

# Stavovi sportaša prema sportskim psiholozima

---

Gorkič, Monika

Master's thesis / Diplomski rad

2023

Degree Grantor / Ustanova koja je dodijelila akademski / stručni stupanj: **University of Zagreb, Faculty of Humanities and Social Sciences / Sveučilište u Zagrebu, Filozofski fakultet**

Permanent link / Trajna poveznica: <https://um.nsk.hr/um:nbn:hr:131:010357>

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

Download date / Datum preuzimanja: **2024-07-17**



Sveučilište u Zagrebu  
Filozofski fakultet  
University of Zagreb  
Faculty of Humanities  
and Social Sciences

Repository / Repozitorij:

[ODRAZ - open repository of the University of Zagreb  
Faculty of Humanities and Social Sciences](#)



Sveučilište u Zagrebu

Filozofski fakultet

Odsjek za psihologiju

**STAVOVI SPORTAŠA PREMA SPORTSKIM PSIHOLOZIMA**

Diplomski rad

Monika Gorkič

Mentorica: prof. dr. sc. Željka Kamenov

Zagreb, 2023.

## IZJAVA

Pod punom moralnom odgovornošću izjavljujem da sam ovaj rad izradila samostalno te da u njemu nema kopiranih, prepisanih ili preuzetih dijelova teksta tuđih radova koji nisu propisno označeni kao citati s navedenim izvorom iz kojeg su preneseni.

U Zagrebu, 15. 04. 2023.

Monika Gorkič

## Sadržaj

Uvod .....	1
<i>Stavovi prema sportskim psiholozima .....</i>	<i>2</i>
<i>Individualne razlike u stavovima prema sportskim psiholozima .....</i>	<i>2</i>
<i>Kulturalne razlike u stavovima prema sportskim psiholozima .....</i>	<i>4</i>
<i>Vjerovanje u mogućnost promjene i samoeфикаsnost .....</i>	<i>5</i>
Cilj, problemi i hipoteze istraživanja .....	7
Metoda .....	8
<i>Predistraživanje – konstrukcija skale .....</i>	<i>8</i>
<i>Glavno istraživanje .....</i>	<i>9</i>
<i>Sudionici .....</i>	<i>9</i>
<i>Postupak .....</i>	<i>11</i>
<i>Instrumenti .....</i>	<i>11</i>
Rezultati .....	13
Rasprava .....	20
<i>Metodološki nedostaci .....</i>	<i>27</i>
<i>Teorijske i praktične implikacije .....</i>	<i>28</i>
Zaključak .....	29
Literatura .....	30
Prilozi .....	34

## **Stavovi sportaša prema sportskim psiholozima**

### **Athletes' attitudes towards sports psychologists**

Monika Gorkič

#### SAŽETAK

Cilj ovog istraživanja bio je identifikacija individualnih i psiholoških obilježja punoljetnih sportaša natjecatelja poput roda, dobi, veličine mjesta u kojem su sportaši proveli većinu svojih života, vrste sporta (individualni/timski), dužine bavljenja sportom, samoeфикаsnosti, znanja o području djelovanja sportskih psihologa, zadovoljstva prethodnom suradnjom sa sportskim psiholozima te spremnosti na suradnju sa sportskim psiholozima koja su povezana sa stavovima sportaša prema sportskim psiholozima. Osim toga, cilj je bio i utvrđivanje doprinosa ispitivanih varijabli u objašnjavanju individualnih razlika u stavovima sportaša prema sportskim psiholozima. U istraživanju je sudjelovalo 270 sportaša natjecatelja oba spola, a u svrhu mjerenja stavova konstruirana je skala stavova sportaša prema sportskim psiholozima. Rezultati su pokazali značajnu povezanost stavova sportaša prema sportskim psiholozima s rodom, dobi, vrstom sporta, samoeфикаsnosti, zadovoljstvom prethodnom suradnjom sa sportskim psiholozima te spremnosti na suradnju sa sportskim psiholozima. Značajan su samostalni doprinos u objašnjavanju individualnih razlika u stavovima sportaša prema sportskim psiholozima imali rod, dob te samoeфикаsnost. U konačnici, rezultati su pokazali da je oko 78% sudionika ovog istraživanja spremno na individualni rad sa sportskim psihologom.

*Ključne riječi:* sportska psihologija, stavovi sportaša, samoeфикаsnost, individualne razlike, skala stavova

#### ABSTRACT

The aim of this research was to identify individual and psychological characteristics of adult competitive athletes, such as gender, age, size of the town where athletes spent most of their lives, type of sport (individual/team), length of time spent in sports, self-efficacy, knowledge of the field of sports psychology, satisfaction with previous cooperation with sports psychologists, and willingness to cooperate with sports psychologists, which are associated with athletes' attitudes

towards sports psychologists. Additionally, the goal was to determine the contribution of these variables in explaining individual differences in athletes' attitudes towards sports psychologists. The study included 270 male and female competitive athletes, and a scale of athletes' attitudes towards sports psychologists was constructed for the purpose of measuring attitudes. The results showed a significant correlation between athletes' attitudes towards sports psychologists and gender, age, type of sport, self-efficacy, satisfaction with previous cooperation with sports psychologists, and willingness to cooperate with sports psychologists. Gender, age, and self-efficacy made a significant independent contribution in explaining individual differences in athletes' attitudes towards sports psychologists. Ultimately, the results showed that around 78% of the participants in this study were willing to engage in individual work with a sports psychologist.

*Key words:* sports psychology, athletes' attitudes, self-efficacy, individual differences, attitudes scale

## UVOD

Sport je tisućama godina dio kulture brojnih naroda, nekadašnjih i sadašnjih. Kako se svijet oko nas mijenjao i razvijao, tako su i percepcija te rasprostranjenost sporta evoluirale. Svjedoci smo vremena u kojem je sport vrlo važan aspekt života brojnih ljudi, obitelji i nacija, te se sve veći broj pojedinaca odlučuje baviti sportom, bilo rekreativno, ili profesionalno. Sport je odavno nadišao kategoriju zabave i hobija, te mu se shodno tome posvećuje sve veća količina financijskih resursa, ali i znanstvene pažnje. Još donedavno smatralo se kako je za uspješno bavljenje sportom potrebna isključivo tjelesna spremnost i snaga, no u posljednjim godinama sportska zajednica uključuje veći broj različiti stručnjaka no ikada. Sada se sportašima i timovima, uz trenere, bave fizioterapeuti, nutricionisti, marketinški i brojni drugi stručnjaci. Osim njih, sve veću pozornost plijene i sportski psiholozi, zbog naglašene važnosti mentalne sprema sportaša.

Sportski psiholozi stručnjaci su koji pomažu profesionalnim i amaterskim sportašima premostiti razne probleme, poboljšati njihovu izvedbu te postići ciljeve (Cox i Cox, 2002). Korisnost sportskih psihologa je vidljiva u brojnim aspektima uspjeha te mentalne snage sportaša, primjerice sportaši koji su se za utakmice pripremali uz pomoć sportskih psihologa osjećali su značajno manju razinu anksioznosti od onih sportaša koji nisu surađivali sa sportskim psiholozima (Parmar i sur., 2017). Nadalje, sportski psiholozi sportaše podučavaju brojnim mentalnim tehnikama koje im omogućavaju značajno veću mentalnu snagu, kontrolu emocija te otpuštanje stresa (Crust i Azadi, 2010). Jeong i suradnici (2021) u svojem su radu dobili značajnu pozitivnu povezanost između učenja tehnike postavljanja ciljeva te posljedičnog ostvarivanja istih tih ciljeva kod sportaša koji su učili postavljati ciljeve uz sportskog psihologa. Pojava sportske psihologije poprilično je recentna, te je njezina prisutnost iz godine u godinu sve veća. Zadnjih se godina sve veći broj sportaša obraća sportskim psiholozima te postaju traženiji no ikada prije (Weir, 2018). Brojne su države investirale izdašne količine novca kako bi se utemeljile sportske akademije i instituti, a njihova je uloga omogućiti sportašima pristup uslugama i objektima koji su im potrebni za treniranje, natjecanja te pobjeđivanje na najvišim razinama (New Zealand Academy of Sport, 2003, prema Anderson i sur., 2004). Također, u mnogim državama, mahom razvijenim zapadnim zemljama, pokrenuto je više od stotinu poslijediplomskih studija u primijenjenoj sportskoj psihologiji s ciljem edukacije dostatnog broja stručnjaka koji bi bili na raspolaganju sportašima svih dobi, razina natjecanja te sportova kojima se bave (Burke i sur., 2004).

Barić (2006) navodi da je psihologija sporta mlada disciplina te se zbog toga interesne sfere sportskih psihologa još uvijek šire, no najčešće djeluju u primijenjenom te istraživačkom kontekstu. Prema popisu Hrvatske psihološke komore iz 2019. godine, u Hrvatskoj je bilo 40 licenciranih sportskih psihologa, no samo nekolicina zaista radi kao sportski psiholog. Ova nam brojka govori da je i dalje broj sportskih psihologa koji rade u praksi mali s obzirom na broj sportaša u Republici Hrvatskoj, kojih je prema podacima Ministarstva turizma i sporta Republike Hrvatske u 2020. godini bilo 282 732. Ipak, zbog sve većeg broja sportaša koji su javno istupili i govorili o važnosti rada sa sportskim psiholozima, sve više se pažnje posvećuje temi sportske psihologije te razgovoru o tome na koje sve načine sportski psiholozi mogu doprinijeti dobrobiti sportaša.

### *Stavovi prema sportskim psiholozima*

Stavovi sportaša prema sportskim psiholozima tema su istraživanja u posljednjih nekoliko desetljeća. Stavovi su krucijalne odrednice ljudskoga ponašanja te mogu imati utjecaja na čitav niz ishoda u životu pojedinca, uključujući i uspjehe u sportu (Weinberg i Gould, 2015). Stavovi obuhvaćaju pojedinčev cjelokupni pogled na specifičnu situaciju te mogu u značajnoj mjeri utjecati na to kako osoba percipira događaje i reagira na izazove (Weinberg i Gould, 2015). Korištenje raznovrsnih psiholoških tehnika u sportu iz godine u godinu postaje sve popularnije, te je razumijevanje stavova koje sportaši imaju prema njima i sportskim psiholozima ključno kako bi se na uspješan način implementirale u treninge.

Stavovi sportaša prema sportskim psiholozima mogu varirati u velikoj mjeri, prvenstveno ovisno o nekim individualnim osobinama svakog sportaša ponaosob, o prethodnim iskustvima koje je sportaš imao sa sportskim psiholozima te o nekim kulturalnim razlikama (Greenleaf i Mitchell, 2015).

### *Individualne razlike u stavovima prema sportskim psiholozima*

Jedno od temeljnih pitanja kojim su se istraživanja u području sportske psihologije bavila je pitanje stavova koje sportaši imaju prema sportskim psiholozima. Brojna su se istraživanja bavila individualnim razlikama među sportašima te njihovom povezanošću sa stavovima prema sportskim psiholozima. Često je istraživana razlika u stavovima s obzirom na rod. Muški sportaši u većoj su mjeri skloni stigmatizirati savjetovanje sa sportskim psihologom, te je veća vjerojatnost da će pokušati samostalno riješiti svoje probleme, bez traženja pomoći (Martin i sur., 2004).



Nadalje, muški sportaši koji se bave kontaktnim sportovima (poput američkog nogometa ili hrvanja) imaju još negativnije stavove prema sportskim psiholozima od sportaša koji se bave beskontaktnih sportovima, te percipiraju sintagme poput „psihološke vještine“ ili „psihološke usluge“ neprivlačnima (Martin i sur., 2004). Osim roda, istraživanja su se bavila i vrstom sporta kojim se pojedinac bavi. Sportaši koji se bave individualnim sportovima u većoj mjeri imaju pozitivne stavove prema savjetovanju sa sportskim psihologom te u njih imaju više povjerenja od sportaša koji se bave timskim sportovima (Rooney i sur., 2021). Iako u navedenom istraživanju nije pronađena rodna razlika u stavovima prema sportskim psiholozima, pronađena je značajna razlika između sudionika koji su imali prethodno iskustvo rada sa sportskim psiholozima te onih koji to iskustvo nisu imali. Sportaši koji su se u nekom trenutku obratili sportskim psiholozima te s njima surađivali imali su u prosjeku pozitivnije stavove prema sportskoj psihologiji od onih sudionika istraživanja koji nisu imali prethodnih iskustava sa sportskim psiholozima (Rooney i sur., 2021). Nadalje, istraživanja potvrđuju da je prethodno iskustvo suradnje sportaša sa sportskim psiholozima prediktivno za stavove koje sportaši imaju prema sportskim psiholozima, ali i za otvorenost ka suradnji u budućnosti. Oni sportaši koji imaju prethodna iskustva suradnje sa sportskim psiholozima imali su značajno pozitivnije stavove prema sportskim psiholozima te su iskazivali manje zabrinutosti oko buduće suradnje sa psiholozima od onih sportaša koji nisu imali prethodnih iskustava suradnje (Martin i sur., 2004). Ovaj nalaz repliciran je nekoliko puta, te potencijalni izvor dobivenih razlika leži u stigmatizaciji sportske psihologije – oni sportaši koji nisu surađivali sa sportskim psiholozima skloniji su ovu vrstu savjetovanja u većoj mjeri poistovjećivati s kliničkim savjetovanjem, a ono se najčešće veže uz pojavu određenih vrsta smetnji ili psihopatologije (Gee, 2005, prema Rooney i sur., 2021).

