

Psihološka obilježja mladih igrača futsala

Bezmalinović, Ivan

Master's thesis / Diplomski rad

2020

Degree Grantor / Ustanova koja je dodijelila akademski / stručni stupanj: **University of Split, Faculty of Kinesiology / Sveučilište u Splitu, Kineziološki fakultet**

Permanent link / Trajna poveznica: <https://um.nsk.hr/um:nbn:hr:221:938107>

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

Download date / Datum preuzimanja: **2024-06-21**



Repository / Repozitorij:

[Repository of Faculty of Kinesiology, University of Split](#)



UNIVERSITY OF SPLIT





SVEUČILIŠTE U SPLITU
KINEZIOLOŠKI FAKULTET

PSIHOLOŠKA OBILJEŽJA MLADIH
IGRAČA FUTSALA

(DIPLOMSKI RAD)

Split, 2020.



SVEUČILIŠTE U SPLITU
KINEZIOLOŠKI FAKULTET
SVEUČILIŠNI DIPLOMSKI STUDIJ KINEZIOLOGIJE

PSIHOLOŠKA OBILJEŽJA MLADIH
IGRAČA FUTSALA

(DIPLOMSKI RAD)

Student: Ivan Bezmalinović

Mentor: doc. dr. sc. Boris Milavić

Sumentor: dr. sc. Ante Rađa

Split, 2020.

PSIHOLOŠKA OBILJEŽJA MLADIH IGRAČA FUTSALA

SAŽETAK

Cilj ovog istraživanja je utvrditi osnovna psihološka obilježja mladih igrača futsala, a korištena je hrvatska verzija upitnika ACSI-28 prethodno validirana na hrvatskim futsal igračima. Psihološka obilježja igrača futsala su uglavnom srednje razine izraženosti, a *anksioznost* je najviše *negativno* i *nisko* izražena. Utvrđeno je kako varijable *dob ispitanika* i *iskustvo igranja futsala* nemaju povezanosti niti s jednim od mjenjenih psiholoških obilježja igrača, niti s ukupnim rezultatom *psiholoških vještina suočavanja*. *Igračka pozicija* ispitanika nema povezanosti s većinom od mjerjenih psiholoških obilježja igrača izuzev s obilježjem *suočavanje s poteškoćama*, pri čemu se *vratari* značajno bolje *suočavaju s poteškoćama* od igrača koji igraju preostale dvije pozicije (*branič-napadač* i *branič-pivot*). *Igračka pozicija* ispitanika nema povezanosti s ukupnim rezultatom *psiholoških vještina suočavanja*.

Ključne riječi: *futsal, mladi igrači, psihološka obilježja, vještine suočavanja*

PSYCHOLOGICAL CHARACTERISTICS OF YOUNG FUTSAL PLAYERS

ABSTRACT

The aim of this study is to determine the basic psychological characteristics of young futsal players, and the Croatian version of the ACSI-28 questionnaire previously validated on futsal players was used. The psychological characteristics of futsal players are mostly moderate (mid-level) expressed, and *anxiety* is most negative and low. It was found that the variables of the *age of the respondents* and the *experience of playing futsal* have no relation with any of the measured *psychological characteristics* of the players, nor with the overall result of *psychological coping skills*. The *playing position* of the respondents has no connection with most of the measured *psychological characteristics* of the players except with the characteristic *coping with difficulties*, with *goalkeepers* facing difficulties significantly better than players playing the remaining two positions (*defensive-offensive players* and *defensive-pivot players*). The *playing position* of the respondents has no relation to the overall result of *psychological coping skills*.

Key words: *coping skills, futsal, psychological characteristics, young players*

SADRŽAJ:

| | |
|--|----|
| 1. UVOD..... | 4 |
| 1.1. Dosadašnje spoznaje | 7 |
| 2. CILJ RADA..... | 10 |
| 3. HIPOTEZE..... | 11 |
| 4. METODE RADA..... | 12 |
| 4.1 Uzorak ispitanika | 12 |
| 4.2 Uzorak varijabli | 12 |
| 4.3 Opis eksperimentalnog postupka | 13 |
| 4.4 Metode obrade podataka | 14 |
| 5. REZULTATI I RASPRAVA..... | 15 |
| 6. ZAKLJUČAK..... | 22 |
| LITERATURA..... | 23 |

1. UVOD

Psihologija sporta je znanstvena i primijenjena disciplina u okviru psihologije u kojoj se psihološka načela primjenjuju na tjelovježbu ili sport. Takva načela često se primjenjuju za poboljšanje performansi i postignuća sportaša. Psihologija sporta, kao područje istraživanja i proučavanja je vrlo mlada te se još razvija.

Norman Triplett (1897, prema Cox, 2005) napravio je izvještaj o možda prvom jasnom primjeru povijesnog istraživanja na području psihologije sporta. Na temelju istraživanja na terenu i drugih podataka, Triplett je analizirao sportsko postignuće biciklista pri uvjetima socijalne facilitacije. Triplett predstavlja prvi primjer najranijeg istraživanja koje je zabilježeno u psihologiji sporta, no nije prvi koji je sustavno proveo istraživanja tijekom duljeg vremenskog razdoblja. To se pripisuje Colemanu Robertsu Griffithu koji je često spominjan kao otac psihologije sporta u Americi. Tek 1960-ih psihologija sporta počinje se odjeljivati i razlikovati od drugih područja istraživanja motoričkog ponašanja.

Yeemin, Dias & Fonseca (2015) predstavili su sustavni pregled psiholoških studija primijenjenih na futsal. Analizirano je ukupno 23 studije u pet odjeljaka: godišnji pregled i naziv časopisa, dizajn istraživanja, prikupljanje podataka, karakteristike uzoraka i kategorija fokusa. Ovo je istraživanje pokazalo da su prvi psihološki članci primijenjeni na futsal objavljeni 2008. godine, a od tada se broj publikacija postupno povećavao. Većina ispitivanih studija bili su projekti presjeka i provedeni na elitnoj razini u europskim i azijskim zemljama. Većina studija nije koristila mješovite metode i nije precizirala dob ispitanika. Psihološka istraživanja primijenjena na futsalu usmjerena su na sportaše, nespportaše i nekoliko psiholoških čimbenika. Iznesena su kritička i inovativna razmišljanja kako bi se naglasili nedostaci u istraživanju i iznijeli prijedlozi za daljnja istraživanja.

Termin „futsal“ je izvedenica dvaju portugalskih riječi “futebol de salao”, odnosno španjolskih riječi “futbol de sala” te predstavlja uvriježenu skraćenicu za sportsku disciplinu nogometa u dvorani, poznatog i kao „mali nogomet“.

Futsal je sportska igra u kojoj sudjeluju dvije momčadi sa po pet igrača, od kojih je jedan vratar te s maksimalno do po sedam zamjenskih igrača po momčadi.

