost in izraženost osebnostnih dimenzij športnika, vendar pa so to največkrat študije primerov. Področje študij, ki so raziskovale povezavo med osebnostnimi lastnostmi in športnikovo uspešnostjo, je še precej nenatančno raziskano in nekonsistentno. Zato sem se odločila, da poskusim zbrati določeno populacijo športnikov, na katerih bi lahko preverila, ali obstaja kakšna povezava med športno uspešnostjo ter posameznimi dimenzijami osebnosti ter povezava med športno in učno uspešnostjo. Še posebej me je zanimalo, ali obstaja razlika med uspešnejšimi in manj uspešnimi športniki. Na mojem vzorcu 43 športnikov sem ugotovila, kakor tudi Kotnik (2009) v svoji raziskavi, da ni pri nobeni osebnostni dimenziji (ekstravertnost, nevroticizem, odprtost, vestnost) statistično pomembne razlike med uspešnejšimi in manj uspešnimi športniki. Razlog, da je prišlo do tega, pa je po mojem mnenju v izbiri vzorca in selekcioniranju športnikov. Na podlagi dobljenih rezultatov sem zavrnila tudi hipotezo, v kateri sem predpostavljala, da imajo uspešnejši športniki povprečen ali podpovprečen učni uspeh.

Kljub temu da sem morala v svoji nalogi vse hipoteze zavrniti, sem mnjenja, da je osebnost pomemben dejavnik poleg vseh drugih, ki jih naštevajo različni avtorji (Zagorc, 2000, Tušak in Tušak, 2004, Koželj, Kajtna, Tušak in Kugovnik, 2003 idr.) pri doseganju vrhunskih rezultatov športnikov. S svojim raziskovanjem sem želela vsaj malo osvetliti in nakazati smeri, ki pri športnikih še niso raziskane, vendar jih je ostalo še veliko. Smiselno bi bilo ponoviti raziskavo, in sicer na večjem številu udeležencev, ki bi bili pripadniki različnih generacij. Menim, da nam nadaljnje raziskovanje osebnosti športnikov in posledično nove ugotovitve lahko pripomorejo k še večjemu številu uspešnih športnikov ter vrhunskih dosežkov.

6 LITERATURA IN VIRI

Avsec, A. (2007). *Psihodiagnostika osebnosti*. Ljubljana: Filozofska fakulteta. Oddelek za psihologijo.

Caspi, A., Roberts, B. W. in Shiner, R. L. (2005). Personality Development: Stability and Change. *Annual Review of Psychology*, 56, 453–484.

Clark, L. A. in Watson, D. (1999). Temperament: A new paradigm for trait psychology. V L. A. Pervin in O. P. John (ur.), *Handbook of personality* (str. 399–423). New York: Guilford Press.

Costa, P. T. Jr. in McCrae, R. R. (1992). Revised NEO Personality Inventory (NEO-PI-R) and NEO Five-Factor Inventory (NEO-FFI) professional manual. Odessa, FL: Psychological Assessment Resources.

Dwyer, T., Sallis, F. J., Blizzard, L., Lazarus, R. in Dean, K. (2001). Relation of Academic Performance to Physical Activity and Fitness in Children. *Human Kinetics Publishers, Inc. Pediatric Exercise Science*, 13, 225-237.

Doupona, M. in Petrović, K. (2000). Šport in Družba: sociološki vidiki. Ljubljana: Fakulteta za šport, Inštitut za šport.

Garcia, L. F., Aluja, A., Garcia, O. in Cuevas, L. (2005). Is Openness to Experience an Independent Personality Dimension? Convergent and Discriminant Validity of the Openness Domain and its NEO-PI-R Facets. *Jurnal of Individual Differences*, 26, 132-138

Goldberg, L. R. (1990). An alternative »description of personality«: The big five factor structure. *Journal of Personality and Social Psychology*, 59, 1216–1229.

Grosek, A. (2010). *Osebnost in potreba po dražljajih pri alpinistih, vrhunskih športnikih in rekreativcih*. Diplomsko delo, Ljubljana: Univerza v Ljubljani. Fakulteta za šport.

Havelka, N. in Lazarević, L. (1981). *Sport i ličnost*. Beograd: Sportska knjiga.

Kajtna, T. (2003). *Osebnost, vrednote in potreba po dražljajih pri športnikih rizičnih športov*. Magistrska naloga, Ljubljana: Filozofska fakulteta, Oddelek za psihologijo.

Kajtna, T., Tušak, M., in Kugovnik, O. (2003). Osebnost in motivacija športnikov in športnic. *Psihološka obzorja*, 12, 1, 67–84.

Kotnik, B. (2009). Dejavniki uspeha slovenskih vrhunskih športnikov na velikem tekmovanju. Doktorska disertacija. Ljubljana.

Koželj, S. (2004). *Športni in/ali osebni uspeh*. Pridobljeno dne: 15.06.2016 z: http://www.anthropos.si/anthropos/2004/1_4/kozelj_silvo.pdf.

