

UDK: 796.332:159.9.018(497.113)

*Petar Kojić, Osnovna škola "Svetozar Miletić", Titel**Radovan Ćokorilo, Fakultet sporta i fizičkog vaspitanja, Novi Sad*

MIŠLJENJE SPORTISTA O POTREBI ZA REALIZACIJOM PSIHOLOŠKE PRIPREME SPORTISTA U FUDBALSKIM KLUBOVIMA VOJVODINE

1. UVOD

Nikada ranije u svojoj istoriji u sportu nije bio zahtevan imperativ rezultata i postizanja uspeha. Pažnja stručnjaka usmerena je na iznalaženje načina kako bi se iskoristile sve šanse za uspeh. Sa druge strane teži se maksimalnoj realizaciji svih potencijala i sportiste i trenera kako bi se ispunila i humanistička perspektiva sporta. Sport svojim imanentnim psiho-sociološkim karakteristikama ističe potrebu za uvažavanjem psihološkog faktora ukoliko se želi postići uspeh. Duže vreme nije bilo ozbiljnog uvažavanja (a i sada je u začetku) psihološkog faktora u sportu, pa prema tome, nije bilo ni sistematskog i planskog rada sa sportistima na psihološkom planu.

Psihološka priprema sportista je dugotrajan, planski organizovan i sistematičan rad na razvoju, podsticanju i usmeravanju psiholoških potencijala sportiste u cilju što kvalitetnijeg izvođenja sportske aktivnosti:

***dugotrajan proces psihološke pripreme** odnosi se na njen kontinuitet tokom celokupnog bavljenja sportom, u svim fazama i treninga i takmičenja,*

***planski organizovan i sistematičan psihološki rad** uključuje smanjenje, praćenje i intervencije u području motivacije, emocija, učenja, vežbanja i sl.,*

***psihološki potencijali sportiste** se prevashodno odnose na one psihičke funkcije i dispozicije koje su u neposrednoj vezi sa uspehom u sportu,*

***kvalitetno izvođenje sportske aktivnosti** podrazumeva konkretne zadatke u vezi sa ciljem trenažnog i takmičarskog procesa (Ćokorilo, 2009: 238)*

2. MATERIJAL I METODE

Predmet ovog istraživanja je da se ispita mišljenje sportista o potrebi za realizacijom psihološke pripreme sportista u klubovima. Problem za koji se ovim istraživanjem nastoji pronaći rešenje, jeste postoji li potreba za realizacijom psihološke pripreme u klubovima po mišljenju sportista, a cilj istraživanja je bio da se sagledaju stvarne potrebe realizacije psihološke pripreme u fudbalskim klubovima Vojvodine.

U okviru ovog istraživanja primenjena je deskriptivna metoda a podaci su prikupljeni tehnikom anketiranja. Populaciju u ovom istraživanju čine sportisti fudbalskih klubova sa teritorije pokrajine Vojvodine. Istraživanje je sprovedeno na uzorku od 204 igrača iz deset vojvođanskih fudbalskih klubova koji se takmiče u okviru pet različitih takmičarskih rangova.

3. REZULTATI I DISKUSIJA

3.1. Struktura uzorka

Tabela 1. Struktura uzorka u odnosu na strane (kontrolne) varijable

STRUKTURA UZORKA														
Katego- rija	Starost				Stepen takmicenja*				Status igrača					
	>17	18-20	21+	Σ	1	2	3	Σ	mladl	senlori	po potrebi	Σ		
f	72	72	60	204	80	85	39	204	107	91	6	204		
%	35,3	35,3	29,4	100	39,2	41,7	19,1	100	52,5	44,6	2,9	100		
Katego- rija	Status igrača			Stambeni status igrača**										
	standar dan	nestan dardan	Σ	Gde zivi					S kim zivi					
				1	2	3	4	Σ	1	2	3	4	Σ	
f	176	23	199	146	18	30	4	198	10	8		141	32	190
%	86,3	11,3	97,5	71,6	8,8	14,7	2	97	4,9	3,9		69,1	15	93
Katego- rija	Zanimanje***				Status igrača			Staz sportiste						
	1	2	3	Σ	profesionalan	amater	Σ	>10	11-12	13+	Σ			
f	74	9	4	87	91	110	201	88	42	50	180			
%	36,3	4,4	2	57,4	44,6	53,9	98,5	3,1	20,6	24,5	88,2			

*1-Jelen Super liga i Prva liga

2-Srpska (druga liga) liga

3- Podrucna liga

** 1-kod roditelja u kuci

2-u sopstvenom stanu

3-iznajmljenom stanu

4- internatu

1-sa suprugom (i decom)

