

Mirna Andrijašević, Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu, Hrvatska

Žarko Bilić, Fakultet prirodoslovno matematičkih i odgojnih znanosti, Mostar, BiH

Dobromir Bonacin, Kineziološki fakultet Univerziteta u Travniku, BiH

KANONIČKE RELACIJE PROCJENA VJEŽBANJA U SLOBODNOM VREMENU I PARAMETARA OPĆEG STATUSA ODRASLIH MUŠKARACA

1. Uvod

Slobodno vrijeme čovjeka posebna je kategorija unutar ukupnosti njegovog raspolaganja vremenom koje mu je dostupno. Kako se vidi, sloboda je istinsko obilježje slobodnog vremena, već u njegovom terminološkom određenju. Sloboda je ideal suvremenog čovjeka i ništa ga tako ne fascinira, te se smatra vrhovnom vrijednošću života. Ovo posebno vrijedi jer je čovjek usmjeren prema vlastitom razvitku, a temeljni čin ljudske egzistencije je sloboda stvaranja i iskušavanja svijeta i samoga sebe. Prema različitim kulturama, sloboda je antropološka pojava svojstvena samo svjesnom čovjeku, čin je volje, pa se govori i o slobodi volje (*liberum arbitrium*). Fenomenu slobodnog vremena suvremene znanstvene discipline pristupaju s različitih aspekata i na različite načine, te je svaki od ovih pristupa svojevrсни filozofski okvir. Naravno, mnoštvo je određenja pojma slobodnog vremena, gotovo koliko i autora koji ga proučavaju s filozofskog, psihološkog ili pedagoškog stanovišta (Žugić, 2000). Taj fenomen, u vremenu 21. stoljeća, u ozračju postmoderne, znanja i skokovitih promjena posebno je važan i aktualan. Ovo je posebno znakovito jer se u budućnosti mogu očekivati daljnje promjene u količini i kvaliteti provođenja slobodnog vremena, aktivnog sudjelovanja u njegovom osmišljavanju i provođenju te stjecanju novih iskustava u svim prostorima koje obilježava čovjek, jer prema Lakeinu (2001), uzaludno potrošiti svoje slobodno vrijeme znači uzaludno potrošiti svoj život, a gospodariti svojim vremenom znači gospodariti svojim životom i dobiti najviše od njega. Kao opći društveni fenomen, slobodno vrijeme postaje pretpostavka pozitivne orijentacije, značajne pedagoške akcije i očuvanja kvalitete života povećanjem kineziološkog angažmana.

Ovo posebno vrijedi, jer je prema Prevšiću (2000), to prostor i mogućnost interakcije u procesima individualizacije, socijalizacije i inkulturacije, pa time i samoaktualizacije i ostvarenja osobnosti. Više autora nalazi da je to ono vrijeme u kojemu čovjeka prepoznajemo kao *homo univerzalisa*, *homo ludensa* i *homo autocreatora* (Huizinga, 1992), ali i način da se ostvare vlastite težnje na društveno podnošljiv način (Plenković, 2000), kao i mogućnosti prepoznavanja "skrivenih sudgojitelja" koji se javljaju u slobodnom vremenu (Vukasović, 2000). Ono što je dugoročno izrazito značajno, to su kontinuirani efekti svih pedagoških djelovanja u životu čovjeka kad izađe iz školskih institucija i kroz njegov cijeli životni vijek. Zato je posebno zanimljivo istražiti položaj parametara slobodnog vremena u odnosu na opće pokazatelje statusa, i to naročito u odnosu na nastupajuće promjene (Ilišin, 2000). Ovo iz razloga što će takve promjene dugoročno trajno obilježavati život i ponašanje čovjeka u njegovoj zrelosti iza 18. godine života.

2. Cilj

Stavovi o tjelesnom vježbanju i mogućnostima ispunjenja slobodnog vremena uz pomoć kinezioloških aktivnosti nisu samo sebi svrha, je se tegobe modernog načina života iskazuju na brojnim područjima ljudskog djelovanja, pa sport za sve i vježbanje u suvremenoj koncepciji života doprinose višoj kvaliteti života (Willis, & sur., 1992; Andrijašević, 2000; Corbin, & sur., 2002; Lustyk, 2004; Acree, & sur., 2006; Andrijašević, 2007). Na temelju svega toga, postaje jasno zašto su stavovi o vježbanju u slobodnom vremenu direktno povezani s parametrima općeg statusa, iako postoje mnoge stratifikacijske diferencijacije, kao i različitosti generirane iz raznih izvora koje se reflektiraju na vidljive oblike odnosa ovih dvaju prostora. Zato je temeljni cilj ovog istraživanja utvrđivanje relacija između parametara općeg statusa i stavova prema mogućnostima kvalitetnog angažmana kineziološkim aktivnostima u slobodnom vremenu.

