

Osobine ličnosti i traženje uzbuđenja kod sportaša koji se bave penjanjem i nesportaša

Kličan, Dora

Master's thesis / Diplomski rad

2019

Degree Grantor / Ustanova koja je dodijelila akademski / stručni stupanj: **University of Zagreb, Faculty of Croatian Studies / Sveučilište u Zagrebu, Fakultet hrvatskih studija**

Permanent link / Trajna poveznica: <https://um.nsk.hr/um:nbn:hr:111:749569>

Rights / Prava: [In copyright](#)

Download date / Datum preuzimanja: **2021-02-28**



Repository / Repozitorij:

[Repository of University of Zagreb, Centre for Croatian Studies](#)





SVEUČILIŠTE U ZAGREBU
HRVATSKI STUDIJI

Dora Kličan

**Osobine ličnosti i traženje uzbuđenja kod
sportaša koji se bave penjanjem i
nesportaša**

DIPLOMSKI RAD

Zagreb, 2019.



SVEUČILIŠTE U ZAGREBU
HRVATSKI STUDIJI
ODSJEK ZA PSIHOLOGIJU

DORA KLIČAN

**Osobine ličnosti i traženje uzbuđenja kod
sportaša koji se bave penjanjem i
nesportaša**

DIPLOMSKI RAD

Mentor:

doc.dr.sc. Zrinka Greblo Jurakić

Zagreb, 2019.

Sažetak:

Cilj ovog istraživanja bio je ispitati razlike u osobinama ličnosti i faktorima traženja uzbuđenja kod sportaša koji se bave penjanjem i nesportaša. Kao mjeru ličnosti koristili smo upitnik ličnosti IPIP50 (Mlačić i Goldberg, 2007), dok je za utvrđivanje obilježja traženja uzbuđenja korišten Upitnik traženja uzbuđenja (Zuckerman, 1979). Prigodan uzorak činile su dvije skupine sudionika u dobi od 20 do 39 godina; 231 sportaš koji se bavi penjanjem (118 muškaraca i 113 žena) te 211 nesportaša (81 muškarac i 130 žena). Prosječna dob penjača bila je 29.6 godina ($SD=5.16$), a nesportaša 27.3 godine ($SD=5.12$). Istraživanjem su utvrđene rodne razlike, na način da su žene postizale više rezultate na ljestvicama ugodnosti, intelekta i traženja iskustva, a muškarci na emocionalnoj stabilnosti. Na muškom uzorku utvrđene su i značajne pozitivne povezanosti osobina ličnosti ekstraverzije, ugodnosti i emocionalne stabilnosti s traženjem ushićenja i pustolovina, traženjem iskustva, dezinhibicijom te sa generalnim faktorom traženja uzbuđenja. Analizom razlika utvrđeno je da su sportaši koji se bave penjanjem emocionalno stabilniji i savjesniji (za oba spola) te postižu više rezultate na ljestvicama ugodnosti i intelekta (samo muškarci) od nesportaša. Mann-Whitney U testom utvrđeno je da sportaši i sportašice koji se bave penjanjem postižu značajno više rezultate na faktorima traženja ushićenja i pustolovina, traženja iskustva, dezinhibicije te na generalnom faktoru traženja uzbuđenja od nesportaša. Dobiveni rezultati doprinose boljem razumijevanju specifičnih obilježja osoba koje se bave penjanjem, o čemu je posebno važno voditi računa prilikom praktičnog rada sa sportašima.

Ključne riječi: penjanje kao sport, osobine ličnosti, traženje uzbuđenja, rodne razlike

Abstract:

The aim of the study was to examine differences in personality traits and sensation seeking factors among rock climbers and non-athletes. As a measure of personality, we used the IPIP50 personality questionnaire (Mlačić and Goldberg, 2007), validated, with satisfactory metric characteristics on the Croatian sample. The Sensation Seeking Scale (Zuckerman, 1979) was used as a measure of sensation seeking. The convenient sample used for this study consisted of two groups of participants between the ages of 20 and 39; 231 rock climbers (118 men and 113 women) and 211 non-athletes (81 men and 130 women). The average age of the rock climbers was 29.6 years ($SD=5.16$) and of the non-athletes 27.3 years ($SD=5.12$). The study found gender differences, where women scored more on agreeableness, intellect and experience seeking, and men on emotional stability. Regarding the male sample, we found significant positive correlations between extraversion, agreeableness, emotional stability and thrill and adventure seeking, experience seeking, disinhibition, and sensation seeking total score. The t-test analysis found that rock climbers are more emotionally stable and conscientious (for both genders) and more comfortable and intellectual (only among men) than non-athletes. Mann-Whitney U test revealed that in comparison to non-athletes, rock climbers of both genders achieve significantly higher scores on thrill and adventure seeking, experience seeking, disinhibition, and the general sensation seeking factor than non-athletes. The results obtained in this study contribute to a better understanding of the specific characteristics of rock climbers, which is especially important to consider while working with athletes.

Keywords: rock climbing, personality traits, sensation seeking, gender differences

Sadržaj:

| | |
|---|-----------|
| 1. Uvod..... | 2 |
| 2. Cilj i problemi istraživanja..... | 18 |
| 3. Hipoteze..... | 18 |
| 4. Metoda..... | 19 |
| 5. Rezultati..... | 24 |
| 6. Rasprava..... | 34 |
| 7. Zaključak..... | 45 |
| 8. Literatura..... | 46 |

1. UVOD

Unatoč velikom riziku od teških ozljeda i smrtnosti, popularnost visoko-rizičnih ili ekstremnih sportova zadnjih godina eksponencijalno raste, posebno u zemljama Zapadnog svijeta (Llewellyn i Sanchez, 2008). Drugim riječima, svjedočimo znatnom porastu interesa za fizičke aktivnosti koje bude neobične i intenzivne osjećaje (Klinar, Burnik i Kajtna, 2017) te potiču lučenje velike količine adrenalina (Brymer i Gray, 2009). Te aktivnosti definirane su kao sportovi koji zahtijevaju dodatne originalne vještine poput hrabrosti i sposobnosti djelovanja u situacijama kada život osobe koja se bavi sportom ili njenih sportskih kolega, bude ugrožen (Guszkowska i Bołdak, 2010). Sportski psiholog, Anđelko Botica (prema Getoš, 2012), daje nam važan podatak o dobnoj strukturi ekstremnih sportaša. Prema njemu, većina je ekstremnih sportaša prosječne dobi od 15 do 30 godina, što je i očekivano s obzirom da ekstremni sportovi s jedne strane zahtijevaju određene psihofizičke sposobnosti koje s porastom dobi slabe, dok su s druge strane vrlo privlačni mlađoj populaciji radi psihološke ugone koju pružaju (Getoš, 2012). Alpinizam i sportsko penjanje, ekstremni kajak, ronjenje, skijanje, skijaški skokovi, skakanje s padobranom, brdski biciklizam, *snowboarding* itd., samo su neki od sportova koje možemo definirati kao visoko-rizične sportove (Kajtna, 2013).

Porastom popularnosti ekstremnih sportova, u posljednjih 15 do 20 godina svjedočimo i sve većoj popularnosti penjanja po stijenama, kao rekreativne tjelesne aktivnosti i kao natjecateljskog sporta (Sheel, 2004). Možemo reći da se penjanje biomehanički razlikuje od mnogih drugih sportova koji se odvijaju "na zemlji", zbog same prirode ovog sporta koje se temelji na opiranju gravitacijskoj sili. Ono ovisi o kompleksnoj interakciji fizioloških i mnogih drugih faktora (Getoš, 2012). Kako bismo najbolje definirali penjanje i objasnili tko su zapravo sportaši koji se bave penjanjem, početi ćemo od osnovne kategorizacije i terminologije. Radi pomanjkanja znanstvenih radova o ovome sportu u Hrvatskoj, te radi drugačijih terminoloških izraza u hrvatskom jeziku u odnosu na engleski jezik, definiranje penjanja kao sporta, u ovom trenutku, nije jednostavan zadatak. Da bismo u tome bili što uspješniji i izbjegli moguće nesuglasice, krenuti ćemo od samih temelja ovog sporta.

1.1. Penjanje kao sport

Sve je krenulo od planinarenja. Penjanje nije planinarenje, iako ga penjanje vrlo često uključuje, u manjim ili većim količinama, dok planinarenje većinom ne uključuje penjanje. Dakle, planinarenje, kao sveobuhvatni pojam, dio je ljudske kulture već tisućama godina. Prelazak preko planina, za prve lovce i trgovce, bio je pitanje opstanka (Stanković i Puletić, 2005) te su ti ljudi usporedno bili primorani razvijati osnovne planinarske vještine kako bi savladali različite, često i opasne terene (stjenovite staze, snijeg, led, itd.). Kako bi si olakšali putovanje počeli su kreirati posebnu odjeću otpornu na hladnoću, kišu i vjetar. Kao sportska aktivnost, planinarenje se prvi put javlja u Alpama, sredinom 18. stoljeća (Stanković i Puletić, 2005), te je s vremenom poslužilo kao temelj nastanku posve novih sportskih disciplina. Danas možemo reći da postoje tri osnovne podjele, odnosno razvojna pravca planinarenja: visokogorstvo, alpinizam i sportsko penjanje. Svaka od tih kategorija zahtijeva atletske sposobnosti, različite stupnjeve iskustva te tehnička znanja za održavanje sigurnosti.

Visokogorstvo podrazumijeva boravak u planini s ciljem da se pješke osvoji određeni planinski vrh, korištenjem dobro poznatih planinskih staza i ruta (Stanković i Puletić, 2005), uglavnom u rekreativne svrhe. Može uključivati organiziraju neke turističke agencije.

Alpinizam se pak nalazi na granici između visokogorstva i sportskog penjanja (Stanković i Puletić, 2005). Možemo ga podijeliti na ljetni i zimski alpinizam. Alpinistima je i dalje cilj osvajanje vrha planine ili litice (tzv. smjera), no razlika je što se oni koriste nepristupačnim stazama poput okomitih površina stijena, koji često uključuju i rizične smjerove. Alpinističko penjanje naziva se još i tradicionalno penjanje jer podrazumijeva značajne tehničke vještine koje, osim osnovne zaštitne opreme (pojas, uže, cipele za penjanje, karabineri, vrećica za magnezij, kaciga) uključuju i one tradicionalne (klinovi, čekić, čokovi, planinarske ljestve te cepini, dereze i sl. u zimskim uvjetima), u svrhu osiguranja prilikom uspona. Osobe koje se bave zimskim alpinizmom učestalo penju po površinama prekrivenim snijegom i ledom, te su neprestano izloženi smrtnim opasnostima kao što su hipoksija, dehidracija, ozeblina, snježne i kamene lavine i sl. (Rock & Ice, The climber's magazine, prema Stanković i Puletić, 2005).

Sportsko penjanje se, prije pedesetak godina, izdvojilo od alpinizma kao zaseban, svjetski priznati sport, čija krovna organizacija IFSC (*International Federation for Sport Climbing*) obuhvaća preko 80 zemalja članica na svim kontinentima (Zekan, Hrestak, i Novak, 2012). Glavna podjela odnosi se na vrstu stijene kojom se sportaši penju, koja može

biti prirodna ili umjetna. Sportski penjač koristi isključivo vlastito tijelo prilikom penjanja, postavljajući noge i ruke na razna udubljenja i ispupčenja na stijeni različitog oblika i veličine (Stanković i Puletić, 2005). Kao mjera sigurnosti, koriste se ranije spomenuta osnovna oprema, ali isključivo u svrhu osiguranja od pada, a ne kao oslonac koji će olakšati penjaču savladavanje smjera. Također, važno je reći i da je glavna razlika između alpinizma i sportskog penjanja u tome što, za razliku od alpinista, sportski penjači penju isključivo po već uređenim smjerovima po kojima su postavljeni tzv. spitovi (eng. *bolts*). Postavljanje spitova, odnosno *boltova*, znači bušenje stijene i ugrađivanje čeličnih "prstenova" koje je skoro nemoguće iščupati, a kroz koje će penjač provlačiti svoje uže na putu do vrha i na taj se način osigurati od pada na tlo. Na ovaj način, sportski penjač je oslobođen tehničkih zahvata neophodnih za osiguravanje smjerova te se može fokusirati na samo penjanje (Stanković i Puletić, 2005).

Penjanje po prirodnim stijenama uključuje i nekoliko različitih disciplina: *lead* penjanje (ili težinsko penjanje), *bouldering*, te *free solo* i *deep-water solo* kao znatno rjeđe i mlađe discipline. U težinskom penjanju, cilj je "pobijediti" smjer sa što većom težinskom ocjenom (o čemu ćemo više reći kasnije), na što jednostavniji i efikasniji način, korištenjem samo vlastitog tijela (Stanković i Puletić, 2005). *Bouldering* (eng. *boulder* – veliki kamen/dio stijene) je disciplina u kojoj je cilj popeti se do vrha smjera koji se nalazi na relativno niskim stijenama, te kod kojeg ne postoji uže niti bilo kakva druga vrsta osiguranja od strane drugog penjača. Umjesto toga, prilikom pada, sportaš doskače ili pada na malu mobilnu strunjaču (tzv. *crash-pad*). *Boulder* problemi su znatno teži nego kod težinskog penjanja (Fund, 2004) ali stoga i kraći (3 do 5 metara, naspram 12 do 40 metara u težinskom penjanju). Pod riječi *problem*, vezano uz *bouldering* ili druge vrste penjanja, podrazumijevamo dio smjera koji je iz tehničkih razloga vrlo težak za popeti, te zahtjeva izrazite tehničke sposobnosti poput koordinacije pokreta, brzine, dobre procjene, načina na koji ćemo postaviti ruke i noge, te snagu. *Free solo*, najkontroverznija je disciplina u penjanju, koja je radi opravdanih razloga vrlo rijetka, te toliko opasna da nosi najveći stupanj smrtnosti od svih sportova (Lack, Sheets, Entin i Christenson, 2012). Naime, kod ove discipline, ne postoji apsolutno nikakva zaštitna oprema koja bi spriječila pad, već se koriste samo cipele za penjanje i vrećica s magnezijem. Svaki penjač koji se odluči na ovakvu vrstu rizika svjestan je da će mu jedina pogreška biti ujedno i posljednja. Procjenjuje se, da se danas svega 2% svih sportaša koji se bave penjanjem, odlučuje i na *free solo* (Lack i sur., 2012). *Deep water soloing* (DWS) najmlađa je penjačka disciplina, koja svakim danom dobiva sve više na popularnosti te okuplja sve veći

broj ljubitelja ovog sporta (Stanković i Puletić, 2005). Penju se tzv. previsi (eng. *overhang*) i vertikalni smjerovi iznad većih vodenih površina, a od opreme se koriste jedino cipele za penjanje. U slučaju pada penjač će završiti u vodi.

Radi socijalnih (obitelj), ekonomskih (posao) i klimatskih faktora (loši vremenski uvjeti), sportaši nisu uvijek u mogućnosti boraviti u prirodi i penjati na prirodnoj stijeni. Iz tog razloga, danas svjedočimo sve većem broju penjača koji se odlučuju na penjanje po umjetnim stijenama, čemu je doprinijela povećana dostupnost sportskih dvorana specijaliziranih za penjanje. Danas možemo pronaći takve dvorane diljem svijeta u gotovo svim većim gradovima.

Tehnika penjanja u dvoranskim uvjetima ostaje praktički ista. Osnovna razlika je u tome što se na umjetnoj stijeni organiziraju natjecanja protiv živih protivnika, i to u tri discipline; težinsko, brzinsko i *bouldering*. Na prirodnoj stijeni se pak borimo protiv sebe samih (Stanković i Puletić, 2005). Drugačiji je i osjećaj ispod prstiju, jer su umjetna hvatišta dosta nježnija od prirodne stijene. Možemo reći da umjetna stijena služi kao dobar trening da bi sportaš došao do dobre fizičke kondicije, koja će mu koristiti ukoliko se odluči na ozbiljniji rad na prirodnoj stijeni (Creasey, 1999). Ipak, postoje sportaši koji cijeli svoj život i karijeru posvećuju isključivo penjanju na umjetnoj stijeni, bilo rekreativno ili u natjecateljske svrhe. Neovisno o disciplini, svako natjecanje uključuje kvalifikacije, polufinale i finale, te zasebne kriterije za pobjedu i pravila kojih se treba pridržavati. Organiziraju se državna, europska i svjetska natjecanja, te kupovi, i to za sve uzraste (Stanković i Puletić, 2005). Od Olimpijskih igara 2020. godine, sportsko penjanje postati će i olimpijski sport, uključujući sve tri discipline (Lutter, El-Sheikh, Schöffl i Schöffl, 2017).

Također, važno je reći da se smjerovi u penjanju razlikuju i po težini, odnosno zahtjevnosti, što je prikazano određenom težinskom ocjenom. Sistem ocjenjivanja razlikuje se od države do države. Prema tome, postoji podjela na alpinističke i sportsko-penjačke smjerove. Stanković i Puletić (2005) smatraju da u alpinističke smjerove spadaju svi oni koji imaju težinsku ocjenu od 1 do 6a, a u sportsko-penjačke smjerove svi smjerovi iznad 6b (po Francuskom sistemu ocjenjivanja, koji se koristi u Hrvatskoj). Pa tako se oni sportski penjači koji penju iznad te ocjenu mogu svrstati u kategoriju naprednih penjača, nakon 7b su eksperti i super-eksperti, te nakon 8b+ elitni i super-elitni penjači.