2-sa devojkom

3 -sa roditeljima

4-sam

*** 1-dak/student

2- radnik/siuzbenik

3-VSS

3.2. Potreba igrača za psihološkom pripremom

Mišljenje sportista o potrebi za realizacijom psihološke pripreme ispitano je putem 18 pitanja na upitniku URPPS i dobijeni rezultati predmet su dalje analize interpretacije. Sa namerom da se stekne jasniji uvid u odnos sportista prema potrebi za realizacijom psihološke pripreme, i ovde su rezultati prikazani zasebno u odnosu na pojedina pitanja koja smo smatrali bitnim. Prikazane su potrebe igrača za realizacijom psiholoske pripreme (Tabela 2), zatim intenzitet i obim potrebe za realizacijom psihološke pripreme prema mišljenju igrača (Tabela 3) kao i potrebe kluba za realizacijom psiholoske pripreme (Tabela 4).

Potreba sportista za psihološkom pripremom ispitana je putem 5 pitanja iz upitnika URRPS. Dobijeni rezultati, primenom X^2 testa teorijskog oblika rasporeda, prikazani su u tabeli 2.

Tabela 2. Frekvencije, relativne frekvencije i statistička značajnost razlika u potrebi sportista za realizacijom psihološke pripreme

URPPS 1	DA				NE				X^2	Nivo značajnosti (P)
Da li ti verujes u psihološku pripremu?	f		%		f		%			
	192		94,1		9		4,4		349.881 df=2	.000
URPPS 2	DA				MOZDA		NE		X^2	Nivo značajnosti (P)
	f		%		f		%			
Da li misliš da bi uvođenjem psihološke pripreme više napredovao kao sportista?	130		63 ,7		67		32 ,8		324.167 df=4	.000
URPPS 3	DA				MOZDA		NE		X^2	Nivo značajnosti (P)
	f		%		f		%			
Misliš li da bi uvođenje psihološke pripreme doprinelo boljoj komunikaciji između tebe i saigrača?	140		68 ,8		58		28,4		136.739 df=2	.000
URPPS 4	DA				MOZDA		NE		X^2	Nivo značajnosti (P)
	f		%		f		%			
Misliš li da bi uvođenje psihološke	140		68 ,8		59		28,9		138.335 df=2	.000

pripreme doprinelo boljoj komunikaciji između tebe i trenera?											X ²	Nivo značajnosti (p)
	Uvek		Često		Ponekad		Retko		Nikad			
	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%		
URPPS 5												
Da li misliš da ti je potrebna psihološka priprema?	52	25,5	31	15,2	95	46,6	22	10,8	3	1,5	121.704 df=4	.000

Pregledom tabele 2. može se uočiti da 93,1% ispitanika veruje u psihološku pripremu, te da preko polovine (63,7%) ispitanika smatra da bi njenim uvođenjem napredovali kao sportisti. Takođe, preko polovine ispitanih (68,6%) misli da bi psihološka priprema doprinela njihovoj boljoj komunikaciji kako sa saigračima tako i sa trenerom. Sportisti u najvećem broju (46,6%) smatraju da im je psihološka priprema potrebna ponekad, njih 15,2% često izražava potrebu za psihološkom pripremom, dok 25,5% ispitanih smatra da je ona potrebna uvek. Ipak, gledajući aritmetičku sredinu i standardnu devijaciju možemo zaključiti da kod igrača postoji potreba za uvođenjem psihološke pripreme kao redovne pripreme u fudbalske klubove u Vojvodini.

Budući da izuzetno visok procenat ispitanika veruje u psihološku pripremu, te da preko polovine ispitanika smatra da bi njenim uvođenjem napredovali kao sportisti i da bi psihološka priprema doprinela njihovoj boljoj komunikaciji kako sa saigračima tako i sa trenerom možemo zaključiti da kod igrača postoji potreba za uvođenjem psihološke pripreme kao redovne pripreme u fudbalske klubove u Vojvodini.

3.3. Mišljenje sportista o intenzitetu i obimu potrebe za psihološkom pripremom

Uvidom u Tabelu 3, uočava se da preko dve trećine igrača (77,9%) smatra da bi psihološku pripremu trebalo izvoditi i u pripremnom i u takmičarskom periodu, te da je ona jednako potrebna za sve (88,2%), odnosno da ne treba da bude privilegija samo vrhunskih sportista.

