

NEUROTICNOST KAO POKAZATELJ SPORTSKE USPEŠNOSTI KOD DECE KARATISTA

UDK 159.922.73:796.85.015.1

Vojinović Jugoslav³, Dragan Doder¹, Radoslava Doder², Biljana Savić¹

¹Pokrajinski zavod za sport, Novi Sad, Masarikova 25, ²Medicinski fakultet, Novi Sad,
Hajduk Veljkova 1-3, ³Sportska akademija, Beograd, Deligradska 27

ABSTRAKT

Želimo li ove rezultate pravilno protumačiti, onda treba imati u vidu, da naši ispitanici u najvećem broju pripadaju periodu poznog detinjstva i pubertetu. To je period kad dolazi do naglog telesnog razvoja, kad naglo povećani zahtjevi roditelja i nastavnika decu čine nervoznom i razdražljivom. To je period kad mladi nisu raspoloženi za rad, kad se suprostavljaju autoritetu roditelja i nastavnika, kad „beže“ u izolaciju i maštu. Otuda i jeste pojava neodgovornosti koju je trener pravilno uočio.

Procjene trenera potvrđuju da je reč o sportistima u razvojnom periodu koji karakteriše emocionalna labilnost – dolazi do naglih promena raspoloženje, teško se kontrolišu emocionalne reakcije, javlja se osjećanje zabrinutosti i nesamopouzdanja.

Od trenera se očekuje da nešto više zna o ovakvoj psihologiji dece i omladine ukoliko želi da postigne veći uspeh kako na polju vežbanja sportskih vještina tako i na polju ukupnog razvoja ličnosti mladih sportista. Na primjer, od trenera se očekuje da primeti kad dete nije dovoljno emocionalno zrelo da se uključi u određenu akciju grupe, kad nije u stanju da se prilagodi i uvaži zahtjeve grupe. Čak i kad postoji psihološka zrelost (mentalna, emocionalna i voljna) za učenje određenih vještina karatea, trener treba da zna da u poznom djetinjstvu i pubertetu mladi imaju naglašenu potrebu za igrom, te da trening organizuje u prvom redu kao neki vid kreativne igre.

KLJUČNE REČI: neurotičnost, pozno detinjstvo i pubertet, uspešnost, karate.

UVOD

Neurotičnost (osobe koje postižu visok skok na ovoj skali) se odnosi na generalnu emocionalnu nestabilnost adekvatnog reagovanja u situacijama stresa. Nedostatak volje i istrajnosti je takođe značajna komponenta ove dimenzije. Takve osobe pate od nesanicice i drugih psihosomatskih tegoba. Preterano su emotivne, intenzivno reaguju na sve vrste draži, lako se uznemire i teško se prilagođavaju okolini.

Emocionalna nestabilnost, dovodi ih do iracionalnih, ponekad čak i do rigidnih reakcija. Neurotična osoba konstantno oseća zabrinutost, traži negativne podražaje pri čemu su joj emocionalne reakcije izrazito anksiozne.

Neurotičnost se, kako smatra Ajzenk, zasniva na labilnosti autonomnog nervnog sistema, tako da su pojedinci sa labilnim autonomnim sistemom skloni da reaguju burnije na neprijatne događaje (povećanje pulsa, napetošću mišića, aktivnošću znojnih žlezda). Takođe, pojedinci sa visokim skorom neuroticizma ispoljavaće niže pragove emocionalnih uzbuđenja, što dovodi do češćeg aktiviranja autonomnih sistema koji

pokeću retikularni aktivacijski sistem (čija je uloga da održi jedinku u optimalnom stanju budnosti).

Emocionalnu stabilnost-nestabilnost autori identifikuju i imenuju različito: kao opšti neuroticizam, kao nezrelost u kontroli svojih emocija itd. Mi smo se odlučili za prvu varijantu, izdvajajući sam pojam iz konteksta patološke devijantnosti i primenjujući ga samo u okviru konotacije aktuelne za ispitivanje strukture ličnosti dece – karatista.