Na temelju gore navedenog, dodatno ćemo naglasiti da sportaši koje se bave penjanjem i sportski penjači ne predstavljaju istu populaciju. Naime, sportski penjači su osobe

koje se bave sportskim penjanjem, koje je, kako smo naveli ranije, zasebna penjačka disciplina koja je nastala iz alpinizma (eng. *sport climbers*). S druge strane, sportaši koji se bave penjanjem su sve osobe koje se bave nekom vrstom penjanja; jednom ili više njih, od ranije navedenih (sportsko penjanje, alpinizam i sve njihove podvrste), bilo profesionalno ili rekreativno, u dvorani ili na prirodnoj stijeni. U engleskom jeziku, općeniti naziv za tu populaciju jest *rock climbers*. U hrvatskom jeziku ne postoji analogan naziv za tu skupinu sportaša, osim onog kolokvijalnog; penjači. Dakle, radi se o široj populaciji od one koju čine sportski penjači. U ovome istraživanju, zanimali su nas sportaši koji se bave penjanjem, odnosno penjači u svim navedenim disciplinama alpinizma i sportskog penjanja (*rock climbers*).

Kao što vidimo, penjanje je kompleksan sport, zajedno sa svojom terminologijom, opremom i sustavom ocjenjivanja, koji su proizašli iz mnogih desetljeća eksperimentiranja (Stanković i Puletić, 2005). Iz svega navedenog, vidimo da se radi o visoko-rizičnom, odnosno ekstremnom sportu, koji zahtjeva izrazitu psihičku i fizičku spremnost. U Hrvatskoj, proteklih 20-ak godina, također svjedočimo sve većem porastu broja sportaša koji se bave nekim oblikom penjanja (Getoš, 2012). Dosadašnja istraživanja u ovom području, uglavnom su se bavila fiziologijom sportskih penjača (Giles, Rhodes i Taunton, 2006; Gray, 1977; Mermier, Janot, Parker, i Swan, 2000; Sheel, 2004; Watts, 2004) što znači da su bitni psihološki aspekti, u sportu koji zahtjeva visoku koncentraciju, kontrolu i efikasno rješavanje problema, neopravdano zanemareni. Neki su istraživači, ipak odlučili istražiti neke od psiholoških faktora važnih za bavljenje ovim sportom. Iako malobrojni, rezultati ukazuju na postojanje razlika između sportaša koji se bave penjanjem i ostatka populacije poput; intenzivnijeg traženja uzbuđenja (Freixanet, 1991; Llewellyn i Sanchez, 2008), većeg preuzimanja rizika (Breivik, 1997; Llewellyn i Sanchez, 2008) te veće ekastraverzije, emocionalne stabilnosti i otvorenosti prema iskustvu (Kajtina, 2013; O'Sullivan, Zuckerman i Kraft, 1998; Tok, 2011). U Hrvatskoj još nema sličnih istraživanja o psihološkim aspektima ove skupine sportaša.

Određene praktične primjene istraživanja o penjanju kao sportu već postoje. Naime, osim već postojećih škola za penjanje u sklopu alpinističkih udruga koje djeluju nezavisno, danas svjedočimo i razvoju programa sportskog penjanja koji se žele implementirati i u osnovne škole (Zekan i sur., 2012). Naime, očito je da penjanje kao sport ima pozitivan učinak na ljudski organizam. Penjanje je motorička aktivnost u kojoj sudjeluje veliki broj mišića različitih funkcija (Getoš, 2012). Ono doprinosi skladnom razvoju motoričkih

sposobnosti kod djece, s naglaskom na koordinaciju, ravnotežu, agilnost te eksplozivnu, statičku i repetitivnu snagu, a također doprinosi razvoju konativnih i kognitivnih karakteristika djeteta (Hrestak i Janković, 2008). Gledajući s antropometrijske strane, penjanje povećava mišićnu masu i reducira potkožno masno tkivo, te koštanim strukturama omogućava skladan longitudinalan i transverzalan rast (Mermier i sur., 2000).

Mittelstaedt (1997) navodi da će penjač razviti jedinstvenu kombinaciju fizičke i psihičke konstitucije, koja uključuje snagu i moć, izdržljivost, fleksibilnost i mentalnu ustrajnost. Nadalje, bavljenje sportskim penjanjem potiče pravilan razvoj i očuvanje kralježnice te cijelog lokomotornog sustava (Heitkamp, 2005, prema Zekan i sur., 2012). Ukoliko se provodi vani, na prirodnim stijenama, sportsko penjanje ujedno pojačava učinke boravka na svježem zraku što pozitivno utječe na jačanje imunološkog sustava. Sa psihološkog gledišta, pokazalo se da pozitivno utječe i na bolesti današnjice kao što su stres, depresija, te razni tipovi ovisnosti (Zekan i sur., 2012).

Kao što vidimo, penjanje kao sport korisno je i za fizičko i psihičko zdravlje pojedinca, te je njegovo promicanje poželjno već od najmlađe dobi. Nadamo se da će i znanstvena zajednica to uskoro prepoznati, te pridonijeti adekvatnom razvoju teoretskog znanja kao obaveznog temelja optimalne primjene u praksi.

1.2. Osobine ličnosti

Psihologija ličnosti vrlo je kompleksno i značajno područje istraživanja (Zajc, 1982). Postoje mnoge definicije ličnosti. Guilford (1959, str. 5), je dao jednu od prvih definicija koja glasi: "ličnost je jedinstveni sklop ili obrazac osobina". Kako su napredovala znanstvena istraživanja u ovom području, kasniji su autori "nadograđivali" i jasnije specificirali Guilfordovu definiciju. Eysenck (1962, prema Zajc, 1982) smatra da je ličnost više ili manje čvrsta i trajna organizacija karaktera, temperamenta, intelekta i fizičke konstitucije pojedinca, koja određuje njegovu specifičnu prilagodbu okolini. Musek (1993, prema Klinar i sur., 2017) naglašava da osobine ličnosti predstavljaju relativno dosljedan i jedinstven zbroj psiholoških, kognitivnih i fizičkih karakteristika pojedinca. U shvaćanju suvremenih istraživača, ličnost se može objasniti kao relativno trajni skup osobina koje čine pojedinca jedinstvenim, a njegovo ponašanje i doživljavanje dosljednijim (John i Srivastava, 1999). Navedene, a i druge definicije ličnosti nisu pogrešne, ali niti jedna nije sveobuhvatna, a osim toga nisu jedinstvene u procjeni važnosti vanjskih i unutrašnjih faktora kao determinanti ponašanja (Zajc, 1982).

Danas postoje različiti pristupi, odnosno teorije koje objašnjavaju osobine ličnosti: strukturalne, psihoanalitičke, bihevioralne, humanističke, socijalne i kognitivne teorije.

Osobine ličnosti posebno su značajne za razumijevanje i predviđanje ljudskog ponašanja u različitim situacijama, pa tako i u sportu, te svim okolnostima vezanim uz sportske aktivnosti (Čuljak i Mlačić, 1997). Istraživanja koja se bave povezanošću osobina ličnosti s aktivnim ili rekreativnim bavljenjem sportom, uglavnom su nova i povezana s razvojem "Big-Five" modela ličnosti (Goldberg, 1990) kao dominantne paradigme u ovom području istraživanja (Čuljak i Mlačić, 1997).

Velepetori, "Big Five" model ličnosti (Goldberg, 1990) utemeljen je na leksičko-taksonomskim istraživanjima koja su se zasnivala na velikim i reprezentativnim uzorcima deskriptora osobina ličnosti iz prirodnoga jezika (Mlačić i Šakić, 2008). Osnovna ideja leksičkog pristupa jest da će ljudi važne individualne razlike pokušati verbalizirati radi lakše komunikacije. Drugim riječima, ovaj model pretpostavlja se da će "najvažnije individualne razlike u ljudskim transakcijama postati zabilježena kao zasebne riječi u nekim ili svim svjetskim jezicima" (Goldberg, 1982, prema Škrlić, 2009, str. 4). Velepetori model pretpostavlja postojanje pet temeljnih dimenzija ličnosti, odnosno ortogonalnih faktora, tradicionalno nazvanih: (I) Ekstraverzija, (II) Ugodnost, (III) Savjesnost, (IV) Emocionalna stabilnost te (V) Intelekt (Mlačić i Knezović, 1997). Navedeni faktori predstavljaju ličnost na najopćenitijoj razini, te svaki od njih uključuje veliki broj specifičnih karakteristika, tzv. faceta.

Ekstraverzija se odnosi na kvantitetu i intenzitet interpersonalnih interakcija (Kardum i Smojver, 1993). Facete koje opisuju ovu dimenziju su društvenost, aktivnost, traženje iskustva, na jednom polu, te zatvorenost, povučенost, konvencionalnost na polu introverzije. Visoko ekstravertirane osobe su pričljive, optimistične, zabavne, dominantne, dok su visoko introvertirane osobe tihe, konvencionalne i povučene. Kardum i Smojver (1993) navode da postoje značajne rodne razlike na ovoj dimenziji ličnosti, na način da žene postižu u prosjeku više rezultate od muškaraca.

Ugodnost podrazumijeva kvalitetu interpersonalnih interakcija, a opisuju je facete altruizma, brižnosti i emocionalne podrške na pozitivnom polu, te neprijateljstvo, izostanak brige i egoizam na drugom polu (Kardum i Smojver, 1993). Osobe koje postižu visoki rezultat na dimenziji ugodnosti su privržene, povjerljive, tolerantne, sklone pomaganju, te za njih možemo čuti da su osobe "mekog srca".

Savjesnost označava osobine koje se manifestiraju kod socijalne kontrole impulsa, te prilikom izvršavanja određenih zadataka (Kardum i Smojver, 1993). Ova dimenzija opisana je facetama pouzdanosti, odgovornosti, vrijednosti i kompetentnosti. Savjesne osobe su organizirane, marljive, odgovorne i samodisciplirane, dok su osobe koje su nisko na ovoj dimenziji nemarne, besciljne, lijene i bezbrižne. Kardum i Smojver (1993) u svome radu zaključuju da žene postižu više rezultate na savjesnosti nego muškarci.

Emocionalna stabilnost se odnosi na karakteristike emocionalnog reagiranja pojedinca na podražaje iz okoline (Kardum i Smojver, 1993). Facete koje opisuju ovu dimenziju su opuštenost, staloženost, osjećaj zadovoljstva te mogućnost kontrole emocionalnih reakcija u nepoznatim situacijama. S druge strane, emocionalna nestabilnost ili Neuroticizam, čini drugi pol ove dimenzije. Neurotične osobe su anksiozne, nesigurne, potištene i podložne stresu na kojeg često odgovaraju neprikladnim emocionalnim reakcijama.

Intelekt je dimenzija ličnosti koja predstavlja otvorenost prema intelektualnim i umjetničkim izazovima, aktivnu imaginaciju, potrebu za promjenama i usmjerenost k osjećajima (Lončar, 2005, prema Škrlić, 2009). Facete koje opisuju ovu dimenziju su inteligentnost, kreativnost, sklonost razmišljanju, avanturizam. Visoki rezultat pokazatelj je velike znatiželje, širokih interesa, originalnosti i maštovitosti. Ovu dimenziju neki autori nazivaju drugačije; Imaginacija (Saucier, 1992), Kultura (Tupes i Christal, 1958, prema Mlačić i Knezović, 1997), te Otvorenost ka iskustvu, prema Petfaktorskom modelu Coste i McCrea (2003). Naime, "Big Five" usporediv je s velikim brojem drugih modela i mjera ličnosti (Škrlić, 2009), no kao što vidimo, oko petog faktora proizlazi najmanje slaganja među brojnim autorima, što je dovelo do različitih naziva i opisa ove dimenzije.

Osim već spomenutih rodni razlika u ekstraverziji i savjesnosti, neka istraživanja su pokazala da žene postižu više rezultate i na dimenziji ugodnosti, te niže na emocionalnoj stabilnosti i intelektu (Graham, 2006, prema Škrlić, 2009). S druge strane, Tonšetić (2006) je provela istraživanje na studentima i studenticama u Hrvatskoj te se pokazalo da žene postižu više rezultate na ljestvicama ekstraverije, ugodnosti, savjesnosti i intelekta, dok su muškarci emocionalno stabilniji. Možemo vidjeti da postoji jednoznačnost istraživanja na dimenzijama ekstraverije, savjesnosti, ugodnosti i emocionalne stabilnosti, no ne i na dimenziji intelekta.

Što se tiče dobnih razlika, teoretičari ličnosti drže da su osobine ličnosti relativno stabilne u jedinici vremena. Soldz i Vaillant (1999) proveli su longitudinalno istraživanje u trajanju od 45 godina, te zaključili da su osobine ličnosti relativno nepromjenjive u dobi iznad

30 godina. Rezultati su pokazali da su neuroticizam, ekstraverzija i otvorenost prema iskustvu najstabilnije osobine ličnosti u jedinici vremena. Značajne razlike u funkciji dobi pokazale su se jedino na dimenziji ugodnosti, na način da se povećanjem dobi ispitanika, proporcionalno povećava i rezultat na ovome faktoru.

S obzirom na važnost dimenzija "Big-Five" modela u domeni sporta, Kajtna, Tušak, Barić i Burnik (2004) identificirali su razlike u osobinama ličnosti sportaša i nesportaša, na način da su sportaši postigli više rezultate na emocionalnoj stabilnosti, ugodnosti i savjesnosti. Mnoga druga istraživanja upućuju na relevantnost određenih osobina ličnosti u bavljenju profesionalnim i rekreativnim sportom (Čuljak i Mlačić, 2013). Za ljude koji se bave sportom, općenito je poznato da su više ekstravertirani, agresivni, emocionalno stabilni i manje zabrinuti nego drugi ljudi (Tušak i Burnik, 2001). Također, vjeruje se da imaju veću potrebu za podražajima i za produktivnošću. Ljudi koji sudjeluju u visoko-rizičnim sportovima traže radost, zadovoljstvo te potvrdu vlastite osobnosti, što je potisnuto monotonijom radnog dana. Kajtna (2013) smatra da ekstremni sportaši ne poštuju norme i obavljaju društveno potreban posao samo s namjerom da kasnije zadovolje svoje potrebe. Dakle, govorimo o njihovom načinu života, načinu razmišljanja, njihovoj ideji slobode i sl.

Tok (2011) je napravio zanimljivo istraživanje na ekstremnim sportašima i ljudima koji ne sudjeluju u takvim aktivnostima, koristeći *Big Five Questionnaire* (BFQ; Caprara, Barbaranelli, Borgogni, Bucik i Boben, 1997), jedan od poznatih mjernih instrumenata razvijenih u sklopu "Big-Five" modela. Rezultati su pokazali da su sportaši visoko-rizičnih sportova bili otvoreniji prema iskustvu u odnosu na ostatak populacije. Nadalje, ekstraverzija se pokazala kao važan faktor, povezan s visoko-rizičnim sportovima. Također, pokazalo se da se više neurotični ljudi lako stimuliraju stimulansima čije su nagrade ugodni osjeti i iskustva (Tok, 2011). Prema Tušak i Bednarik (2001, prema Kajtna, 2013), sportaši koji se bave skijaškim skokovima su iskreniji, društveniji, dominantniji i emocionalno stabilniji od opće populacije. I drugo istraživanje na ronjocima pokazalo je veću ekstraverziju u korist ekstremnih sportaša (Tušak, Burnik, i Robič, 2001, prema Kajtna, 2013). Tu je i jedan zanimljiv nalaz o rodnim razlikama u visoko-rizičnim sportovima; nema značajne razlike između sportašica i sportaša u vidu osobina ličnosti (Burnik, Jug, i Kajtna, 2008).

Nadalje, postoje istraživanja koja tvrde da osobe koje sudjeluju u individualnim sportovima, neovisno o obilježjima sporta, imaju laganu sklonost emocionalnoj nestabilnosti i impulzivnosti (Tohanean i Chicomban, 2010). Barlow i sur. (2015) proučavali su sportaše visoko-rizičnih sportova i otkrili da je aleksitimija (problemi s prepoznavanjem i tumačenjem

vlastitih i tuđih emocija) povezana s preuzimanjem daljnjeg rizika u sportu, jer sudjelovanje u aktivnostima visokog rizika osigurava lako prepoznatljive emocije, jer su one mnogo intenzivnije. S druge strane, Castanier, Le Scanff i Woodman (2010) navode da neki ljudi ulaze u takve aktivnosti kako bi skrenuli vlastitu pozornost s izvora negativnih emocija, dakle, kao strategiju izbjegavanja. Neka istraživanja (Barlow i sur., 2015; Guskowska i Bołdak, 2010) pokazala su da ne možemo izjednačiti sportaše različitih visoko-rizičnih aktivnosti. Svaki visoko-rizični sport je drugačiji na svoj način te zahtijeva različite kompetencije sudionika. Castanier i sur. (2010) istaknuli su da je fizička aktivnost u ekstremnim sportovima privlačna iz razloga što nam može pružiti i psihičke i fizičke nagrade. Također, visoko-rizični sport može poslužiti kao bijeg od stvarnosti kada se osoba suočava s negativnim društvenim utjecajima.

Monasterio, Alamri i Mei-Dan (2014) proveli su istraživanje osobina ličnosti na uzorku alpinista i ostalih penjača. Otkrili su da su da je ova skupina sportaša bezbrižnija, opuštenija, odvažnija i hrabrija od opće populacije. Nadalje, Llewellyn i Sanchez (2008), koji su ispitivali individualne razlike i sklonost preuzimanju rizika kod sportaša koji se bave penjanjem, otkrili su da se penjači percipiraju više samoefikasnim, te su više impulzivni. Oni penjači koji su imali najviše rezultate u samoefikasnosti, ujedno su i pokazali veću tendenciju riskantnog ponašanja u penjanju, jednako kao i muški ispitanici.