Van Raalte i suradnici (1996) ustvrdili su da sportaši percipiraju sportske psihologe vrlo slično kao i ostale stručnjake koji se bave mentalnim zdravljem, što, gledajući trendove posljednjih godina, pozitivno utječe na percepciju sportskih psihologa, jer se stručnjaci koji se bave mentalnim zdravljem kontinuirano kroz vrijeme percipiraju sve pozitivnije. Ipak, naglašavaju važnost educiranja sportaša i ostale populacije o specifičnostima djelovanja različitih stručnjaka te o njihovoj važnosti za očuvanje i poboljšanje mentalnog zdravlja. Nije poznat podatak o znanju hrvatskih sportaša o području djelovanja sportskih psihologa.

U prethodnim istraživanjima nije dan jednoznačan odgovor na pitanje kako dužina bavljenja sportom utječe na stavove sportaša prema sportskim psiholozima. Naime, sportaši koji se duže bave sportom vjerojatnije su sami razvili neke mentalne tehnike koje im pomažu ostvariti dobre rezultate te iz tog razloga vide manje koristi u suradnji sa sportskim psiholozima. S druge strane moguće da su u svojoj dužoj sportskoj karijeri naišli na više izazova i prepreka, te iz tog razloga u većoj mjeri prepoznaju ulogu i važnost suradnje sa sportskim psiholozima (Lane i Lane, 2009).

Korisnost rada sa sportskim psiholozima te primjenjivanja naučenih tehnika potvrđena je u brojnim istraživanjima, no sportska psihologija nije ograničena samo na individualan rad sa sportašima. Tehnike koje koriste sportski psiholozi korisne su za povećavanje kohezivnosti timova te unapređivanje timske izvedbe (Donohue i sur., 2004). Povrh toga, sportski psiholozi nerijetko rade i s trenerima kako bi u što većoj mjeri razvili trenerske tehnike i znanja (Jowett i Meek, 2000, prema Reverter-Masía i sur., 2008). Unatoč znanstvenim istraživanjima koja pronalaze značajne pozitivne efekte na sportaševe uspjehe, mentalnu snagu te samopouzdanje, još uvijek se brojni sportaši opiru radu sa sportskim psiholozima. Dio sportaša, prvenstveno muškaraca, ne odlučuje se na suradnju sa sportskim psiholozima jer ne žele biti percipirani slabima, odnosno ne žele pokazati da im je potrebna bilo koja vrsta usluga koje se vežu uz područje djelatnosti psihologa (Yambor i Connelly, 1991). S druge strane, dio sportaša nije motiviran za rad sa sportskim psiholozima jer smatraju da im neće koristiti (Martin i sur., 2002). Shodno ovim nalazima, moguće je individualne razloge za opiranje suradnji sa sportskim psiholozima svesti na dva faktora: sram, te percipiranu (ne)korisnost rada sa sportskim psiholozima. Iako ne postoje istraživanja koja ispituju direktnu povezanost stavova sportaša prema sportskim psiholozima i traženja pomoći od sportskih psihologa, nalazi pokazuju da očekivanja od savjetovanja utječu na stavove sportaša studenata prema traženju pomoći (Watson, 2005). Također, istraživanja sugeriraju da stariji sudionici pokazuju značajno pozitivnije stavove prema traženju pomoći od mlađih sudionika (Mackenzie i sur., 2008).

#### *Kulturalne razlike u stavovima prema sportskim psiholozima*

Osim individualnih razlika, važan prediktor stavova prema sportskim psiholozima jesu i kulturalne razlike - sportaši iz zapadnih država (Velika Britanija) imaju značajno pozitivnije stavove prema sportskim psiholozima od sportaša iz istočnih država (Singapur i Kina). Sportaši

koji su dio istočnjačkih kultura skloniji su u većoj mjeri stigmatizirati savjetovanje sa sportskim psiholozima te su manje otvoreni ka suradnji sa sportskim psiholozima od sportaša iz zapadnjačkih kultura (Ong i Harwood, 2018). Jedno od ponuđenih objašnjenja za ove rezultate jest razlika u kulturalnim vrijednostima između istoka i zapada, odnosno naglasku na zadržavanju emocija za sebe te izdržavanja boli radi društvene harmonije u istočnjačkim kulturama. Jedan od načina proučavanja razlika između kultura je primjenjivanje Hofstedeova kulturalnog modela, koji uključuje proučavanje dimenzija distance moći, izbjegavanje neizvjesnosti, individualizam/kolektivizam, maskulinitet/femininitet, prepuštenost/suzdržanost te dugoročna /kratkoročna orijentacija (Hofstede, 2011). U kontekstu stavova sportaša prema sportskim psiholozima, posebno je interesantna dimenzija individualizma/kolektivizma, jer se pretpostavlja da rezultat na toj dimenziji utječe na sami stav sportaša prema savjetovanju sa sportskim psihologom (Ong i Harwood, 2018). Hrvatska je nakon osamostaljenja počela svoju transformaciju iz kolektivističke u individualističku kulturu, no i dalje se ne može uspoređivati sa zemljama zapada na dimenziji individualizma (Rajh i sur., 2016). Zbog toga je zanimljivo proučiti stavove sportaša u Hrvatskoj prema sportskim psiholozima, iz perspektive države koja prolazi kroz kulturalnu tranziciju iz kolektivismu ka individualizmu.

#### *Vjerovanje u mogućnost promjene i samoefikasnost*

Prethodna su se istraživanja u značajno manjoj mjeri bavila psihološkim varijablama koje mogu imati utjecaj na stavove sportaša prema sportskim psiholozima te općenito stavovima prema traženju pomoći. Jedan od konstrukata koja ima značajan utjecaj na traženje pomoći je vjerovanje u mogućnost promjene, a odnosi se na pojedinčevo uvjerenje da može promijeniti ili poboljšati neki aspekt svojeg života ili ponašanja – ovo vjerovanje može imati značajan efekt na pojedinčevu motivaciju, trud i, u konačnici, sposobnost da se promijeni (Prochaska i DiClemente, 1983). Vjerovanje u mogućnost promjene je širok konstrukt, te je povezan s brojnim drugim konstruktima. Između ostaloga, vjerovanje u mogućnost promjene nužan je preduvjet da bi se kod pojedinca mogla razviti samoefikasnost (Bandura, 1997).

Samoefikasnost se smatra jednom od najznačajnijih psiholoških varijabli koja je povezana s uspjehom sportaša (Feltz, 1988, prema Rasmusen, 2016). Samoefikasnost možemo definirati kao vjerovanje pojedinca da ima sposobnosti koje mu omogućavaju izvršavanje nekog zadatka, ispunjavanje zahtjeva i posljedično ostvarivanje njegovih ciljeva (Krleža, 2021). Istraživanja

pokazuju da postoji pozitivna i značajna veza između samoeфикаsnosti i izvedbe sportaša, odnosno da visoka opća samoeфикаsnost značajno doprinosi pojedinčevu uspjehu (Sivrikaya, 2018). Nadalje, nekolicina autora navodi da je samoeфикаsnost moguće generalizirati, pa se, primjerice, primjenom tehnika koje uključuju razvijanje opće samoeфикаsnosti može poboljšati opće samopouzdanje, koje se posljedično iskazuje u brojnim aspektima života, a ne samo u sportu (Holloway i sur., 1988).

Samoeфикаsnost je jedan od najistraživanijih konstrukata u psihologiji, te se često proučava njegova povezanost s brojim drugim konstruktima. Tako su Gupta i Kumar (2010) pronašli pozitivnu i značajnu korelaciju između samoeфикаsnosti i mentalnog zdravlja, a Schunk i Swartz (1993) u svojem su istraživanju pronašli da samoeфикаsnost pozitivno korelira s orijentacijom na zadatak prilikom postavljanja ciljeva, koja je posebno bitna ukoliko se ciljevi žele postaviti na način koji će facilitirati proces ostvarivanja tih ciljeva. Iako ne postoje istraživanja koja direktno povezuju samoeфикаsnost i stavove prema sportskim psiholozima, brojna su istraživanja dovela u vezu samoeфикаsnost i promjenu ponašanja (Strecher i sur., 1986). Zbog važnosti samoeфикаsnosti u kontekstu sportskog uspjeha, postoji interes za istraživanjem povezanosti samoeфикаsnosti i stavova sportaša prema sportskim psiholozima.

Unatoč tome što je sportska psihologija sve afirmiranija i prihvaćenija među sportašima u Hrvatskoj, postoji puno prostora za napredak. Iako postoji mnoštvo načina na koje se sportska psihologija može približiti sportašima, jedna od osnovnih metoda je edukacija onih kojima nedostaje znanja o tome što sportski psiholozi jesu te čime se bave. Nadalje, identifikacija onih osobina ili obilježja sportaša koji imaju negativnije stavove prema sportskim psiholozima omogućila bi uvid u to s kojim je skupinama sportaša potrebno raditi na osvješćivanju važnosti mentalne snage u sportu te o ulozi sportskih psihologa u mentalnoj pripremi.

Naposljetku, rezultati istraživanja Goulda i suradnika (2002) sugeriraju da pozitivni stavovi u sportu doprinose izvedbi te sveukupnoj dobrobiti sportaša, a sportski psiholozi mogu pomoći sportašima u razvoju pozitivnih stavova podučavajući ih tehnikama uz pomoć kojih mogu upravljati svojim mislima, emocijama i u konačnici, ponašanjima. Zbog svega navedenoga, smatramo da je važno doznati kakve stavove sportaši u Hrvatskoj imaju prema sportskim psiholozima, te ustvrditi neke od odrednica tih stavova. Također, cilj nam je doznati koliki udio sportaša je do sada koristio usluge sportskih psihologa i koliko ih je na takvu suradnju spremno u

budućnosti, kao i procijeniti znanje koje hrvatski sportaši imaju o području djelovanja sportskih psihologa.

## **CILJ, PROBLEMI I HIPOTEZE ISTRAŽIVANJA**

Cilj ovog istraživanja je identifikacija pojedinih individualnih, psiholoških i iskustvenih obilježja punoljetnih sportaša natjecatelja koja su povezana sa stavovima sportaša prema sportskim psiholozima, kao i utvrđivanje značajnih samostalnih doprinosa tih obilježja u objašnjavanju individualnih razlika u stavovima sportaša prema sportskim psiholozima.

*Problem 1.* Ispitati ulogu roda, dobi, veličine mjesta u kojem su sudionici proveli većinu svojeg života, vrste sporta (individualni ili timski), godina treniranja, samoefikasnosti te znanja o području djelovanja sportskih psihologa u objašnjenju individualnih razlika u stavovima sportaša prema sportskim psiholozima.

*Hipoteza 1.* Rod, dob, veličina mjesta u kojem su sudionici proveli većinu svojeg života i vrsta sporta (individualni ili timski), godine treniranja, samoefikasnost te znanje o području djelovanja sportskih psihologa imat će značajan samostalni doprinos u objašnjavanju individualnih razlika u stavovima sportaša prema sportskim psiholozima. Pri tome će žene, stariji sudionici, oni koji su većinu života proveli u većim mjestima, oni koji se bave individualnim sportom, oni koji se duže bave sportom, oni koji imaju višu samoefikasnost te oni koji imaju više znanje o području djelovanja sportskih psihologa imati značajno pozitivnije stavove prema sportskim psiholozima od muškaraca, mlađih sudionika, onih koji su većinu života proveli u manjim mjestima, onih koji se bave timskim sportom, onih koji se kraće bave sportom, onih koji imaju nižu samoefikasnost te onih koji imaju manje znanja o području djelovanja sportskih psihologa.

*Problem 2.* Ispitati povezanost između stavova sportaša prema sportskim psiholozima i zadovoljstva prethodnom suradnjom sa sportskim psiholozima.

*Hipoteza 2.* Očekujemo da će oni sportaši koji su prethodnu suradnju sa sportskim psiholozima ocijenili pozitivnijom izražavati značajno pozitivnije stavove prema sportskim psiholozima od onih sportaša koji su ju procijenili negativnijom.

*Problem 3.* Ispitati povezanost između stavova sportaša prema sportskim psiholozima i spremnosti sportaša na suradnju sa sportskim psiholozima u obliku edukacija, timskog/grupnog rada sa sportskim psihologom te individualnog rada sa sportskim psihologom.

*Hipoteza 3.* Očekujemo da će oni sportaši koji izražavaju pozitivnije stavove prema sportskim psiholozima biti spremniji na suradnju sa sportskim psiholozima u obliku edukacija, timskog/grupnog rada sa sportskim psihologom, ili individualnog rada sa sportskim psihologom.