Tabela 3. Frekvencije, relativnefrekvencije i statistička značajnost razlika u intenzitetu i obimu potrebe sportista za realizacijom psiholoske pripreme

URPPS 6	U pripremnom periodu		U takmicarskom periodu		U oba slucaja		X ²	Nivo značajnosti (p)				
	f	%	f	%	f	%						
Kada bi trebalo izvoditi psihološku pripremu?	33	9,3	24	12,3	144	77,9	185.182 df=2	.000				
URPPS 7	Samo je za vrhunske sportiste		Samo za problematyczne sportiste		Jednako potrebna za sve		Ni za koga		X ²	Nivo značajnosti (p)		
	f	%	f	%	f	%	f	%				
Da li misliš da je psihološka priprema samo za vrhunske sportiste?	10	4,9	12	5,9	180	88,2	2	1	436.157 df=3	.000		
URPPS 8	Uopste se ne slazem		Ne slazem se		Neodlucan sam		Slazem se		Potpuno se slazem		X ²	Nivo značajnosti (p)
	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%		
Psihološku pripremu trebalo bi koristiti samo onda kada je ekipa ili igrač „u krizi“ zbog poboljšanja forme?	33	16,2	61	29,9	45	22,1	58	28,4	7	3,4	47.176 Df=4	.000
URPPS 9	Uopste se ne slazem		Ne slazem se		Neodlucan sam		Slazem se		Potpuno se slazem		X ²	Nivo značajnosti (p)
	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%		
Da li bi trebalo psihološku pripremu redovno uključiti u proces treninga?	52	25,5	31	15,2	95	46,6	22	10,8	3	1,5	121.704	.000

Mišljenje sportista o tome da li psihološku pripremu treba koristiti samo onda kada je ekipa "u krizi" zbog poboljšanja forme je podeljeno, odnosno 29,9% se ne slaže sa tim, 22,1% je neodlučno dok se 28,4% ispitanika slaže sa navedenom konstatacijom. Ipak gledajući može se zaključiti da sportisti nemaju pozitivan odgovor na postavljeno pitanje, odnosno ne slazu se da psihološku pripremu treba koristiti samo u „kritičnim“ situacijama. Konačno, sto se tiče uvođenja psihološke pripreme u proces redovnog treninga, sportisti nemaju definisan stav, budući da je skoro polovina ispitanih 46,6%, neodlučna po ovom pitanju, Ipak može se zaključiti da sportisti imaju pozitivan odnos prema uključivanju psihološke pripreme u proces treninga.

3.4. Mišljenje sportista o potrebi zaposlenih u sportskoj organizaciji za realizacijom psihološke pripreme

Inspekcijom tabele 4, uočava se da najveći broj ispitanih sportista nema jasnu predstavu o mišljenju trenera (55,9%), šefa stručnog štaba (60,3%) i predsednika kluba (74%) o uvođenju psihološke pripreme sportista. Kao sto je vidljivo iz tabele 4, sportisti u prvom redu nisu sigurni u stav ostalih članova kluba prema uvođenju psihološke pripreme u klub- i to najnesigurniji su kada je u pitanju stav predsednika kluba (70,4%), zatim mišljenje šefa stručnog štaba (60,4%), a tek naposljetku mišljenje trenera (55,9%). U skladu sa tim, najviše njih misli da trener (39,7%) ima pozitivan stav prema uvođenju psihološke pripreme u klub, zatim to misle za šefa stručnog štaba (31,4%), a najmanji je broj onih koji misle da je i stav predsednika kluba (17,2) takav. Svi rezultati su statistički značajni na nivou $p=.000$.

Tabela 4. Frekvencije, relativne frekvencije i statistička značajnost razlika u intenzitetu i obimu potrebe ostalih članova sportske organizacije za realizacijom psiholoske pripreme

URPPS 10	MISLI		NE MISLI		NE ZNAM		X ²	Nivo značajnosti (p)
	f	%	f	%	f	%		
Misli li trener da je uvođenje psiholoske pripreme u klub zaista potrebno?	81	39,7	7	3,4	114	55,9	89.178 df=2	.000
URPPS 11	MISLI		NE MISLI		NE ZNAM		X ²	Nivo značajnosti (p)
	f	%	f	%	f	%		
Misli li šef stručnog štaba daje uvođenje psiholoske pripreme u klub zaista potrebno?	64	31,4	17	8,3	123	60,3	82.971 df^2	.000

URPPS 12	MISLI		NE MISLI		NE ZNAM		X ²	Nivo značajnosti (p)
	f	%	f	%	f	%		
Misli li predsednik kluba daje uvođenje psihološke pripreme u klub zaista potrebno?	35	17,2	17	8,3	151	74	272.784 df=3	.000

3.5. Latentna potreba igrača za psihološkom pripremom

Šest pitanja upitnika URPPS bilo je namenjeno ispitivanju latentne potrebe sportista za psihološkom pripremom. Namera je bila da se umesto direktnih, otvorenih pitanja o psihološkoj pripremi, ispita potreba za istom ali preko situacija koje (ne) manifestuju potrebu za njom. Na taj način dobija se realna slika o potrebi za psihološkom pripremom u fudbalskim klubovima, čak i u slučajevima kada je igraču nisu u potpunosti svesni. Dobijeni podaci predmet su dalje analize i interpretacije.