Lamovec, T., in Rojnik, A. (1987). *Agresivnost*. Ljubljana: DDU Univerzum.

Levpušček Puklek, M. in Zupančič, M. (2009). *Osebnostni, motivacijski in socialni dejavniki učne uspešnosti*. Univerza v Ljubljani: Filozofska fakulteta.

Meško, M., Videmšek, M., Videmšek, T., Štihec, J., Karpljuk, D., in Gregorc, J. (2013). Športna dejavnost, učni uspeh in samopodoba štirinajstletnih učencev in učenk. *Šport*, 61, 3(4), str. 32-38.

Merc, H. (1996). *Podobnosti in posebnosti slovenskih dijakov - aktivnih športnikov in nešportnikov - v osebnostnih potezah, strukturi in načinu spoprijemanja v stresnih situacijah*. Magisterska naloga, Ljubljana: Univerza v Ljubljani, Filozofska fakulteta.

Musek, J. (1993). *Osebnost pod drobnogledom*. Maribor: Obzorja

Musek, J. (1997). *Znanstvena podoba osebnosti*. Ljubljana: Educy.

Musek, J. (2005). *Psihološke in kognitivne študije osebnosti*. Ljubljana: Znanstveni inštitut Filozofske fakultete.

Musek, J. (2007). Geni in osebnost. V: *Genialna prihodnost ... Zbornik prispevkov posveta*. Str. 74–84.

Nesse, R. M. (1991). What good is feeling bad? The evolutionary benefits of psychic pain. *The Sciences*, 30–37.

Salgado, J. F. (1997). The five-factor model of personality and job performance in the European community. *Journal of Applied Psychology*, 82, 30–43.

Shiner, R. L. (2000). Linking childhood personality with adaptation: Evidence for continuity and change across time into late adolescence. *Journal of Personality and Social Psychology*, 78, 310–325.

Trampuž, M. (2002). *Anksioznost v povezavi z uspešnostjo v kajaku na divjih vodah*. Diplomsko delo, Ljubljana: Fakulteta za šport.

Tušak, M. (1995). *Ekspertni model psihičnih značilnosti smučarskega skakalca*. (V: Računalniško podprt sistem začetnega izbora in usmerjanja otrok v športne panoge in evalvacija modela uspešnosti v posameznih športnih panogah na podlagi ekspertnega modeliranja). Ljubljana: Fakulteta za šport, 1995, 320–351.

Tušak M. (1997). *Razvoj motivacijskega sistema pri športnikih*. Doktorska disertacija, Ljubljana: Filozofska fakulteta – oddelek za psihologijo.

Tušak, M. in Tušak, M. (1997). *Psihologija športa*. Ljubljana: Znanstveni inštitut Fakultete za šport.

Tušak, M. (2001). *Psihologija športa mladih*. Ljubljana: Zavod za šport Slovenije.

Tušak, M. in Tušak, M. (2001). *Psihologija športa*. Ljubljana: Znanstveni inštitut Filozofske fakultete.

Tušak, M. in Petrovič, R. (1993). Agresivnost- plod tekmovalne kariere alpskega smučarja da ali ne? *Psihološka obzorja*, 3(4), str. 65-75.

Tušak, M., Kos, R., Bednarik, J. in Kos, Z. (2002). Osebnostne lastnosti slovenskih vrhunskih športnikov. V Tušek, M. in Bednarik, J. (ur.), *Nekateri psihološki, socialni in ekonomski vidiki športa v Sloveniji* (str. 17-39). Ljubljana: Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport.

Tušak, T. in Tušak, M. (2002). Osebnost športnika. V M. Tušak in J. Bednarik (Ur.), *Nekateri psihološki, socialni in ekonomski vidiki športa v Sloveniji* (str. 9-16). Ljubljana: Fakulteta za šport.

Tušak, M. in Faganel, M. (2004). *Jaz – športnik: samopodoba in identiteta športnikov*. Ljubljana: Fakulteta za šport, Inštitut za šport.

Tušak, M., Marinšek, M. in Tušak, M. (2009). *Družina in športnik*. Ljubljana: Fakulteta za šport, Inštitut za šport.

Watson, D., Clark, L. A. in Harkness, A. R. (1994). Structures of personality and their relevance to psychopathology. *Journal of Abnormal Psychology*, 103, 18–31.

Watson, D. (2001). Neuroticism. V: N. J. Smelser in P. B. Baltes (ur.), *International encyclopedia of the social and behavioral sciences* (str. 10609–10612). Oxford: Elsevier.

Zagorc, M. (2000). *Družabni in športni ples*. Ljubljana: Plesna zveza Slovenije.

Zurc, J. (2008). *Biti najboljši: pomen gibalne aktivnosti za otrokov razvoj in šolsko uspešnost*. Radovljica: Didakta.

Zupančič, M. in Justin, J. (1998). The Slovene model of sports classes in grammar schools: psychological and educational point of view. *Educational Research and Evaluation*, 4(1), 42–56.