## **METODA**

### *Predistraživanje – konstrukcija skale*

Za potrebe ovog istraživanja bilo je potrebno konstruirati skalu stavova sportaša prema sportskim psiholozima. U okviru kolegija *Socijalna percepcija i stavovi* koji se održava u 4. semestru preddiplomskog studija psihologije na Filozofskom fakultetu u Zagrebu, studentice i studenti koji su pohađali ovaj kolegij u akademskoj godini 2021./2022. dobili su zadatak konstruirati Likertovu skalu stavova sportaša prema sportskim psiholozima. Prvi je korak podrazumijevao prikupljanje nekoliko pozitivnih i negativnih čestica koje se odnose na stavove sportaša prema sportskim psiholozima, a primjere je čestica priredila Sanja Petrić, sportska psihologinja koja radi s brojnim sportašima. Čestice su prezentirane studenticama i studentima, te su studenti potom trebali osmisliti vlastite primjere čestica. Svaki je student trebao osmisliti ukupno 6 čestica – tri pozitivne i tri negativne. Nakon što su studenti osmislili čestice, odabrano je 29 čestica negativne valencije te 32 čestice pozitivne valencije, te su definirani stupnjevi odgovora na svaku česticu: 1 – uopće se ne slažem, 2 – uglavnom se ne slažem, 3 – niti se slažem, niti se ne slažem, 4 – uglavnom se slažem, 5 – u potpunosti se slažem. Integralnoj skali koja se sastojala od 61 čestice dodana su i pitanja na koja su budući sudionici također trebali odgovoriti: rod, dob, individualni/timski sport, naziv sporta kojim se bave te dužina bavljenja sportom. Potom su svi studenti na kolegiju trebali poslati skalu i dodana pitanja najmanje dvoma sportašima te dvjema sportašicama. U konačnici je u ovom predistraživanju sudjelovalo 352 sportaša (184 muškarca, 167 žena te se jedan sudionik izjasnio kao „drugo“).

Sljedeća je faza podrazumijevala rekodiranje čestica negativne valencije te analizu dobivenih podataka. Zbog izrazite sličnosti pojedinih čestica, prvotna je faktorska analiza učinjena

s 55 tvrdnji. Provedena je faktorska analiza metodom glavnih komponenata, te je na temelju *scree plot-a* broj faktora prvo ograničen na 3, a potom i na 2. U slučaju 3 faktora, dobiveni su: F1 – Korist od sportskog psihologa, 2 – Sram/Socijalna prihvatljivost te 3 – Gubitak vremena/Beskorisnost. Zbog sličnosti prvog i trećeg faktora, koji se u dvofaktorskom rješenju spajaju u jedan (jer oba govore o korisnosti sportskog psihologa; samo je prvi pozitivan, a treći negativan), na kraju smo se odlučili za dvofaktorsko rješenje. Učinjena je i Varimax rotacija kako bi se pojednostavila faktorska struktura. Zbog činjenice da faktori nisu u potpunosti ortogonalni, učinjena je i Oblimin rotacija te se u velikoj mjeri poklapala s prethodno učinjenom Varimax rotacijom. Uslijedilo je biranje onih čestica koje će se nalaziti u finalnoj verziji skale. Uvidom u korelacijsku matricu te analizom semantičkih karakteristika tvrdnji, pritom pazeći na podjednak broj pozitivnih i negativnih tvrdnji, odlučili smo se za skalu koja se sastoji od 28 čestica (14 pozitivnih te 14 negativnih). Prvi je faktor (Korist od sportskog psihologa) sačinjen od 20 tvrdnji, a drugi je faktor (Sram/Socijalna prihvatljivost) sačinjen od 8 tvrdnji. Nakon što su odabrane čestice, ponovno je napravljena faktorska analiza s postavljenim ograničenjem na 2 faktora. Formirana je nova varijabla koja je predstavljala ukupni rezultat odabranih 28 čestica te su još jednom izračunate korelacije svih čestica s ukupnim rezultatom.

Uslijedila je provjera pouzdanosti svakog pojedinog faktora te cijele skale od 28 čestica.

Cronbachov  $\alpha$  za prvi faktor iznosio je  $\alpha = .96$ ; za drugi faktor  $\alpha = .89$ , a za cijelu je skalu iznosio  $\alpha = .95$ .

S obzirom na to da su svi dobiveni rezultati bili zadovoljavajući, odlučili smo da ćemo u istraživanju koristiti skalu stavova sačinjenu od 28 čestica, a u čijoj se pozadini nalaze dva faktora: Korist od sportskog psihologa i Sram/Socijalna prihvatljivost. Cijela skala vidljiva je u Prilogu 2.

### *Glavno istraživanje*

#### *Sudionici*

U istraživanju je sudjelovalo ukupno 328 sportaša, te su uvjeti za sudjelovanje u istraživanju bili aktivno natjecanje u sportu kojim se bave i punoljetnost. Ukupno 45 sportaša (14%) nije odgovorilo na sva pitanja, dodatnih 13 sudionika (4%) navelo je da se ne natječu u

sportu kojeg treniraju, te su zbog toga isključeni iz daljnje obrade. Stoga su u obradu uključeni podaci za 270 sportaša, točnije 111 žena (41%) te 159 muškaraca (59%). Informacije o zastupljenosti sudionika iz mjesta različite veličine, kao i informacije o zastupljenosti pojedinih razloga za korištenje usluga psihologa vidljive su u Tablici 1.

**Tablica 1**

*Broj sudionika prema demografskim karakteristikama te prema vrsti korištene usluge psihologa (N = 270)*

Varijabla	Kategorija	N	Udio
Rod	Muškarci	159	59%
	Žene	111	41%
Vrsta sporta	Individualni	81	30%
	Timski	189	70%
Veličina mjesta	Do 5 000	31	11%
	Od 5 do 10 000	38	14%
	Od 10 do 50 000	65	24%
	Od 50 do 100 000	28	10%
	Više od 100 000	108	40%
Korištenje usluga psihologa		110	41%
Razlog korištenja usluge psihologa	Školovanje/učenje	34	13%
	Psihičke/emocionalne teškoće	24	9%
	Stresni životni periodi	28	10%
	Osobni razvoj	24	9%
	Sport	42	16%

Raspon dobi sudionika kretao se od 18 do 60 godina ( $M = 23.15$ ,  $SD = 5.706$ ). U ovom su istraživanju sudjelovali sportaši iz ukupno 43 različita sporta. Najviše se sudionika bavilo nogometom (21%), zatim košarkom (10%), rukometom (8%), odbojkom (7%) i baseballom (6%), a ostali su sportovi bili zastupljeni s manje od 5% sudionika u ovom istraživanju. Raspon godina bavljenja sportom u kojem se natječu varirao je od 1 do čak 32 godine ( $M = 11.94$ ,  $SD = 5.127$ ).



## *Postupak*

Podaci su prikupljeni tijekom prosinca 2022. te siječnja 2023. godine putem online upitničke forme kreirane uz pomoć *LimeSurvey* platforme. S obzirom na to da je za uzorak bilo potrebno prikupiti punoljetne sportaše natjecatelje, upitnik je distribuiran preko društvenih mreža (Facebook, LinkedIn, Instagram), poslan je na mail adrese brojnih registriranih sportskih klubova i saveza u Republici Hrvatskoj, također je poslan sportskim psiholozima koji trenutno rade sa sportašima, te je poslan i profesorima na Kineziološkom fakultetu u Zagrebu s ciljem dijeljenja među studentima tog fakulteta. Prije samog početka upitnika, nalazila se kratka uputa uz naznačenu svrhu istraživanja, kao i garancija anonimnosti te je istaknuto da je od ispunjavanja moguće odustati u bilo kojem trenutku. Sudionicima je napomenuto da pritiskom na tipku „*Sljedeće*“ pristaju sudjelovati u istraživanju. U konačnici, naglašeno je da u istraživanju mogu sudjelovati samo punoljetni sportaši koji se natječu u sportu kojeg treniraju.

## *Instrumenti*

Sudionici su ispunjavali online upitnik koji se sastojao od sljedećih dijelova:

### 1. Sociodemografski podaci

Sudionici su na početku upitnika odgovarali na tri pitanja koja su se odnosila na njihove sociodemografske karakteristike, a to su dob, rod te veličina mjesta u kojem su proveli većinu svojeg života.

### 2. Pitanja o sportu

Sudionici su odgovarali na tri pitanja koja su se ticala sporta kojim se bave, točnije kojim se sportom bave, natječu li se u tom sportu te koliko se godina bave navedenim sportom.

### 3. Samoefikasnost

Za potrebe mjerenja samoefikasnosti, korištena je *Skala opće samoefikasnosti* (Prilog 1) koja se sastoji od 10 čestica, a na svaku je česticu moguće odgovoriti s jednim od 4 ponuđena stupnja, pri čemu 1 označava potpuno neslaganje s tvrdnjom, a 4 potpuno slaganje s tvrdnjom. Skala je jednodimenzionalna te je konstruirana kako bi procjenjivala opću samoefikasnost, odnosno

sposobnost pojedinca da se nosi sa svakodnevnim izazovima (Schwarzer i Jerusalem, 1995). Ukupni se rezultat formira kao zbroj odgovora na svih deset čestica, te može varirati od najmanje 10 do najviše 40. U prethodnim je istraživanjima Cronbachov  $\alpha$  varirao od .76 do .90 (Schwarzer i Jerusalem, 1995), a u ovom je istraživanju iznosio .86.

#### 4. Iskustvo rada sa psihologom

Kako bi se provjerilo koliko je sudionika imalo prethodno iskustvo rada sa psihologom, odgovarali su na pitanje „Jeste li ikada koristili usluge psihologa“. Sudionici su mogli odgovoriti „Ne“, ili su mogli odabrati da su koristili usluge psihologa iz jednog ili više niže navedenih razloga: „Da, vezano za učenje i/ili školovanje“, „Da, išao/la sam na psihoterapiju zbog emocionalnih problema i/ili psihičkih teškoća“, „Da, išao/la sam na savjetovanje u teškim/stresnim životnim situacijama“, „Da, vezano uz osobni razvoj (edukacije, radionice, seminari i slično)“ te „Da, vezano uz sport“. Onim sudionicima koji su odabrali posljednju kategoriju rada sa psihologom dodatno se otvorilo potpitanje u kojem su morali procijeniti korisnost svojeg rada sa sportskim psihologom na skali Likertovog tipa od 5 stupnjeva, pri čemu je 1 označavalo izrazitu beskorisnost, dok je 5 označavalo izrazitu korisnost.

#### 5. Znanje o području djelovanja sportskih psihologa

Znanje sudionika o području djelovanja sportskih psihologa ispitano je uz pomoć tri čestice: „Sportski psiholozi rade većinski s vrhunskim sportašima.“, „Sportski psiholozi sportašima ne mogu propisati lijekove.“ i „Sportski psiholozi rade samo sa sportašima koji imaju neki problem.“ Sudionici su na ponuđena pitanja mogli odgovoriti s „Točno“, „Netočno“ i „Ne znam“. Točni su odgovori bodovani s jednim bodom, dok su netočni odgovori i odgovori „Ne znam“ bodovani s nula bodova. Ukupni je rezultat formiran kao jednostavna linearna kombinacija odgovora na ova tri pitanja.

#### 6. Spremnost na buduću suradnju sa sportskim psihologom

Za potrebe istraživanja spremnosti sudionika na buduću suradnju sa sportskim psihologom, sudionici su procjenjivali spremnost na suradnju u tri različite kategorije: „Pohađanje edukacija, seminara i radionica u organizaciji sportskih psihologa.“, „Suradivanje sa sportskim psihologom u grupi s mojim timom/više sportaša koji se bave mojim sportom.“ te „Individualni rad sa sportskim psihologom.“. Sudionici su svoju spremnost na suradnju procjenjivali na skali od 5

stupnjeva, pri čemu je 1 označavao potpunu nespremnost na suradnju, dok je 5 označavao potpunu spremnost.