Nadalje, Markič (1990) je otkrio da su alpinisti introvertiraniji, neovisniji, s potpuno različitim moralnim kodovima, ozbiljniji i smireniji od opće populacije. Slični rezultati dobiveni su i u ranijim istraživanjima. Jackson (1967, prema Breivik, 1997) je ispitivao individualne razlike između 28 elitnih sportaša koji se bave penjanjem i kontrolnih skupina koje su činili instruktori penjenja, penjači nižih kategorija, osobe zainteresirane za penjanje i one koje ne penju. Pokazalo se da su elitni penjači više rezervirani, visoko inteligentni, agresivni, impulzivni, socijalno rezervirani, samoefikasni, te posjeduju više mašte i potrebe za eksperimentiranjem od ostalih skupina. Magni, Rupolo, Simini, De Leo i Rapazzo (1985) su proučavali 22 člana talijanske ekspedicije koja se 1983. godine popela na vrh planine poznat pod imenom K-2, na Himalaji. Ta se skupina alpinista pokazala više introvertirana u odnosu na kontrolne grupe. S druge strane, Tušak i Burnik (2001) tvrde drugačije; alpinisti su manje iskreni i neurotični, više ekstravertirani i druželjubivi od opće populacije. Zaključno, relativno mali broj istraživanja u ovom području obilježavaju nekonzistentni empirijski nalazi, što upućuje na potrebu za daljnjim istraživanjem specifičnih psiholoških obilježja sportaša koji se bave penjanjem.

1.3. Traženje uzbuđenja

Traženje uzbuđenja (eng. *sensation seeking*) definirano je kao "potreba za traženjem novih, raznovrsnih i kompleksnih podražaja i iskustava, uz prihvaćanje određene razine rizika u fizičkim, socijalnim i financijskim područjima, u korist samih iskustava" (Zuckerman, 2009, str. 455). Visoka potreba za uzbuđenjem podrazumijeva sudjelovanje u raznim intenzivnim aktivnostima (primjerice ekstremnim sportovima), zatim traženje izazova putem uma i osjetila (korištenjem psihostimulansa, preferencijom egzotične hrane i sl.), dezinhibirano socijalno ponašanje te netoleranciju na dosadu (Aluja, Garcia i Garcia, 2003).

Osoba koja posjeduje veliku razinu potrebe za traženjem uzbuđenja podcjenjuje rizičnu situaciju, ili doživljava rizik sam po sebi kao nagradu. Farley (1986, prema Šojat, 2007) naziva takvu osobu T-tipom, odnosno osoba posjeduje "Veliki T" profil ličnosti. "T" se odnosi na engleski naziv za takvu osobu – *thrillseeker*. S druge strane kontinuuma, osoba koja ima nisku potrebu traženjem uzbuđenja pokušava izbjeći rizične i nepoznate situacije, te teži izvjesnosti i predvidljivosti. Takav profil niskog traženja uzbuđenja obilježen je malim "t".

Američki psiholog, Marvin Zuckerman, postulirao je prvu teoriju traženja uzbuđenja, temeljenu na optimalnoj razini pobuđenosti. Sama ideja traženja uzbuđenja kao potrebe da se održi optimalni stupanj stimulacije, stara je gotovo 150 godina (Zajc, 1982). Naime, Wundt je 1873. (prema Zajc, 1982) prvi formulirao konstrukt kojeg je nazvao optimalni stupanj stimulacije (*Optimal level of stimulation = OLS*). Ponovni interes za ovo područje javio se 50-ih godina prošlog stoljeća, vezano uz eksperimente o senzornoj deprivaciji. Zuckerman je, dakle, temeljio svoju teoriju na tim eksperimentima, te na Eysenckovoj teoriji o optimalnoj pobuđenosti i psihobiološkim istraživanjima Pavlova o ekscitatornim i inhibitornim procesima centralnog živčanog sustava kod pasa (Škrljak, 2009; Zajc, 1982). Naime, Eysenck (1947, prema Zajc, 1982) je definirao tri dimenzije koje su činile njegovu konceptualnu strukturu; ekstraverzija- introverzija, neuroticizam-emocionalna stabilnost i psihoticizam. Interindividualne razlike na dimenziji ekstraverzije, Eysenck pripisuje pobuđenosti centralnog živčanog sustava. Naime, pobuđenost centralnog živčanog sustava kod ekstraverata trajno je smanjena, što posljedično dovodi do toga da će te osobe tražiti veću i intenzivniju stimulaciju iz okoline. S druge strane, introverti su osobe trajno visoke kortikalne pobuđenosti koju prema tadašnjim istraživanjima regulira uzlazni retikularni aktivacijski sustav - URAS (Škrljak, 2009). Dakle, prva Zuckermanova teorija kaže da postoji optimalna razina podražaja potrebna pojedincu za optimalno funkcioniranje, te će osoba tražiti takve situacije i iskustva koja će joj

omogućiti da postigne i održi razinu pobuđenosti koja joj najbolje odgovara (Škrljak, 2009; Šojat, 2007).

Kako navodi Škrljak (2009), razvojem tehnologije razvijala se i teorija traženja uzbuđenja, što je dovelo do preispitivanja Zuckermanove prve teorije. Temeljem psihofarmakoloških istraživanja, u teoriju su uključeni i novi nalazi o utjecaju biokemijskih procesa na traženje uzbuđenja (Šojat, 2007). Naime, Zuckerman (1979, prema Zajc, 1982) objašnjava da koncentraciju i aktivnost neurotransmitera u mozgu reguliraju biokemijske tvari pod nazivom neuromodulatori ili neuroregulatori. Jedan od tih neuroregulatora jest enzim monoaminooksidaze (MAO) koji je osnovni intraneuralni regulator kateholamina, a nalazi se u mitohondrijima neurona. Monoaminski neurotransmiteri uključuju dopamin, koje je povezan s mehanizmom približavanja, noradrenalin, povezan s mehanizmom pobuđivanja te serotonin koji regulira inhibitorne mehanizme (Šojat, 2007). Zuckerman i Khulman (2000) proučavanjem MAO-B enzima, potvrdili su vezu između monoaminskih neurotransmitera, naročito dopamina, s riskantnim ponašanjem, dezinhibicijom, impulzivnošću te društvenošću. Pokazalo se da niska razina MAO enzima povećava aktivnost dopamina koji je odgovoran za doživljaje ugone i mehanizme nagrađivanja u mozgu (Zuckerman i Khulman, 2000) te da su kod osoba koje su sklone traženju uzbuđenja razina MAO enzima vrlo niske. To se naročito potvrdilo kod osoba sklonih dezinhibiranim i rizičnim ponašanjima kao što su pušenje, konzumacija alkohola i droga, te kriminalno ponašanje. Dakle, dokazano je da sustav dopamina posreduje impulzivnim tendencijama u ponašanju, dok serotonin ima inhibirajući učinak na ponašanje (Zuckerman i Khulman, 2000). Također, Zuckerman (2000) navodi da se otprilike 60% varijance traženja uzbuđenja može objasniti genetskim faktorima.

Što se tiče vanjske ekspresije traženja uzbuđenja, Zuckerman (1979, prema Zajc, 1982) smatra da je ona ograničena mogućnostima iskazivanja takvog ponašanja u određenom društvenom kontekstu, čak i onda kad je takva osobina u velikoj mjeri genetski determinirana. Drugim riječima, genetski faktori najviše utječu na latentnu karakteristiku, dok okolinski faktori određuju specifične ekspresije te karakteristike (Škrljak, 2009). Ona može biti konstruktivna ili destruktivna. Šojat (2007) zaključuje da su *thrillseeker*-i sa konstruktivnom ekspresijom više ekstravertirani, kreativniji, otvoreniji prema iskustvu, poduzimaju više rizika, skloni su umjetničkom eksperimentiranju, imaju raznolikiji seksualni život, lako prebacuju mišljenje s jednog modela na drugi, društveniji su te politički liberalniji. Pojedinci sa destruktivnom ekspresijom postaju delikventi, skloni su kriminalnom i društveno neprihvatljivom ponašanju, impulzivniji su, agresivni, te često psihotični i skloni ovisnostima.

Glavni okolinski faktor koji leži u podlozi ranije navedenoga je socioekonomski status pojedinca (Zuckerman, 2000). Loši socioekonomski uvjeti mogu pridonijeti tome da pojedinac pokuša zadovoljavati svoju povišenu potrebu za uzbuđenjem kroz socijalno neprihvatljivo ponašanje, jer mu one druge, tzv. senzorne stiumalacije, kao npr. ekstremni sportovi, putovanja, umjetničko izražavanje i sl., nisu ekonomski dostupne (LaFollie i Scanff, 2008, prema Škrljak, 2009). Pa tako ekstremni sportaš i osoba sklona dezinhibiranom ponašanju (npr. konzumaciji droga) mogu imati jednako izraženo traženje uzbuđenja, ali utjecajem okoline svaki od njih će pronaći specifičnu aktivnost kojom će zadovoljiti tu potrebu. Također valja naglasiti da može doći, a i ne mora, do određenih preklapanja. Osoba koja svoju potrebu za uzbuđenjem zadovoljava kroz avanturu ili opasne situacije može ali i uopće ne mora imati sklonosti ka devijantnom ponašanju ili psihoaktivnim supstancama (Zuckerman i Khulman, 2000). Također, neki oblici antisocijalnog ponašanja poput agresivnosti, nedostatka empatije i odbojnosti prema drugima, osobine su koje se nisu pokazale značajno povezane s traženjem uzbuđenja (Zuckerman, 1994).

Kao što vidimo, konstrukt traženja uzbuđenja, u početku temeljen na psihobiološkim istraživanjima optimalne razine kortikalne pobuđenosti, s vremenom se razvio u model koji uključuje i socijalno ponašanje i kognicije (Zuckerman, 1994). Zuckermanova Skala traženja uzbuđenja do sada je revidirana četiri puta (SSS-V). Forma V (Zuckerman, 1994) konačna je verzija koja je trenutno najkorišteniji instrument u ispitivanju ovoga konstrukta, te je Graham (2006, str. 8, prema Škrljak, 2009) naziva "zlatnim standardom" mjere traženja uzbuđenja. Ljestvica se sastoji od četiri podljestvice: Traženje ushićenja i pustolovina (TAS), Traženje iskustva (ES), Dezinhibicija (DIS) i Osjetljivost na dosadu (BS).

Nadalje, važno je reći da su dob i spol najznačajnije demografske varijable kada govorimo o traženju uzbuđenja (Škrljak, 2009). Općenito gledajući, traženje uzbuđenja pokazalo se izraženije kod muškaraca nego kod žena, što vrijedi za sve dobne skupine (Zuckerman, 1994). Iste rezultate dobila je i Šojat (2007) koja je ispitivala rodne razlike na 107 hrvatskih ispitanika. Muškarci su postigli više rezultate nego žene na generalnom faktoru uzbuđenja. Što se tiče dobnih razlika, Zuckerman (1994,) smatra da se vrhunac traženja uzbuđenja dostiže u kasnoj adolescenciji ili ranim 20-im godinama, te pokazuje konzistentni pad u kasnijoj dobi. Ovaj fenomen pada izraženosti potrebe za uzbuđenjem u funkciji dobi potvrdili su i Roth, Hammelstein i Brähler (2007).

Važni podaci o dobnim i rodnim razlikama dobiveni su još i ranije u istraživanju Zuckermana, Eysenck i Eysencka (1978) na engleskom uzorku kojeg je činilo 254 muškarca i

693 žena, u dobi od 16 do 70 godina. Rezultati su pokazali da porastom dobi sudionici postižu niže rezultate na svim faktorima traženja uzbuđenja, a najviše na faktorima traženja ushićenja i pustolovine (TAS) te na dezinhibiciji (DIS). Također, rezultati Zuckermana i Neeb-a (1980, prema Ball, Farnill i Wangeman, 1984) sugeriraju na značajni pad rezultata dobnih skupina na svim ljestvicama osim osjetljivosti na dosadu. Zuckerman i sur. (1978) objašnjavaju da usporavanje kortikalne aktivnosti i sniženo lučenje hormona gonada utječe na smanjenu tendenciju traženja uzbuđenja u funkciji dobi. Također, muški su ispitanici postizali značajno više rezultate na faktorima traženja ushićenja i pustolovina i na dezinhibiciji, te na ukupnom rezultatu, u odnosu na žene, nevezano uz dob. Istraživanjem koje su proveli Ball i sur. (1984), potvrđeni su raniji rezultati vezani uz dobne razlike u traženju uzbuđenja i na australskom uzorku. Na uzorku u rasponu dobi od 17 do 59 godina, pokazao se značajan pad na generalnom faktoru uzbuđenja u funkciji dobi. No, za razliku od engleskog uzorka, u ovom se radu pokazalo da su žene u dobi od 20 do 39 godina postizale više rezultate na SSS-u od muških sudionika iste dobi. Unatoč nekonzistenciji, rezultati spomenutih istraživanja upućuju na relevantne rodne i dobne razlike za promatrani konstrukt.

U kontekstu ekstremnih sportova, mnogi istraživači su dobili slične rezultate. Sportaši visoko-rizičnih sportova imaju veću potrebu za podražajima, odnosno traženjem uzbuđenja, od drugih sportaša i nesportaša (Jack i Ronan, 1998; Kerr, 1991; Rossi i Cereatti, 1993; Wagner i Houlihan, 1994). Castanier i sur. (2010) navode da sudjelovanje u visokorizičnim aktivnostima može biti i strategija za preusmjeravanje pozornosti s vlastitog niskog samopoštovanja. Breivik (1999) je na uzorku alpinista, ekstremnih kajakaša i osoba koje skaču iz aviona s padobranom, dobio više rezultate u faktorima ushićenja i pustolovine (TAS) te faktoru traženja iskustva (ES). Drugi su pak autori otkrili da su sportaši ekstremnih sportova, također spremni i na rizik na društvenom području (Kajtna, 2013). Sve u svemu, možemo reći da ranija istraživanja pretežno pokazuju da je sudjelovanje u visokorizičnim sportovima u visokoj korelaciji s potrebom za podražajima – odnosno traženjem uzbuđenja (Guszkowska i Bołdak, 2010).

Potreba za ushićenjem i pustolovinom (TAS), kao jedna od 4 podljestvice Zuckermanovog Upitnika traženja uzbuđenja, pokazala se kao najvažniji faktor u podlozi bavljenja visoko-rizičnim sportovima (Rowland, Franken i Harrison, 1986). Međutim, Barlow, Woodman i Hardly (2013) ističu da ekstremni sportaši nisu nužno međusobno slični; npr. padobrancima najveći užitek predstavlja slobodni pad, dok alpinisti uživaju u osjećaju kontrole svojih osjećaja i pokreta prilikom približavanja vrhu uspona. Guszkowska i Bołdak

(2010) sugeriraju da ne bismo trebali sve visoko-rizične sportaše tretirati na jednak način jer ti sportaši jednostavno nisu isti, te svaku ekstremnu sportsku disciplinu treba razmotriti zasebno.

Freixanet (1991, prema Breivik, 1997) provela je istraživanje na 27 alpinista koji su bili uključeni u ekspediciju na Himalaju, 72 sportaša nekih od planinskih sportova (sportski penjači, skijaši), 221 sportaša koji se bave nekim od ekstremnih sportova (padobranstvo, zrakoplovstvo, ronjenje, itd.) te ih usporedila sa 54 sportaša koji se ne bave rizičnim aktivnostima. Sve tri grupe ekstremnih sportaša postigle su statistički značajno više rezultate na podljestvicama traženja ushićenja i pustolovina (TAS) i traženja iskustava (ES) te na generalnom faktoru traženja uzbuđenja (SSS).

Nadalje, potvrđeno je da različite skupine sportaša koji se bave penjanjem također postižu više rezultate od sudionika kontrolnih skupina (nesportaši i/ili ostali sportaši) na podljestvicama traženja ushićenja i pustolovina, traženja iskustava te na ukupnom rezultatu, jednako kao i ekstremni sportaši općenito. To vrijedi za alpiniste i studente koji se zanimaju za penjanje (Fowler, Knorring i Orelan, 1980), elitne penjače (Robinson, 1985), alpiniste (Cronin, 1991), sportske penjače i alpiniste (Rossi i Cereatti, 1993), što upućuje na specifične karakteristike osoba koje se bave penjanjem.

1.4. Povezanost osobina ličnosti i traženja uzbuđenja

O'Sullivan i sur., (1998) proveli su istraživanje u kojemu su utvrdili da sportaši visoko-rizičnih sportova postižu više rezultate na mjerama impulzivnosti i traženja uzbuđenja, u odnosu na sportaše nerizičnih sportova. Također, emocionalna stabilnost pokazala se značajno izraženija kod svih skupina sportaša, neovisno o stupnju rizika. Autori navode (O'Sullivan i sur., 1998) da su optimizam i samopouzdanje temeljna prednost u bavljenju sportom, što nije kompatibilno s neurotskim tendencijama. Dakle, sportaši su općenito portretirani kao emocionalno stabilniji od nesportaša, te postoji manja vjerojatnost da će na poraz reagirati depresijom, povlačenjem ili nekom drugom neadekvatnom reakcijom.

Zuckerman (1994) je proveo istraživanje o korelacijama između traženja uzbuđenja i osobina ličnosti, koristeći SSS-V i BFQ. Faktor traženja iskustva najviše je povezan s otvorenošću prema iskustvu. Nadalje, generalni faktor SSS-a je visoko korelirao s ekstraverzijom i otvorenošću, nisko sa savjesnošću i negativno s ugodnošću. Kajtna (2013) ističe da su ekstremni sportaši visoko savjesni, emocionalno stabilni i ekstravertirani,

umjereno otvoreni i imaju veću opću potrebu za uzbuđenjem nego ostali sportaši i nesportaši. Nadalje, Kajtna (2013) iznosi da se čini da postoji istraživački jaz u sustavnoj usporedbi sportaša visokog rizika i opće populacije, koji je posljedica nekonzistentnih rezultata. S druge strane, Klinar i sur. (2017) u svome radu pronalaze negativne korelacije između osobine savjesnosti i generalnog faktora uzbuđenja. Navode da su ljudi koji su zainteresirani za neobične i uzbudljive sportove, u manjoj mjeri oprezní, precizni, brižni i uporni od onih koji nemaju takve interese. Nadalje, smatraju da su manje organizirani te manje pouzdani. Svoje navode temelje na društvenom uvjerenju prema kojemu su visoko-rizični sportaši nesmotreni i manje oprezní, ne brinu o ljudima oko sebe, a oni sami žive za osjećaj koji se može osjetiti posredstvom neobičnih i opasnih aktivnosti.