„Pomoćne igre u nogometu predstavljaju modificirane igre kojima je primarni cilj olakšan razvoj tehničkih vještina i taktičke svijesti igrača. One sadrže motoričke,

tehničke, taktičke i funkcionalne zahtjeve kako bi igrači usvojili, stabilizirali i automatizirali tipično strukturane izazove koji se pojavljuju u nogometnoj igri“ (Piplica, 2017.)

Futsal je jedina varijanta malog, dvoranskog nogometa priznata od strane FIFE, najviše nogometne organizacije, koja je i propisala pravila same igre:

„Futsal je disciplina visoko složenih pokreta, ne samo zato što se igra isključivo nogama koje su najudaljeniji ekstremiteti od centra za kontrolu ljudskog organizma i imaju zadatak prvenstveno da pokreću tijelo, već i zbog činjenice prostorne i vremenske ograničenosti kao i u brojnim drugim sportovima, koji se naprotiv igraju rukama“ (Piplica, 2017).

Trčanje s promjenom ritma i smjera, eksplozivni startovi iz različitih položaja (statički i dinamički), kreativnost, lažni pokreti i udarci nogom obilježja su koja prevladavaju u ovom sportu. Uspjeh u futsalu određuje se i razinom učinkovitosti u izvođenju pojedinačnih i kolektivnih zadataka koji se ponavljaju tijekom igre.

Morris (2000) navodi da se vrhunski sportaši stalno natječu pod visokim stupnjem pritiska pa nije iznenađujuće kako psihološka obilježja često razlikuju vrhunske uspješne sportaše od onih manje uspješnih.

U području sportske psihologije u primjeni je velik broj višedimenzionalnih ili jednodimenzionalnih mjernih instrumenata za utvrđivanje psiholoških obilježja sportaša, a *upitnik vještina suočavanja za sport* (ACSI-28, eng. *Athletic Coping Skills Inventory-28*) (Smith, Schutz, Smoll i Ptacek, 1995) mjeri psihološke vještine suočavanja.

S obzirom da ovaj sport zahtjeva veliku razinu znanja motoričkih sposobnosti, treneri veliku pažnju predaju svim motoričkim sposobnostima. Međutim, je li na sportsku uspješnost pojedinca isključivo utječu antropometrijske i motoričke sposobnosti?

U ovom istraživanju utvrditi će se značaj psiholoških karakteristika u futsalu i njihov doprinos u razvoju mladog futsal igrača.

1.1.DOSADAŠNJE SPOZNAJE

Funkcionalnom analizom dobivaju se informacije o strukturi i dominaciji energetskih procesa u pojedinim sportskim granama (Milanović, 2010). Mnogi su istraživači procijenili fiziološke zahtjeve futsal igre procjenjujući čimbenike poput pulsa (Barbero-Alvarez, Soto, Barbero-Alvarez i Granda-Vera, 2008; Castagna i sur., 2007), koncentraciju laktata u krvi (Rampinini i sur., 2007) i kinematičke značajke (Barbero-Alvarez i sur., 2008).

Istraživanja oblikovanja i vrjednovanja notacijskog sustava za analizu izvedbe u futsalu (Nemčić, 2019) bila su definirani na sljedeći način: prvi je cilj istraživanja bio utvrditi stupanj pouzdanosti operacionalno definiranih parametara; drugi je cilj bio utvrditi povezanost pokazatelja izvedbe s obzirom na konačan ishod utakmice dok je treći cilj bio utvrditi minimalan broj utakmica potrebnih za dobivanje stabilnih profila izvedbe igrača i ekipa u definiranim pokazateljima izvedbe. Za potrebe istraživanja analizirano je 50 utakmica Prve hrvatske malonogometne lige u sezoni 2015/16. Notirani su pokazatelji izvedbe za fazu obrane i napada, pokazatelji prekida, prekršaja, opomena i isključenja igrača te pokazatelji izvedbe za vratara. Statističkom obradom podataka utvrđena je visoka mjera unutarnjeg slaganja notatora za razlike koje je prikupio isti notator u dva navrata u gotovo svim varijablama. Iznimku čine varijable konstruktivno i kritično dodavanje te izbijanje lopte, u kojima je utvrđena srednja pouzdanost. Na temelju koeficijenta korelacije pokazatelja situacijske efikasnosti s konačnim ishodom utakmica i natjecanja utvrđene su značajne povezanosti primanja i dodavanja lopte, postignutih i primljenih pogodaka, udaraca prema vratima, asistencija, iznuđenih žutih kartona, neuspješnog ubacivanja lopte u igru nogom i blokiranih udaraca.

Gioldasis (2016) je ispitivao odnos između trenera futsala i kohezije momčadi. Istraživač su zaključio da treneri poboljšavaju koheziju tima motivacijom (mentalna priprema i poboljšanje samopouzdanja), taktičkim uputama (važne odluke i maksimiziranje sposobnosti sportaša tijekom igre), tehničkim uputama (podučavanje vještina i otkrivanje tehničkih pogrešaka) i izgradnjom osobnosti (promocija poštene igre).

Waples (2003) je istraživao različite psihološke karakteristike vrhunskih gimnastičara i konkurentnih gimnastičara različitih razina znanja, te kontrast između rezultata i

psiholoških obilježja korištenjem ACSI-28 upitnika. Sudionici ovog istraživanja su bili 195 gimnastičara diljem Sjedinjenih Država. Rezultati su pokazali da postoji značajna razlika u ocjenama osobnih sposobnosti (PCR) između vrhunskih gimnastičara i ostalih. Razlika je bila očita u 4 od 7 podljestvica ACSI-28 upitnika.

Nicholls, Polman, Levy i Backhouse (2007) imali su za cilj istraživanja istražiti odnos između mentalne čvrstoće i suočavanja, mentalne čvrstoće i optimizma, suočavanja i optimizma. Ispitanici su bili 677 sportaša od toga muškaraca 454 i 223 žene u dobi između 15 i 58 godina ($M=22,66$). Mentalna čvrstoća značajno korelira s 8 od 10 podljestvica strategija suočavanja i optimizma. Točnije, viša razina mentalne čvrstoće znači veću primjenu strategija suočavanja. U zaključku njihova rada naglašena je potreba za uključivanje vještina suočavanja i optimizma u obuci mentalne čvrstoće.