#### 7. Stav o sportskim psiholozima

Kao skala za mjerenje stavova sportaša prema sportskim psiholozima korištena je skala čija je konstrukcija opisana u prethodnom dijelu ovog rada. Skala je sačinjena od 28 čestica (14 čestica pozitivnih valencija i 14 negativnih valencija), sastoji se od dva faktora, prvi se odnosi na percipiranu korist od sportskog psihologa, a drugi na sram/socijalnu prihvatljivost. Prvi faktor (Korist) sačinjen je od 20 tvrdnji (pr. čestice: *Sportski psiholog može mi pomoći smanjiti strah od neuspjeha.*), a drugi je faktor (Sram/Socijalna prihvatljivost) sačinjen od 8 tvrdnji (pr. čestice: *Bilo bi mi neugodno tražiti pomoć sportskog psihologa.*). Stupnjevi odgovora na ove čestice definirani su od 1 do 5, pri čemu je 1 označavalo potpuno neslaganje, a 5 potpuno slaganje. Bodovanje subskale Srama/Socijalne prihvatljivosti je takvo da niži rezultat predstavlja izraženiji sram i manju percipiranu socijalnu prihvatljivost, a viši rezultat označava manje izražen sram te veću percipiranu socijalnu prihvatljivost suradnje sa sportskim psihologom. Ukupni rezultat na skali stavova bio je formiran kao jednostavna linearna kombinacija odgovora na svih 28 čestica, pri čemu je tvrdnje negativne valencije bilo potrebno rekodirati. Uvid u strukturu skale i valencije čestica vidljiv je u Prilogu 2. Pouzdanost ove skale u našem je istraživanju iznosila  $\alpha = 0.94$ . Pouzdanost prvog faktora također je iznosila  $\alpha = .94$ , dok je pouzdanost drugog faktora iznosila  $\alpha = .91$ . Pouzdanosti u našem istraživanju bile su slične pouzdanostima dobivenim u predistraživanju prilikom konstrukcije skale ( $\alpha_{uk} = .95$ ,  $\alpha_{F1} = .96$ ,  $\alpha_{F2} = .89$ ).

## REZULTATI

Pri obradi rezultata u svrhu odgovora na probleme ovog istraživanja, statistička je obrada prikupljenih podataka učinjena koristeći statistički program IBM SPSS Statistics 26.

S obzirom na to da su u predistraživanju prilikom konstrukcije skale stavova sportaša prema sportskim psiholozima identificirana dva faktora (Korist i Sram/Socijalna prihvatljivost), sve analize koje su uključivale računanje povezanosti prediktorskih varijabli sa stavovima uključivale su računanje povezanosti prediktora s ukupnim rezultatom na skali stavova, kao i

zasebno računanje povezanosti s prvim faktorom (Korist) te drugim faktorom (Sram/Socijalna prihvatljivost).

Na samom početku, izračunali smo podatke deskriptivne statistike za demografske varijable uključene u ovo istraživanje, kao i za vrste korištenih usluga psihologa kod onih sudionika koji su naveli da su imali iskustvo suradnje sa psiholozima u prošlosti. Rezultati su prikazani u Tablici 1. Ukupno je 110 sudionika navelo da su do trenutka prikupljanja podataka u nekom trenutku koristili usluge psihologa (41%), pri čemu su 34 sudionika (13%) koristili usluge psihologa zbog školovanja ili učenja, 24 (9%) zbog emocionalnih ili psihičkih teškoća, 28 (10%) je išlo na savjetovanje u teškim ili stresnim životnim situacijama, 24 (9%) ih je išlo na seminare, edukacije, ili slične radionice u svrhu osobnog razvoja te ih je 42 (16%) koristilo usluge sportskih psihologa. Sudionici su također procjenjivali stupanj spremnosti na različite oblike suradnje sa sportskim psiholozima. Oko 61% sudionika ( $N = 166$ ) izjasnilo se da je u većoj mjeri ili u potpunosti spremno na suradnju sa sportskim psiholozima u obliku pohađanja seminara, edukacija i radionica, a na suradnju sa sportskim psiholozima u grupi s više sportaša istovremeno spremno je 202 sudionika, odnosno njih oko 75%. Najveći broj sudionika (njih 210, odnosno oko 78%) spremno je na individualan rad sa sportskim psiholozima.

Kako bismo odgovorili na prvi problem ovog istraživanja, prvi je korak podrazumijevao utvrđivanje povezanosti varijabli roda, dobi, veličine mjesta, vrste sporta, godina treniranja, samoefikasnosti te znanja o području djelovanja sportskih psihologa s rezultatima na skali stavova sportaša prema sportskim psiholozima.

Za dobivanje informacija o odnosu demografskih i psiholoških varijabli uključenih u ovo istraživanje i stavova sportaša prema sportskim psiholozima, bilo je potrebno izračunati bivarijatne korelacije između tih varijabli te rezultata na skali stavova sportaša prema sportskim psiholozima, kao i na oba faktora. U Tablici 2 vidljive su korelacije roda, dobi, veličine mjesta (u 3 kategorije), vrste sporta, godina treniranja, samoefikasnosti te znanja o području djelovanja sportskih psihologa sa stavovima prema sportskim psiholozima, kao i korelacije svih navedenih varijabli s faktorom Koristi te faktorom Srama/Socijalne prihvatljivosti.

**Tablica 2**

*Prikaz povezanosti demografskih i psiholoških varijabli sa stavovima sportaša prema sportskim psiholozima te s faktorima Koristi i Srama (N = 270).*

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1 Stav ukupno	-									
2 F1 (Korist)	.942**	-								
3 F2 (Sram)	.730**	.457**	-							
4 Rod	.202**	.175**	.177**	-						
5 Dob	.178**	.145*	.174**	.011	-					
6 Veličina mjesta	.073	.017	.158**	-.104	.228**	-				
7 Vrsta sporta	-.125*	-.130*	-.066	-.176**	-.035	-.084	-			
8 Godine treniranja	.074	.046	.101	-.179**	.467**	.201**	.126*	-		
9 Samoefikasnost	.223**	.173**	.239**	-.017	.067	.135*	-.067	.042	-	
10 Znanje	.082	.068	.079	.127*	.090	.122*	-.059	.072	-.043	-

Dobiveni rezultati pokazuju da je rod sudionika značajno povezan s rezultatom na obje dimenzije stava prema sportskim psiholozima, kao i s ukupnim rezultatom, dok su veličina mjesta i vrsta sporta različito povezani s pojedinom dimenzijom stava. S obzirom da se radi o kategorijalnim varijablama, dodatno smo za njih provjerili razlike u rezultatima na skali stavova.

Koristeći t-testove za nezavisne uzorke, izračunali smo rodne razlike u stavovima sportaša prema sportskim psiholozima, kao i razlike u stavovima između onih sportaša koji se bave individualnim sportovima, i onih koji se bave timskim sportovima (Tablica 3). U oba slučaja, korišten je Levenov test homogenosti varijanci, koji je za obje varijable bio neznačajan, odnosno zadovoljen je preduvjet jednakih varijanci ( $F_{rod} = .574, p = .449$ ;  $F_{sport} = 1.727, p = .190$ ). Rezultati t-testa pokazali su da sportašice imaju značajno pozitivnije stavove prema sportskim psiholozima od sportaša ( $t = -3.368, df = 268, p = .001$ ). Kada je t-testom provjereno postoje li rodne razlike po dimenzijama stava, na prvom faktoru (Korist), također je dobivena značajna razlika u korist

sportašica, odnosno sportašice percipiraju sportske psihologe značajno korisnijima od sportaša ( $t = -2.911$ ,  $df = 268$ ,  $p = .004$ ). Rodne razlike utvrđene su i na drugom faktoru (Sram/Socijalna prihvatljivost) te su u ovom slučaju sportaši iskazivali statistički značajno višu razinu srama od sportašica, odnosno sportaši su iskazivale nižu razinu percipirane socijalne prihvatljivosti suradnje sa sportskim psiholozima od sportašica ( $t = -2.944$ ,  $df = 268$ ,  $p = .004$ ).

Pomoću t-testa provjerene su i razlike u stavovima prema sportskim psiholozima između sportaša koji se bave individualnim i timskim sportovima. Individualni su sportaši imali značajno pozitivniji stav prema sportskim psiholozima od onih koji se bave timskim sportovima ( $t = 2.064$ ,  $df = 268$ ,  $p = .040$ ), te su rezultati išli u istom smjeru i kada se računala razlika na faktoru Koristi ( $t = 2.153$ ,  $df = 268$ ,  $p = .032$ ). Nisu ustvrđene razlike između individualnih i timskih sportaša kada je u pitanju Sram/Socijalna prihvatljivost suradnje sa sportskim psiholozima ( $t = 1.077$ ,  $df = 268$ ,  $p = .282$ ).

Analizom varijance provjerene su razlike u stavovima sportaša prema sportskim psiholozima s obzirom na veličinu mjesta u kojem su proveli većinu života. S obzirom na to da su frekvencije sudionika u pojedinim kategorijama veličine mjesta bile male (Tablica 1), odlučili smo spajanjem prve i druge kategorije te treće i četvrte kategorije kreirati tri nove kategorije veličine mjesta: malo mjesto, srednje mjesto i veliko mjesto. Prije provedbe analize varijance, ponovno je provjeren homoscedasticitet. Levenov test ni u ovom slučaju nije bio statistički značajan ( $F = 1.488$ ,  $p = .228$ ) te smo nastavili s provedbom ANOVA-e. Nakon provedbe jednosmjerne analize varijance i Scheffeovih post hoc testova, statistički je značajna razlika opažena isključivo kod drugog faktora ( $F = 3.833$ ,  $df = 269$ ,  $p = .023$ ), post hoc test pokazao je da se sportaši iz malih i velikih gradova značajno razlikuju u percepciji Srama/Socijalne prihvatljivosti suradnje sa sportskim psiholozima, pri čemu sportaši iz malih mjesta osjećaju značajno višu razinu srama od sportaša iz velikih mjesta. U Tablici 3 nalaze se svi relevantni podaci za provedene t-testove te analize varijance, a u Prilogu 3 nalaze se rezultati post - hoc testova.

**Tablica 3**

*Prikaz rezultata provedenih t-testova (t) i analiza varijanci (F) u slučajevima kada je zavisna varijabla ukupni rezultat na skali stavova, rezultat na faktoru Koristi te rezultat na faktoru Srama/Socijalne prihvatljivosti (N = 270).*

Kategorija	N	Rezultati na skali stavova prema sportskim psiholozima			F1 - Korist od suradnje sa sportskim psiholozima			F2 - Sram/Soc. Prihvatljivost suradnje sa sp. psiholozima		
		M	SD	t/F	M	SD	t/F	M	SD	t/F
Muškarci	159	117.39	14.62	$t = -3.368^{**}$	83.46	11.63	$t = -2.911^{**}$	33.93	5.39	$t = -2.944^{**}$
Žene	111	123.46	14.49		87.51	10.7		35.95	5.73	
Individualni	81	122.72	12.47	$t = 2.064^*$	87.4	9.62	$t = 2.153^*$	35.32	5.22	$t = 1.077$
Timski	189	118.67	15.63		84.15	12.00		34.52	5.77	
Malo	69	119.65	15.13	$F = 1.986$	85.88	11.24	$F = 1.360$	33.76	6.38	$F = 3.833^*$
Srednje	93	117.73	16.62		83.55	12.38		34.18	5.90	
Veliko	108	121.89	12.77		86	10.6		35.89	4.61	

*Legenda: N – broj sudionika, M – aritmetička sredina, SD – standardna devijacija, \*  $p < .05$ , \*\*  $p < .01$*

Osim navedenih obilježja, rezultati bivarijatnih korelacijskih analiza prikazani u Tablici 2 sugeriraju da stariji sportaši iskazuju pozitivnije stavove prema sportskim psiholozima ( $r = .178$ ,  $p = .003$ ), te da sportske psihologe percipiraju korisnijima ( $r = .145$ ,  $p = .017$ ) i u većoj mjeri socijalno prihvatljivima ( $r = .174$ ,  $p = .004$ ) od mlađih sportaša. Oni sportaši koji imaju višu samoefikasnost iskazuju pozitivnije stavove prema sportskim psiholozima ( $r = .223$ ,  $p = .001$ ), imaju veću sklonost percipirati rad sa sportskim psiholozima korisnim ( $r = .173$ ,  $p = .004$ ) te iskazuju manje srama zbog suradnje sa sportskim psihologom ( $r = .239$ ,  $p = .001$ ) od sportaša koji imaju nižu samoefikasnost. Znanje o području djelovanja sportskih psihologa nije bilo značajno povezano sa stavovima sudionika prema sportskim psiholozima ( $r = .082$ ,  $p = .177$ ), kao ni s faktorima Koristi ( $r = .068$ ,  $p = .262$ ) i Srama/Socijalne prihvatljivosti ( $r = .079$ ,  $p = .198$ ). Sve utvrđene povezanosti spadaju u kategoriju malih efekata (Cohen, 1988).

Kako bismo odgovorili na prvi problem istraživanja, provedene su tri regresijske analize. Razlog za izbor ove metode prvenstveno leži u tome što uz pomoć nje možemo doznati koliko udio varijance kriterija (u našem istraživanju stava prema sportskim psiholozima) možemo objasniti kombiniranjem uključenih prediktora. Prije no što je analiza provedena, provjerili smo preduvjete za njezino izvođenje. Uvidom u Tablicu 2, u kojoj se nalaze korelacije svih uključenih

prediktora, ustvrdili smo da su korelacije između prediktorskih varijabli zadovoljavajuće, odnosno da ni jedna nije toliko visoka da bismo morali isključiti neku od varijabli iz analize zbog kolinearnosti. U svrhu provjere multikolinearnosti provjerene su i vrijednosti faktora inflacije varijance, te su sve vrijednosti bile manje od 5. Temeljem ovih rezultata možemo ustvrditi da multikolinearnost ne predstavlja problem za provedbu regresijske analize (Vatcheva i sur., 2016). Shodno tome, uključili smo varijable roda, dobi, veličine mjesta, veste sporta, godina bavljenja sportom, samoefikasnosti i znanja u regresijsku analizu. Ukupno su provedene tri regresijske analize, prva koja je za kriterijsku varijablu imala ukupni rezultat na skali stavova sportaša prema sportskim psiholozima, a druge dvije su za kriterijske varijable imale faktore Koristi i Srama/Socijalne prihvatljivosti. Sve regresije provedene su na uzorku od 270 sudionika. Rezultati ovako provedenih regresijskih analiza, zajedno sa samostalnim doprinosima prediktorskih varijabli, prikazani su u Tablici 4.