McEwan, Boudreau, Curran, i Rhodes (2019) proveli su meta-analizu na temelju 39 znanstvenih radova koji su se bavili psihološkim aspektima visoko-rizičnih sportaša, što je ujedno prva takva meta-analiza koja se bavila ovom populacijom. Pokazalo se da osim što ekstremni sportaši više tragaju za uzbuđenjem, značajno su više ekstravertirani i impulzivni, a manje neurotični i osjetljivi na kažnjavanje, u odnosu na sportaše koji ne sudjeluju u visoko-rizičnim sportovima i nesportaše. Dakle, ponovno je potvrđeno da su osobine ličnosti ekstraverzija i emocionalna stabilnost važni faktori koji visoko koreliraju sa traženjem uzbuđenja.

Kako smo već ranije spomenuli, u svijetu je relativno malo, a u Hrvatskoj nimalo istraživačkih radova koji se bave izučavanjem specifičnih psiholoških obilježja penjača. Iz tog razloga, te ranije spomenutog istraživačkog jaza vezanog uz nekonzistentnost rezultata (Kajtna, 2013), osmišljeno je istraživanje u kojem će se usporediti osobine ličnosti i traženje uzbuđenja kod sportaša koji se bave penjanjem i nesportaša.

2. CILJ I PROBLEMI ISTRAŽIVANJA

2.1. Cilj

Cilj ovog istraživanja je ispitati razlike u izraženosti temeljnih dimenzija ličnosti i traženja uzbuđenja kod sportaša koji se bave penjanjem i nesportaša.

2.2. Problemi istraživanja

1. Ispitati rodne razlike u osobinama ličnosti i traženju uzbuđenja.
2. Ispitati povezanost osobina ličnosti i traženja uzbuđenja.
3. Ispitati razlikuju li se sportaši koji se bave penjanjem i nesportaši, odnosno sportašice koje se bave penjanjem i nesportašice, u osobinama ličnosti.
4. Ispitati razlikuju li se sportaši koji se bave penjanjem i nesportaši, odnosno sportašice koje se bave penjanjem i nesportašice, prema traženju uzbuđenja.

3. HIPOTEZE

S obzirom na podatke dobivene u ranijim istraživanja očekujemo slijedeće rezultate:

1. A) Žene će imati statistički značajno više rezultate na ljestvicama Ekstraverzije, Ugodnosti, Savjesnosti i Intelekta, dok će muškarci postići više rezultate na Emocionalnoj stabilnosti.

B) Muškarci će imati statistički značajno više rezultate na generalnom faktoru traženja uzbuđenja (SSS ukupno), u odnosu na žene.

2. Rezultati na ljestvicama Ekstraverzija, Ugodnost i Emocionalna stabilnost biti će u pozitivnoj korelaciji sa generalnim faktorom traženja uzbuđenja, za oba spola, neovisno o bavljenju penjanjem.

3. A) Sportaši koji se bave penjanjem imati će statistički značajno više rezultate na ljestvicama Ekstraverzije, Emocionalne stabilnosti i Savjesnosti u odnosu na nesportaše.

B). Sportašice koji se bave penjanjem imati će statistički značajno više rezultate na ljestvicama Ekstraverzije, Emocionalne stabilnosti i Savjesnosti u odnosu na nesportašice.

4. A) Sportaši koji se bave penjanjem imati će statistički značajno više rezultate na podljestvicama Traženje ushićenja i pustolovina (TAS), Traženje iskustva (ES), te viši ukupni rezultat na generalnim faktorom traženja uzbuđenja (SSS ukupno), u odnosu na nesportaše.

B) Sportašice koje se bave penjanjem imati će statistički značajno više rezultate na podljestvicama Traženje ushićenja i pustolovina (TAS), Traženje iskustva (ES), te viši ukupni rezultat na generalnim faktorom traženja uzbuđenja (SSS ukupno), u odnosu na nesportašice.

4. METODA

4.1. Sudionici

Ukupno je u istraživanju sudjelovao 442 sudionika, od čega je 194 muškog te 248 ženskog spola. Kako je ranije navedeno, prijašnjim istraživanjima utvrđene su dobne razlike u osobinama ličnosti (Soldz i Vaillant, 1999), te u traženju uzbuđenja (Ball i sur., 1984; Roth i sur., 2007; Zuckerman, 1994, Zuckerman i sur., 1978). Nadalje, Botica (prema Getoš, 2012) navodi da se najveći broj ekstremnih sportaša nalazi u mlađoj odrasloj dobi, te se razlikuju od starijih kolega sportaša po određenim psihofizičkim sposobnostima. Radi svega navedenog, sa ciljem određivanja metodološki što adekvatnijeg uzorka, za potrebe ovog rada analizirani su rezultati sudionika koji pripadaju kategoriji mlađe odrasle dobi (raspon dobi: 20-39 godina, $N=355$), od čega je 157 muškaraca te 198 žena.

Nadalje, uzorak je podijeljen u dvije skupine. Prvu skupinu čini 185 sportaša koji se bave penjanjem (90 muškaraca i 95 žena), u svim disciplinama (sportsko penjanje; *bouldering*, težinsko penjanje, *free solo*, *deep water soloing*, bilo na pravoj ili umjetnoj stijeni, rekreativno ili profesionalno, te alpinizam; ljetni/zimski). Prosječna dob penjača iznosi 29.6 godina ($SD=5.16$). Dužina trajanja penjanja, odnosno iskustvo penjača kreće se od 1 mjeseca, pa do 17 godina bavljenja ovim sportom. Preko 60% penjača dolazi iz grada Zagreba, a ostatak uzorka dolazi iz ostalih većih i manjih gradova u Hrvatskoj (Rijeka, Split, Zadar, Osijek, Velika Gorica, Sisak, Koprivnica, Karlovac, Šibenik, Bjelovar itd.)

Drugu skupinu sudionika čine nesportaši. U istraživanju je sudjelovalo 170 nesportaša od kojih je 103 ženskog, a 97 muškog spola. Prosječna dob iznosi 27.3 godine ($SD=5.12$). Preko 40% sudionika dolazi z grada Zagreba, a ostatak uzorka dolazi iz ostalih većih i manjih

gradova u Hrvatskoj (Rijeka, Split, Zadar, Dubrovnik, Osijek, Ivanić Grad, Sisak, Požega, Varaždin, Čakovec, Velika Gorica, Samobor, Šibenik, Ogulin, Gospić, Pula itd.)

4.2. Mjerni instrumenti

1. Upitnik o općim podacima

Prvi dio upitnika, konstruiran za potrebe ovog istraživanja, sadržavao je demografska pitanja te pitanja o općim podacima sudionika. Postojale su dvije verzije upitnika; jedna namijenjena sportašima koji se bave penjanjem, a druga namijenjena nesportašima. Ove verzije upitnika razlikovale su se u nekoliko pitanja koja su vezana za sportsko iskustvo (opći podaci vezani uz penjanje i bavljenje/nebavljenje sportom). Pitanja o spolu, dobi i mjestu stanovanja bila su postavljena svim sudionicima, dok su u upitniku namijenjenom penjačima bila posebna pitanja o tome koliko se dugo bave penjanjem, odnosno određenom penjačkom disciplinom/disciplinama. Nesportaši su pak bili pitani bave li se nekim sportom, a u slučaju da je odgovor potvrđan, mogli su napisati i kojim se sportom bave te da li je to rekreativno ili profesionalno. Osobe koje su ispunile upitnik, a bave se određenim sportom, izostavljene su iz daljnje analize.

2. Upitnik ličnosti IPIP 50 (*International Personality Item Pool scale*, Mlačić i Goldberg, 2007)

Osobine ličnosti ispitali smo hrvatskom verzijom *International Personality Item Pool* ljestvice sa 50 čestica; IPIP50 (Mlačić i Goldberg, 2007). Ovaj upitnik, temeljen na Velepeterom modelu, mjeri pet faktora ličnosti: Ekstraverziju, Ugodnost, Savjesnost, Emocionalnu stabilnost i Intelpekt. Svaka od tih dimenzija opisana je sa 10 čestica u obliku kratkih jednoznačnih tvrdnji pisanih u prvom licu jednine. Na svaku od tvrdnji odgovara se služeći se Likertovom ljestvicom od pet stupnjeva, na način da sudionici trebaju odrediti u kojoj se mjeri navedena tvrdnja odnosi na njih (1- posve netočno, 5- posve točno). Ukupni rezultat za pojedinog sudionika dobiva se zbrojem pojedinih rezultata na svakoj od čestica.

IPIP50 predstavlja skraćenu verziju od IPIP100, te je nastao u sklopu inicijative za međunarodnu znanstvenu suradnju u razvoju unaprijeđenih mjera ličnosti i ispitivanje drugih individualnih razlika (Goldberg, 1999, prema Škrlić, 2009). IPIP50 je pokazao zadovoljavajuće metrijske karakteristike u prijašnjim istraživanjima, i na hrvatskom uzorku (Mlačić i Goldberg, 2007, Mlačić, Milas i Kratochvil, 2007) pri čemu je koeficijent

pouzdanosti (α) za pojedine faktore iznosio: .83 (Ekstraverzija), .84 (Ugodnost), .86 (Savjesnost), .88 (Emocionalna stabilnost), .71 (Intelekt).

Zadovoljavajući koeficijent pouzdanosti utvrđen je i u ovome istraživanju. Cronbachov alpha (α) za pojedine faktore iznosi: .86 (Ekstraverzija), .84 (Ugodnost), .80 (Savjesnost), .90 (Emocionalna stabilnost) te .82 (Intelekt).

3. Skala traženja uzbuđenja (*Sensation Seeking Scale, Form V, Zuckerman, 1979*)

Traženje uzbuđenja mjereno je Zuckermanovom (1979) Skalom traženja uzbuđenja - Forma V (SSS-V), koju je Zajc (1982) prevela na hrvatski jezik. Ljestvica sadrži četiri faktora; Traženje ushićenja i pustolovina (TAS), Traženje iskustva (ES), Dezinhibicija (DIS) i Osjetljivost na dosadu (BS). Svaka ljestvica opisana je kroz 10 čestica. Svaka čestica sadrži dva moguća odgovora, A i B, te je zadatak sudionika izabrati odgovor koji mu se više sviđa ili bolje opisuje njegove osjećaje. Jedan odgovor opisuje pojedinca sa visoko izraženom potrebom za uzbuđenjem, dok drugi odgovor opisuje pojedinca sa nisko izraženom potrebom za uzbuđenjem. Mogućnost odabira samo jednog od dva odgovora, omogućuje kontrolu socijalno poželjnog odgovaranja (Škrlić, 2009). Individualni rezultat dobiva se po ključu za bodovanje: minimalan rezultat je na svakoj podljestvici 0, a maksimalan 10. Ukupan rezultat dobiva se zbrajanjem rezultata na pojedinim podljestvicama što znači da je minimalni ukupni rezultat 0, a maksimalni 40.

Traženje ushićenja i pustolovina (TAS) odnosi se na želju za sudjelovanjem u fizički rizičnim aktivnostima, kao što je alpinizam, padobranstvo, podvodni ribolov i sl. Čestice na ovoj podljestvici oblikovane su u obliku namjere, a ne u izjavnom ili iskustvenom obliku, jer se radi o aktivnostima koje nisu uobičajene (Zuckerman, 1994). Npr. *Uvijek sam želio biti alpinist (3A)*, *Ponekad volim činiti pomalo zastrašujuće stvari (11B)*, *Volio bih pokušati skakati s padobranom (23A)*.

Traženje iskustva (ES) opisuje želju za novim mentalnim i osjetilnim iskustvima koja se mogu doživjeti susretanjem ljudi iz drugih kultura i subkultura (umjetnici, "hippi-ji"), kroz učenje novih filozofija, te ne uključuje nužno opasne tjelesne aktivnosti (Zuckerman, 1994). Npr. *Volio bih probati drogu koja izaziva halucinacije (10B)*, *Volio bih otići na putovanje u "nepoznato" bez prethodnog planiranja mjesta i vremena (18A)*, *Volio bih imati prijatelje među neobičnim ljudima kao što su umjetnici ili "hippi-ji" (19B)*.

Dezinhibicija (DIS) se može opisati kao želja za eksperimentiranjem u socijalnom ponašanju, odnosno kao neosjetljivost na društvene norme, poput konzumacije alkohola, promiskuiteta i razuzdanog ponašanja, te kao preferencija hedonističkog načina života (Zuckerman, 1994). Primjeri: *Volim podići malo raspoloženje, tako da popijem nešto* (13B), *Volim nova i uzbudljiva iskustva i doživljaje, čak i kad su pomalo zastrašujući, neuobičajeni ili nedopušteni* (25B), *Rado bih se cijeli život ludo zabavljao i dobro provodio u društvu veselih i bezbrižnih iz "visokog društva"* (33B).

Osjetljivost na dosadu (BS) obilježava gađenje prema aktivnostima koje su rutinske, predvidljive i monotone, uz česti osjećaj anksioznosti u tim okolnostima (Zuckerman, 1994). Primjeri čestica: *Ne mogu dvaput gledati isti film* (2B), *Osoba za koju uvijek znate što će reći ili učiniti, zasigurno je dosadna.* (7B), *Nervozan sam kad moram makar kratko vrijeme provesti kod kuće* (27B).

Cronbachov alpha koeficijent pouzdanosti (α), za Zuckermanovu Skalu traženja uzbuđenja, iznosi od .83 do .86, što ukazuje na dobru pouzdanost ljestvice, kao i za svake pojedine podljestvice: TAS= od .77 do .82; ES= od .61 do .67; DIS= od .74 do .78; BS= od .56 do .65 (Zuckerman, 1994). Na hrvatskoj populaciji dobivene su upitne metrijske karakteristika na uzorku srednjoškolaca, gdje je pouzdanost varirala od .45 do .83 (Bratko i Butković, 2004, prema Škrljak, 2009). Osjetljivost na dosadu je imala najmanju pouzdanost, ($\alpha=.45$ na populaciji odraslih i $\alpha=.47$ kod adolescenata).

Također, slične rezultate dobili smo i u ovome istraživanju. Zadovoljavajuće metrijske karakteristike potvrđene su za faktor Traženja ushićenja i pustolovina, gdje Cronbachov alpha (α) iznosi: .83. Za faktore Traženja iskustva i Dezinhibiciju utvrđene su nešto niže vrijednosti (.68 = ES, .62 = DIS). Osjetljivost na dosadu pokazala se najmanje pouzdanom podljestvicom ($\alpha=.51$), što je u skladu sa ranije navedenim radovima.

4.3. Postupak

Spomenuti instrumenti objedinjeni su u jedan anketni upitnik koji je postavljen na internet. Kako je već ranije spomenuto, postoje dvije verzije, jedna za penjače a druga za nesportaše, s jedinim razlikama kod pitanja vezanih uz penjanje (penjači) odnosno bavljenje/nebavljenje sportom (nesportaši). Ispitivanje se provodilo u periodu od 6. lipnja do 7. srpnja 2019. godine.

S obzirom da se radi o specifičnom uzorku, istraživač je poslao anketni upitnik namijenjen penjačima na nekoliko službenih internetskih stranica dvorana specijaliziranih za sportsko penjanje u gradu Zagrebu, te svim ostalim pojedincima za koje istraživač zna da se bave penjanjem. Dvorane za penjanje u gradu Zagrebu objedinjuju veliki broj sportaša koji se bave tim sportom u svim disciplinama, bilo rekreativno ili profesionalno, u dvorani ili na pravoj stijeni (jer čak i oni penjači koji obično preferiraju penjati vani, nisu u mogućnosti to činiti zimi radi teških i opasnih vremenskih uvjeta, te tada neki od njih koriste i ovakve dvorane sa umjetnom stijenom da bi ostali u kondiciji). Također, svi sudionici koji su pristupili upitniku bili su zamoljeni da ga prosljede i drugim osobama koje se bave penjanjem, te se na taj način stvorio "efekt snježne grude".

Upitnici namijenjeni nesportašima objavljeni su na raznim grupama na Facebook društvenoj mreži (grupe koje okupljaju studente različitih fakulteta i usmjerenja, psihologe i ostale koji se zanimaju za psihologiju i sl.).

Uz web adresu za spomenute upitnike, istraživač je priložio kratki tekst u kojemu stoji poziv za istraživanje svim osobama starijim od 18 godina, te cilj rada. Jednom kad su sudionici otvorili anketu, a prije početka samog ispitivanja, mogli su pročitati uputu, kojom su bili informirani o cilju i postupku istraživanja te dužini trajanja ispunjavanja upitnika. Nadalje, objašnjeno im je da je sudjelovanje u istraživanju u potpunosti anonimno i dobrovoljno, te da u svakom trenutku mogu odustati od istraživanja. Također, u uputi stoji da će podaci biti pohranjeni u matrici, da pristup podacima imaju samo istraživači, te da će se rezultati analizirati isključivo na grupnoj razini, u obliku prosječnih vrijednosti. Nadalje, sudionici su obaviješteni da, ukoliko će ih zanimati rezultati istraživanja, mogu slobodno kontaktirati istraživača putem e-mail adrese, koja stoji na kraju upute, te na taj način moći pravodobno primiti povratne informacije.

U verziji namijenjenoj nesportašima, svi sudionici koji su ispunili anketu a bave se nekim sportom, bilo rekreativno bilo profesionalno, bili su izostavljeni iz daljnje analize.