Urvnotežena osoba sa niskim neurotičnosti obično reaguje emocionalno sporije i blaže, a iz svakog stanja uznemirenosti brzo se vraća u osnovno emocionalno stanje; dobro kontroliše svoje ponašanje, racionalno reaguje na frustracije i nije sklona brzim promenama raspoloženja.

Postizanje cilja u sportskom takmičenju je uvek praćeno spoljašnjim i unutrašnjim pritiscima, što iziskuje prilagođavanje složenim dinamičkim zahtevima sporta, kao i posedovanje visokog nivoa emocionalne stabilnosti u stresnim sportskim situacijama (Paranosić, 1982)

Emocionalna stabilnost predstavlja bipolarnu dimenziju na čijem se jednom kraju kontinuumu nalaze emocionalno stabilni sportisti koji ispoljavaju: zrelost, samokontrolu, realnost, odsustvo neurotičnog umora, optimizam, mirnoću, visok nivo tolerancije na frustracije. Na drugom kraju kontinuumu su emocionalno nestabilne osobe koje se karakterišu: niskim nivoom tolerancije na frustracije, nezrelošću, sklonošću uzbuđenju, brigom i strepnjom u takmičarskim situacijama, napetošću, umorom i nesigurnošću pred nastup.

Ajzenk pravi razliku između termina „neuroze“ i neuroticizma, određujući neuroticizam kao genetsku predispoziciju za razvoj neuroze.

Neuroza će se pojaviti samo ako je osoba izložena određenim okolnostima, npr. stresu jakog intenziteta. Ako ne postoje takvi sredinski uslovi, neuroza se neće razviti iako postoji genetska predispozicija za njen razvoj. (Paranosić, 1978).

Taj odnos između fenotipa i genotipa kod neuroticizma može se izraziti na sledeći način: osoba koja ima nizak genetski i konstitucionalni neuroticizam, razviće neurozu jedino ako je izložena vrlo velikom pritisku i stresu, dok će osoba koja ima visok genetski neuroticizam, reagovati neurotično, tj. razviće neurozu i u uslovima slabog pritiska stresa i sredine kojoj je izložena.

MATERIJAL I METOD

Što se tiče cilja istraživanja, on se u ovom istraživanju može posmatrati i sa naučnog i sa praktičnog stanovišta: sa naučnog, u tom smislu što ćemo sagledati zakonitosti koje vladaju među posmatranim varijablama (kako su međusobno povezani neurotičnost i sportska uspešnost i da li je neurotičnost faktor uspešnosti u karateu, u tom smislu, što bolje sportske rezultate postižu deca karatisti koji nisu ili jesu neurotični).

Prema raspoloživim metodama i mogućnostima njihove primene, za ovo istraživanje je najrelevantniji empirijsko-neeksperimentalni metod ili Servej metod.

Ovaj metod kao vid terenskog istraživanja, veoma je pogodna za prikupljanje neophodnih podataka.

U ovom istraživanju je za potrebe prikupljanja relevantnih podataka, bio korišćen Ajzenkov test ličnosti. Ovaj test se primenjuje za ispitivanje dimenzije neuroticizma. (Krković, 1964, Katel, 1978,)

REZULTATI

Tabela br. 1 Test ličnosti (Test of personality)