Sivrić, Milavić i Erceg (2017) su pomoću upitnika ACSI-28 izmjerili 85 futsal igrača iz hrvatske *UniSport (Academic) prve lige futsala* s ciljem utvrđivanja njihovih psiholoških sposobnosti suočavanja. Niske razine pouzdanosti utvrđene su na nekoliko skala upitnika, ali analizirani su svi dani podaci jer ovakva studija na populaciji studentskih futsal igrača prije nije bila provedena u Hrvatskoj. Prosječni rezultati na ljestvicama vještina psihološkog snalaženja u futsal igračima variraju između 3,06 na skali 'bez brige' do srednje visokih 3,81 na ljestvici samopouzdanja / motivacije. Skupine igrača različite kronološke dobi i različitog iskustva igranja futsala razlikuju se po značaju psiholoških vještina: skupina najmlađih igrača ima najmanji izraz karakteristike 'slobode od brige' ($F=3,97$; $p=0,02$), dok skupina najstariji igrači imaju značajno niži izraz svojstva 'suočavanja s nedaćama' ($F=3,45$; $p=0,04$); skupina igrača s igračkim iskustvom samo u najnižem natjecateljskom rangu ima znatno niži izraz karakteristika koncentracije ($F=3,38$; $p=0,04$) i 'vrhunac pod pritiskom' ($F=3,14$; $p=0,05$) od ostalih; skupina igrača s najdužim igračkim iskustvom u natjecateljskom futsalu ima znatno veći izraz karakteristike 'postavljanja ciljeva / mentalne pripreme' ($F=4,34$; $p=0,02$) od ostalih igrača. Dati rezultati ukazuju na potrebu daljnjeg istraživanja psiholoških karakteristika futsal igrača.

Weinberg i Forlenza (2012) navode različite kritike iz znanstvene literature usmjerene prvenstveno na postupak razvoja upitnika ACSI-28, te oni navode kako je bilo potrebno provesti dodatni postupak konfirmatorne faktorske analize na novom i neovisnom

uzorku ispitanika, a ne višekratno ponavljati različite statističke analize stalno na podacima jednog jedinog uzorka; za utvrđivanje konstruktne valjanosti trebalo je uključiti i one mjere psiholoških vještina koje se ne mjere postupkom samoiskaza (samoizvješćivanja) sportaša jer sve takve mjere imaju slična ograničenja.

Milavić, Grgantov i Milić (2013) na uzorku od 180 hrvatskih odbojkašica kadetkinja i juniorki provedeno je mjerenje psiholoških vještina primjenom upitnika Athletic Coping Skills Inventory-28 (ACSI-28). Obzirom na plasman ekipa na natjecanju i kvalitetu igračica u ekipi, sve ispitanice su podijeljene u 5 grupa različite natjecateljske uspješnosti. S ciljem utvrđivanja razlika u razini psiholoških vještina suočavanja između grupa odbojkašica provedena je univarijatna analiza varijance i diskriminacijska analiza. Utvrđeno je da najuspješnije igračice imaju najviše izraženo samopouzdanje i motivaciju, te da ih dodatno karakterizira sposobnost dobrog izvođenja pod pritiskom. Manje uspješne igračice karakterizira izražena zabrinutost da će loše odigrati i da će raditi pogreške, kao i briga o tome što će drugi ljudi misliti o njima ako budu pravili pogreške. Zaključno, ACSI-28 se može preporučiti kao kratka orijentacijska mjera procjene vještina suočavanja mladih odbojkašica. Potrebna su daljnja istraživanja s ciljem utvrđivanja uzročno-posljedičnih odnosa između vještina suočavanja i sportskog uspjeha.

ACSI-28 mjeri različita psihološka obilježja važna za predikciju poboljšanja sportske izvedbe. Rezultati sedam ljestvica mogu biti zbrojeni u jednu, opću mjeru psiholoških vještina suočavanja. Smith, Schutz, Smoll i Ptacek (1995) navode kako ACSI-28 mjeri višefacetični konstrukt i kako svaka od ljestvica upitnika može biti korištena kao specifična mjera. Za ACSI upitnik utvrđene su zadovoljavajuće mjerne karakteristike.

2. CILJ RADA

Osnovni cilj ovog istraživanja je utvrditi osnovna psihološka obilježja mladih igrača futsala.

U svrhu mjerenja psiholoških obilježja mladih igrača futsala koristila se hrvatska verzija upitnika ACSI-28 (eng. *Athletic Coping Skills Inventory*) koji je validiran na hrvatskim futsal igračima (Sivrić i sur., 2017), a koji mjeri 7 različitih psiholoških obilježja.

Iz glavnog cilja izlučeni su sljedeći parcijalni ciljevi:

- utvrdit će se osnovne relacije određenih varijabli značajnih za futsal s mjerenim psihološkim obilježjima igrača - dob ispitanika;
- utvrdit će se osnovne relacije određenih varijabli značajnih za futsal s mjerenim psihološkim obilježjima igrača - igračka pozicija;
- utvrdit će se osnovne relacije određenih varijabli značajnih za futsal s mjerenim psihološkim obilježjima igrača - iskustvo bavljenja futsalom.

3. HIPOTEZE

Iz navedenih parcijalnih ciljeva izvedene su sljedeće hipoteze:

H1 – Ne očekuje se utvrditi razlike u mjerenim psihološkim obilježjima igrača s obzirom na dob ispitanika.

H2 - Ne očekuje se utvrditi razlike u mjerenim psihološkim obilježjima igrača s obzirom na igračku poziciju ispitanika.

H3 - Ne očekuje se utvrditi razlike u mjerenim psihološkim obilježjima igrača s obzirom na iskustvo bavljenja futsalom ispitanika.

4. METODE RADA

4.1. Uzorak ispitanika

Broj ispitanika koji je sudjelovao u ovom istraživanju je 38. Prosječna dob igrača je 18 godina. Igraju u više dalmatinskih klubova kao što su MNK Murter, HMNK Vrgorac, MNK Crnica, FC Split, MNK Fortuna Povelja, MNK Hajduk, MNK Konoba Tomić i MNK Rasadnik.

Najviše ispitanika igra na braničkim (krilnim) pozicijama (47,37%), a najmanje na poziciji zadnjeg, to jest braniča (7,89%). Većina igrača ima iskustvo igranja 3 godine, prošli su kroz škole futsala kroz mlađe kategorije klubova.

4.2. Uzorak varijabli

U svrhu mjerenja psiholoških obilježja mladih igrača futsala koristila se hrvatska verzija upitnika ACSI-28 (eng. *Athletic Coping Skills Inventory*) koja je validirana na hrvatskim futsal igračima, a koji mjeri 7 različitih psiholoških obilježja. ACSI-28 mjeri psihološke vještine suočavanja važne za kvalitetno predviđanje sportske izvedbe, a rezultati svih sedam ljestvica upitnika mogu biti zbrojeni u opću mjeru psiholoških vještina suočavanja. Autori navode kako ACSI-28 mjeri višedimenzionalni konstrukt i kako svaka ljestvica upitnika može biti korištena i kao specifična mjera. Za ACSI-28 upitnik su utvrđene zadovoljavajuće ili dobre mjerne karakteristike (Sivrić i sur., 2017).