Jednom kad je sudionik krenuo sa istraživanjem, dao je potvrdu da je informiran o svemu navedenom te da dobrovoljno pristaje na sudjelovanje.

5. REZULTATI

5.1. Deskriptivni podaci sudionika i testiranje normaliteta distribucije rezultata

Uzorak istraživanja čini 355 sudionika od čega je 185 sportaša koji se bave penjanjem (90 muškaraca i 95 žena), te 170 nesportaša (97 muškaraca i 103 žene), u rasponu dobi od 20 do 39 godina. Prosjek dobi sportaša koji se bave penjanjem iznosi 29.6 godina ($SD=5.16$), dok je prosječna dob nesportaša 27.3 godine ($SD=5.12$).

Tablica 1. Rezultati Kolmogorov-Smirnov Testa normaliteta distribucije ($N=355$) za pojedine faktore.

| | <i>M</i> | <i>SD</i> | <i>KS</i> |
|-------------------------------------|----------|-----------|-----------|
| Ekstraverzija | 32.5 | 7.25 | 1.324 |
| Ugodnost | 38.4 | 5.93 | 1.119 |
| Savjesnost | 34.8 | 6.30 | 1.367 |
| Emocionalna stabilnost | 32.5 | 7.84 | 1.219 |
| Intelekt | 38.2 | 5.61 | 1.239 |
| Traženje ushićenja i pustolovina | 6.0 | 3.03 | 3.064** |
| Traženje iskustva | 6.5 | 2.25 | 2.679 ** |
| Dezinhibicija | 4.6 | 2.06 | 2.045** |
| Osjetljivost na dosadu | 3.0 | 1.90 | 2.993** |
| Generalni faktor traženja uzbuđenja | 20.2 | 6.73 | 2.092** |

Napomena: *M*= aritmetička sredina, *SD*= standardna devijacija

* $p < .05$, ** $p < .01$, stupnjevi slobode (df)=355

Kako bismo ispitali normalnost distribucije rezultata, koristili smo Kolmogorov-Smirnov test normaliteta distribucije. Rezultati su pokazali da sve ljestvice IPIP50 upitnika ne odstupaju od normalnosti, dok sve ljestvice SSS-a značajno odstupaju od normalne distribucije. Iz tog razloga, u daljnjim analizama je za ispitivanje razlika u osobinama ličnosti korišten t-test, a za ispitivanje razlika u traženju uzbuđenja Mann-Whitney U test.

5.2. Rodne razlike u osobinama ličnosti i traženju uzbuđenja

Tablica 2. Razlike između muškaraca ($N=157$) i žena ($N=198$) u osobinama ličnosti.

| Osobine ličnosti | <i>M</i> | <i>SD</i> | <i>t-test</i> |
|------------------------|----------|-----------|---------------|
| Ekstraverzija | | | |
| Muškarci | 32.4 | 6.98 | -.081 |
| Žene | 32.5 | 7.47 | |
| Ugodnost | | | |
| Muškarci | 36.2 | 5.41 | -6.72** |
| Žene | 40.2 | 5.73 | |
| Savjesnost | | | |
| Muškarci | 34.2 | 5.68 | -1.72 |
| Žene | 35.3 | 6.72 | |
| Emocionalna stabilnost | | | |
| Muškarci | 34.3 | 6.83 | 4.03** |
| Žene | 31.1 | 8.29 | |
| Intelekt | | | |
| Muškarci | 37.9 | 5.17 | -2.32* |
| Žene | 39.3 | 5.88 | |

Napomena: *M*= aritmetička sredina, *SD*= standardna devijacija

* $p < .05$, ** $p < .01$, stupnjevi slobode (*df*)= 353

Prema podacima prikazanim u Tablici 1, utvrđene su statistički značajne rodne razlike u osobinama ličnosti ugodnosti, emocionalne stabilnosti i intelekta, na način da žene postižu više rezultate na ljestvicama ugodnosti i intelektu od muškaraca, dok su muškarci emocionalno stabilniji. Rezultati su donekle sukladni našim očekivanjima, osim na dimenzijama ekstraverzije i savjesnosti, gdje smo očekivali više rezultate na ženskom uzorku.

Tablica 3. *Razlike između muškaraca (N=157) i žena (N=198) u traženju uzbuđenja.*

| Traženje uzbuđenja | <i>M rang</i> | <i>C</i> | <i>TR</i> | <i>U</i> |
|-------------------------------------|---------------|----------|-----------|----------|
| Traženje ushićenja i pustolovina | | | | |
| Muškarci | 219.02 | 7.0 | 10.0 | 14959.5 |
| Žene | 223.44 | | | |
| Traženje iskustva | | | | |
| Muškarci | 193.04 | 6.5 | 10.0 | 12541** |
| Žene | 243.76 | | | |
| Dezinhibicija | | | | |
| Muškarci | 216.65 | 4.5 | 10.0 | 14575.5 |
| Žene | 225.30 | | | |
| Osjetljivost na dosadu | | | | |
| Muškarci | 232.94 | 3.0 | 8.0 | 13950.5 |
| Žene | 212.55 | | | |
| Generalni faktor traženja uzbuđenja | | | | |
| Muškarci | 213.42 | 20.5 | 34.0 | 14573.5 |
| Žene | 227.82 | | | |

Napomena: M rang= rang aritmetičke sredine, C=medijan, TR= Totalni raspon

Kako bismo ispitali rodne razlike u traženju uzbuđenja, koristili smo Mann-Whitney U test, radi ranije navedene narušenosti normaliteta distribucije. Suprotno našim očekivanjima, rezultati u Tablici 2. pokazuju da ne postoji statistički značajna razlika između muškaraca i žena, kako na generalnom faktoru traženja uzbuđenja, tako i na ostala 3 faktora, osim u traženju iskustva. Pokazalo se da žene postižu više rezultate na ovoj ljestvici.

Na temelju gore navedenih rezultata, zaključujemo da postoje određene rodne razlike na našem uzorku, uglavnom u osobinama ličnosti (ugodnost, savjesnost i emocionalna stabilnost), te razlika u traženju iskustva, neovisno o tome da li se sudionici bave penjanjem ili ne. Iz tog razloga daljnje analize provedene su zasebno na uzorcima muškaraca i žena.

5.3. Povezanost osobina ličnosti i traženja uzbuđenja

Tablica 4. Spearmanov koeficijent korelacije između osobina ličnosti i traženja uzbuđenja na svim sudionicima, s obzirom na spol (ispod dijagonale: muškarci (N=157), iznad dijagonale: žene (N=198)).

| | E | U | S | Em. S | I | TAS | ES | DIS | BS | SSS ukupno |
|---------------|--------|--------|---------|--------|--------|--------|--------|--------|---------|---------------|
| E | 1,000 | .245** | .153* | .241** | .235** | .023 | -.097 | .076 | .040 | .015 |
| U | .501** | 1,000 | .156* | .101 | .164* | .095 | .070 | -.163* | -.267** | -.081 |
| S | .030 | .244** | 1,000 | .259** | .130 | .135 | -.040 | -.034 | -.150* | -.013 |
| Em. S | .293** | .172* | .392** | 1,000 | .095 | .200** | -.041 | .040 | .019 | .100 |
| I | .275** | .370** | .208** | .282** | 1,000 | .287** | .144* | -.113 | .072 | .166* |
| TAS | .166* | .298** | .168* | .254** | .306** | 1,000 | .437** | .237** | .156* | .746** |
| ES | .237** | .411** | -.002 | .172* | .301** | .604** | 1,000 | .376** | .194** | .741** |
| DIS | .314** | .282** | -.121 | .063 | .169* | .435** | .573** | 1,000 | .242** | .644* |
| BS | .043 | -.023 | -.211** | -.044 | .052 | .256** | .337** | .337** | 1,000 | .507** |
| SSS ukupno | .259** | .338** | -.034 | .168* | .280** | .800** | .832** | .752** | .591** | 1,000 |

Napomena: E= Ekstraverzija, U= Ugodnost, S= Savjesnost, Em. S = Emocionalna stabilnost, I= Intelekt, TAS= Traženje ushićenja i pustolovina, ES= Traženje iskustva, DIS= Dezinhibicija, BS= Osjetljivost na dosadu, SSS ukupno= generalni faktor traženja uzbuđenja

* $p < .05$, ** $p < .01$

Kako bismo ispitali povezanost između osobina ličnosti i traženja uzbuđenja, koristili smo Spearmanov koeficijent korelacije na sudionicima mlađe odrasle dobi. Kao što vidimo u Tablici 4., ispod dijagonale se nalaze rezultati muških, a iznad dijagonale ženskih sudionika. Prema očekivanjima, ekstraverzija je u značajnoj pozitivnoj korelaciji sa generalnim faktorom uzbuđenja te svim podljestvicama SSS-a, osim osjetljivosti na dosadu, ali samo kod muških ispitanika. Potpuno isti nalaz dobiven je i za dimenziju ugodnosti. Kod ženskih sudionika u istraživanju, ne postoji značajna korelacija ekstraverzije niti s jednom podljestvicom SSS-a,

pa tako ni s generalnim faktorom traženja uzbuđenja. Ugodnost je kod žena značajno negativno korelirala samo sa dezinhibicijom i osjetljivosti na dosadu. Drugim riječima, žene koje su se procjenjivale ugodnijima, manje su sklone dezinhibiranom ponašanju te su manje osjetljive na dosadu. Zanimljivo je da se kod muškaraca ugodnost pokazala značajno pozitivno povezana sa dezinhibicijom, za razliku od žena.

Nadalje, savjesnost se pokazala značajno pozitivno povezana sa traženjem ushićenja i pustolovina (samo za muški spol), te negativno povezana sa osjetljivosti na dosadu, kod oba spola. Dakle, osobe koje su savjesnije, manje su podložne osjećaju dosade. Emocionalna stabilnost se, prema očekivanjima, pokazala kao važan faktor, značajno povezan sa traženjem ushićenja i pustolovina (za oba spola), te i sa traženjem iskustva i generalnim faktorom uzbuđenja, kod muškaraca. Intelekt se, na muškom uzorku, također pokazao značajno povezan sa svim podljestvicama traženja uzbuđenja, osim osjetljivosti na dosadu. Kod žena pronalazimo značajne korelacije između intelekta i traženja iskustva, te ukupnog rezultata na SSS upitniku.

Sve u svemu, generalni faktor traženja uzbuđenja kod muških sudionika, bio je u visokoj značajnoj korelaciji sa svim varijablama, izuzev savjesnosti, što je skoro u potpunosti sukladno našim očekivanjima. Ipak, utvrđeni su različiti rezultati za muški i ženski uzorak. Jedina osobina ličnosti kod žena s kojom je značajno korelirao ukupni SSS rezultat bila je intelekt. Nadalje, traženje ushićenja i pustolovina i traženje iskustva pokazali su se kao faktori najbolje povezani s osobinama ličnosti, naročito kod muškaraca (traženje ushićenja i pustolovina u visokoj korelaciji sa svim osobinama, dok traženje iskustva sa svima osim savjesnosti). Kod žena, jedino su traženje ushićenja i pustolovina i osjetljivost na dosadu bila dva faktora koja su značajno povezana s više od jednom osobinom ličnosti (traženje ushićenja i pustolovina sa emocionalnom stabilnosti i intelektom, a osjetljivost na dosadu u negativnoj korelaciji sa ugodnosti i savjesnosti).

Tablica 5. Spearmanov koeficijent korelacije između osobina ličnosti i traženja uzbuđena kod sportaša koji se bave penjanjem (N=90) i nesportaša (N=67, ispod dijagonale: sportaši, iznad dijagonale: nesportaši).

| | E | U | S | Em. S | I | TAS | ES | DIS | BS | SSS ukupno |
|---------------|--------|--------|---------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|---------------|
| E | 1,000 | .583** | .071 | .196 | .376** | .602** | .535** | .420** | .316** | .613** |
| U | .449** | 1,000 | .346** | .227 | .592** | .399** | .468** | .227 | .038 | .366** |
| S | -.013 | .115 | 1,000 | .427** | .235 | .123 | .120 | -.177 | -.069 | -.009 |
| Em. S | .312** | .062 | .320** | 1,000 | .151 | .300* | .062 | -.178 | .035 | .104 |
| I | .222* | .145 | .093 | .327** | 1,000 | .178 | .364** | .145 | -.038 | .192 |
| TAS | -.033 | .021 | -.035 | .075 | .227* | 1,000 | .648** | .449** | .380* | .812** |
| ES | .098 | .166 | -.249* | .078 | .103 | .288** | 1,000 | .543** | .410** | .841** |
| DIS | .261* | .125 | -.242* | .044 | .004 | .071 | .362** | 1,000 | .352** | .724** |
| BS | -.110 | -.131 | -.334** | -.125 | .044 | .186 | .296** | .299** | 1,000 | .681** |
| SSS ukupno | .087 | .051 | -.346** | .037 | .110 | .522** | .719** | .647** | .691** | 1,000 |

Napomena: E= Ekstraverzija, U= Ugodnost, S= Savjesnost, Em. S = Emocionalna stabilnost, I= Intelekt, TAS= Traženje ushićenja i pustolovina, ES= Traženje iskustva, DIS= Dezinhibicija, BS= Osjetljivost na dosadu, SSS ukupno= generalni faktor traženja uzbuđenja

* $p < .05$, ** $p < .01$

Rezultati korelacija na muškim uzorcima sportaša koji se bave penjanjem i nesportaša, prikazani su u Tablici 5. Ekstraverzija se kod penjača pokazala značajno povezana samo sa dezinhibicijom, dok za ugodnost pronađene značajne korelacije sa faktorima traženja uzbuđenja. Kod nesportaša vidljiva je značajna pozitivna povezanost ekstraverzije sa svim podljestvicama SSS-a, kao i s generalnim faktorom uzbuđenja. Ugodnost se nije pokazala značajno povezanom samo sa dva faktora SSS-a; dezinhibicijom i osjetljivosti na dosadu, a s ostalima jest.

Nadalje, savjesnost je kod penjača, u značajnoj negativnoj korelaciji sa svim podljestvicama SSS-a (osim s traženjem ushićenja i pustolovina). S druge strane, ove rezultate

ne pronalazimo i kod nesportaša. Iako su i kod njih u vrijednosti korelacija negativne, one nisu statistički značajne. Emocionalna nije statistički značajno povezana s traženjem uzbuđenja kod penjača, dok je kod nesportaša u visokoj pozitivnoj korelaciji sa traženjem ushićenja i pustolovina. Nadalje, penjači koji postižu visoki rezultat na ljestvici intelekta ujedno su skloniji traženju uzbuđenja i pustolovina, dok su nesportaši koji postižu visoki rezultat na ovoj ljestvici skloni traženju iskustva.

Generalni faktor uzbuđenja se kod sportaša koji se bave penjanjem pokazao značajno povezan jedino sa savjesnosti, u negativnom smjeru. Dakle, penjači koji su savjesniji ujedno su manje skloni traženju uzbuđenja. S druge strane, generalni faktor traženja uzbuđenja kod nesportaša je u visokoj korelaciji sa ekstraverzijom i ugodnošću. Istaknuti ćemo još da su traženje ushićenja i pustolovina i traženje iskustva dva faktora koji su najviše povezani s osobinama ličnosti kod nesportaša (traženje ushićenja i pustolovina sa ekstraverzijom, ugodnosti i emocionalnom stabilnošću, dok traženje iskustva sa ekstraverzijom, ugodnošću i intelektom).

Tablica 6. Spearmanov koeficijent korelacije između osobina ličnosti i traženja uzbuđena kod sportašica koje se bave penjanjem (N=95) i nespportašica (N=103, ispod dijagonale: sportašice, iznad dijagonale: nespportašice).

| | E | U | S | Em. S | I | TAS | ES | DIS | BS | SSS ukupno |
|---------------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|---------|---------------|
| E | 1,000 | .340** | .219* | .244* | .334** | .070 | -.025 | .073 | .033 | .044 |
| U | .158 | 1,000 | .180 | .098 | .222* | .177 | -.005 | -.145 | -.270** | -.079 |
| S | .207* | .149 | 1,000 | .253** | .106 | .053 | -.071 | -.099 | -.136 | -.093 |
| Em. S | .279** | .044 | .320** | 1,000 | .044 | .101 | -.138 | .045 | .033 | .036 |
| I | .189 | .084 | -.037 | .097 | 1,000 | .337** | .179 | -.107 | .137 | .204* |
| TAS | .103 | .021 | -.253* | .110 | .143 | 1,000 | .462** | .203* | .201* | .737** |
| ES | -.048 | .166 | -.026 | -.156 | .035 | .086 | 1,000 | .426** | .236* | .772** |
| DIS | .100 | .125 | -.026 | -.051 | -.163 | .184 | .217* | 1,000 | .252** | .660** |
| BS | .050 | -.131 | -.201 | -.043 | -.015 | .070 | .138 | .220* | 1,000 | .539** |
| SSS ukupno | .108 | .051 | -.153 | -.047 | .016 | .592** | .533** | .660** | .562** | 1,000 |

Napomena: E= Ekstraverzija, U= Ugodnost, S= Savjesnost, Em. S = Emocionalna stabilnost, I= Intelekt, TAS= Traženje ushićenja i pustolovina, ES= Traženje iskustva, DIS= Dezinhibicija, BS= Osjetljivost na dosadu, SSS ukupno= generalni faktor traženja uzbuđenja

* $p < .05$, ** $p < .01$

U Tablici 6. prikazani su rezultati korelacija na ženskom uzorku, kojeg čine sportašice koje se bave penjanjem i nespportašice. Kod sportašica koje se bave penjanjem vidimo samo jednu značajnu korelaciju između osobina ličnosti i faktora traženja uzbuđenja. Radi se o savjesnosti koja je negativno povezana s traženjem ushićenja i pustolovina.