Kao što se može zapaziti iz tabele 5, oko dve trećine ispitanih (77%) smatra da trener treba da bude uključen u trening psihološke pripreme sa osobom zaduženom za vođenje psihološke pripreme. Takođe, sportisti su saglasni (72,5%) da je i samom treneru potrebna psihološka priprema. Više od polovine (64,7%) ispitanih nikada nije pomislilo da prekine sa fudbalom, a čak dve trećine ispitanih (77%) je u teškim trenucima pokušalo da ohrabri samog sebe. Preko polovine sportista koji su sudelovali u istraživanju je u situaciji da mu se ili dešava (21,1%), ili bar ponekad dešava (40,7%), da imaju potrebu da pomenu treneru da ih „ne ide“ jer su psihološki nestabilni ali ih je bilo sramota.

Kada je reč o tipu treninga nakon kritične utakmice u kojoj je igrač „popustio“ pod psihološkim pritiskom, skoro polovina (45,1%) ispitanih smatra da je potreban i trening tehnike i psihološki trening. Preko trećine (37,7%) ispitanih misli kako je potreban isključivo psihološki trening, dok 11,8% sportista smatra da je potreban isključivo tehnički trening. Svi rezultati su statistički značajni na nivou $p=.000$ (Tabela 5)

Tabela 5. Frekvencije, relativne frekvencije i statistička značajnost razlika u latentnoj potrebi sportista za realizacijom psihološke pripreme

URPPS 13	DA		NE		NESTO DRUGO		X ²	Nivo značajnosti (p)
	f	%	f	%	f	%		
Da li trener treba da bude uključen u trening psihološke	157	77	31	15,2	13	6,4	183.761 df=2	.000

pripreme sa osobom zaduženom za vođenje psihološke pripreme?									
URPPS 14	DA		NE		NESTO DRUGO		X^2	Nivo značajnosti (p)	
	f	%	f	%	f	%			
Da li je i samom treneru potrebna psihološka priprema?	148	72,5	29	14,2	25	12,3	145.079 df=2	.000	
URPPS 15	DA		NE		NESTO DRUGO		X^2	Nivo značajnosti (p)	
	f	%	f	%	f	%			
Da li si ponekad pomislio da prekinješ sa fudbalom?	67	32,8	132	64,7	3	13	123.574 df=2	.000	
URPPS 16	JESAM		I JESAM I NISAM		NISAM		X^2	Nivo značajnosti (p)	
	f	%	f	%	f	%			
Da li si u teškim trenucima pokušao da ohrabriš samog sebe?	157	77	36	17,6	9	4,4	184.525 df=2	.000	
URPPS 17	DA		MOZDA PONEKAD		NIKADA		X^2	Nivo značajnosti (p)	
	f	%	f	%	f	%			
Možda ti se ponekad često desi da želiš da pomeneš treneru ili nekom iz kluba kako te „neće“ jer si psihološki nestabilan, ali te je sramota to da kažeš?	43	21,1	83	40,7	75	36,8	13.373 df=2	.000	
URPPS 18	Trening sutiranja penala		Psiholoski trening		I jedno i drugo		X^2	Nivo značajnosti (p)	
	f	%	f	%	f	%			
U odlučujućoj utakmici šutiraš penal za pobjedu u zadnjoj	24	11,8	77	37,7	92	45,1	112.138 df=3	.000	

sekundi. Znaš da svi očekuju da daš gol, ali ti promašiš. Da li misliš da bi sutra na treningu trebalo da imaš:								
---	--	--	--	--	--	--	--	--

ZAKLJUČAK

Predmet ovog istraživanja bio je da se sagleda mišljenje sportista o potrebi realizacije psihološke pripreme sportista u fudbalskim klubovima Vojvodine. Polazeći od stava da prednosti i značaj psihološke pripreme sportista u našem okruženju iz različitih razloga još uvek nije dovoljno prepoznat ako se ima u vidu njen ravnopravan položaj i značaj u odnosu na fizičku, taktičku u tehničku pripremu sportista, na osnovu dobijenih rezultata došlo se do sledećih zaključaka:

- da su ispitanici na statističkom nivou saglasni u mišljenju o načinu realizacije psihološke pripreme sportista,
- da su sportisti saglasni u vrednovanju psihološke pripreme kao veoma značajne komponente celokupne pripreme sportista,
- da kod igrača postoji potreba za uvođenjem psihološke pripreme kao redovne pripreme u fudbalske klubove u Vojvodini.