Upitnik koji je korišten (ACSI-28) mjeri psihološke vještine suočavanja bitne za poboljšanje sportske izvedbe: *suočavanje s poteškoćama; izvedba pod stresom; postavljanje ciljeva - mentalna priprema; koncentracija; „odsutnost“ anksioznosti; samopouzdanje - motivacija postignuća; te „dostupnost“ treniranju.*

Poznato je da se svaki igrač ne nosi podjednako sa frustracijama te različito reagiraju. U igri ponekad zbog pritiska publike i protivničkih igrača, igrač se ne zna nositi sa situacijama u igri te vrlo često podliježe neforsiranim greškama. Kad je igrač pod stresom, bilo vanjskom ili unutarnjem, to uzrokuje situacije koje nije mogao predvidjeti

i nad kojim nema kontrolu. Igrač koji ima veću toleranciju na stres nije sklon čestim pogreškama.

Prije same utakmice važno je napraviti dobru mentalnu pripremu. U životu sportaša postoje kratkoročni i dugoročni ciljevi. Kratkoročni ciljevi su npr. biti šro bolji na treningu, povećati vjeru u sebe, postići zgoditak na utakmici itd. Dugoročni ciljevi u sportu mogu biti osvajanje prvenstva, razvijati se u tehničkom-taktičkom smislu itd.

Koncentracija se može definirati kao sposobnost pojedinca da usmjeri psihičku energiju na određeni podražaj u okolini. Sinonimi koji se još koriste su: fokus, pažnja i usredotočenost. Svaki sportaš ima najbolju izvedbu kad osjeća da je potpuno usredotočen. Koncentracija je ključna za sportaše neovisno o rangu natjecanja, iskustvu i važnosti natjecanja. Anksioznost je osjećajna reakcija na neku situaciju koja je procijenjena frustrirajućom ili prijetećom, a očituje se u neugodnom osjećaju zabrinutosti, napetosti i straha. Odsutnost anksioznosti kod igrača preduvjet je dobre igre i izvođenje pravilnih tehničkih elemenata koje trener zahtijeva u igri. Dostupnost treniranju čest je problem u manje razvijenim zemljama. Za razvoj svih sposobnosti kod igrača, nužni su materijalni i infrastrukturni uvjeti rada.

Sivrić i sur. (2017), statističkom analizom izračunate su slijedeće značajke za djelomičnu validaciju ljestvica iz provedenog upitnika psiholoških vještina ACSI – 28 na uzorku ispitanika u futsalu: pouzdanost (koeficijent tipa *Cronbach alfa*) i osjetljivost (minimalni i maksimalni rezultat; koeficijenti simetrije raspodjele rezultata i Kolmogorov-Smirnov test normalnosti distribucije). Sažeti rezultati za sve ljestvice izračunati su zbrajanjem rezultata svih stavki u kojima se sastoji skala, a zatim je zadani broj podijeljen s brojem stavki. Kako bi se utvrdile moguće razlike u psihološkim vještinama prema kronološkoj dobi i iskustvu igrača, ispitanici su raspoređeni u skupine različitih dobnih i natjecateljskih iskustava, a time i razlike u razini izraženosti psiholoških vještina među tim skupinama. utvrđena je primjenom jednosmjerne analize varijance (*jednosmjerna ANOVA*).

4.3. Opis eksperimentalnog postupka

Svakom ispitaniku poslan je na ispunjavanje *on-line* strukturirani upitnik u platformi *Google Docs*. Prije početka mjerenja po klubovima futsala (trenerima iz klubova) iz Dalmacije su u upućene osnovne informacije o cilju i sadržaju mjerenja, uključujući i suglasnosti za sudjelovanje u istraživanju koje su potpisivali samoostalno punoljetni igrači, a dati su roditeljima maloljetnih igrača za odobrenje. Mladi futsal igrači iz različitih klubova u Dalmaciji svojevrijem i on-line su ispunili dva upitnika, upitnik općih podataka o igračima i njihovu bavljenju futsalom, te upitnik ACSI-28.

4.4. Metode obrade podataka

Za statističku obradu podataka korišten je program Statistica, za različite parcijalne ciljeve korišteni su sljedeći postupci:

- deskriptivna statistika;

- jednosmjerna analiza varijance za utvrđivanje razlika među skupinama s primjenom Fisherova LSD *post-hoc* testa za precizno utvrđivanje razlika između pojedinih skupina.

5. REZULTATI I RASPRAVA

U tablici 1. prikazani su osnovni deskriptivni pokazatelji varijabli aritmetička sredina, standardna devijacija, te minimalan i maksimalan rezultati pojedinih varijabli, standardna pogreška, mjera simetričnosti distribucije te spljoštenost.

Tablica 1. Psihološka obilježja igrača futsala – ukupan uzorak ispitanika (N=38)

| Varijabla | AS | SD | MIN | MAX | SEM | SKEW | KURT |
|---------------------------|-----------|-----------|------------|------------|------------|-------------|-------------|
| ACSI_SUOČAVANJE | 3,68 | 0,61 | 2,00 | 5,00 | 0,10 | -0,40 | 0,56 |
| ACSI_TRENIRANJE | 4,17 | 0,52 | 3,00 | 5,00 | 0,08 | -0,28 | -1,05 |
| ACSI_KONCENTRACIJA | 3,83 | 0,70 | 1,25 | 5,00 | 0,11 | -1,13 | 3,46 |
| ACSI_SAMOPOUZDANJE | 3,95 | 0,72 | 2,25 | 5,00 | 0,12 | -0,79 | -0,12 |
| ACSI_MENT.PRIPREMA | 3,41 | 0,90 | 1,50 | 5,00 | 0,15 | -0,06 | -0,51 |
| ACSI_PRITISAK | 3,60 | 0,91 | 1,25 | 5,00 | 0,15 | -0,46 | 0,02 |
| ACSI_ANKSIOZNOST | 2,72 | 0,76 | 1,00 | 4,50 | 0,12 | -0,18 | -0,03 |
| ACSI_UKUPNO | 25,37 | 3,08 | 14,75 | 30,00 | 0,50 | -1,36 | 2,93 |
| ACSI_UKUPNO/7 | 3,62 | 0,44 | 2,11 | 4,29 | 0,07 | -1,36 | 2,93 |