**Tablica 4**

*Rezultati regresijskih analiza s demografskim i psihološkim varijablama kao prediktorima te ukupnim rezultatima na skali stavova sportaša prema sportskim psiholozima, rezultatima na faktoru Koristi te faktoru Srama/Soc. prihvatljivosti kao kriterijskim varijablama (N = 270).*

Varijabla	Ukupni rezultat na skali stavova			Rezultati na 1. faktoru (Korist)			Rezultati na 2. faktoru (Sram/Soc. prihvatljivost)		
	$\beta$	$t$	$p$	$\beta$	$t$	$p$	$\beta$	$t$	$p$
Rod	.194**	3.198	.002	.156*	2.525	.012	.195**	3.221	.001
Dob	.132*	1.980	.049	.121	1.778	.077	.103	1.549	.123
Veličina mjesta	.014	0.236	.841	-.035	-0.557	.578	.109	1.786	.075
Vrsta sporta	-.073	-1.231	.220	-.091	-1.496	.136	-.009	-.0148	.883
Godine treniranja	.041	0.607	.545	.026	0.378	.706	.056	0.822	.412
Samoefikasnost	.211**	3.610	.001	.167**	2.793	.006	.219**	3.756	.001
Znanje	.046	0.776	.438	.042	0.693	.489	.036	0.614	.539
R <sup>2</sup>	.127**			.089**			.131**		

*Legenda:  $\beta$  – beta ponderi,  $t$  –  $t$ -test, \*  $p < .05$ , \*\*  $p < .01$ ,  $R^2$  – koeficijent multiple determinacije*

Doprinos odabrane kombinacije prediktora u objašnjenju varijance ukupnog rezultata na skali stavova prema sportskim psiholozima je značajan te objašnjava 12.7% varijance. Značajan doprinos imala je varijabla roda ( $\beta = .194$ ,  $p = .002$ ), pri čemu su žene imale pozitivnije stavove



prema sportskim psiholozima od muškaraca. Dodatno, značajan doprinos imala je i varijabla dobi ( $\beta = .132, p = .049$ ) te su stariji sportaši imali pozitivnije stavove od mlađih. Uz varijable roda i dobi, značajan doprinos imala je i samoefikasnost ( $\beta = .211, p = .001$ ), odnosno viša je samoefikasnost bila povezana s pozitivnijim stavovima prema sportskim psiholozima. Kada je kriterij faktor Koristi, doprinos odabrane kombinacije prediktora značajan je u objašnjenju varijance kriterija i objašnjava 8.9% varijance. Značajan doprinos u objašnjenju varijance prvog faktora imale su varijable roda ( $\beta = .156, p = .012$ ) i samoefikasnosti ( $\beta = .167, p = .006$ ). Žene te sportaši s višom samoefikasnošću percipirali su suradnju sa sportskim psiholozima korisnijom od muškaraca te sportaša s nižom samoefikasnošću. U konačnici, slične rezultate dobivamo i kada je kriterijska varijabla drugi faktor Srama/Socijalne prihvatljivosti, te je značajan doprinos odabranih prediktora u objašnjenju varijance (13.1%). Značajan doprinos u objašnjenju varijance drugog faktora imale su varijable roda ( $\beta = .195, p = .001$ ), i samoefikasnosti ( $\beta = .219, p = .001$ ), odnosno žene i sportaši s višom razinom samoefikasnosti iskazivali su manje srama i višu razinu percipirane socijalne prihvatljivosti suradnje sa sportskim psiholozima.

S obzirom na to da je samo dio sudionika ( $N = 42$ ) do trenutka prikupljanja podataka za ovo istraživanje imao iskustvo suradnje sa sportskim psiholozima, u pokušaju odgovora na drugi problem istraživanja dodatno je izračunata povezanost između varijable procijenjene korisnosti suradnje sa sportskim psihologom te stavovima tih sportaša prema sportskim psiholozima, kao i povezanost s faktorima Koristi i Srama/Socijalne prihvatljivosti. Povezanost s ukupnim rezultatom na skali stavova bila je izrazito visoka ( $r = .716, p = .001$ ), kao i povezanost s faktorom Koristi ( $r = .792, p = .001$ ), no nije dobivena značajna povezanost s faktorom Srama/Socijalne prihvatljivosti ( $r = .128, p = .418$ ). Ove povezanosti pripadaju u kategoriju velikih efekata (Cohen, 1988).

Kako bismo odgovorili na treći problem ovog istraživanja, bilo je potrebno izračunati povezanosti između stavova sportaša prema sportskim psiholozima i sva tri oblika spremnosti na suradnju sa sportskim psiholozima. Oni sportaši koji su iskazali pozitivnije stavove prema sportskim psiholozima bili su spremniji na sva tri oblika suradnje sa sportskim psiholozima od sportaša koji su iskazali negativnije stavove. Sportaši koji imaju pozitivnije stavove iskazali su veću spremnost na suradnju u obliku edukacije ( $r = .437, p = .001$ ), na grupnu suradnju ( $r = .489, p = .001$ ) te na individualnu suradnju sa sportskim psiholozima ( $r = .580, p = .001$ ). Spremnost na suradnju u obliku edukacije također je visoko korelirala s faktorom Koristi ( $r = .443, p = .001$ ) i s

faktorom Srama/Soc. prihvatljivosti ( $r = .256, p = .001$ ). Slične korelacije dobivene su i između spremnosti na grupnu suradnju i prvog faktora ( $r = .461, p = .001$ ) te između spremnosti na grupnu suradnju i drugog faktora ( $r = .357, p = .001$ ). Povezanost između spremnosti na individualnu suradnju i percipirane korisnosti također je bila vrlo visoka ( $r = .545, p = .001$ ), te su oni sportaši koji su iskazali manju razinu srama zbog rada sa sportskim psihologom spremniji na individualnu suradnju ( $r = .425, p = .001$ ). Govoreći o veličini efekata dobivenih povezanosti, sve spadaju u kategoriju srednjih efekata, izuzev povezanosti između faktora Srama/Soc. prihvatljivosti i spremnosti na suradnju u obliku edukacije koja spada u male efekte te povezanosti između stavova sportaša prema sportskim psiholozima i spremnosti na individualnu suradnju koja spada u kategoriju velikih efekata (Cohen, 1988).

## **RASPRAVA**

Cilj je ovog istraživanja bio istražiti i steći bolji uvid u međusobne povezanosti stavova sportaša prema sportskim psiholozima i individualnih razlika u rodu, dobi, veličini mjesta, vrsti sporta, samoefikasnosti, godinama treniranja te znanja o području djelovanja sportskih psihologa, kao i ustvrditi značajnost individualnih doprinosa odabranih varijabli u objašnjenju varijance stavova sportaša prema sportskim psiholozima. Sve su planirane statističke analize provedene uzimajući kao zasebne kriterije ukupni rezultat na skali stavova sportaša prema sportskim psiholozima, zatim ukupni rezultat na prvom faktoru koji je uključivao percipiranu korist od suradnje sa sportskim psiholozima, te uzimajući kao kriterijsku varijablu ukupni rezultat na drugom faktoru, koji je uključivao osjećaj srama, odnosno percipiranu socijalnu prihvatljivosti korištenja usluga sportskog psihologa.

Prvim smo problemom željeli ispitati ulogu roda, dobi, veličine mjesta u kojem su sudionici proveli većinu svojeg života, vrste sporta (individualni ili timski), godina treniranja, samoefikasnosti te znanja o području djelovanja sportskih psihologa u objašnjenju individualnih razlika u stavovima sportaša prema sportskim psiholozima.

Pronađena je statistički značajna razlika u stavovima sportaša prema sportskim psiholozima s obzirom na rod, pri čemu su sudionice imale statistički značajno pozitivnije stavove prema sportskim psiholozima od sudionika. Značajna je razlika pronađena na oba faktora skale

stavova, pri čemu su sportašice percipirale sportske psihologe značajno korisnijima od sportaša, te su iskazivale manje srama, odnosno veću socijalnu prihvatljivost suradnje sa sportskim psiholozima od sportaša. Ovi nalazi idu u prilog nalazima iz literature. Anderson i suradnici (2004) u svojem su istraživanju dobili statistički značajnu razliku u stavovima sportaša prema sportskim psiholozima, odnosno i u njihovom su istraživanju sudionice iskazivale pozitivnije stavove. Osim pozitivnijeg općeg stava, sudionice su iskazivale i veću razinu uvjerenosti u korisnost sportske psihologije. Martin i suradnici (2001) navode da sportaši u većoj mjeri zaziru od traženja pomoći sportskog psihologa, ili bilo kojeg stručnjaka za mentalno zdravlje općenito, jer su često odgajani na način da moraju održavati “macho” sliku o sebi. Ovi nalazi sugeriraju da su muškarci i žene koji se bave sportom jednostavno drugačije odgajani, odnosno da su njihovi načini razmišljanja i ponašanja drugačiji, a na sportskim je psiholozima, kao i na ostalim stručnjacima, da pokušaju utjecati na smanjenje tih razlika. Posebno je važno raditi na destigmatizaciji sportske psihologije, odnosno kroz edukacije od mlade životne dobi raditi na prevenciji stvaranja mišljenja da je korištenje usluga sportskih psihologa znak slabosti, te da su oni pojedinci koji traže pomoć nedovoljno maskulini slabići.

Osim roda, značajna je razlika pronađena i u stavovima sportaša prema sportskim psiholozima s obzirom na dob sudionika. Stariji sportaši u našem su istraživanju imali značajno pozitivnije stavove od mlađih sportaša. Osim toga, stariji su sportaši procjenjivali sportske psihologe korisnijima, te su iskazivali nižu razinu srama. Levitt i Kuhlman (2016) navode da stariji sportaši imaju pozitivnije stavove prema sportskim psiholozima od mlađih sportaša, te da ih smatraju korisnima, posebno ističući korisnost u domenama unaprjeđivanja mentalnih sposobnosti, poboljšavanja izvedbe te nošenja sa izazovima. U istraživanju Dalea i Weinberga (2018) sudjelovali su sportaši studentskog uzrasta, te su također došli do nalaza da stariji sportaši imaju pozitivnije stavove od mlađih sportaša i da su skloniji procjenjivati sportske psihologe korisnijima. Mlađi su sportaši bili u manjoj mjeri spremni iznijeti da su u prošlosti koristili usluge sportskih psihologa, te su navodili da su u manjoj mjeri spremni iste usluge tražiti u budućnosti. Ovaj je nalaz izrazito važan, jer sugerira da s dobi pojedinci razvijaju pozitivnije stavove prema sportskim psiholozima. Poznato je da se gotovo 70% djece prestaje baviti sportom u dobi od 12 do 13 godina, a neki razlozi za to su dosada, osjećaj pritiska i anksioznosti, pritisak od strane roditelja i/ili trenera te nedostatak vremena (Dangi i Witt, 2016). Svi su navedeni faktori područje rada sportskih psihologa, te bi pozitivniji stav prema sportskim psiholozima u ranijoj dobi mogao

pozitivno utjecati na samo ponašanje traženja pomoći, te bi posljedično mogao utjecati na smanjenje stope odustajanja od bavljenja sportom u tinejdžerskim godinama. Ono što je također za očekivati je povećanje razine zadovoljstva i uživanja u sportu koje bi mladi osjećali ukoliko bi uz pomoć sportskog psihologa uspjeli prevladati teškoće koje često rezultiraju odustajanjem od bavljenja sportom. Zbog svega navedenoga, ponovno možemo ustvrditi da je edukacija mladih sportaša o području rada i korisnosti sportskih psihologa od velike važnosti, te bi rani početak suradnje sa sportskim psiholozima moglo povećati stopu zadržavanja mladih u sportu, kao i razinu zadovoljstva bavljenja sportom.