Kod nespportašica je utvrđeno da postoji značajna pozitivna povezanost intelekta sa traženjem ushićenja i pustolovina. Nadalje, ugodnost se pokazala značajno negativno povezana sa osjetljivosti na dosadu, što znači da su nespportašice koje postižu više rezultate na ugodnosti, manje osjetljive na dosadu.

5.4. Razlike u osobinama ličnosti između sportaša koji se bave penjanjem i nesportaša, odnosno sportašica koje se bave penjanjem i nesportašica

Tablica 7. Razlike u osobinama ličnosti između sportaša koji se bave penjanjem ($N=90$) i nesportaša ($N=67$), te sportašica koje se bave penjanjem ($N=95$) i nesportašica ($N=103$).

| Osobine ličnosti | Muškarci | | | Žene | | |
|---------------------------------|----------|-----------|---------------|----------|-----------|---------------|
| | <i>M</i> | <i>SD</i> | <i>t-test</i> | <i>M</i> | <i>SD</i> | <i>t-test</i> |
| Ekstraverzija | | | | | | |
| Sportaši koji se bave penjanjem | 32.3 | 7.74 | -.31 | 32.0 | 7.60 | -.85 |
| Nesportaši | 32.6 | 5.86 | | 32.9 | 7.35 | |
| Ugodnost | | | | | | |
| Sportaši koji se bave penjanjem | 37.0 | 5.31 | 2.37* | 40.6 | 5.38 | .99 |
| Nesportaši | 35.0 | 5.37 | | 39.8 | 6.03 | |
| Savjesnost | | | | | | |
| Sportaši koji se bave penjanjem | 35.0 | 6.40 | 2.30* | 36.6 | 6.91 | 2.74** |
| Nesportaši | 33.0 | 4.30 | | 34.1 | 6.32 | |
| Emocionalna stabilnost | | | | | | |
| Sportaši koji se bave penjanjem | 35.6 | 7.77 | 2.70** | 32.8 | 8.29 | 2.83** |
| Nesportaši | 32.7 | 4.90 | | 29.5 | 8.01 | |
| Intelekt | | | | | | |
| Sportaši koji se bave penjanjem | 38.9 | 5.26 | 2.83 ** | 40.1 | 5.48 | 1.86 |
| Nesportaši | 36.6 | 4.78 | | 38.6 | 6.17 | |

Napomena: N = ukupan broj sudionika, M = aritmetička sredina, SD = standardna devijacija stupnjevi slobode (df)= 155

Prema rezultatima prikazanim u Tablici 7., penjači i penjačice se ne razlikuju od nesportaša/nesportašica prema stupnju izraženosti ekstraverzije. Nadalje, utvrđeno je da muški penjači postižu statistički značajno više rezultate na svim ostalim dimenzijama IPIP upitnika od nesportaša. Drugim riječima, sportaši koji se bave penjanjem postižu značajno više rezultate na ljestvicama emocionalne stabilnosti, intelekta, ugodnosti i savjesnosti od nesportaša.

Kod žena, utvrđene su značajne razlike u emocionalnoj stabilnosti i savjesnosti, na način da sportašice koje se bave penjanjem postižu značajno više rezultate na ovim dimenzijama. Ovim rezultatima donekle smo potvrdili očekivane razlike između promatranih skupina na način da su se emocionalna stabilnost i savjesnost pokazale značajno izraženijima kod osoba koje penju.

5.5. Razlike u traženju uzbuđenja između sportaša koji se bave penjanjem i nesportaša, odnosno sportašica koje se bave penjanjem i nesportašica

Tablica 8. Razlike u osobinama ličnosti između sportaša koji se bave penjanjem (N=90) i nesportaša (N=67), te sportašica koje se bave penjanjem (N=95) i nesportašica (N=103).

| Traženje uzbuđenja | Muškarci | | | | Žene | | | |
|-------------------------------------|---------------|----------|-----------|----------|---------------|----------|-----------|-----------|
| | <i>M rang</i> | <i>C</i> | <i>TR</i> | <i>U</i> | <i>M rang</i> | <i>C</i> | <i>TR</i> | <i>U</i> |
| Traženje ushićenja i pustolovina | | | | | | | | |
| Sportaši koji se bave penjanjem | 106.00 | 7.0 | 10.0 | 585.50** | 127.03 | 7.0 | 10.0 | 2277.50** |
| Nesportaši | 42.74 | | | | 74.11 | | | |
| Traženje iskustva | | | | | | | | |
| Sportaši koji se bave penjanjem | 98.14 | 6.0 | 10.0 | 1292** | 126.73 | 7.0 | 10.0 | 2305.50** |
| Nesportaši | 53.28 | | | | 74.38 | | | |
| Dezinhibicija | | | | | | | | |
| Sportaši koji se bave penjanjem | 93.02 | 4.0 | 10.0 | 1753** | 109.10 | 5.0 | 10.0 | 3980.50* |
| Nesportaši | 60.16 | | | | 90.65 | | | |
| Osjetljivost na dosadu | | | | | | | | |
| Sportaši koji se bave penjanjem | 83.39 | 3.0 | 8.0 | 2620 | 102.03 | 3.0 | 7.0 | 4652.50 |
| Nesportaši | 73.10 | | | | 97.17 | | | |
| Generalni faktor traženja uzbuđenja | | | | | | | | |
| Sportaši koji se bave penjanjem | 102.27 | 20.0 | 36.0 | 921** | 126.23 | 21.5 | 32.0 | 2353.50** |
| Nesportaši | 47.75 | | | | 74.85 | | | |

Napomena: *M rang* = Rang aritmetičke sredine, *C*=Medijan, *TR*= Totalni raspon, *U*= Mann-Whitney U test

Rezultati Mann-Whitney U testa prikazani su u Tablici 8. Kao što možemo vidjeti, sportaši koji se bave penjanjem postižu statistički značajno više rezultate u gotovo svim podljestvicama SSS-a, uključujući i generalni faktor traženja uzbuđenja, što je utvrđeno za oba spola. Osjetljivost na dosadu bila je jedina varijabla kod koje ne postoji značajna razlika između promatranih skupina. Dakle, možemo reći da sportaši i sportašice koji se bave penjanjem, znatno više tragaju za ushićenjem i pustolovinama te iskustvom, više su skloni dezinhibiranom ponašanju i imaju znatno višu generalnu potrebu za uzbuđenjem od osoba koje se ne bave sportom.

6. RASPRAVA

6.1. Rodne razlike u osobinama ličnosti i traženju uzbuđenja

Za početak, željeli smo utvrditi postojanje rodni razlika u oba konstrukta, nevezano uz bavljenje penjanjem kao sportom. Neka od ranijih istraživanja, pokazala su određene rodne razlike u osobinama ličnosti, no rezultati nisu bili konzistentni (Graham 2006, prema Škrliak, 2009; Tonšetić, 2006). Postavili smo hipotezu temeljenu na rezultatima istraživanja koje je Tonšetić (2006) provela na hrvatskom uzorku. Očekivali smo da će žene u većoj mjeri biti ekstravertirane, ugodne, savjesne i intelektualne, dok će se muškarci procijeniti emocionalno stabilnijima. Naša je hipoteza djelomično potvrđena. Naime, žene su postizale statistički značajno više rezultate na dimenzijama ugodnosti i intelekta, a muškarci na emocionalnoj stabilnosti. Nismo utvrdili značajne rodne razlike u osobinama ekstraverzije i savjesnosti, što može biti posljedica prigodnog uzorka. Naime, osobe koje su visoko na dimenziji savjesnosti (Mlačić, 2002), razvijaju identitet "osobe od integriteta", što opisuje pojedince koji su pouzdani, koji poduzimaju akcije za grupu, pažljivi su i odgovorni. Nadalje, prisjetimo se da se dimenzija ekstraverzije odnosi na interpersonalne odnose, traženja iskustava, društvenost, aktivnost itd. (Kardum i Smojver, 1993). Dakle, moguće je da su pojedinci koji su pristali sudjelovati u ovome istraživanju, i time odvojiti vlastito vrijeme znajući da neće biti materijalno nagrađeni (osim uvidom u rezultate po individualnoj želji) već u startu bili visoko ekstravertirane i savjesne osobe; osobe koje su svojim aktivnim djelovanjem i savjesnošću smatrali da čine altruistično djelo (pomoć studentici u prikupljanju podataka), nevezano uz činjenicu bave li se penjanjem.

Što se tiče rodni razlika vezanih uz traženje uzbuđenja, mnoga istraživanja (Šojat, 2007; Zuckerman, 1994; Zuckerman i sur., 1978) pokazuju da muškarci postižu viši rezultat na generalnom faktoru traženja uzbuđenja nego žene, u svim dobnim skupinama. Ovu hipotezu nismo uspjeli potvrditi, s obzirom da su rezultati našeg istraživanja potvrdili statistički značajne razlike samo za faktor traženja iskustva, ali ne i za generalni faktor traženja uzbuđenja. Žene postižu više rezultate na ovoj podljestvici, što znači da žene u našem uzorku imaju veću želju za novim mentalnim i osjetilnim iskustvima koja se mogu doživjeti kroz susretanje ljudi iz drugih kultura i subkultura te kroz učenje novih filozofija.

Ovaj nalaz nije toliko iznenađujući, s obzirom da smo ranije potvrdili kako su žene u našem istraživanju bile ugodnije od muškaraca te su ujedno postigle i više rezultate na

ljestvici intelekt. Naime, intelekt je dimenzija ličnosti koja ukazuje na otvorenost prema intelektualnim i umjetničkim izazovima, aktivnu imaginaciju, potrebu za promjenama i usmjerenost k osjećajima (Lončar, 2005; prema Škrljak, 2009). Visoki rezultati na ovoj osobini pokazatelji su kreativnosti, znatiželje, širokih interesa, maštovitosti, sklonosti razmišljanju itd., što je prilično slično sa definicijom traženja iskustva. Uostalom, to potvrđuju i statistički značajne korelacije između traženja iskustva i intelekta, koje smo dobili na ženskom uzorku mlađe odrasle dobi, a o čemu će više biti riječi kasnije. Nadalje, ugodnost podrazumijeva kvalitetu interpersonalnih interakcija, te stupanj skladnosti odnosa s drugim osobama (Kardum i Smojver, 1993), i iako se nije pokazala značajno povezana sa traženjem iskustva u našem istraživanju, čini se opravdanim pretpostaviti da može biti važan faktor u ovom kontekstu, na način da faktor traženja iskustva često uključuje susretanje drugih ljudi i međusobnu interakciju.

Kao što smo već rekli, neutvrđene značajne rodne razlike na generalnom faktoru traženja uzbuđenja, bile su suprotne očekivanjima. Ipak, i drugi radovi sugeriraju na moguća odstupanja rezultata. U ranije spomenutom istraživanju Ball i sur. (1984), utvrđeno je da su žene u dobi od 20 do 39 godine postigle viši ukupni rezultat na SSS-u od muških sudionika iste dobi. Autori navode kulturološke razlike kao moguće objašnjenje, s obzirom da se radilo o australskom uzorku. Ipak, Šojat je (2007) na hrvatskom uzorku provela istraživanje i utvrdila više rezultate na generalnom faktoru uzbuđenja kod muškog spola, kao u ranijim radovima Zuckermana (1994) i Zuckermana i sur. (1978). Smatramo, dakle, da je ovaj nalaz potrebno dodatno provjeriti u budućim istraživanjima.

6.2. Povezanost osobina ličnosti i traženja uzbuđenja

U cilju ispitivanja povezanosti osobina ličnosti i traženja uzbuđenja, koristili smo Spearmanov koeficijent korelacije. Kako je već ranije objašnjeno, s obzirom na utvrđene rodne razlike, daljnje analize zasebno smo provodili za muški te zasebno za ženski spol.

Prema očekivanjima temeljenim na ranijim radovima (Kajtna, 2013; McEwan i sur., 2019; O'Sullivan i sur., 1998) pretpostavili smo da će ekstraverzija, ugodnost i emocionalna stabilnost biti značajno pozitivno povezane sa generalnim faktorom uzbuđenja, što je potvrđeno na muškom uzorku ispitanika. S obzirom da iste rezultate nismo dobili i kod ženskog spola, možemo reći da je naša hipoteza djelomično potvrđena. Kod ženskog spola

intelekt je bio jedina osobina značajno povezana sa generalnim faktorom uzbuđenja. Ovi rezultati ponovno upućuju na rodne razlike u promatranim konstruktima.

Radi velikih nepodudarnosti u rezultatima različitih istraživanjima vezanim uz korelacije osobine savijenosti i faktora traženja uzbuđenja (Kajtna, 2013; Klinar i sur., 2017; Zuckerman, 1994) nismo imali određena očekivanja o odnosu između izučavanih varijabli. Slično vrijedi i za intelekt. Naime, u kontekstu ekstremnih sportova, većina se radova posvetila istraživanju povezanosti otvorenosti prema iskustvu iz Petfaktorskog modela Coste i McCrea kao pete dimenzije ličnosti i faktora traženja uzbuđenja (Kajtna, 2013; Klinar i sur., 2017; Llewellyn i Sanchez, 2008; McEwan i sur., 2019; Tok, 2011; Zuckerman, 1994), te stoga nismo smatrali opravdanim stvarati očekivanja za dimenziju intelekta. Također, ne pronalazimo radove koji su ispitivali povezanosti osobina ličnosti i traženja uzbuđenja u kontekstu ekstremnih sportova zasebno po spolovima. Iz tog razloga, ograničili smo očekivanja na ukupan uzorak.

Na ukupnom uzorku komentirati ćemo još jedan dobiveni nalaz vezan uz osobinu ugodnosti. Naime, ugodnost je kod žena značajno negativno korelirala sa dezinhibicijom, dok je kod muškaraca utvrđena značajna pozitivna povezanost između ove dvije varijable. Drugim riječima, žene koje su se procjenjivale ugodnijima, manje su sklone dezinhibiranom ponašanju, dok su više ugodni muškarci više skloni dezinhibiciji. Ovakve kontradiktorne rodne razlike na istom uzorku sudionika ne pronalazimo u literaturi. Kao što smo ranije naveli, u kontekstu visoko-rizičnih sportova, dosadašnja istraživanja uglavnom su pronašla pozitivnu povezanost između ugodnosti i generalnog faktora uzbuđenja, ali ne i za dezinhibiciju.

Latzman i Vaidya (2012) proučavali su dezinhibiciju u kontekstu agresije i ovisnosti o alkoholu. Prema njima, dezinhibicija ne predstavlja samo tendenciju prema nekontroliranom i društveno neprihvatljivom ponašanju, već je i oblik eksternalizacije psihopatoloških osobina. Nadalje, navode da su niska razina ugodnosti i nisko samopouzdanje dva glavna faktora koja su u podlozi iskazivanja dezinhibiranog ponašanja. Preciznije, niska razina ugodnosti pokazala se značajno povezana sa proaktivnim agresivnim ponašanjem. Značajnu negativnu korelaciju između ugodnosti i dezinhibicije potvrđuju i drugi autori (Pasion, 2017; Ohannessian i Hesselbrock, 2008). Dakle, iznenađuje nas da smo na muškom uzorku utvrdili pozitivnu povezanost ove dimenzija ličnosti i dezinhibiranog ponašanja. Smatramo da je ovaj nalaz vrlo zanimljiv i da ga je potrebno dodatno istražiti u budućim istraživanjima.

Kod sportaša koji se bave penjanjem generalni faktor uzbuđenja značajno korelira jedino sa savjesnosti, u negativnom smjeru. S druge strane, generalni faktor traženja

uzbuđenja kod nesportaša je u visokoj korelaciji sa ekstraverzijom i ugodnošću. Ekstraverzija se pokazala značajno povezana sa traženjem uzbuđenja u ranijim radovima (Kajtna, 2013, McEwan i sur., 2019; Zuckerman, 1994), dok su rezultati vezani uz povezanost ugodnosti i savjesnosti sa generalnim faktorom uzbuđenja nekonzistentni (Kajtna, 2013; Klinar i sur., 2017; Zuckerman, 1994). Na ženskom uzorku, jedino je osobina savjesnosti značajno korelirala sa jednim od faktora traženja uzbuđenja; traženje ushićenja i pustolovina, i to u negativnom smjeru. Kod nesportašica, ugodnost je negativno korelirala sa osjetljivosti na dosadu, dok je intelekt bio u pozitivnoj povezanosti sa traženjem ushićenja i pustolovina te sa generalnim faktorom uzbuđenja. Temeljem ovih rezultata možemo zaključiti kako su spol i bavljenje penjanjem kao sportom važne varijable koje određuju povezanost temeljnih osobina ličnosti i traženja uzbuđenja za promatrane skupine. S obzirom na ranije navedene nekonzistentnosti rezultata u prijašnjim radovima, smatramo da bi buduća istraživanja trebala posvetiti posebnu pažnju osobinama savjesnosti i intelekta u kontekstu traženja uzbuđenja, te općenito usporedbi ekstremnih sportaša i nesportaša zasebno po spolovima.

6.3. Razlike u osobinama ličnosti između sportaša koji se bave penjanjem i nesportaša, odnosno sportašica koje se bave penjanjem i nesportašica

Kako bismo ispitali razlike u osobinama ličnosti između sportaša koji se bave penjanjem i nesportaša, zasebno za oba spola, koristili smo t-test. Ono u čemu su većina ranijih istraživanja bila jednoznačna (Aluja i sur., 2003; Kajtna, 2013; Kajtna i sur., 2001; McEwan i sur., 2019; O'Sullivan i sur., 1998; Tok, 2011; Zuckerman, 1994), bila je veća naglašenost ekstraverzije i emocionalne stabilnosti kod ekstremnih sportaša, odnosno penjača. Osobina savjesnosti pokazala se značajnom u manjem broju radova (Klinar i sur., 2017; Zuckerman, 1994), dok osobine ugodnosti i intelekta u još rjeđim slučajevima, te s većim nesukladnostima (Jackson, 1967, prema Breivik, 1997; Tušak i Burnik, 2001). Stoga je naša hipoteza bila je da će sportaši koji se bave penjanjem postići značajno više rezultate u osobinama ličnosti ekstraverzije, emocionalne stabilnosti i savjesnosti u odnosu na nesportaše, jednako za oba spola.