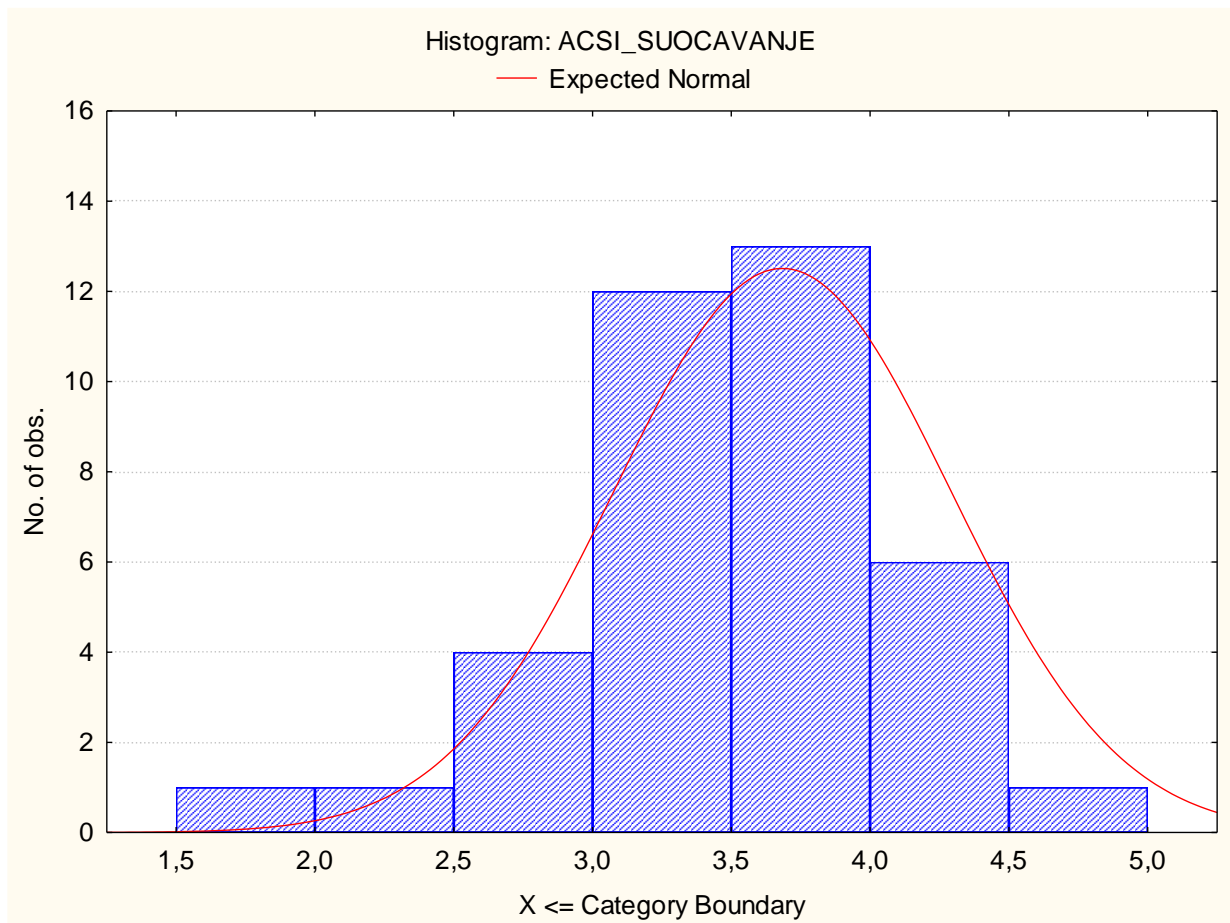
LEGENDA: AS – aritmetička sredina; SD – standardna devijacija; MIN – minimalni rezultat; MAX – maksimalni rezultat; SEM – standardna pogreška mjerenja; SKEW – koeficijent zakrivljenosti distribucije; KURT – koeficijent zaobljenosti distribucije.

Tablica 1. prikazuje komponente psiholoških obilježja mladih futsal igrača iz čega možemo zaključiti koje su od navedenih komponenata najizraženije. Redom, od najizraženijih komponenti prema onima manje izraženosti :

1. dostupnost treniranju (4,17)
2. samopouzdanje - motivacija postignuća (3,95)
3. koncentracija (3,83)
4. suočavanje s poteškoćama (3,68)
5. izvedba pod pritiskom (3,60)
6. postavljanje ciljeva - mentalna priprema (3,41)
7. anksioznost (2,72)

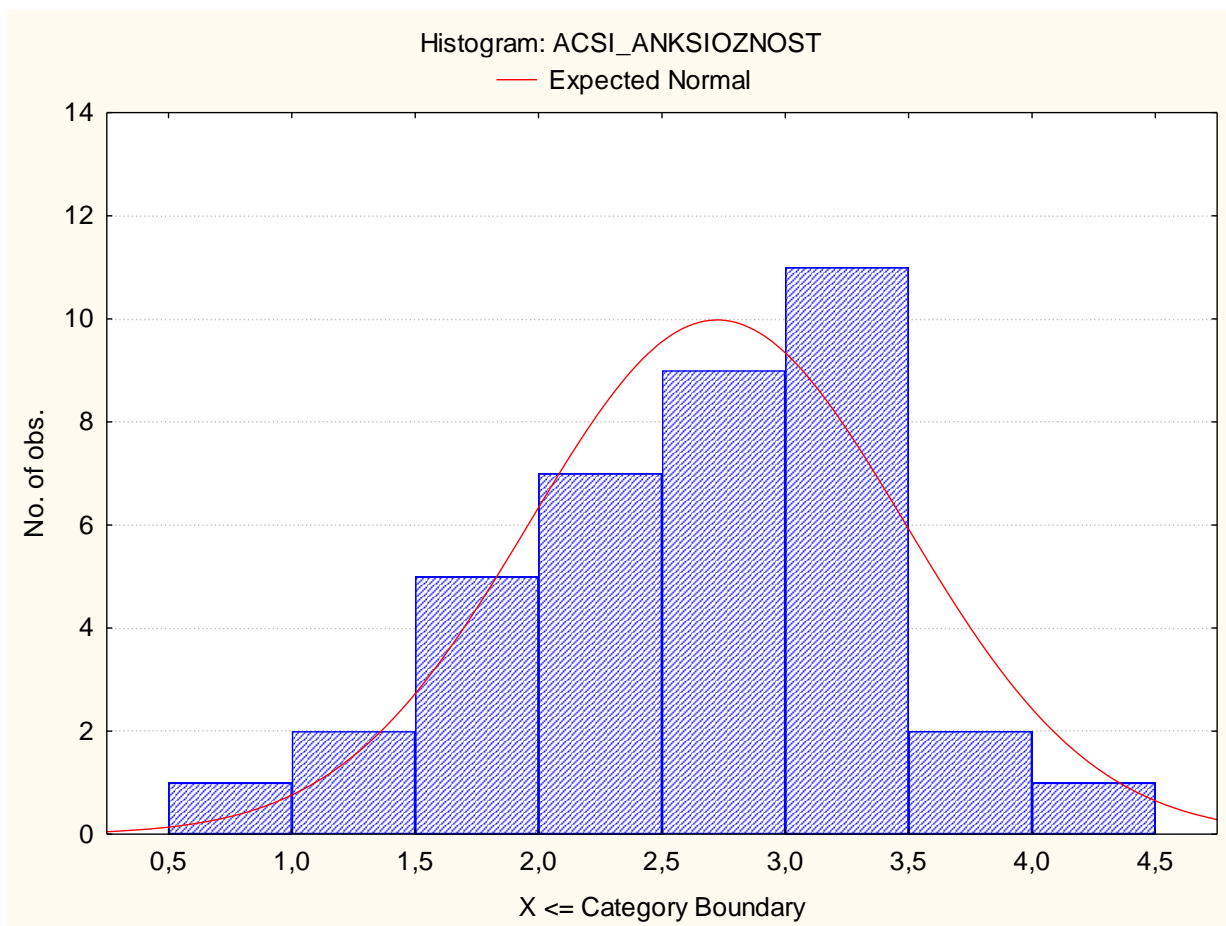
Rangirajući središnje vrijednosti čestica samo ove ljestvice, upravo je na toj jedinoj ljestvici anksioznosti postignut daleko najniži rezultat (2,72). Anksioznost nije obrnuto skalirana te se može zaključiti kako su igrači dosta anksiozni. Dakle, niži rezultat znači višu anksioznost, bilo bi poželjno da su rezultati u anksioznosti viši što bi značilo nižu razinu anksioznosti. Nije lako