Veličina mjesta u kojoj su sudionici proveli većinu života nije bila značajno povezana sa stavovima prema sportskim psiholozima, kao ni s percipiranom korisnošću, no bila je značajno povezana s osjećajem srama i socijalne prihvatljivosti, pri čemu su sportaši iz manjih mjesta skloniji osjećati više srama od sportaša iz većih mjesta, odnosno percipirati suradnju sa sportskim psiholozima manje socijalno prihvatljivom od sportaša iz većih mjesta. Iako ovi nalazi ne potvrđuju naše polazišne pretpostavke, ipak je značajna povezanost između veličine mjesta iz kojeg sportaši dolaze te osjećaja srama, odnosno percepcije socijale prihvatljivosti. Wei i suradnici (2014) navode da su sudionici koji su podrijetlom iz Kine osjećali višu razinu srama i stigme prema traženju pomoći stručnjaka za mentalno zdravlje od sudionika koji su podrijetlom iz europskih zemalja. Iako ovaj nalaz nije direktno povezan s veličinom mjesta u kojem su sudionici proveli većinu svojih života, povezan je s kulturalnim faktorom individualizma i kolektivismu, odnosno sa saznanjem da pojedinci iz kolektivističkih kultura osjećaju više srama pri traženju pomoći, jer je u kolektivističkim kulturama važnije da okolina zadrži dobro mišljenje o pojedincu, a traženje pomoći izvan uže zajednice može biti viđeno kao slabost i može dovesti do osjećaja društvenog neodobravanja. Hoyt i suradnici (1997) u svojem su radu ustvrdili da su razlike između sudionika iz malih mjesta u SAD-u te onih iz velikih gradova vrlo slične onim razlikama između individualističkih i kolektivističkih kultura, odnosno da su sudionici iz manjih sredina u većoj mjeri stigmatizirali pojedince iz svoje zajednice koji su tražili pomoć, te su shodno tome pokazivali i manje sklonosti prema traženju pomoći od sudionika iz većih sredina. Ovaj nalaz može se dovesti u vezu s rezultatima našeg istraživanja, gdje su također pojedinci iz manjih sredina osjećali veću razinu srama pri korištenju usluga sportskih psihologa. Na temelju ovog nalaza možemo ustvrditi da i među populacijom hrvatskih sportaša postoje razlike s obzirom na veličinu mjesta iz kojeg dolaze, odnosno da su sportaši iz manjih mjesta skloni osjećati veći sram pri korištenju usluga

sportskih psihologa, te da je potrebno uložiti više resursa u edukaciju sportaša iz manjih mjesta o sportskim psiholozima, ali im i omogućiti direktan kontakt sa sportskim psiholozima, koji je, barem za sada, lako dostupan gotovo isključivo sportašima iz velikih gradova.

U našem su istraživanju sportaši koji se bave individualnim sportovima imali pozitivnije stavove prema sportskim psiholozima te su ih percipirali korisnijima, dok se prema osjećaju srama i percepciji socijalne prihvatljivosti suradnje sa psiholozima nisu značajno razlikovali od sportaša koji se bave timskim sportovima. Ovakvi su rezultati dobiveni i u ranijim istraživanjima, pri čemu su sportaši koji se bave individualnim sportovima osjećali i nižu razinu stigmatizacije zbog korištenja usluga sportskih psihologa (Rooney i sur., 2021). Jedno od mogućih objašnjenja za ovakve rezultate leži u tome što se sportaši koji se bave individualnim sportovima ne mogu oslanjati na svoje suigrače, i njihovi rezultati i uspjesi ovise gotovo isključivo o njima samima. Individualni sportaši ne mogu očekivati da će netko iz njihovog tima potencijalno kompenzirati neke greške i propuste koje bi sami učinili, te moraju sav svoj fokus prebaciti na vlastitu izvedbu. S tim na umu, vjerujemo kako individualni sportaši u većoj mjeri prepoznaju korisnost sportskih psihologa, jer se brojne tehnike mentalnog treninga baziraju na održavanju fokusa i koncentracije. Osjećaj srama u našem istraživanju nije se značajno razlikovao između individualnih i timskih sportaša, što nam sugerira da se razlike u njihovim stavovima mogu svesti na razlike u percipiranoj korisnosti rada sa sportskim psiholozima.

Dužina bavljenja sportom nije statistički značajno korelirala ni sa stavovima prema sportskim psiholozima, kao ni s faktorima Koristi ni Srama/Socijalne prihvatljivosti. U prethodnim su istraživanjima rezultati bili nejednoznačni te nije dan odgovor na pitanje veze između godina bavljenja sportom i stavova sportaša prema sportskim psiholozima. Lane i Lane (2009) postuliraju da su se sportaši koji se duži niz godina bave nekim sportom susreli s većim brojem izazova u svojim karijerama te iz tog razloga u većoj mjeri uviđaju koja je važnost suradnje sa sportskim psiholozima. Ipak, u ovom radu nismo uspjeli replicirati taj nalaz.

Razina samoefikasnosti sportaša u našem je istraživanju bila značajno povezana sa stavovima sportaša prema sportskim psiholozima, kao i s percipiranom korisnošću, te s osjećajem srama i percipiranom socijalnom prihvatljivošću suradnje sa sportskim psiholozima. Oni sportaši koji imaju više razine samoefikasnosti skloniji su iskazivali pozitivnije stavove prema sportskim psiholozima od sportaša niže samoefikasnosti. Također, skloni su percipirati sportske psihologe

korisnijima te osjećati manje srama zbog suradnje s njima. Ovim je nalazom druga hipoteza potvrđena.

Samoeфикаsnost podrazumijeva pojedinčevu uvjerenje da posjeduje potrebne vještine uz pomoć kojih može uspjeti u zadacima ili ostvariti zadane ciljeve (Bandura, 1994). Upravo zbog čvrstih uvjerenja u svoje sposobnosti, možemo pretpostaviti da oni pojedinci koji su samoeфикасни izražavaju pozitivnije stavove prema sportskim psiholozima jer vjeruju da im tehnike koje sportski psiholozi koriste mogu biti od pomoći, te da oni mogu na uspješan način koristiti i primjenjivati naučene tehnike. Çamaş i Yalçın (2021) u svojem su istraživanju ustvrdili da postoji statistički značajna negativna korelacija između samoeфикаsnosti i društvene stigme vezane uz traženje psihološke pomoći. Ovaj nalaz može poslužiti u tumačenju naših rezultata, prvenstveno dijela koji se tiče povezanosti individualnih razlika u samoeфикаsnosti te osjećaja srama zbog suradnje sa sportskim psiholozima. Oni sportaši koji imaju višu razinu samoeфикаsnosti osjećaju manji pritisak društvene stigme zbog traženja pomoći, te zbog toga osjećaju manje srama pri traženju pomoći u obliku suradnje sa sportskim psihologom. Samoeфикасни sportaši posvećeni su svojim ciljevima, te je moguće da suradnju sa sportskim psiholozima doživljavaju kao priliku da lakše ostvare svoje ciljeve.

Brojni su načini na koje sportaši mogu povećati samoeфикаsnost, a jedan od njih je korištenje motivacijskog samo-govora. To je tehnika koja podrazumijeva ciljano izgovaranje riječi prije, ili za vrijeme izvedbe nekog elementa u sportu, a osnovna je funkcija te riječi da pojedinac pokuša svoj fokus usmjeriti na način na koji će izvesti navedeni element, odnosno zadržavanje koncentracije na važnim aspektima tehnike. Oni sportaši koji su prošli trening motivacijskog samo-govora pokazali su veću samoeфикаsnost na kraju istraživanja od onih u kontrolnoj skupini (Hatzigeorgiadis i sur., 2008). Ova je tehnika jedna od osnovnih okosnica rada sportskih psihologa sa sportašima koji imaju teškoća sa zadržavanjem fokusa, što zapravo govori da rad sa sportskim psihologom može dodatno povećati samoeфикаsnost, što će pak potencijalno utjecati na izvedbu i rezultate sportaša.

Važnost rada na samoeфикаsnosti kod sportaša bitna je s ciljem razvijanja pozitivnih stavova prema sportskim psiholozima, no još je važnije razvijati samoeфикаsnost zbog utjecaja kojeg ima na rezultate koje sportaši ostvaruju, te zbog izgradnje zdravog odnosa prema uspjehu, ali i pogreškama. Važnu ulogu u razvoju samoeфикаsnosti imaju treneri i roditelji, koji od samih

početaka sportskih karijera mladeži mogu utjecati na to kako će gledati na pogreške – hoće li ih smatrati prilikama za rast, razvoj i učenje, ili će ih smatrati porazima, neuspjesima te dokazima da jednostavno nisu dovoljno dobri u tome što rade.

U nastavku odgovaranja na prvi problem ovog istraživanja ispitana je povezanost znanja o području djelovanja sportskih psihologa i stavova sportaša prema sportskim psiholozima. Suprotno očekivanome, znanje o području djelovanja sportskih psihologa nije bilo povezano s ukupnim rezultatom na skali stavova sportaša prema sportskim psiholozima, kao ni na jednom od dva faktora. Mogući razlog za ovakve rezultate je priroda pitanja o znanju. Ovim smo pitanjima ispitivali isključivo područje djelovanja sportskih psihologa, te je moguće da ta vrsta znanja jednostavno nije bitna pri formiranju stavova. Ukoliko bi se ubacila pitanja koja obuhvaćaju nešto proširenije znanje o sportskim psiholozima, primjerice pitanja o metodama i tehnikama koje koriste u radu, možda bismo dobili drugačije rezultate, jer je moguće da neki sudionici imaju znanja o tome na koje sve načine sportski psiholozi rade sa sportašima, no to znanje nismo obuhvatili ovim trima pitanjima.

U konačnici, kako bismo odgovorili na cijeli prvi problem, bilo je potrebno provesti tri regresijske analize, prva sa stavovima sportaša prema sportskim psiholozima kao kriterijskom varijablom; dok su u drugoj i trećoj regresijskoj analizi kriterijske varijable bile faktori skale stavova, odnosno u drugoj Korist od suradnje sa sportskim psiholozima te u trećoj Sram/Socijalna prihvatljivosti korištenja usluga sportskih psihologa. Kada je kriterijska varijabla bio ukupni rezultat na skali stavova sportaša prema sportskim psiholozima, značajan su samostalni doprinos imale varijable roda, dobi i samoefikasnosti. U drugoj regresijskoj analizi, u kojoj je kriterijska varijabla bio rezultat na faktoru Koristi, značajan su samostalni doprinos imale varijable roda i samoefikasnosti, baš kao i u trećoj regresijskoj analizi gdje je kriterijska varijabla bio rezultat na faktoru Srama/Socijalne prihvatljivosti. Dakle, varijabla dobi imala je značajan samostalni doprinos samo u prvoj regresijskoj analizi, no njezin je efekt mali i na granici značajnosti. Iako ti rezultati nisu u skladu s našom hipotezom, nije utvrđena značajna povezanost veličine mjesta s ukupnim rezultatom na skali stavova te rezultatom na faktoru percipirane korisnosti sportskog psihologa. Također, već su bivarijatne korelacije pokazale da ne postoji značajna povezanost godina treniranja i znanja o području djelovanja sportskih psihologa sa stavovima sportaša prema sportskim psiholozima, kao ni s jednim od dva faktora. Ono što nije bilo očekivano jest da vrsta

sporta neće imati značajan samostalni doprinos ni u jednoj od tri provedene hijerarhijske regresijske analize. Uvidom u korelacijsku matricu (Tablica 2) možemo vidjeti da postoji značajna korelacija između varijabli vrste sporta te roda ( $r = -.176, p < .01$ ). Iako ova korelacija nije velika, ipak ostaje mogućnost da vrsta sporta zbog dijeljene varijance s varijablom roda nije imala značajan samostalni doprinos u objašnjavanju varijance kriterijskih varijabli.

Uvidom u ukupni postotak objašnjene varijance sva tri kriterija možemo ustvrditi da smo odabranom kombinacijom prediktora objasnili nešto više varijance ukupnog rezultata na skali stavova (12.7%) i varijance faktora Srama/Socijalne prihvatljivosti (13.1%) no što smo uspjeli objasniti u slučaju faktora percipirane korisnosti (8.9%). Temeljem toga, zaključit ćemo da bi neka druga kombinacija prediktora bila povoljnija za objašnjavanje varijance percipirane korisnosti sportskih psihologa. Primjerice, prema istraživanju Ong i Harwood (2018), čak 11% varijance uvjerenosti u korisnost rada sa sportskim psihologom može se objasniti razlikama u ličnosti – neuroticizam, savjesnost i otvorenost značajni su prediktori percipirane korisnosti rada sa sportskim psiholozima. Ovim smo nalazima samo djelomično potvrdili prvu hipotezu.

Drugim je problemom ispitana povezanost između ocjene prethodne suradnje sportaša sa sportskim psiholozima i stavova sportaša prema sportskim psiholozima. Kao što smo i očekivali, oni sportaši koji su svoja prethodna iskustva suradnje sa sportskim psiholozima procijenili pozitivnijima, imali su značajno pozitivnije stavove prema sportskim psiholozima od onih koji su prethodna iskustva procijenili negativnijima. Također, iskazivali su značajno višu percipiranu korisnost sportskih psihologa, no nije dobivena statistički značajna razlika u osjećaju srama. Možemo zaključiti da je tome tako jer su to sportaši koji su se već odlučili na suradnju sa sportskim psiholozima, te ju vide socijalno prihvatljivom, a samo iskustvo suradnje ne utječe na osjećaj srama. Ovim smo nalazom potvrdili drugu hipotezu.