3. Uzorak i metode

U ovom istraživanju obrađeno je 319 ispitanika muškog spola u dobi od 19 do 67 godina iz Srednje Bosne (Kiseljak, Vitez, Rama, Prozor, Busovača...). Svi su ispitanici bez posebno vidljivih kognitivnih, konativnih i socioloških aberacija koje bi mogle bitno utjecati na rezultate istraživanja. Inicijalni podaci prikupljeni su anketom (autor Andrijašević M. 2006.) koja je sadržavala 16 varijabli. Primijenjeno je 9 varijabli koje opisuju slobodno vrijeme i 7 varijabli općeg statusa. Varijable koje opisuju slobodno vrijeme su: procjena slobodnog vremena (SSLO), planiranje slobodnog vremena (SVPL), način provođenja slobodnog vremena (SVPR), prisutnost sportskih aktivnosti u slobodnom vremenu (SVAK), važnost sportske aktivnosti u organizaciji slobodnog vremena (SVOA), sportske aktivnosti uz više slobodno vremena (SVDA), razlozi za izostanak bavljenja sportskim aktivnostima (SVRA), spremnost ulaganja novca za bavljenje sportskim aktivnostima u slobodnom vremenu (SVNO) i interes za aktivnosti u mogućem slobodnom vremenu (SVKO). Za opis općeg statusa odabrane su varijable: kvalifikacija (OKVA), bračno stanje (OBRA), dob (OUZR), broj djece (ODJE), radni staž (OSTA), zadovoljstvo poslom (OPOS) i zadovoljstvo primanjima (OPLA). Dihotomne varijable definirane su pomoću 3 modaliteta ponuđenih tvrdnji (potpuno slaganje, djelomično slaganje, neslaganje). Nakon preliminarnе pripreme kategorijalnih podataka normalizacijom izvršena je kanonička korelacijska analiza (Bonacin, 2004).

4. Rezultati i diskusija

Prema rezultatima u tablici 1., zaključuje se da su stvorene dvije značajne kanoničke linearne kombinacije s osrednjim vrijednostima kanoničkih korelacija (0.45 i 0.35). Struktura kanoničkih faktora je, već na prvi pogled iznimno kompleksna.

	K1	K2
SSLO	-0.45	0.54
SVPL	0.56	0.18
SVPR	0.62	0.19
SVAK	0.25	0.61
SVOA	0.27	0.11
SVDA	0.57	0.47
SVRA	-0.02	-0.63
SVNO	0.16	0.32
SVKO	0.35	0.29
	K1	K2
OKVA	0.61	0.62
OBRA	0.64	-0.58
OUZR	0.11	-0.37
ODJE	0.51	-0.59
OSTA	0.26	-0.38
OPOS	0.49	0.16
OPLA	-0.04	0.34
R	0.45	0.35
R2	0.20	0.12
HI	142.78	74.32
DF	63.00	48.00
W	0.63	0.79
P	0.000	0.011

Tablica 1. Rezultati kanoničke korelacijske analize

(K1, K2=kanonički faktori, R=kanonička korelacija, R2=kanonička determinacija, Hi=hi-kvadrat test, DF=stupnjevi slobode, W=Wilks lambda, P=probabilitet)

Prvi kanonički faktor je definiran gotovo svim varijablama koje opisuju mogućnost vježbanja u slobodnom vremenu, a također i gotovo svim varijablama općeg statusa, sve sa osrednje velikim projekcijama koje se kreću u rasponu od 0.25 do 0.64. Tako se može reći da se ponaša kao opći kanonički faktor. Drugi kanonički faktor, što je donekle neuobičajeno, također ima veliki broj projekcija slično kao i prvi faktor, što govori o činjenici da u tretiranom uzorku egzistiraju dvije relativno ravnopravne latentne kanoničke dimenzije, koje treba detaljnije promotriti.