ni jednom igraču igrati pod “pritiskom”. Kao dvije najizraženije komponente imamo dostupnost treniranju i motivaciju. To nam govori da igrači imaju visoku razinu samopouzdanja koji je jedan od najvažnijih preduvjeta za uspjeh u bilo kojem sportu tako i u futsalu. Talent bez rada je uzaludno gubljenje vremena.



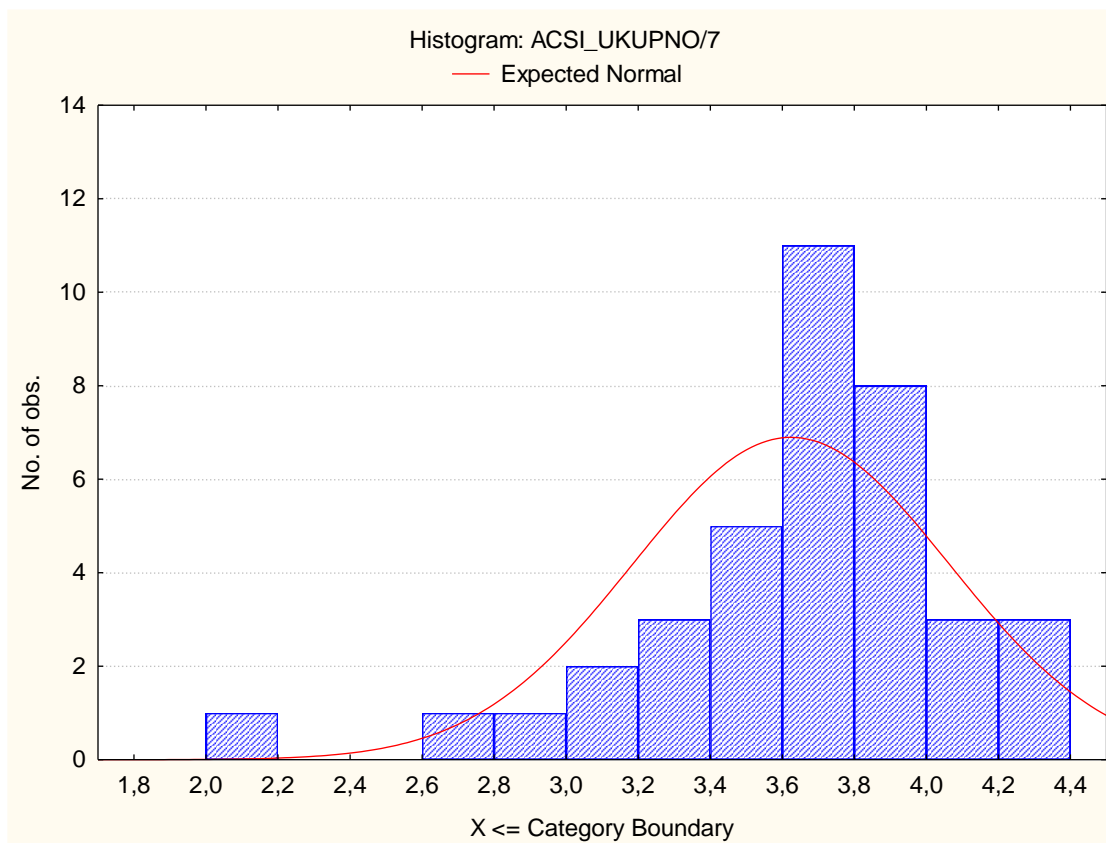
Slika 1. Distribucija rezultata ljestvice ACSI-28 SUOČAVANJE S PRITISKOM

Na slici 1. je prikazana distribucija rezultata varijable *suočavanje s poteškoćama* i zamjetno je kako u prosjeku igrači futsala pokazuju *srednju* razinu suočavanja. Međutim, ima manji dio onih koji imaju *nisku ili vrlo nisku* razinu vještine *suočavanja*.



Slika 2. *Distribucija rezultata ljestvice ACSI-28 ANKSIOZNOST*

Na slici 2. je prikazana distribucija rezultata varijable *anksioznosti* i zamjetno je kako u prosjeku igrači futsala pokazuju *srednju* razinu *anksioznosti*. Ima manji dio onih koji imaju *nisku ili vrlo nisku* razinu 'vještine' kontroliranja *anksioznosti*.



Slika 3. *Distribucija UKUPNIH rezultata ACSI-28*

Na slici 3. je prikazana distribucija rezultata varijable *ukupnih psiholoških vještina suočavanja* te je zamjetno je kako u prosjeku igrači futsala pokazuju *višu* razinu izraženosti općih vještina. Međutim, ima manji dio onih koji imaju *nisku* razinu *psiholoških vještina suočavanja*, te jedan ispitanik s *ekstremno niskom* razinom *psiholoških vještina suočavanja*.

U tablici 2. prikazani su osnovni deskriptivni pokazatelji različitih psiholoških obilježja različitih *dobnih skupina* igrača futsala uz F vrijednosti i nivo signifikasnosti (p).