To potvrđuju i podaci da izuzetno visok procenat ispitanika veruje u psihološku pripremu, te da preko polovine ispitanika smatra da bi njenim uvođenjem napredovali kao sportisti i da bi psihološka priprema doprinela njihovoj boljoj komunikaciji kako sa saigračima tako i sa trenerom. Dakle, nesumnjivo je da kod igrača postoji potreba za uvođenjem psihološke pripreme kao redovne pripreme, bar kada su u pitanju fudbalski klubovi u Vojvodini.

Što se tiče načina zadovoljavanja iskazane potrebe, igrači smatraju da bi psihološku pripremu trebalo izvoditi i u pripremnom i u takmičarskom periodu, te da je ona jednako potrebna za sve, odnosno do ne bi trebalo da bude privilegija samo vrhunskih sportista. Takođe, sportisti se ne slažu da psihološku pripremu treba koristiti samo u „kritičnim“ situacijama već smatraju da psihološku pripremu treba uključiti u proces treninga.

Kada je u pitanju mišljenje sportista o potrebi ostalih članova sportske organizacije za realizacijom psihološke pripreme, najveći procenat ispitanih misli da trener (39,7%) ima pozitivan stav prema uvođenju psihološke pripreme u klub, zatim to misle za šefa stručnog štaba (31,4%), a najmanji je broj onih koji misle da je i stav predsednika kluba (17,2) takav. Takođe, sportisti smatraju da trener treba da bude uključen u trening psihološke pripreme sa osobom zaduženom za vođenje psihološke pripreme kao i da je i samom treneru potrebna psihološka priprema. Rezultati do kojih smo došli mogu poslužiti za kreiranje sportske politike u smislu uvođenja psihološke pripreme u klupsku praksu u fudbalskim klubovima Vojvodine, ali i skretanje sportske javnosti na značaj psihološke pripreme sportista u savremenom sportu

LITERATURA

1. Bajraktarević, J.(2004). *Psihološka priprema sportista*. Sarajevo: Univerzitet u Sarajevu.
2. Barić, R.(2006). *Sportski psiholog i psihodijagnostika u sportu*. Zagreb: Kineziološki fakultet.
3. Čokorolo, R.(2009). *Psihologija sporta*. Novi Sad: Akademska knjiga.
4. Moran, A.(2003). *Exploring sport Psychology*. London: Routledge.
5. Packman, S.F.(2008). *Relationship between psychological characteristics and performance in professional football (doctoral theses)*. California: Fordham University.

OPINION OF ATHLETES OF THE NEED REALIZATION OF PSYCHOLOGICAL PREPARATION IN FOOTBALL CLUBS OF VOJVODINA

With the development of sport in the modern economy, the sciences and disciplines of the sport, there IS a need for the interdisciplinary study of sport and as a subject of study and attention of the scientific community now seen psychological preparation of athletes. However, the advantages and importance of psychological preparation of athletes in our environment, through various causes, are still not sufficiently recognized. With the aim of determining the need for the implementation of the psychological preparation of athletes in football clubs in Vojvodina was conducted empirical research (primarily explorative character) on a sample of 204 athletes from 10 clubs from the region of Vojvodina, who are competing in different levels of competition, from the highest to the lowest. This study was conducted descriptive research methods, interviewing techniques and collected data were analyzed using the chi square test theoretical frequency distribution and the C coefficient of contingency. The main results are related to the fact that the players interviewed expressed the need for the implementation of psychological preparation, psychological preparation to be done in preparation and competition period and that it is equally necessary for all and not a privilege of elite athletes. This research, we have concluded that the opinion that the athlete and the coach need psychological preparation and the trainer that I have a positive attitude towards the introduction of psychological preparation for the club. The results that we have obtained can be used to create a sports policy in terms of the introduction of psychological preparation in football clubs in the practice of Vojvodina and the diversion of sports public on the importance of psychological preparation of athletes in modern sport.

Key words: *sport, psychological preparation, football clubs, needs of players, coach.*