Rezultati navedene kanoničke analize (tablica 1.), pokazuju da u uzorku egzistiraju dva različita mehanizma strukturiranja relacija između kineziološkog angažmana u slobodnom vremenu i nekih parametara općeg statusa. Prvi kanonički faktor je prvenstveno obilježen pozitivnim projekcijama varijabli planiranja slobodnog vremena (0.56), načinom provođenja slobodnog vremena (0.62), sportskim aktivnostima uz više slobodnog vremena (0.57) i interesom za aktivnosti u slobodnom vremenu (0.35). U nešto

slabijoj mjeri tu se prepoznaju i važnost sportskih aktivnosti u organizaciji slobodnog vremena (0.27), prisutnost sportskih aktivnosti u slobodnom vremenu (0.25) i spremnost financiranja takvih aktivnosti u slobodnom vremenu (0.16). Jedina negativno projicirana varijabla je procjena postojanja slobodnog vremena (-0.45), dok su razlozi za izostanak aktivnosti nulti. U prostoru parametara općeg statusa primjetna je cijela serija pozitivno projiciranih varijabli: bračno stanje (0.64), stupanj obrazovne kvalifikacije (0.61), broj djece (0.51), zadovoljstvo poslom (0.49), te nešto niža projekcija radnog staža (0.26).

Uzrast ispitanika i zadovoljstvo primanjima nemaju utjecaja na ovu kanoničku dimenziju. Na temelju tih pokazatelja može se reći da se radi o **generalnom pozitivnom stavu prema tjelesnom vježbanju u slobodnom vremenu s direktnim relacijama prema ukupnom socijalnom i bračnom statusu**. Očito je da ispitanici nedvojbeno dovode u vezu porodični i poslovni status s blagodatima tjelesnog vježbanja, ali je također očito i to da nemaju dovoljno slobodnog vremena za realizaciju svih tih težnji (procjena slobodnog vremena = -0.45). Na ovaj način gledano, može se pretpostaviti da ispitanici teže kvalitetnije oblikovati svoj život i pri tome nalaze da je tjelesno vježbanje u slobodnom vremenu bitan čimbenik osiguranja kvalitete života. Tako ispada da ispitanici nemaju dovoljno slobodnog vremena za kineziološku aktivaciju, ali dobro znaju koliki je njegov značaj i kako bi ga koristili, te da nemaju opće statusnih restrikcija u tom smislu.

Drugi kanonički faktor, međutim, pokazuje sasvim drugačiji karakter. Najviše pozitivne projekcije iz prostora slobodnog vremena su prisutnost aktivnosti u slobodnom vremenu (0.61), slobodno vrijeme (0.54), aktivnosti uz više slobodnog vremena (0.47), te nešto nižih projekcija: spremnost ulaganja novca (0.32) i interes za aktivnosti (0.29). Na negativnoj strani i s najvišom projekcijom su jedino razlozi za izostanak bavljenja kineziološkim aktivnostima (-0.63). U prostoru indikatora općeg statusa, na pozitivnoj strani je jedino kvalifikacija ispitanika (0.62), te donekle zadovoljstvo primanjima (0.32). Sve ostale varijable imaju negativni predznak: broj djece (-0.59), bračno stanje (-0.58), radni staž (-0.38) i uzrast (-0.37). Ovdje se očito radi o mlađim ispitanicima, s malo radnog staža, uglavnom bez djece i bez bračnih obveza. Kad se ovi indikatori povežu s drugim kanoničkim faktorom u prostoru pokazatelja vježbanja u slobodnom vremenu, dobije se vrlo jasna situacija premo kojoj mlađe osobe u uzorku imaju izrazito nepovoljan opći socijalni okvir, pa iako se pomalo bave aktivnostima, pronalaze brojne razloge za izostanak bavljenja sportskim aktivnostima (-0.63). Uopće im nije svojstveno planiranje slobodnog vremena, a ni organizacija slobodnog vremena uz pomoć sportskih aktivnosti. **Očito se radi o stihijskom i nesustavnom pristupu mlađih osoba, kako slobodnom vremenu, tako i vježbanju kao važnom dijelu ukupne kvalitete života**. Iz ovoga neprijeporno slijedi zaključak da su mlađe osobe u uzorku slabo integrirane u procese sustavnog tjelesnog vježbanja u slobodnom vremenu.