Trećim smo problemom željeli ispitati povezanost između stavova sportaša prema sportskim psiholozima i spremnost sportaša na suradnju sa sportskim psiholozima u obliku edukacija, timskog/grupnog rada sa sportskim psihologom te individualnog rada sa sportskim psihologom. Dobiveni rezultati ukazuju na značajnu i visoku pozitivnu povezanost između spremnosti na sva tri oblika suradnje sa stavovima sportaša prema sportskim psiholozima. Ovaj nalaz važan je kao pokazatelj povezanosti između stava i spremnosti na određeno ponašanje. Nadalje, zanimljiv je i u kontekstu promatranja visina povezanosti između stavova prema



sportskim psiholozima i spremnosti na tri oblika suradnje. Iako su razlike u visini povezanosti male, ipak je povezanost najviša između stavova prema sportskim psiholozima i spremnosti na individualnu suradnju.

### *Metodološki nedostaci*

Uz ovo se istraživanje vežu neki metodološki nedostaci na koje je važno obratiti pažnju, a dobivene rezultate sagledati s obzirom na njih. Prvo se ograničenje veže uz metodu prikupljanja podataka. korišten je online upitnik, koji kao metoda prikupljanja podataka ima nekoliko nedostataka. Wright (2005) navodi da je u online upitnicima gotovo nemoguće kontrolirati višestruko rješavanje ankete od strane istog sudionika, kao i nemogućnost praćenja fokusiranosti sudionika na sama pitanja i proces davanja odgovora. Anonimnost koju garantira online upitnička forma kod nekih sudionika mogla je izazvati neodgovorno pristupanje davanju odgovora, odnosno iskrivljavanje odgovora. Osim svega navedenoga, nedostatak je online upitnika i to što dolazi samo do dijela ciljane populacije, odnosno onih sportaša koji koriste društvene mreže i koji su na neki način povezani s ljudima i stranicama na kojima je anketa distribuirana.

Drugo se ograničenje veže uz kategoriziranje pojedinih sportova s obzirom na to radi li se o individualnom ili timskom sportu. Primjerice, sportovi poput tenisa i kuglanja nisu isključivo individualni, ili isključivo timski, tako da kategoriziranje sudionika nije uvijek bilo jednostavno. Prilikom kategoriziranja sudionika s obzirom na vrstu sporta, vodili smo se popisom individualnih i timskih sportova prema popisu Enciklopedije Britannice (Britannica, 2005).

Čestice kojima smo ispitivali znanje sudionika o području djelovanja sportskih psihologa nisu ranije korištene, te je moguće da valjanost čestica nije zadovoljavajuća, odnosno da ovim česticama nije obuhvaćen cijeli konstrukt znanja o području djelovanja sportskih psihologa. Primjerice, brojni su sudionici na pitanje „Sportski psiholozi rade većinski s vrhunskim sportašima“ odgovarali da je to točno, iako je zapravo točno da sportski psiholozi rade sa svim sportašima, dok vrhunski sportaši u većini slučaja čine manji udio klijenata. Sudionicima nije ni na koji način unaprijed definirano značenje pojma „vrhunski sportaš“, te je moguće da njihovo poimanje te kategorije sportaša nije u potpunosti podudarno s onime što smo predvidjeli prilikom konstrukcije čestice. Nadalje, uz pomoć ove tri čestice nije ispitano znanje o tome na koje sve načine sportski psiholozi rade sa sportašima (koje su najčešće teme, koje tehnike koriste u radu i slično), a to je znanje vjerojatno puno prediktivnije za stavove koje sportaši imaju prema sportskim

psiholozi. Također, moguće je i da pitanjima nismo ispitali specifično znanje o sportskim psiholozi, već o psiholozi općenito. Oni sudionici koji znaju da psiholozi ne mogu propisivati lijekove znali su točan odgovor na to pitanje, a pritom nisu morali znati ništa o sportskim psiholozi.

### *Teorijske i praktične implikacije*

Istraživanja stavova sportaša prema sportskim psiholozi važna su i iz teorijske, ali i iz praktične perspektive. Unatoč navedenim nedostacima, ovo je prvo istraživanje na uzorku iz populacije hrvatskih sportaša koje se bavi stavovima sportaša prema sportskim psiholozi te su nam rezultati dali uvid u to kakve stavove imaju prema sportskim psiholozi. Rezultati su pokazali da sudionici imaju pozitivne stavove prema sportskim psiholozi, a vrijedan je i nalaz spremnosti sportaša na pojedine oblike suradnje, jer nam govori o tome da su stavovi o sportskim psiholozi uistinu povezani sa spremnošću na suradnju sa sportskim psiholozi, kao i nalaz koji nam govori o tome da bi oko 78% sudionika ovog istraživanja bilo spremno na individualni rad sa sportskim psiholozi. Nadalje, u sklopu ovog istraživanja konstruirana je skala stavova sportaša prema sportskim psiholozi, koja je ujedno i prva takva skala na hrvatskom jeziku. Razumijevanje stavova sportaša prema sportskim psiholozi i njihovih odrednica važno je kako bi sportski psiholozi mogli u suradnji sa sportašima provoditi intervencije koje su usmjerene na njihovu dobrobit, odnosno one koje bi im dale jasniju sliku o tome što jesu sportski psiholozi, te koji je njihov doprinos u radu sa sportašima. Ovim su istraživanjem identificirane individualne razlike u rodu, dobi, veličini mjesta u kojima su sportaši proveli većinu svojeg života, vrsti sporta, samoeфикаsnosti te zadovoljstvu prethodnom suradnjom sa sportskim psiholozi koje su povezane sa stavovima sportaša prema sportskim psiholozi, kao i s dva faktora koja su u podlozi konstruirane skale stavova – faktora Koristi od suradnje sa sportskim psiholozi te faktora Srama/Socijalne prihvatljivosti suradnje sa sportskim psiholozi. Skupine koje bi u budućnosti mogle imati koristi u vidu poboljšavanja stavova prema sportskim psiholozi su mlađi sportaši, muškarci, oni iz manjih mjesta i sportaši koji se bave timskim sportovima. U konačnici, ovo istraživanje može biti od koristi i sportskim psiholozi, te svim ostalim psiholozi koji rade sa sportašima. Nalazi ovog istraživanja mogu biti od velike koristi pri adaptaciji pristupa klijentima s kojima rade, te mogu pomoći pri osmišljavanju sadržaja uz pomoć kojeg se sportska psihologija može približiti većem broju sportaša.

## **ZAKLJUČAK**

Cilj ovog istraživanja bio je dobiti bolji uvid u međusobni odnos i povezanost nekih individualnih obilježja sportaša sa stavovima prema sportskim psiholozima. Osim toga, cilj je bio i ustvrditi samostalne doprinose ispitivanih varijabli u objašnjavanju individualnih razlika u stavovima sportaša prema sportskim psiholozima. Utvrđena je značajna razlika u stavovima sportaša prema sportskim psiholozima – žene, stariji, sportaši koji se bave individualnim sportovima te sportaši koji imaju višu samoefikasnost izražavali su pozitivnije stavove prema sportskim psiholozima. Dodatno, ustvrđen je značajan samostalni doprinos varijabli roda, dobi te samoefikasnosti u objašnjenju individualnih razlika u stavovima sportaša prema sportskim psiholozima. Dobivena je i značajna pozitivna povezanost između zadovoljstva prethodnim iskustvom suradnje sa sportskim psihologom i stavova sportaša prema sportskim psiholozima. U konačnici, rezultati istraživanja sugeriraju da je čak 78% sudionika ovog istraživanja spremno na individualni rad sa sportskim psihologom.

## LITERATURA

- Anderson, A. G., Hodge, K. P., Lavallee, D., i Martin, S. B. (2004). New Zealand athletes' attitudes towards seeking sport psychology consultation. *New Zealand Journal of Psychology*, 33(3), 129–136.
- Bandura, A. (1994). Self-efficacy. U V. S. Ramachaudran (Ed.), *Encyclopedia of human behavior* (Vol. 4, pp. 71-81). *New York: Academic Press*.
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. *New York: Freeman*.
- Barić, R. (2006) Osnove psihologije sporta. *Medicina sporta. Zagreb, Kineziološki fakultet*.
- Britannica, T. Editors of Encyclopaedia (2015, October 5). List of sports. *Encyclopedia Britannica*. <https://www.britannica.com/topic/list-of-sports-2038581>
- Burke, K.L., Sachs, M.L. i Smisson, C.P. (2004). Directory of graduate programs in applied sport psychology (7th ed.). *Morgantown, WV: Fitness Information Technology*.
- Çamaş, G. i Yalçın, İ. (2021). The Relationships Between Stigma Toward Psychological Help Seeking, Self-Efficacy, Family Sense of Coherence and Social Support . *Kastamonu Eğitim Dergisi , 15th Anniversary of Kastamonu University: Special Issue on Educational Sciences , 233-245*
- Cohen, J. (1988). *Statistical power analysis for the behavioral sciences* (2nd ed.). *Hillsdale, NJ: Erlbaum*.
- Cox, R. H., i Cox, R. H. (2002). *Sport psychology: Concepts and applications*.
- Crust, L. i Azadi, K. (2010) Mental toughness and athletes' use of psychological strategies. *European Journal of Sport Science*, 10:1, 43-51.
- Dale, G. A., i Weinberg, R. S. (2018). Age and attitudes towards sport psychology among collegiate student-athletes. *Journal of Applied Sport Psychology*, 30(1), 48-59.
- Dangi, T., i Witt, P. A. (2016). Why children/youth drop out of sports. *Journal of Physical Education, Recreation & Dance*, 87(6), 31-37.
- Donohue, B., Dickens, Y., Lancer, K., Covassin, T., Hash, A., Miller, A. i Genet, J. (2004). Improving athletes' perspectives of sport psychology consultation: a controlled evaluation of two interview methods. *Behavior Modification*, 28, 182-193.
- Gould, D., Dieffenbach, K., & Moffett, A. (2002). Psychological characteristics and their development in Olympic champions. *Journal of Applied Sport Psychology*, 14(3), 172-204.
- Greenleaf, C. A., i Mitchell, S. A. (2015). Athletes' attitudes toward sport psychology consultation. *Journal of Clinical Sport Psychology*, 9(1), 1-16.
- Gupta G i Kumar S. (2010). Mental health in relation to emotional intelligence and self efficacy among college students. *Journal of the Indian Academy of Applied Psychology* 36(1):61-67.

- Hatzigeorgiadis, A., Zourbanos, N., Goltsios, C., i Theodorakis, Y. (2008). Investigating the functions of self-talk: The effects of motivational self-talk on self-efficacy and performance in young tennis players. *The Sport Psychologist*, 22(4), 458-471.
- Hofstede, G. (2011). Dimensionalizing Cultures: The Hofstede Model in Context. *Online Readings in Psychology and Culture*, 2(1).
- Holloway, J. B., Beuter, A., i Duda, J. L. (1988). Self-efficacy and training for strength in adolescent girls. *Journal of Applied Social Psychology*, 18(8, Pt 2), 699–719.
- Hoyt, D. R., Conger, R. D., Valde, J. G., & Weihs, K. (1997). Psychological distress and help seeking in rural America. *American Journal of Community Psychology*, 25(4), 449-470.
- Jeong, Y. H., Healy, L. C., i McEwan, D. (2021). The application of Goal Setting Theory to goal setting interventions in sport: a systematic review. *International Review of Sport and Exercise Psychology*.
- Krleža, A. (2021). Što je samoefikasnost? *Kako si?*  
<https://www.kakosi.hr/2021/07/20/samoefikasnost/>
- Lane, A. M. i Lane, H. J. (2009). Athletes' perceptions of sport psychology consulting services: An exploratory investigation. *Journal of Applied Sport Psychology*, 21(2), 139-154.
- Mackenzie, C. S., Scott, T., Mather, A., i Sareen, J. (2008). Older adults' help-seeking attitudes and treatment beliefs concerning mental health problems. *The American journal of geriatric psychiatry: official journal of the American Association for Geriatric Psychiatry*, 16(12), 1010–1019.
- Martin, S. B., Akers, A., Jackson, A. W., Wrisberg, C. A., Nelson, L., Leslie, P. J., i Leidig, L. (2001). Male and female athletes' and nonathletes' expectations about sport psychology consulting. *Journal of Applied Sport Psychology*, 13, 19-40.
- Martin, S. B., Kellmann, M., Lavallee, D., i Page, S. (2002). Development and Psychometric evaluation of the Sport Psychology Attitudes-Revised Form: A multiple group investigation. *The Sport Psychologist*, 16(3), 272-290.
- Martin, S., Lavallee, D., Kellmann, M. i Page, S. (2004). Attitudes toward sport psychology consulting of adult athletes from the United States, United Kingdom, and Germany. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*.
- Ong, N. C. H., i Harwood, C. (2018). Attitudes toward sport psychology consulting in athletes: Understanding the role of culture and personality. *Sport, Exercise, and Performance Psychology*, 7(1), 46–59.
- Parmar, D. S., Kumari, G. i Rathore, S. (2007). Importance of sports psychologist for team performance in sports. *International Journal of Yogic, Human Movement and Sports Sciences*, 2(2): 345-347.
- Prochaska, J. O., i DiClemente, C. C. (1983). Stages and processes of self-change of smoking: Toward an integrative model of change. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 51(3), 390–395.