Tvrđnje		Da	Ne	Sintetski indeks	Skalarna vrednost
1. Da li su ti često potrebni najbolji prijatelji da bi te raspoložili?	f	62	73	135	1.00
	%	45.9	54.1		
2. Da li ti teško pada ako ne možeš ništa odgovoriti na neku primjedbu?	f	56	79	247	1.83
	%	41.5	58.5		
3. Da li se tvoje raspoloženje često podiže i opada?	f	84	51	303	2.25
	%	62.2	37.8		
4. Da li se ponekad osjećaš „nespretnim“ a da nemaš uopšte razloga za to?	f	98	37	331	2.45
	%	72.6	27.4		
5. Da li odjednom osjetiš tremu zbog nečega a da ustvari nisi ništa učinio ili rekao?	f	82	53	299	2.20
	%	60.7	45.5		
6. Da li se često osjećaš nespokojnim zbog nečega a da ustvari nisi ništa učinio ili rekao?	f	101	34	337	2.50
	%	74.8	25.2		
7. Da li se lako vrijeđaš?	f	94	41	323	2.40
	%	69.6	30.4		
8. Da li si ponekad pun energije?	f	30	105	195	1.45
	%	22.2	77.8		
9. Da li dosta sanjariš?	f	49	86	233	1.72
	%	36.3	63.7		
10. Da li često imaš osjećanje da si kriv bez dovoljno razloga?	f	85	50	305	2.25
	%	63	37		
11. Da li možeš za sebe reći da si napet?	f	101	34	135	1.00
	%	74.8	25.2		
12. Kad si izvršio neki važan posao, da li često imaš osjećanje da si mogao uraditi bolje?	f	33	102	201	1.50
	%	24.4	75.6		
13. Da li zbog misli koje ti naviru u glavu ne možeš zaspati?	f	71	64	277	2.00
	%	52.6	47.4		
14. Da li ti srce jako lupa?	f	107	28	349	2.60
	%	79.3	20.7		
15. Da li ti ponekad dobijaš drhtanje ili trešenje?	f	118	17	371	2.75
	%	87.4	12.6		

Iz podataka datih u tabeli 1, vidi se da su deca-karatisti češće emocionalno nestabilne osobe koje se karakterišu: niskim nivoom tolerancije na frustracije, nezrelošću, sklonošću uzbuđenju, brigom, strepnjom u takmičarskim situacijama, napetošću, umorom i nesigurnošću pred nastup.

Naročito je to izraženo u sferi socijalnih odnosa: nešto je manje od pola mladih karatista (45.9%) koji misle da su im često potrebni najbolji prijatelji da bi se raspoložili; oko dvije trećine je onih mladih karatista (62.2%) kojima često varira raspoloženje; 60.7% ih osjeća strepnju zbog nečega što ustvari nisu učinili; svega 25.2% njih ne osjeća nespokojstvo zbog nečega što nisu uradili ili kazali; oko dvije trećine mladih karatista posjeduje osećanje krivice bez dovoljno razloga; svega 25.2% njih za sebe mogu reći da su društveni; nešto više od pola je onih koji zbog misli koje im naviru u glavu ne mogu zaspati; više od pola je onih koji se vređaju kad im se pronade neka mana ili greška u radu.

Tabela 2. Neurotičnost i sportska uspešnost (Neurotic and success in sports)

Neurotičnost		Sportska uspešnost		Total
		Manje uspešni	Više uspešni	
Manje izražena neurotičnost	f	23	24	47
	%	48.9	51.1	100
Srednje izražena neurotičnost	f	22	14	36
	%	61.1	38.9	100
Više izražena neurotičnost	f	35	17	52
	%	67.3	32.7	100
Total	f	80	55	135
	%	59.3	40.7	
		$X^2 = 3.52$	df = 2	Sig. = .172

Kako se vidi iz tabele 2, neurotičnost teži da bude značajan faktor sportske uspešnosti. Vidi se da je u grupi sa manjom neurotičnošću svaki drugi sportista izrazitije uspešan, dok je tako (izrazitije uspešan) tek svaki treći karatista iz grupe sa izrazitijom neurotičnošću.

Polazeći samo od podataka dobijenih u ovom istraživanju, nije jednostavno protumačiti ove nalaze.

Verovatno se prije svega radi o tome da su nervoza i napetost u određenoj mjeri normalna posledica visoke motivacije da se postignu sportski rezultati. Bez određene doze straha i neizvjesnosti od toga šta će se postići djeca se verovatno ne bi dovoljno angažovala i bila uporna u savladavanju barijera – na putu do sportskih rezultata. (Paranosić i sar. 1975)

DISKUSIJA

Želimo li ove rezultate pravilno protumačiti, onda treba imati u vidu, da naši ispitanici u najvećem broju pripadaju periodu poznog detinjstva i pubertetu. To je period kad dolazi do naglog telesnog razvoja, kad naglo povećani zahtjevi roditelja i nastavnika decu čine nervoznom i razdražljivom. To je period kad mladi nisu raspoloženi za rad, kad se suprostavljaju autoritetu roditelja i nastavnika, kad „beže“ u izolaciju i maštu. Otuda i jeste pojava neodgovornosti koju je trener pravilno uočio.