5. Zaključak

Opisanim postupkom dobivene su latentne kanoničke dimenzije koje opisuju dva različita pristupa obogaćivanju slobodnog vremena tjelesnim vježbanjem, a sve u vezi s indikatorima općeg statusa. Čini se da se uzorak odraslih muškaraca može sasvim vjerodostojno raslojiti na dva tipa ponašanja, pri čemu je jedan tip obilježen generalno poziti-

tivnim stavom, porodici i poslu orijentiranih muškaraca prema vježbanju u slobodnom vremenu, a drugi tip generalno stihijskim pristupom mlađih osoba ovom fenomenu današnjice. Vjerojatno bi trebalo poduzeti ozbiljnije edukacijske akcije kako bi se ovakva pozicija promijenila, i to kod jednog i drugog tipa ponašanja. Naime, značajke opisane prvim kanoničkim faktorom pokazuju da porodični i poslovni ljudi imaju manjak slobodnog vremena, pa bi se u tom smislu mogle inicirati određene akcije ili aktivnosti, koje ne bi ugrožavale ni integritet porodice ni posla. S druge strane, mlađim ljudima bi trebalo osigurati bolju edukaciju o sustavnom djelovanju kojom bi se eventualno poboljšalo stanje opisano drugim kanoničkim faktorom.

Kako se moglo vidjeti, u uzorku od 319 odraslih ispitanika muškog spola, opisano sa 16 varijabli indikatora vježbanja u slobodnom vremenu i parametara općeg statusa, kanoničkom korelacijskom analizom je prepoznato dvojno ponašanje, koje se moglo dosta jasno identificirati kao sklonost ozbiljnijem ponašanju i planiranju vježbanja porodičnih osoba, te sklonost stihijskim aktivnostima mlađih osoba.

Literatura

1. Acree, L.S., Longfors, J., Fjeldstad, A.S., Fjeldstad, C., Schank, B., Nickel, K.J., Montgomery, P.S., & Gardner, A.W. (2006) Physical activity is related to quality of life in older adults. *Health and quality of life outcomes*, 4(37), 2-11.
2. Andrijašević M. (2007). Sport za sve u funkciji unapređenja kvalitete života. U M.Andrijašević (Ur.), *Zbornik radova Međunarodne znanstveno-stručne konferencije "Sport za sve u funkciji unapređenja kvalitete života"*, Zagreb, 2007 (pp. 3-10), Zagreb: Fakultet za fizičku kulturu.
3. Andrijašević, M. (2000) *Rekreacijom do zdravlja i ljepote*. Zagreb: Fakultet za fizičku kulturu.
4. Bonacin, D. (2004) *Uvod u kvantitativne metode*. Kaštela: Vlastito izdanje.
5. Corbin, B.C., Lindsey, R., Welk, J.G., & Corbin, R.W. (2002) *Concepts of fitness and wellness*. New York: Mc Graw Hill.
6. Huizinga, J. (1992) *Homo ludens: o podrijetlu kulture u igri*. Zagreb: Naprijed.
7. Ilišin, V. (2000) Promjene u slobodnom vremenu mladih. *Napredak*, 141(4), 419-429.
8. Lakein, A. (2001) *Kako ovladati svojim slobodnim vremenom i svojim životom*. Varaždin: Katarina Zrinska.
9. Lustyk, M.K.B., Widman, L., Paschane, A.A.E., & Olson, K.C. (2004) Physical activity and quality of life: Assessing the influence of activity frequency, intensity, volume and motives. *Behavioral medicine*, 30(1), 124-131.
10. Plenković, J. (2000) *Slobodno vrijeme mladeži*. Rijeka: Sveučilište u Rijeci.
11. Previšić, V. (2000) Slobodno vrijeme između pedagogijske teorije i odgojne prakse, *Napredak*, 141(4), 403-410.
12. Vukasović, A. (2000) Sve veća važnost odgoja u slobodnom vremenu. *Napredak*, 141(4), 448-457.
13. Willis, J.D., & Campbell, L.F. (1992) *Exercise psychology*. Champaign, IL: Human Kinetics.
14. Žugić, Z. (2000) *Sociologija sporta*. Zagreb: Fakultet za fizičku kulturu.

SUMMARY

In this research, we process 319 male entities aged 19-57 years from Middle Bosnia. Initial data were collected with questionnaire that concerns 16 variable, 9 for free time estimation and 7 for estimation of global status. Data were processed with canonical correlation analysis. Inside total sample we found bimodal character of value system connected with exercise. First canonical factor shows an existence of real value of exercise in free time, mostly with middle aged entities with families and job oriented people without enough free time. Second canonical factor identify younger people, without business or family obligations, but without systematic tendencies of exercise in free time regime, and with excuses for avoiding such activities. It was concluded that serious educational actions should be applied for this situation change with entities of both types of explained behavior. Family people should find better offer of organized activities, and for other (probably younger) it is necessary to apply more basic education about total quality of actual status and future life.

Key words: exercise, family status, unsistematic, young persons



Dušan Simonović predsjednik COK-a ,pozdravio je učesnike Kongresa