Rezultati su pokazali da muški penjači postižu statistički značajno više rezultate na svim dimenzijama IPIP50 upitnika u odnosu na nesportaše, osim na dimenziji ekstraverzije. Drugim riječima, sportaši koji se bave penjanjem postigli su značajno više rezultate na ljestvicama emocionalne stabilni, intelekta, ugodnosti i savjesnosti, od nesportaša. Kod

ženskog uzorka, značajnima su se pokazale razlike u emocionalnoj stabilnosti i savjesnosti, na način da sportašice koje se bave penjanjem postižu značajno više rezultate na ovim dimenzijama.

Ovim rezultatima potvrdili smo očekivane razlike između promatranih skupina na način da su se emocionalna stabilnost i savjesnost pokazale značajno višima kod osoba koje penju. Kao što smo već ranije rekli, penjanje je sport koji osim fizičke spremnosti, zahtjeva i izrazitu psihičku snagu. Mogućnost adekvatne kontrole svojih emocionalnih stanja, važna je karakteristika za sportaše koji se bave penjanjem s obzirom na veliku količinu rizika kojemu se izlažu (Kajtna i sur., 2004). U opasnim i naglo promjenjivim situacijama, za ove je sportaše neophodno moći ostati smirenima i strpljivima kako bi se što uspješnije mogli nositi sa stresnim i izazovnim situacijama. O ovim osobinama ne ovisi samo njihovo postizanje ciljeva, odnosno dosezanje vrha uspona, već i njihova sigurnost te sigurnost njihovih kolega. Iz istih razloga, važni su i kontrola impulsa, odgovornost i pouzdanost, što su karakteristike savjesnih ljudi. Mnoge nesreće u penjanju koje su završile fizičkim ozljedama ili čak smrću, u pozadini nose pomanjkanje upravo ovih osobina. Bilo da se radi o nemarnom rukovanju s opremom ili nepromišljenom pokušaju savladavanja nepoznatih i/ili teških smjerova koji premašuju penjačeve sposobnosti, posljedice mogu biti kobne. Upravo u cilju izbjegavanja takvih posljedica, ovaj sport se treba shvatiti ozbiljno i pristupiti mu savjesnim razmišljanjem i ponašanjem.

Nadalje, značajnu povećanu izraženost osobina ugodnosti i intelekta u korist penjača smatramo zanimljivom, ali ne i iznenađujućom. Ugodnost podrazumijeva kvalitetu interpersonalnih interakcija, te stupanj skladnosti odnosa s drugim osobama. Pojedince koji su visoko na ovoj dimenziji karakterizira altruizam, brižnost, emocionalna podrška, privrženost, povjerljivost, sklonost pomaganju (Kardum i Smojver, 1993). Ovdje valja napomenuti jednu važnu činjenicu. Naime, penjanje gotovo uvijek uključuje više od jedne osobe kada govorimo o penjanju na pravoj stijeni i ukoliko se ne radi o *free solo* ili *deep water solo* disciplini. U svim slučajevima kada se koristi uže i pripadajuća osiguravajuća oprema, potrebna je još jedna osoba koja će biti na drugom kraju užeta i osiguravati penjača od smrtonosnog pada. Postoje i neki načini na koje se penjač može i sam osiguravati prilikom uspona, no to nije toliko učestalo. Upravo iz tih razloga, sportaši koji se bave penjanjem moraju i žele održavati dobre odnose unutar grupe, koji uključuju privrženost, povjerenje i odgovornost. Možemo reći da je opće poznato kako penjači čine jednu suradljivu, otvorenu, "toplu" i visoko kohezivnu zajednicu, gdje osobina ugodnosti igra veliku ulogu (Kajtna i sur., 2004).

Intelekt podrazumijeva obilježja poput kreativnosti, znatiželje, širokih interesa, originalnosti i maštovitosti (Lončar, 2005, prema Škrljak, 2009). Očigledno je da svatko tko se odluči baviti nekim visoko-rizičnim sportom mora imati povećanu znatiželju prema novim i izazovnim iskustvima, a često i široke interese. Također, jednom kada se penjač nađe na teškom dijelu uspona koji zahtjeva originalno rješenje, dobro je posjedovati sposobnosti poput kreativnosti i maštovitosti. Naime, originalna rješenja u ovome sportu više su pravilo nego slučaj, s obzirom da se svi penjači individualno razlikuju po fizičkim svojstvima poput visine, težine, snage, netko ima duže ruke, netko je više agiln, itd. Iz tog razloga važno je da svaki pojedinac pronađe vlastiti način na koji će proći problematični dio smjera (tzv. problem), što može biti jedan od pokazatelja više razine intelekta.

Najveće iznenađenje, bio je nalaz vezan uz ekstraverziju, koja nije statistički značajno različita za promatrane skupine, kako kod muškaraca, tako i kod žena. Naime, ekstraverzija je osobina ličnosti koja se spominje u većini istraživanja kao važan faktor povezan sa traženjem uzbuđenja, i gotovo uvijek u značajno višim vrijednostima rezultata u korist visoko-rizičnih sportaša. McEwan i sur. (2019) u svojoj meta-analizi objašnjavaju da je ova osobina važna i kao sredstvo u stvaranju prijateljskih odnosa i kohezivnosti zajednice, i kao izvor energetskeg ponašanja, što je svojstveno ekstremnim sportovima koji zahtijevaju veliku količinu energije. Zašto se onda u našem istraživanju razlike nisu pokazale značajne na ovoj dimenziji? Odgovor je vjerojatno metodološke prirode. Kao što smo već ranije rekli, raspravljajući o rodnim razlikama, postoji mogućnost da svi sudionici imaju viši rezultat na ekstroverziji u odnosu na ostatak populacije, nevezano uz druge faktore. Pretpostavljamo da bi se ekstraverzija pokazala značajno različita za promatrane skupine, kada bi se ispitivanje ponovilo na većem broju sudionika, pri čemu bi se istraživanje pokušalo organizirati na način da u njemu sudjeluju slučajno odabrani pripadnici neke skupine, a ne oni koji su sami za to pokazali interes.

Nadalje, jedno od mogućih objašnjenja za neutvrđene značajne razlike u ekstraverziji, može biti i ono vezano uz penjačke discipline promatranog uzorka. Naime, kako su pokazala neka od ranijih istraživanja (Jackson, 1964, prema Breivik, 1999; Magni i sur., 1985; Markič, 1990), alpinisti (i elitni penjači) postižu više rezultate na ljestvici introverzije, te se još po mnogočemu razlikuju, kako od opće populacije tako i od ostalih sportaša koji se bave penjanjem. Kako je već ranije spomenuto, u našem istraživanju sudjelovali su svi sportaši koji se bave penjanjem, odnosno i alpinisti i sportski penjači, bili oni elitne kategorije ili ne. Guskowska i Bołdak (2010) smatraju da ne samo da ne bismo trebali tretirati sve ekstremne

sportaše na jednak način, već i da svaku ekstremnu sportsku disciplinu treba razmotriti zasebno. Dakle, moguće da je su i u našem radu alpinisti i elitni penjači postizali niže rezultate na ljestvici ekstraverzije, dok su svi ostali sudionici (sportski penjači) uistinu bili više ekstravertirani, te su se njihove vrijednosti na neki način uravnotežile. Time se prosjek njihovih rezultata na dimenziji ekstraverzije nije razlikovao od prosjeka opće populacije. Smatramo, da je ovaj nalaz potrebno dodatno provjeriti u budućim istraživanjima, imajući u vidu različite penjačke discipline.

6.4. Razlike u traženju uzbuđenja između sportaša koji se bave penjanjem i nesportaša, odnosno sportašica koje se bave penjanjem i nesportašica

Kako bismo ispitali razlike u traženju uzbuđenja između promatranih skupina koristili smo Mann-Whitney U test. U većini ranijih istraživanja (Breivik, 1999; Cronin, 1991; Fowler i sur., 1980; Freixanet, 1991; Guskowska i Bołdak, 2010; Jack i Ronan, 1998; Kajtna, 2013; Llewellyn i Sanchez, 2008; McEwan i sur., 2019; Rossi i Cereatti, 1993; O'Sullivan i sur., 1998; Wagner i Houlihan, 1994) pokazalo se da sportaši koji se bave penjanjem i općenito ekstremni sportaši postižu značajno više rezultate na sljedećim faktorima SSS upitnika; traženje ushićenja i pustolovina, traženje iskustva te generalni faktor uzbuđenja. Naša je hipoteza bila u skladu s ovim nalazima.

Rezultati su pokazali da sportaši koji se bave penjanjem postižu statistički značajno više rezultate u gotovo svim podljestvicama SSS-a, osim osjetljivosti na dosadu, uključujući i generalni faktor traženja uzbuđenja, što je utvrđeno za oba spola. Drugim riječima, sportaši i sportašice koji se bave penjanjem, znatno više tragaju za ushićenjem i pustolovinama te iskustvom, više su skloni dezihnibiranom ponašanju i imaju znatno višu generalnu potrebu za uzbuđenjem od osoba koje se ne bave sportom. Osjetljivost na dosadu, koja obilježava gađenje prema aktivnostima koje su rutinske, predvidljive ili monotone, bila je jedina varijabla kod koje ne postoji značajna razlika između promatranih skupina. Ovim rezultatima skoro u potpunosti smo potvrdili postavljenu hipotezu i očekivanja.

Traženje ushićenja i pustolovine podrazumijeva želju za sudjelovanjem i angažmanom u onim fizičkim aktivnostima koje pružaju stimulaciju temeljenu na izuzetno jakim senzacijama i iskustvima (Zurckerman, 1994). Atraktivni i društveno prihvatljivi izvori takve stimulacije mogu se pronaći u vidu ekstremnih sportova. Ti sportovi percipiraju se kao relativno rizične aktivnosti te privlače one osobe koje postižu visoke rezultate na

Zuckermanovoj Skali traženja uzbuđenja (tzv. *thrillseeker*-i). Traženje iskustva obilježava traženje novih senzacija i novih iskustva kroz nekonformistički način života i unutar skupine ljudi koji se predstavljaju sličan životni stav, te putem osjetila (Zuckerman, 1994). Kao što smo već ranije naveli, sportaši koji se bave penjanjem čine vrlo kohezivnu zajednicu ali su otvoreni i prema novim idejama i ljudima, te traže ispunjenje svojih potreba za uzbuđenjem i putem osjetilnih podražaja.

Dezinhibicija, prema Zuckermanovoj teoriji (1994), a ne kao psihopatološka osobina, odnosi se na traženje onih osjeta koji se zasnivaju na hedonističkoj percepciji života. Može se manifestirati kroz kratkoročne seksualne odnose, zloupotrebi alkohola i sl. Istraživanja su ovdje pokazala više kontradiktornosti nego što je slučaj za prve dvije varijable. Ipak, većina istraživanja ne pronalaze statistički značajne razlike u dezinhibiciji između ekstremnih sportaša i opće populacije (Breivik, 1999; Cronin, 1991; Freixanet, 1991; Kajtna, 2013; Llewellyn i Sanchez, 2008; McEwan i sur., 2019; Rossi i Cereatti, 1993; Wagner i Houlihan, 1994). S druge strane, neki autori navode da pojedinci koji sudjeluju u visoko-rizičnim sportovima posjeduju značajno veću tendenciju hedonističkim užicima u usporedbi s kontrolnim grupama (Breivik, Roth, i Jørgensen, 1998; Guskowska i Bołdak, 2010; Jack i Ronan, 1998). Također, moguć razlog našim nalazima može biti u prirodi samog uzorka, kojeg su činile osobe mlađe odrasle dobi. Naime, neki radovi utvrdili su da dezinhibicija postaje manje izražena s porastom dobi (Vaidya, Latzman, Markon i Watson, 2010; Zuckerman i sur. 1978), što znači da je više izražena kod mlađih osoba.

Imajući u vidu cilj ovoga rada, zaključujemo kako postoje statistički značajne razlike u izraženosti temeljnih dimenzija ličnosti i traženja uzbuđenja kod sportaša koji se bave penjanjem i nesportaša.

6.5. Ograničenja istraživanja

U svrhu metodološkog poboljšanja istraživanja, predložili bismo povećanje broja sudionika u obje promatrane skupine, te posebno za muške nesportaše čime bi dodatno povećali statističku snagu.

Sljedeći nedostaci povezani su uz samu prirodu mjernih instrumenata. Iako su korištene mjere validirane kroz ranija istraživanja, ne možemo zanemariti činjenicu da kada se radi o upitnicima samoprocjene, a naročito ličnosti, postoji mogućnost socijalno poželjnog,

nasumičnog te ekstremnog odgovaranja sudionika (Graham, 2006, prema Škrljak, 2009). Ipak, kako navodi Škrljak (2009), odgovaranje kroz krajnje vrijednosti te socijalno poželjno odgovaranje kontroliraju i sami instrumenti; SSS-V kroz prisilan izbor, te IPIP kroz rekodirane čestice na pripadajućim ljestvicama.

Nadalje, smatramo da je neopravdana generalizacija dobivenih rezultata na cjelokupnu populaciju. Naime, u istraživanju su sudjelovale osobe iz gotovo svih većih gradova Hrvatske, iz svih regija, s time da je više od 40% nesportaša i čak 60% sportaša koji se bave penjanjem, navelo kao mjesto stanovanja grad Zagreb.

Isto možemo zaključiti i o generalizaciji vezanoj uz penjačke discipline. Zbog pomanjkanja radova na ovu temu vezanih uz sportaše koji se bave penjanjem, velikim dijelom rada referirali smo se i na rezultate dobivene na ekstremnim sportašima općenito. Neki od ranijih radova (Barlow i sur., 2015; Guskowska i Bołdak, 2010) sugeriraju da ne bismo trebali izjednačiti sportaše različitih ekstremnih sportova jer je svaki ekstremni sport drugačiji na svoj način te zahtijeva različite sposobnosti sportaša. Jednako vrijedi i za same discipline unutar pojedinog sporta. Dakle, kako je već ranije rečeno, ni sama generalizacija sportaša koji se bave penjanjem nije u potpunosti opravdana, s obzirom na dobivene različite rezultate pojedinih autora, prvenstveno u osobinama ličnosti, za određene penjačke discipline (Jackson, 1964, prema Breivik, 1999; Magni i sur., 1985; Markič, 1990).

6.6. Smjer budućih istraživanja

Dobiveni rezultati doprinose novim saznanjima o odnosu osobina ličnosti i traženja uzbuđenja kod sportaša koji se bave penjanjem te o razlikama u tim osobinama između penjača i nesportaša. Kako smo već naveli, istraživanja psiholoških aspekata ove skupine sportaša još su uvijek u počecima, pogotovo na našem području.

Prema dobivenim rezultatima, osobe koje se bave penjanjem posjeduju specifični profil ličnosti, što bi trebalo dodatno istražiti. Spoznaje dobivene našim istraživanjem mogu poslužiti kao temelj budućim radovima.

Jedan od potencijalnih smjerova budućih istraživanja mogao bi se fokusirati na motivaciju, odnosno motive koje utječu na bavljenje ovim sportom. Jedan od sudionika u našem istraživanju, starosti 70 godina, bavi se penjanjem već 54 godine. Smatramo da bi takvi, iskusniji sudionici bili dobri subjekti za kvalitativna istraživanja. Nadalje, neki su se

autori bavili ispitivanjem traženja rizika i suočavanja sa stresom kod sportaša koji se bave penjanjem, što bi bilo zanimljivo provesti i na hrvatskom uzorku.

Smatramo da je prvi korak budućeg istraživanja uključivanje još jedne kontrolne skupine koju bi činili sportaši svih ostalih, nisko-rizičnih sportova. Na taj bismo način imali tri skupine za usporednu rezultata.

Nadalje, u budućim istraživanjima potrebno je ispitati promatrane konstrukte u funkciji penjačkog iskustva, disciplina kojima se penjači bave, te težine smjera koje mogu popeti. Na temelju rezultata ranijih istraživanja, čini se opravdanim pretpostaviti da će se osobe koje se bave penjanjem razlikovati u određenim osobinama ličnosti s obzirom na to kojom se disciplinom bave. Npr. Markič (1990) u svome radu navodi da su alpinisti introvertiraniji, neovisniji, ozbiljniji i smireniji, s potpuno različitim moralnim kodovima od opće populacije. S obzirom na navedene razlike između dvoranskog penjanja te penjanja na pravoj stijeni, natjecateljskog i rekreativnog penjanja, te općenitih razlika unutar samih disciplina, smatramo poželjnim ispitati i razlike između različitih grupa sudionika.

Što se tiče razlika između penjača u vidu ocjene smjera koju mogu "savladati", učinili bismo slijedeće; podijelili bi sudionike u dvije skupine, od kojih jednu čine sportaši koji penju ocjene 7b i više, te ulaze u kategoriju tzv. eksperata. Drugu skupinu činili bi svi ostali penjači kojima gornja granica težine uspona kojeg mogu popeti iznosi 7a+ ili niže. Također, valja napomenuti da bismo i tu učinili podjelu po disciplinama jer ove ocjene vrijede za sportsko težinsko penjanje. Na temelju ranijih istraživanja pretpostavljamo da postoje određene razlike u osobinama ličnosti između ovih skupina (Jackson, 1964, prema Breivik, 1999; Magni i sur., 1985; Markič, 1990), te očekujemo da bi eksperti i elitni penjači bili značajno više introvertirani od penjača koji ne mogu popeti tako visoke ocjene, što je također potrebno empirijski provjeriti.