Procene trenera potvrđuju da je reč o karatistima u razvojnom periodu koji karakteriše emocionalna labilnost – dolazi do naglih promena raspoloženje, teško se kontrolišu emocionalne reakcije, javlja se osećanje zabrinutosti i nesamopouzdanja. (Jorga, 1998)

Od trenera se očekuje da nešto više zna o ovakvoj psihologiji dece i omladine ukoliko želi da postigne veći uspeh kako na polju vežbanja sportskih veština tako i na polju ukupnog razvoja ličnosti mladih sportista. (Havelka i sar. 1976)

Na primjer, od trenera se očekuje da primjeti kad dete nije dovoljno emocionalno zrelo da se uključi u određenu akciju grupe, kad nije u stanju da se prilagodi i uvaži zahteve grupe. Čak i kad postoji psihološka zrelost (mentalna, emocionalna i voljna) za učenje određenih veština karatea, trener treba da zna da u poznom detinjstvu i pubertetu mladi imaju naglašenu potrebu za igrom, te da trening organizuje u prvom redu kao neki vid kreativne igre.

LITERATURA

1. Katel, R. B.: (1978). Naučna analiza ličnosti, BIGZ, Beograd.
2. Krković, A.(1964). Mjerenje u psihologiji i pedagogiji, Zavod za izdavanje udžbenika, Beograd.
3. Paranosić, V. (1978). Pristup problemu anksioznosti vrhunskih sportista, Doktorska disertacija, fakultet za fizičko vaspitanje, Beograd.
4. Paranosić, V.,(1982). Psihologija sporta, Beograd, 1982.
5. Paranosić, V., Lazarević, Lj.,(1975). Psihodinamika sportske grupe, Partizan, Beograd.
6. Havelka, N., Lazarević, Lj., (1976). Motivacija za bavljenje sportom, Projekat istraživanja, Institut za fizičku kulturu, Beograd.
7. Jorga, I., (1998). Tradicionalni fudokan karate-moj put-osnovni psihofizički principi, Beograd: Fudokan Press international.

NEUROTIC AS AN INDICATOR OF SPORTS SUCCESS AT CHILDREN KARATISTS

Vojinović Jugoslav³, Dragan Doder¹, Radoslava Doder², dr Biljana Savić¹

¹Vojvodina province Sports Institute, Novi Sad, Masarikova 25, ²Faculty of Medicine, Novi Sad, Hajduk Veljkova 1-3, ³Sport Academy, Beograd, Deligradska 27

If we want those results to explain properly then we have to take into account that our respondents mostly belong to the period of late childhood and puberty. That's the period of a hasty physical development, a period when hastily increased demands of parents and teachers make the children nervous and irritated. That's the period when young people are not ready for work, when they comfort to the parents and teachers authority, when they escape in an isolation and imagination. Therefore we have the manifestation of irresponsibility which the coach noticed regularly.

The coaches estimations confirm that we talk about sportsmen in a development period which characterizes an emotional instability – there are hasty changes of mood, emotional reactions are controlled with difficulty, there is a feeling of anxiety and with the absence of self-confidence.

It is expected from the coach to know something more about this psychology of children and youth if he wants to achieve greater success at practicing sports skills as well as a total individual development of young sportsmen. For example, it is expected from the coach to notice when a child is not mature emotionally enough to take part in a specific task of a group, when it is not possible to conform in the group and appreciate the demands of the group. Even when there is a psychological mature (mental, emotional and voluntary) for learning specific karate skills, the coach needs to know that in a late childhood and puberty young people have a stressed need for game, so that the training is organized as some way of a creative game.

KEY WORDS: neurotic, late childhood and puberty, success, karate