Tablica 2. *Analiza varijance psiholoških obilježja igrača futsala po dobi ispitanika*

| Varijabla | Dob ispitanika | | | | | | F | P= |
|--------------------|----------------------|------|-------------------|------|--------------------------|------|------|------|
| | do 17 god. (N=13) | | 18 god. (N=13) | | 19 ili više g. (N=12) | | | |
| | AS | SD | AS | SD | AS | SD | | |
| ACSI_SUOČAVANJE | 3,48 | 0,40 | 3,85 | 0,80 | 3,73 | 0,53 | 1,25 | 0,30 |
| ACSI_TRENIRANJE | 4,31 | 0,60 | 4,19 | 0,51 | 4,00 | 0,43 | 1,11 | 0,34 |
| ACSI_KONCENTRACIJA | 3,77 | 0,41 | 3,96 | 0,97 | 3,75 | 0,65 | 0,34 | 0,71 |
| ACSI_SAMOPOUZDANJE | 4,17 | 0,43 | 3,98 | 0,67 | 3,67 | 0,94 | 1,63 | 0,21 |
| ACSI_MENT.PRIPREMA | 3,46 | 0,58 | 3,65 | 1,01 | 3,10 | 1,02 | 1,22 | 0,31 |
| ACSI_PRITISAK | 3,29 | 0,65 | 3,90 | 1,02 | 3,60 | 0,98 | 1,53 | 0,23 |
| ACSI_ANKSIOZNOST | 2,88 | 0,72 | 2,42 | 0,74 | 2,88 | 0,79 | 1,60 | 0,22 |
| ACSI_UKUPNO | 25,37 | 1,29 | 25,96 | 4,03 | 24,73 | 3,38 | 0,49 | 0,62 |
| ACSI_UKUPNO/7 | 3,62 | 0,18 | 3,71 | 0,58 | 3,53 | 0,48 | 0,49 | 0,62 |

LEGENDA: AS – aritmetička sredina; SD – standardna devijacija; F – koeficijent jednosmjerne analize varijance; * – statistička značajnost F koeficijenta; P= – razina statističke značajnosti F koeficijenta.

Obzirom na različitu dob ispitanika, nisu utvrđene značajne razlike u mjerenim psihološkim vještinama suočavanja. Uzimajući u obzir neveliku razliku u godinama, možemo zaključiti da igrači koji se natječu u istom sustavu natjecanja određeni niz godina, nemaju izražen problem sa većinom mjerenih psiholoških obilježja.

U tablici 3. prikazana je razlika između igrača po pozicijama. Mjereni su deskriptivni pokazatelji uz F vrijednost i nivo signifikasnosti (p).

Tablica 3. Analiza varijance psiholoških obilježja igrača futsala po *igračkoj poziciji*

| VARIABLE | IGRAČKA POZICIJA | | | | | | F | P= |
|--------------------|------------------|------|--------------------------|------|------------------------------|------|-------|-------|
| | VRATAR (N=6) | | PIVOT IGRAČ (N=11) | | BRANIČ- NAPADAČ (N=21) | | | |
| | AS | SD | AS | SD | AS | SD | | |
| ACSI_SUOČAVANJE | 4,17 | 0,58 | 3,41 | 0,72 | 3,69 | 0,47 | 3,44* | 0,043 |
| ACSI_TRENIRANJE | 4,29 | 0,56 | 4,20 | 0,53 | 4,12 | 0,52 | 0,28 | 0,76 |
| ACSI_KONCENTRACIJA | 4,08 | 0,63 | 3,50 | 0,90 | 3,93 | 0,57 | 1,88 | 0,17 |
| ACSI_SAMOPOUZDANJE | 4,17 | 0,66 | 3,70 | 0,77 | 4,01 | 0,70 | 1,00 | 0,38 |
| ACSI_MENT.PRIPREMA | 3,92 | 1,01 | 3,23 | 0,88 | 3,37 | 0,86 | 1,23 | 0,31 |
| ACSI_PRITISAK | 4,17 | 0,86 | 3,52 | 1,12 | 3,48 | 0,78 | 1,43 | 0,25 |
| ACSI_ANKSIOZNOST | 2,29 | 0,83 | 2,77 | 0,61 | 2,82 | 0,80 | 1,18 | 0,32 |
| ACSI_UKUPNO | 27,08 | 2,15 | 24,34 | 4,11 | 25,42 | 2,54 | 1,60 | 0,22 |
| ACSI_UKUPNO/7 | 3,87 | 0,31 | 3,48 | 0,59 | 3,63 | 0,36 | 1,60 | 0,22 |

LEGENDA: AS – aritmetička sredina; SD – standardna devijacija; F – koeficijent jednosmjerne analize varijance; * – statistička značajnost F koeficijenta; P= – razina statističke značajnosti F koeficijenta.

Obzirom na različitost igračkih pozicija, utvrđena je jedna značajna razlika i to u suočavanju. Daljnom obradom podataka metodom post-hoc testiranja između grupa došli smo do slijedećih zaključaka: vratari imaju značajno više suočavanja od pivot igrača i donekle više od bekova.

To se pripisuje podatku da u većini futsal utakmica statistički imamo 30 udaraca, u okvir gola sigurno pripada 20 udaraca. To su najčešće situacije vanjskog šuta, situacije 1vs1, 2vs1 te ponekad 2vs0. Pad koncentracije vratara u bilo kojem trenutku utakmice može dovesti do primanja pogotka.

U tablici 4. prikazani su deskriptivni pokazatelji uz F vrijednost i nivo signifikasnosti.

Tablica 4. Analiza varijance psiholoških obilježja igrača futsala po *iskustvu igranja futsala*

| VARIJABLA | GODINE ISKUSTVA IGRANJA | | | | | | F | P= |
|--------------------|---------------------------|------|---------------------------|------|---------------------------------|------|------|------|
| | 1 - 3 godine (N=17) | | 4 - 5 godina (N=10) | | 6 ili više god. (N=11) | | | |
| | AS | SD | AS | SD | AS | SD | | |
| ACSI_SUOCAVANJE | 3,54 | 0,56 | 3,92 | 0,71 | 3,68 | 0,56 | 1,26 | 0,30 |
| ACSI_TRENIRANJE | 4,31 | 0,50 | 4,00 | 0,51 | 4,11 | 0,54 | 1,22 | 0,31 |
| ACSI_KONCENTRACIJA | 3,79 | 0,76 | 3,73 | 0,69 | 3,98 | 0,67 | 0,36 | 0,70 |
| ACSI_SAMOPOUZDANJE | 4,00 | 0,67 | 3,73 | 0,92 | 4,07 | 0,60 | 0,67 | 0,52 |
| ACSI_MENT.PRIPREMA | 3,26 | 0,63 | 3,28 | 1,18 | 3,77 | 0,94 | 1,26 | 0,30 |
| ACSI_PRITISAK | 3,43 | 0,97 | 3,80 | 1,09 | 3,68 | 0,63 | 0,58 | 0,56 |
| ACSI_ANKSIOZNOST | 2,93 | 0,56 | 2,53 | 0,77 | 2,59 | 0,98 | 1,12 | 0,34 |
| ACSI_UKUPNO | 25,26 | 3,36 | 24,97 | 3,70 | 25,89 | 2,04 | 0,24 | 0,79 |
| ACSI_UKUPNO/7 | 3,61 | 0,48 | 3,57 | 0,53 | 3,70 | 0,29 | 0,24 | 0,79 |

LEGENDA: AS – aritmetička sredina; SD – standardna devijacija; F – koeficijent jednosmjerne analize varijance; * – statistička značajnost F koeficijenta; P= – razina statističke značajnosti F koeficijenta.