Daljnji razvoj znanstvenih radova na ovu temu, neophodan je kako bismo povećali bazu znanja o specifičnim karakteristikama osoba koje se bave sportskim penjanjem čime bi se doprinijelo teorijskom znanju, ali i praktičnoj primjeni psihologijskih tehnika u ovom području psihologije sporta.

6.7. Praktička primjena

Istraživanjem ličnosti i potrebe za uzbuđenjem dobiveni su rezultati koji nam daju bolji uvid o dispozicijama jedne specifične skupine sportaša; sportaša koji se bave penjanjem. Osim teoretskog znanja, smatramo da rezultati radova koji se bave i koji će se baviti ovom populacijom, mogu i direktno koristiti u praksi. Jedna od praktičnih primjena povezana je sa samim sportašima kojima će određena saznanja pomoći u osvjetljivanju vlastitih psiholoških procesa što posljedično može imati pozitivan psihološki učinak na njih same i/ili njihovu izvedbu u penjanju. Promicanjem znanstvenih spoznaja o određenom sportu, indirektno se promiče i psihološka dobrobit za sve one koji u tome sportu sudjeluju.

Smatramo da bi najvažniju korist mogli imati sportski psiholozi i psiholozi koji će davati savjetodavnu ili psihoterapijsku pomoć bilo profesionalnim, bilo rekreativnim penjačima, te ekstremnim sportašima općenito. Iako psihički problemi kod sportaša ne moraju nužno proizlaziti iz samog sporta kojim se bave, bolje razumijevanje psiholoških aspekata koji su povezani uz taj sport, znatno bi olakšalo razumijevanje onoga s čime se ti sportaši suočavaju. Naravno, pri tome i dalje zagovaramo individualni pristup psihoterapeuta prema svakome od sportaša. Nadalje, imajući u vidu rezultate istraživanja, sportski psiholozi mogu pomoći sportašima da maksimalno iskoriste svoje potencijale i da budu još uspješniji u području kojim se bave. Također, razvojem znanstvenih saznanja došlo bi i do povećanja raznih radionica i programa koji bi uključivali savjete vezane uz fizičko i psihičko zdravlje ekstremnih sportaša. Naime, važno je da osobe koje se bave ekstremnim sportovima budu prepoznate kao osobe koje imaju određene specifične psihološke karakteristike.

7. ZAKLJUČAK

Na temelju nalaza ovog istraživanja došli smo do sljedećih zaključaka:

1. Utvrđene su statistički značajne rodne razlike u osobinama ličnosti i traženju uzbuđenja, na način da žene postižu više rezultate na dimenzijama ugodnosti i intelekta od muškaraca, dok su muškarci emocionalno stabilniji. Nadalje, utvrđeno je da žene više tragaju za iskustvom.

2. Utvrđeno je da postoji statistički značajna povezanost između nekih osobina ličnosti i traženja uzbuđenja. Rezultati su varirali ovisno o spolu i bavljenju/ne bavljenju penjanjem kao sportom. Ekstraverzija i ugodnost najviše su korelirale sa gotovo svim pojedinim podljestvicama Upitnika traženja uzbuđenja (osim sa osjetljivosti na dosadu), te s ukupnim rezultatom. Ove povezanosti prisutne su samo na ukupnom uzorku muškog spola. Kod sportaša koji se bave penjanjem pokazala se najznačajnija osobina savjesnosti na način da je značajno negativno korelirala gotovo sa svim dimenzijama SSS-a i ukupnim rezultatom, osim sa traženjem ushićenja i pustolovina. Na ukupnom uzorku još su se značajnima pokazali emocionalna stabilnost i intelekt, naročito kod muškog spola. Traženje ushićenja i pustolovina je podljestvica SSS-a, koja je najviše korelirala sa osobinama ličnosti; kod sportaša i sportašica koji se bave penjanjem sa intelektom, a na ukupnom uzorku muškaraca sa svim osobinama.

3. Utvrđeno je da postoje statistički značajne razlike u osobinama ličnosti između osoba koja se bave penjanjem i nesportaša. Na uzorku muškaraca, pokazalo se da sportaši koji se bave penjanjem postižu više rezultate na emocionalnoj stabilnosti, intelektu te ugodnosti i savjesnosti, od nesportaša. Na ženskom uzorku, rezultati pokazuju da su sportašice koje se bave penjanjem savjesnije i emocionalno stabilnije od nesportašica.

4. Utvrđeno je da postoje statistički značajne razlike u traženju uzbuđenja između osoba koja se bave penjanjem i nesportaša. Rezultati su konzistentni za oba spola. Sportaši koji se bave penjanjem postižu statistički značajno više rezultate na Upitniku traženja uzbuđenja u odnosu na nesportaše, i to na gotovo svim dimenzijama; traženju ushićenja i pustolovina, traženju iskustva, dezinhibiciji te na generalnom faktoru traženja uzbuđenja.

8. Literatura:

- Aluja, A., Garcia, O. i Garcia, L. F. (2003). Relationships among extraversion, openness to experience, and sensation seeking. *Personality and Individual Differences*, 35(3), 671-680.
- Ball, I. L., Farnill, D. i Wangeman, J. F. (1984). Sex and age differences in sensation seeking: Some national comparisons. *British Journal of Psychology*, 75(2), 257-265.
- Barlow, M., Woodman, T., Chapman, C., Milton, M., Stone, D., Dodds, T. i Allen, B. (2015). Who takes risks in highrisk sports? The role of alexithymia. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 37, 83-96.
- Barlow, M., Woodman, T. i Hardly, L. (2013). Great expectations: Different high-risk activities satisfy different motives. *Journal of Personality and Social Psychology*, 105, 458-475.
- Breivik, G. (1997). Personality, sensation seeking and risk taking among Everest climbers. *International Journal of Sport Psychology*, 27, 308-320.
- Breivik, G., Roth, W. T. i Jørgensen, P. E. (1998). Personality, psychological states and heart rate in novice and expert parachutists. *Personality and Individual Differences*, 25(2), 365-380.
- Breivik, G. (1999). *Sensation seeking in sport*. Oslo, Norway: Norwegian School of Sport Sciences.
- Brymer, E. i Gray, T. (2009). Dancing with nature: Rhythm and harmony in extreme sport participation. *Journal of Adventure Education & Outdoor Learning*, 9(2), 135-149.
- Burnik, S., Jug, S. i Kajtna, T. (2008). Sensation seeking in female and male mountain climbers. *Acta Universitatis Palackianae Olomucensis. Gymnica*, 38(3).
- Caprara, G. V., Barbaranelli, C., Borgogni, L., Bucik, V. i Boben, D. (1997). *Model »velikih pet« - pripomočki za merjenje strukture osebnosti* [The Big-five model – instruments for measuring personality structure]. Ljubljana, Slovenia: Produktivnost d.o.o.
- Castanier, C., Le Scanff, C. i Woodman, T. (2010). Beyond sensation seeking: Affect regulation as a framework for predicting risk-taking behaviors in high-risk sport. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 32, 731-738.
- Costa, R. R. i McCrae, P. T. (2003). *Personality in adulthood: a five-factor theory perspective*. New York: Guilford Press.
- Creasey, M. (1999). *The complete rock climber*. Lorenz Books. Leicester.
- Cronin, C. (1991). Sensation seeking among mountain climbers. *Personality and Individual Differences* Vol. 12, No 6: 653-654.
- Čuljak, Z. i Mlačić, B. (2014). The big-five model of personality and the success of high school students in physical education. *Croatian Journal of Education: Hrvatski časopis za odgoj i obrazovanje*, 16(2), 471-490.

- Fowler, C. J., von Knorring, L. i Oreland, L. (1980). Platelet monoamine oxidase activity in sensation seekers. *Psychiatr. Res.*, 3: 273-279.
- Freixanet, M. G. (1991). Personality profile of subjects engaged in high physical risk sports. *Personality and Individual Differences*, 12(10), 1087-1093.
- Fund, A. (2004). Bouldering: Understanding and managing climbing on small rock Formations. Retrieved April, 15, 2005.
- Getoš, C. (2012). *Slobodno penjanje kao sadržaj sportsko-rekreacijskog programa u turističkoj ponudi Hrvatske*. Diplomski rad. Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu.
- Giles, L. V., Rhodes, E. C. i Taunton, J. E. (2006). The physiology of rock climbing. *Sports Medicine*, 36(6), 529-545.
- Goldberg, L. R. (1990). An alternative "description of personality": the big-five factor structure. *Journal of Personality and Social Psychology*, 59(6), 1216.
- Gray, D. (1977). Some psychological aspects of advanced rock climbing. *The Alpine Journal*, 82, 88.
- Guilford, J. (1959). *Personality McGraw Hill*. New York.
- Guszkowska, M. i Bołdak, A. (2010). Sensation seeking in males involved in recreational high risk sports. *Biology of Sport*, 27, 157–162.
- Hrestak, S. i Janković, D. (2008). *Sportsko penjanje*. Hrvatski planinarski savez, Zagreb.
- Jack, S. J. i Ronan, K. R. (1998). Sensation seeking among high- and low- risk sports participants. *Personality and Individual Differences*, 25, 1063–1083.
- John, O. P. i Srivastava, S. (1999). The Big Five trait taxonomy: History, measurement, and theoretical perspectives. *Handbook of personality: Theory and research*, 2(1999), 102-138.
- Kajtna, T., Tušak, M., Barić, R. i Burnik, S. (2004). Personality in high-risk sports athletes. *Kinesiology: International Journal of Fundamental and Applied Kinesiology*, 36(1), 24-34.
- Kajtna, T. (2013). *Nekateri psihološki vidiki rizičnih športov (Znanstvena monografija)* [Some psychological aspects of high-risk sports (Scientific monography)]. Ljubljana, Slovenia: University of Ljubljana.
- Kardum, I. i Smojver, I. (1993). Petofaktorski model strukture ličnosti: Izbor deskriptora u Hrvatskom jeziku. *Godišnjak zavoda za psihologiju*, 2, 91 -100.
- Kerr, J. H. (1991). Arousal-seeking in risk sports participants. *Personality and Individual Differences*, 12, 613–616.
- Klinar, P., Burnik, S. i Kajtna, T. (2017). Personality and sensation seeking in high-risk sports. *Acta Gymnica*, 47(1), 41-48.

- Lack, D. A., Sheets, A. L., Entin, J. M. i Christenson, D. C. (2012). Rock climbing rescues: causes, injuries, and trends in Boulder County, Colorado. *Wilderness & Environmental Medicine*, 23(3), 223-230.
- Latzman, R. D. i Vaidya, J. G. (2013). Common and distinct associations between aggression and alcohol problems with trait disinhibition. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 35(2), 186-196.
- Llewellyn, D. J. i Sanchez, X. (2008). Individual differences and risk taking in rock climbing. *Psychology of Sport and Exercise*, 9(4), 413-426.
- Lutter, C., El-Sheikh, Y., Schöffl, I. i Schöffl, V. (2017). Sport climbing: medical considerations for this new Olympic discipline. *British Journal of Sports Medicine*, 51(1) 2-3.
- Markič, P. (1990). Osebnostne lastnosti vrhunskih alpinistov in plezalcev. V: *Pogačnik, V.: Študije Cattellovih testov 16PF*, Kranj.
- Magni, G., Rupolo, G., Simini, G., De Leo, D. i Rampazzo, M. (1985). Aspects of the Psychology and Personality of High Altitude Mountain Climbers. *International Journal of Sport Psychology*, 11, 12-19.
- McEwan, D., Boudreau, P., Curran, T. i Rhodes, R. E. (2019). Personality traits of high-risk sport participants: A meta-analysis. *Journal of Research in Personality*, 79, 83-93.
- Mermier, C. M., Janot, J. M., Parker, D. L. I Swan, J. G. (2000). Physiological and anthropometric determinants of sport climbing performance. *British Journal of Sports Medicine*, 34(5), 359-365.
- Mittelstaedt, R. (1997). Indoor climbing walls: The sport of the nineties. *Journal of Physical Education, Recreation & Dance*, 68(9), 26-29.
- Mlačić, B. i Knezović, Z. (1997). Struktura i relacije Big-Five markera i Eysenckova upitnika ličnosti: empirijska usporedba dvaju strukturalnih modela ličnosti. *Društvena istraživanja: časopis za opća društvena pitanja*, 6(1 (27)), 1-21.
- Mlačić, B. (2002). Leksički pristup u psihologiji ličnosti: pregled taksonomija opisivača osobina ličnosti. *Društvena istraživanja: časopis za opća društvena pitanja*, 11(4-5 (60-61)), 553-576.
- Mlačić, B. i Goldberg, L. R. (2007). An analysis of a cross-cultural personality inventory: The IPIP Big-Five factor markers in Croatia. *Journal of Personality Assessment*, 88(2), 168-177.
- Mlačić, B., Milas, G. i Kratochvil, A. (2007). Adolescent personality and self-esteem—an analysis of self-reports and parental ratings. *Društvena istraživanja*, 16(1-2), 213-236.
- Mlačić, B. i Šakić, I. (2008). Razvoj hrvatskih markera Velepeteroga modela ličnosti. *Društvena istraživanja: časopis za opća društvena pitanja*, 17(1-2 (93-94)), 223-246.
- Monasterio, E., Alamri, Y. A. i Mei-Dan, O. (2014). Personality characteristics in a population of mountain climbers. *Wilderness & Environmental Medicine*, 25, 214–219.

- O'hannessian, C. M. i Hesselbrock, V. M. (2008). A comparison of three vulnerability models for the onset of substance use in a high-risk sample. *Journal of Studies on Alcohol and Drugs*, 69(1), 75-84.
- O'Sullivan, D. M., Zuckerman, M. i Kraft, M. (1998). Personality characteristics of male and female participants in team sports. *Personality and Individual Differences*, 25(1), 119-128.
- Pasion, R. (2017). Disinhibition. *Encyclopedia of Personality and Individual Differences*, 1-8.
- Robinson, D. W. (1985). Stress seeking: Selected behavioral characteristics of elite rock climbers. *Journal of Sport Psychology*, 7(4), 400-404.
- Rossi, B. i Cereatti, L. (1993). The sensation seeking in mountain athletes as assessed by Zuckerman's Sensation Seeking Scale. *International Journal of Sport Psychology*, 24, 417-431.
- Roth, M., Hammelstein, P. i Brähler, E. (2007). Beyond a youthful behavior style—age and sex differences in sensation seeking based on need theory. *Personality and Individual Differences*, 43, 1839-1850.
- Rowland, G. L., Franken, R. E. i Harrison, K. (1986). Sensation seeking and participation in sporting activities. *Journal of Sport Psychology*, 8, 212-220.
- Saucier, G. (1992). Benchmarks: Integrating affective and interpersonal circles with the Big-Five personality factors. *Journal of Personality and Social Psychology*, 62(6), 1025.
- Sheel, A. W. (2004). Physiology of sport rock climbing. *British Journal of Sports Medicine*, 38(3), 355-359.
- Soldz, S. i Vaillant, G. E. (1999). The Big Five personality traits and the life course: A 45-year longitudinal study. *Journal of Research in Personality*, 33(2), 208-232.
- Stanković, D. i Puletić, M. (2005). Od planinarenja do sportskog penjanja. *Sport Mont*, 6-7.
- Škrljak, M. (2009). *Ličnost i traženje uzbuđenja kod volonterskih skupina visoke i niske rizičnosti*. Diplomski rad. Zagreb: Hrvatski studiji Sveučilišta u Zagrebu.
- Šojat, A. (2007). *Tražnja uzbuđenja i rodna uloga*. Diplomski rad. Zagreb: Filozofski fakultet Sveučilišta u Zagrebu.
- Tohanean, D. I. i Chicomban, M. (2010). Personality and performance sport. *Ovidius University Annals, Series Physical Education and Sport/Science, Movement and Health*, 2(Suppl.), 609-613.
- Tok, S. (2011). The big five personality traits and high-risk sport participation. *Social Behavior and Personality*, 39, 1105-1112.
- Tonšetić, S. (2006). *Self and peer ratings of the Big-Five personality dimensions: relations, differences and the effects of gender and closeness*. (Doktorska dizertacija, Hrvatski studiji, Sveučilište u Zagrebu)

- Tušak, M. i Burnik, S. (2001). Osebnost alpinistov [Personality of mountain climbers]. *Šport, motivacija in osebnost*, 201-218.
- Vaidya, J. G., Latzman, R. D., Markon, K. E. i Watson, D. (2010). Age differences on measures of disinhibition during young adulthood. *Personality and Individual Differences*, 48(7), 815-820.
- Wagner, A. M. i Houlihan, D. D. (1994). Sensation seeking and trait anxiety in hang-glider pilots and golfers. *Personality and Individual Differences*, 16, 975-977.
- Watts, P. B. (2004). Physiology of difficult rock climbing. *European Journal of Applied Physiology*, 91(4), 361-372.
- Zajc, M. (1982). *Faktorska analiza Zuckermanove skale traženja uzbuđenja*. Neobjavljeni magistarski rad. Zagreb: Filozofski fakultet.
- Zekan, L. P., Hrestak, S. i Novak, D. (2012). Sports climbing in schools. In *21. ljetna škola kineziologa Republike Hrvatske*.
- Zuckerman, M., Eysenck, S. B. i Eysenck, H. J. (1978). Sensation seeking in England and America: cross-cultural, age, and sex comparisons. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 46(1), 139.
- Zuckerman, M. (1994). *Behavioral expressions and biosocial bases of sensation seeking*. Cambridge, United Kingdom: Cambridge University Press.
- Zuckerman, M. (2000). Are you a risk-taker? *Psychology Today*, 33, 52-58.
- Zuckerman, M. i Khulman, M. (2000). Personality and risk-taking: Common biosocial factors. *Journal of Personality*, 68, 999-1029.
- Zuckerman, M. (2009). Sensation seeking. In M. R. Leary i R. H. Hoyle (Eds.), *Handbook of Individual Differences in Social Behavior* (pp. 455-465). New York, NY: The Guildford Press.