

mr. sc. Damir Maksimović

SOCIO-DEMOGRAFSKE RAZLIKE U MOTIVACIJI U REKREATIVACA, POLAZNIKA ŠKOLE TRČANJA

DOKTORSKI RAD

SAŽETAK

Uvod. Bitan dio sadržaja ljudske kulture danas odnosi se na kvalitetno organizirano slobodno vrijeme, u kojem sportska rekreacija ima jedno od istaknutih mjesta. O tome svjedoči noviji društveni fenomen masovnog pokreta organiziranog rekreativnog trčanja kroz škole trčanja hrvatskih trkačkih klubova, sportskih udruga i društava za rekreaciju. Cilj istraživanja bio je utvrditi motivacijsku strukturu rekreativaca, polaznika škola trčanja, te ispitati razlike u intrinzičnoj motivaciji i ciljnoj orijentaciji polaznika s obzirom na njihova socio-demografska obilježja (spol, dob i razinu obrazovanja).

Metode. U istraživanju je sudjelovalo 819 sudionika, polaznika škola trčanja za rekreativce, koje djeluju u okviru hrvatskih trkačkih klubova, sportskih udruga i društava za sportsku rekreaciju u gradovima Zagrebu, Splitu, Rijeci, Osijeku, Zadru, Šibeniku, Puli i Čakovcu. Pri tome je 384 sudionika bilo muškoga, a 435 ženskoga spola. U provedenom istraživanju korišteni su sljedeći mjerni instrumenti: hrvatska verzija Upitnika intrinzične motivacije (Intrinsic Motivation Inventory, IMI); hrvatska verzija Upitnika ciljne orijentacije u sportu (Task and Ego Orientation in Sport Questionnaire, CTEOSQ) i hrvatska verzija Upitnika motivacije za vježbanje EMI-2 (Exercise Motivations Inventory).

Rezultati. Dobiveni rezultat pokazali su da je kod rekreativaca, polaznika škola trčanja općenito, snažno izražena intrinzična motivacija za vježbanjem, s tim da je najizraženija dimenzija interesa i uživanja u trčanju, a nešto slabije dimenzija kompetentnosti, zatim napora, a najslabije dimenzija pritiska; da su rekreativni trkači, više orijentirani na zadatak i učenje nego na ishod i rezultat, te da u školama trčanja najviše treniraju zbog motiva revitalizacije, pozitivnog utjecaja na zdravlje, snage i izdržljivosti, uživanja i pokretljivosti, a najmanje zbog društvenog priznanja i zdravstvenih pritisaka. Rezultati s obzirom na spol pokazali su da je kod trkača u odnosu na trkačice značajno izraženiji intrinzični motiv kompetentnosti ali i da

osjećaju značajno veći pritisak za napretkom i postizanjem rezultata što se slaže sa sljedećim nalazom koji pokazuje da je kod trkača značajno izraženija ciljna orijentacija na ishod i rezultat, dok je kod trkačica značajno izraženija ciljna orijentacija na učenje i usavršavanje vještina. Za razliku od trkača kod kojih su značajno izraženi motivi društvenog priznanja i natjecanja, kod trkačica su značajnije izraženi motivi održavanja težine, izbjegavanja bolesti, izgleda, upravljanje stresom, pozitivnog utjecaja na zdravlje, pripadnosti, trčanja zbog zdravstvenih pritisaka i pokretljivosti. Rezultati s obzirom na dob pokazali su da postoje značajne razlike u izraženosti intrinzičnih motiva ulaganja napora u aktivnost i vježbanja zbog osjećaja kompetentnosti. Tako je motiv ulaganja napora slabije izražen kod trkača starijih od 55 godina, u odnosu na one koje su dobi do 45 godina, dok je vježbanje zbog osjećaja kompetentnosti najizraženije kod mlađih od 35 godina u odnosu na sve starije trkače. Kod trkača mlađih od 35 godina značajno je izraženija ciljna orijentacija na ishod i rezultat u odnosu na sve starije. Ciljna orijentacija na učenje i usvajanje vještina je značajno izraženija kod mlađih od 45 godina u odnosu na one starije od 55 godina. Kod mlađih od 35 godina, najizraženiji su motivi društvenog priznanja, povećanja snage i izdržljivosti, uživanja u vježbanju te natjecanja i izazova, dok trkači svrstani u dobne kategorije 35-34 godina i 45-55 godina, uglavnom imaju podjednako izražene motive za treniranje kao i ostale dobne skupine, s tim da su kod njih, u odnosu na mlađe i starije od njih, izraženiji motivi treniranja zbog upravljanja stresom, održavanja težine i pokretljivosti. Kod trkača starijih od 55 godina najizraženiji motivi za treniranje su oni vezani uz zdravlje zbog izbjegavanja bolesti i zbog različitih zdravstvenih pritisaka. Rezultati s obzirom na razinu obrazovanja pokazali su da je izraženost intrinzičnog motiva ulaganja napora najjača kod trkača srednje stručne spreme; da su trkači svih razina obrazovanja podjednako ciljno orijentirani na postizanje rezultata i ishod s tim da im je svima podjednako visoko izražena orijentacija na učenje i usavršavanje vještina, kao dominantan kriterij za procjenu osobne uspješnosti u treniranju trčanja. Kod trkača visoke stručne spreme najizraženiji motivi za treniranje su: održavanje težine, revitalizacija, izgled, utjecaj na zdravlje, pokretljivost i zdravstveni pritisci a kod srednje stručne spreme motivi: društveno priznanje, snaga i izdržljivost te natjecanje. Kod trkača više stručne spreme podjednako su zastupljeni motivi kao i kod ostalih, osim motiva zdravstvenog pritiska koji im je značajno izraženiji nego trkačima srednje stručne spreme. Dobiveni rezultati pokazali su da s porastom razine obrazovanja značajno raste izraženost motiva izbjegavanja bolesti i upravljanja stresom.

Zaključak. Na temelju dobivenih rezultata, možemo reći da su socio-demografske razlike (spol, dob i razina obrazovanja) važni čimbenici koji utječu na motivaciju za vježbanje

rekreativaca, polaznika škola trčanja. Znanje o motivacijskoj strukturi rekreativnih trkača s obzirom na ove varijable važno je zbog mogućnosti primjene u praksi, tj. za kreiranje preporuka i sportsko-rekreativnih programa, koje bi u konačnici mogle pomoći rekreativcima, polaznicima škola trčanja da zadovolje svoje potrebe i ustraju u odabranoj tjelesnoj aktivnosti.

Ključne riječi: motivacija, rekreativci, škole trčanja, spol, dob, razina obrazovanja.