Obzirom na igračko iskustvo i godine provedene u futsalu, nisu utvrđene statistički značajne razlike među ispitanicima. Mislim da iskustvo koje je nužno u svakom sportu čini razliku u prepoznavanju situacija koje se odvijaju na terenu. Svaki igrač najbolje uči iz svojih pogrešaka te je cilj svake futsal utakmice svesti greške na minimum. Psihološke karakteristike koje grade igračev karakter tokom odigravanja utakmica, moguće je da se osjeti razlika tek u seniorskim zahtjevima igre.

Što se tiče mogućeg stručnog doprinosa, ovaj rad iz futsala može doprinijeti pojašnjenju psiholoških karakteristika i njihova razvoja kod mladih futsal igrača za trenere. Samo istraživanje može unaprijediti spoznaju o važnosti psiholoških karakteristika i njihovoj primjeni u praksi.

6. ZAKLJUČAK

Psihološka obilježja igrača futsala su različito izražena, uglavnom srednje razine izraženosti, a *anksioznost* je najviše *negativno* izražena (rezultati *anksioznosti* su okrenuti kako bi se mogli usporediti s drugim obilježjima)

U ovom istraživanju utvrđeno je kako *dob ispitanika* nema povezanosti niti s jednim od mjerenih psiholoških obilježja igrača, ali niti s ukupnim rezultatom *psiholoških vještina suočavanja*.

Utvrđeno je kako *igračka pozicija* ispitanika nema povezanosti niti s većinom od mjerenih psiholoških obilježja igrača izuzev s obilježjem *suočavanje s poteškoćama*, pri čemu se *vratari* značajno razlikuju od igrača koji igraju preostale dvije pozicije (*branič-pivot; branič-napadač*). *Igračka pozicija* ispitanika nema povezanosti s ukupnim rezultatom *psiholoških vještina suočavanja*.

U ovom istraživanju utvrđeno je kako *iskustvo igranja futsala* nema povezanosti niti s jednim od mjerenih psiholoških obilježja igrača, ali niti s ukupnim rezultatom *psiholoških vještina suočavanja*.

LITERATURA

1. Barbero-Alvarez, J. C., Soto, V. M., Barbero-Alvarez, V., & Granda-Vera, J. (2008). Match analysis and heart rate of futsal players during competition. *Journal of sports sciences*, 26(1), 63-73.
2. Barić, G. (2014). *Dobne i pozicijske razlike psiholoških vještina suočavanja mladih igrača nogometa* (Magistarski rad). Sveučilište u Splitu, Kineziološki fakultet.
3. Baršić, M. (2018). *Žene i nogomet u hrvatskom društvu: što futsal ima s tim?* (Doctoral dissertation). University of Zagreb, Faculty of Kinesiology, Department of Kinesiological Anthropology and Methodology.
4. Castagna, C., Belardinelli, R., Impellizzeri, F. M., Abt, G. A., Coutts, A. J., & D'Ottavio, S. (2007). Cardiovascular responses during recreational 5-a-side indoor-soccer. *Journal of Science and Medicine in Sport*, 10(2), 89-95.
5. Cox, R. (2005). *Psihologija sporta: koncepti i primjene*. Jastrebarsko: Naklada Slap.
6. Gioldasis, A. (2016). A Review of Anthropometrical, Physiological, Psychological and Training Parameters of Futsal. *International Journal Of Science Culture And Sport*, 4(19), 240-259.
7. Makaje, N., Ruangthai, R., Arkarapanthu, A., & Yoopat, P. (2012). Physiological demands and activity profiles during futsal match play according to competitive level. *Journal of sports medicine and physical fitness*, 52(4), 366.
8. Milanović, D. (2010). *Teorija i metodika treninga – Primijenjena kineziologija u sportu*. Zagreb: Odjel za izobrazbu trenera Društvenog veleučilišta u Zagrebu, Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu.
9. Milavić, B., Grgantov, Z., & Milić, M. (2013). Relations of coping skills and situational efficacy in young female volleyball players. *Facta Universitatis. Series: physical education and sport*, 11(2), 165-175.
10. Milavić, B., Grgantov, Z., & Velickovska, L. A. (2013). Age and positional differences in psychological coping skills of young female volleyball players. *Research in Physical Education, Sport and Health*, 2(1), 9-16.
11. Morris, T. (2000). Psychological characteristics and talent identification in soccer. *Journal of sports sciences*, 18(9), 715-726.
12. Nemčić, T. (2019). *Oblikovanje i vrednovanje notacijskog sustava za analizu izvedbe u futsalu* (Doktorska disertacija). University of Zagreb, Faculty of Kinesiology.

13. Nicholls, A. R., Polman, R. C., Levy, A. R., & Backhouse, S. H. (2008). Mental toughness, optimism, pessimism, and coping among athletes. *Personality and individual differences*, 44(5), 1182-1192.
14. Piplica, I. (2017). *Primjena pomoćnih igara u futsalu* (Doktorska disertacija). University of Zagreb, Faculty of Kinesiology.
15. Rampinini, E., Impellizzeri, F. M., Castagna, C., Abt, G., Chamari, K., Sassi, A., & Marcora, S. M. (2007). Factors influencing physiological responses to small-sided soccer games. *Journal of sports sciences*, 25(6), 659-666.
16. Reese Jr, R. C. (2005). *The impact of a mental skills training program for enhanced performance on a varsity intercollegiate volleyball team: A case study program evaluation of an educational intervention* (Doctoral dissertation). Virginia Tech.
17. Sivrić, H., Milavić, B., & Erceg, M. (2017). Psychological coping skills of student futsal players. In: Z. Grgantov, J. Paušić, D. Čular, M. Erceg, A. Kezić, & M. Milić (Eds.), *Proceedings book of 6th International scientific conference „Contemporary Kinesiology“* (pp. 186-195). Split: University of Split, Faculty of Kinesiology.
18. Smith, R. E., Schutz, R. W., Smoll, F. L., & Ptacek, J. T. (1995). Development and validation of a multidimensional measure of sport-specific psychological skills: The Athletic Coping Skills Inventory-28. *Journal of sport and exercise psychology*, 17(4), 379-398.
19. Waples, S. B. (2003). *Psychological characteristics of elite and non-elite level gymnasts* (Doctoral dissertation). Texas A&M University, Texas, USA.
20. Weinberg R., & Forlenza, S. (2012). Psychological Skills. In: G. Tenenbaum, R. C. Eklund, A. Kamata (Eds.), *Measurement in Sport and Exercise Psychology*. Human Kinetics. 381-392.
21. Yeemin, W., Dias, C. S., & Fonseca, A. M. (2016). A systematic review of psychological studies applied to futsal. *Journal of Human Kinetics*, 50(1), 247-257.