- Rasmusen, R. (2016). Tackling the Relationship between Self-Efficacy and Performance in Rugby. Master of Science in Applied Psychology. *University of Canterbury*.
- Rajh, E., Budak, J. i Anić, I. (2016). Hofstede's Culture Value Survey in Croatia: Examining Regional Differences. *Društvena istraživanja*, 25 (3), 309-327.
- Reverter-Masía, J., Legaz-Arrese, A., Munguía-Izquierdo, D., Roig-Pull, M., Gimeno-Marco, F., i Ranón Barbany, J. (2008). The use of sports psychology consultants in elite sports teams. *Revista de Psicología del Deporte*, 17(1), 143–153.
- Rooney, D., Heron, N. i Jackson, R. (2021). Attitudes Towards Sport Psychology Consulting in Athletes From Individual and Team Sports. *BMC Sports Sci Med Rehabil* 13, 46.
- Schunk, D. H., i Swartz, C. (1993). Goals and progress feedback: Effects on self- efficacy and writing achievement. *Contemporary Educational Psychology*, 18, 337-354.
- Schwarzer, R., i Jerusalem, M. (1995). General Self-Efficacy Scale (GSE) [Database record]. *APA PsycTests*.
- Sivrikaya, M. H. (2018). The Role of Self-Efficacy on Performance of Sports Skills of Football Players. *Journal of Education and Training Studies*, 6(n12a), 75-79.
- Strecher, V. J., DeVellis, B. M., Becker, M. H., i Rosenstock, I. M. (1986). The role of self-efficacy in achieving health behavior change. *Health Education Quarterly*, 13(1), 73–92.
- Van Raalte, J. L., Brewer, D. D., Matheson, H. i Brewer, B. W. (1996) British athletes' perceptions of sport and mental health practitioners. *Journal of Applied Sport Psychology*, 8:1, 102-108
- Vatcheva, K. P., Lee, M., McCormick, J. B., & Rahbar, M. H. (2016). Multicollinearity in Regression Analyses Conducted in Epidemiologic Studies. *Epidemiology (Sunnyvale, Calif.)*, 6(2), 227.
- Watson, J.C. (2005). College Student-Athletes' Attitudes Toward Help-Seeking Behavior and Expectations of Counseling Services. *Journal of College Student Development* 46(4), 442-449.
- Wei, M., Su, J. C., Carrera, S., Lin, S. P., i Yi, F. (2014). Suppression and interpersonal harmony: A cross-cultural comparison between Chinese and European Americans. *Journal of Counseling Psychology*, 61(4), 604-611.
- Weir, K. (2018, November 1). A growing demand for sport psychologists. *Monitor on Psychology*, 49(10). <https://www.apa.org/monitor/2018/11/cover-sports-psychologists>
- Weinberg, R. S., i Gould, D. (2015). Foundations of sport and exercise psychology. *Human Kinetics*.
- Wright, K. B. (2005). Researching Internet-Based Populations: Advantages and Disadvantages of Online Survey Research, Online Questionnaire Authoring Software Packages, and Web Survey Services. *Journal of Computer-Mediated Communication*, 10(3).

Yambor, J., i Connelly, D. (1991). Issues confronting female sport psychology consultants working with male student-athletes. *The Sport Psychologist. Special Issue: Working with various populations*, 5(4), 304-312.

## **PRILOZI**

### *Prilog 1*

#### SKALA OPĆE SAMOEFIKASNOSTI

Prilikom odgovaranja na sljedeća pitanja razmislite koliko se pojedina tvrdnja odnosi na **Vas kao sportaša/sportašicu**.

*1 - u potpunosti netočno,*

*2 - u većoj mjeri netočno,*

*3 - u većoj mjeri točno,*

*4 - u potpunosti točno*

1. Uvijek uspijevam riješiti teške probleme ako se dovoljno potrudim.
2. Ako mi se netko suprotstavi, mogu naći načina da dobijem ono što želim.
3. Lako mi je držati se svojih zadataka i postići svoje ciljeve.
4. Uvjeren/a sam da mogu efikasno djelovati u neočekivanim situacijama.
5. Zahvaljujući svojim sposobnostima, znam kako postupati u nepredvidljivim situacijama.
6. Mogu riješiti većinu problema ako uložim potreban trud.
7. Mogu ostati miran/na pri susretu s teškoćama jer se mogu osloniti na svoje sposobnosti suočavanja s njima.
8. Ako se nađem pred problemom, obično mogu naći nekoliko rješenja.
9. Kada imam neki problem obično mogu smisliti što treba učiniti.
10. Bez obzira što mi se prepriječi na putu, obično sam to sposoban/na riješiti.



## *Prilog 2*

### SKALA STAVOVA SPORTAŠA PREMA SPORTSKIM PSIHOLozIMA

U nastavku slijede tvrdnje o sportskim psiholozima. Molimo vas da naznačite stupanj vašeg slaganja sa svakom navedenom tvrdnjom.

*1 – uopće se ne slažem,*

*2 – uglavnom se ne slažem,*

*3 – niti se slažem niti se ne slažem,*

*4 – uglavnom se slažem,*

*5 – u potpunosti se slažem*

1. Sportski psiholog nije potreban dobrim sportašima.
2. Sportski psiholog može mi pomoći smanjiti strah od neuspjeha.
3. Mislim da bi mi sportski psiholog pomogao u nošenju sa stresom.
4. Sportski psiholozi ne doprinose sportaševu uspjehu.
5. Mislim da bi mi sportski psiholog pomogao da ostanem smiren/a prije natjecanja.
6. Pomisao na razgovor sa sportskim psihologom mi stvara nelagodu.
7. Vrijeme koje bih utrošio/la na razgovor sa sportskim psihologom, bilo bi korisnije iskoristiti na dodatne fizičke treninge.
8. Sportski psiholog može mi pomoći pri postavljanju ciljeva.
9. Rad sa sportskim psihologom poboljšao bi moje sportske rezultate.
10. Uvrijedilo bi me da mi netko preporuči sastanak sa sportskim psihologom.
11. Kada bih se obratio/la sportskom psihologu, ne bih želio/la da to itko zna.
12. Sportski psiholog može mi pomoći ostvariti moje potencijale.
13. Bilo bi mi neugodno tražiti pomoć sportskog psihologa.
14. Sportski psiholog mi može pomoći s održavanjem motivacije.
15. Sportski psiholog može mi pomoći da smanjim tremu pred natjecanje.
16. Traženje pomoći od sportskog psihologa je znak slabosti.
17. Sportski psiholog može mi pomoći da se motiviram nakon neuspjeha.

18. Sportski psiholog mi može pomoći da lakše kontroliram svoje emocije.
19. Timovi bi bolje funkcionirali uz pomoć sportskog psihologa.
20. Sportski psiholozi prodaju maglu.
21. Sportski psiholog može poboljšati suradnju unutar grupe.
22. Sportski psiholozi su beskorisni.
23. Obraćanje sportskom psihologu je gubitak vremena.
24. Sportski psiholog može mi pomoći u prevladavanju psihičkih prepreka.
25. Bilo bi me sram ići sportskom psihologu.
26. Sportski psiholog može mi pomoći u nošenju s neuspjehom.
27. Kada bih morao/la ići kod sportskog psihologa osjećao/la bih se nesposobnim/om.
28. Osjećao/la bih se neugodno podijeliti s igračima iz tima da idem sportskom psihologu.

Čestice 1, 4, 6, 7, 10, 11, 13, 16, 20, 22, 23, 25, 27 i 28 su negativne valencije, te je odgovore na ove čestice potrebno rekodirati prilikom računanja ukupnog rezultata.

Čestice 1, 2, 3, 4, 5, 7, 8, 9, 12, 14, 15, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 24 i 26 odnose se na prvi faktor, odnosno faktor percipirane korisnosti rada sa sportskim psiholozima.

Čestice 6, 10, 11, 13, 16, 25, 27 i 28 odnose se na drugi faktor, odnosno faktor osjećaja srama zbog suradnje sa sportskim psihologom.

Prilog 3

**Tablica 1**

*Prikaz inicijalnih rezultata faktorske analize metodom glavnih komponenata Skale stavova sportaša prema sportskim psiholozima i prikaz rezultata nakon Varimax rotacije kod dvofaktorskog rješenja (N = 270).*

Faktor	Inicijalne vrijednosti			Vrijednosti nakon Varimax rotacije		
	Svojtvena vrijednost	% varijance	Kumulativni %	Svojtvena vrijednost	% varijance	Kumulativni %
1	11.49	41.05	41.05	9.26	33.07	33.07
2	3.84	13.73	54.78	6.08	21.71	54.78

## Tablica 2

*Prikaz saturacija čestica skale Stavova sportaša prema sportskim psiholozima nakon Varimax rotacije faktorima koristi i srama dobivenim faktorskom analizom (N = 270).*

Čestica	Faktor	
	Faktor 1 (korist)	Faktor 2 (sram)
1. Sportski psiholog nije potreban dobrim sportašima.	.453	.270
2. Sportski psiholog može mi pomoći smanjiti strah od neuspjeha.	.716	.134
3. Mislim da bi mi sportski psiholog pomogao u nošenju sa stresom.	.706	.106
4. Sportski psiholozi ne doprinose sportaševu uspjehu.	.573	.160
5. Mislim da bi mi sportski psiholog pomogao da ostanem smiren/a prije natjecanja.	.737	.086
7. Vrijeme koje bih utrošio/la na razgovor sa sportskim psihologom, bilo bi korisnije iskoristiti na dodatne fizičke treninge.	.446	.264
8. Sportski psiholog može mi pomoći pri postavljanju ciljeva.	.759	.171
9. Rad sa sportskim psihologom poboljšao bi moje sportske rezultate.	.800	.089
12. Sportski psiholog može mi pomoći ostvariti moje potencijale.	.801	.123
14. Sportski psiholog mi može pomoći s održavanjem motivacije.	.729	.124
15. Sportski psiholog može mi pomoći da smanjim tremu pred natjecanje.	.763	.129
17. Sportski psiholog može mi pomoći da se motiviram nakon neuspjeha.	.744	.195
18. Sportski psiholog mi može pomoći da lakše kontroliram svoje emocije.	.730	.254
19. Timovi bi bolje funkcionirali uz pomoć sportskog psihologa.	.662	.115
20. Sportski psiholozi prodaju maglu.	.437	.562
21. Sportski psiholog može poboljšati suradnju unutar grupe.	.679	.175
22. Sportski psiholozi su beskorisni.	.468	.480
23. Obraćanje sportskom psihologu je gubitak vremena.	.408	.521
24. Sportski psiholog može mi pomoći u prevladavanju psihičkih prepreka.	.759	.262
26. Sportski psiholog može mi pomoći u nošenju s neuspjehom.	.811	.208
6. Pomisao na razgovor sa sportskim psihologom mi stvara nelagodu.	.068	.663
10. Uvrijedilo bi me da mi netko preporuči sastanak sa sportskim psihologom.	.233	.629
11. Kada bih se obratio/la sportskom psihologu, ne bih želio/la da to itko zna.	.059	.750
13. Bilo bi mi neugodno tražiti pomoć sportskog psihologa.	.126	.832
16. Traženje pomoći od sportskog psihologa je znak slabosti.	.240	.737
25. Bilo bi me sram ići sportskom psihologu.	.199	.812
27. Kada bih morao/la ići kod sportskog psihologa osjećao/la bih se nesposobnim/om.	.174	.840
28. Osjećao/la bih se neugodno podijeliti s igračima iz tima da idem sportskom psihologu.	.027	.845

Prilog 4

**Tablica 1**

*Prikaz rezultata post – hoc testova za razlike u stavovima prema sportskim psiholozima s obzirom na veličinu mjesta (N = 270).*

		Ukupni rezultat na skali			Rezultat na prvom faktoru (korist)			Rezultat na drugom faktoru (sram)		
		$\Delta M$	SDe	p	$\Delta M$	SDe	p	$\Delta M$	SDe	p
Post hoc veličina mjesta	Malo -									
	srednje	1.92	2.350	.716	2.34	1.812	.437	-0.41	0.883	.896
	Malo - veliko	-2.24	2.280	.618	-0.12	1.757	.998	-2.12*	0.856	.048
	Srednje - veliko	-4.16	2.093	.141	-2.45	1.613	.317	-1.71	-1.706	.097

*Legenda:  $\Delta M$  – razlika aritmetičkih sredina, SDe – standardna pogreška aritmetičke sredine, p – razina značajnosti, \*  $p < .05$ , \*\*  $p < .01$*