



**АЛФА БК УНИВЕРЗИТЕТ  
ФАКУЛТЕТ ЗА МЕНАџМЕНТ У СПОРТУ**

**УТИЦАЈ СПОРТСКИХ И ВАНСПОРТСКИХ  
ЧИНИЛАЦА НА ОКОНЧАЊЕ КАРИЈЕРЕ ВРХУНСКИХ  
СПОРТИСТА**

**КАНДИДАТ**

Јелена Арсић

**МЕНТОР**

Проф.др Драган Животић

Београд, 2017. година

**АЛФА БК УНИВЕРЗИТЕТ**  
**ФАКУЛТЕТ ЗА МЕНАџМЕНТ У СПОРТУ**



Комисија за оцену и јавну одбрану докторске дисертације

1. проф. др Јован Веселиновић, председник комисије
2. проф. др Драган Животић, ментор - члан комисије
3. проф. др Радован Илић, члан комисије

Датум



Алфа БК Универзитет

**ИЗЈАВА МЕНТОРА О САГЛАСНОСТИ ЗА ПРЕДАЈУ  
УРАЂЕНЕ ДОКТОРСКЕ ДИСЕРТАЦИЈЕ**

Овим изјављујем да сам након прегледаног рукописа докторске дисертације сагласан/на да кандидат **МА Јелена Арсић** може да преда Служби за последипломске студије Универзитета урађену докторску дисертацију под називом: *Утицај спортских и ван спортских чинилаца на окончање каријере врхунских спортиста*, ради организације њене оцене и одбране.

Београд, 28/03/2017 године



---

проф. др Драган Животић

## Садржај

<b>САЖЕТАК</b> .....	4
<b>SUMMARY</b> .....	6
<b>1. Увод</b> .....	8
<b>2. Полазишта истраживања</b> .....	16
2.1. Предмет истраживања.....	16
2.2. Циљ и задаци истраживања.....	16
<b>3. Преглед досадашњих истраживања</b> .....	17
<b>4. Актуелност и научни допринос истраживања</b> .....	27
<b>5. Хипотезе истраживања</b> .....	30
<b>6. Методологија истраживања</b> .....	31
6.1. Дескриптивна анализа.....	33
6.2. Непараметријски статистички тестови.....	35
6.3. Учесници истраживања.....	36
6.4. Инструменти и процедуре.....	37
<b>7. Спортска индустрија и професионални спорт</b> .....	38
<b>8. Спортска каријера у врхунском спорту</b> .....	42
8.1. Развој каријере врхунских спортиста.....	42
8.1.1. Фаза генерализације.....	43
8.1.2. Фаза диференцијације.....	44
8.1.3. Фаза специјализације.....	46
8.1.4. Фаза инволуције.....	48
8.2. Значај правилног управљања каријером.....	49
<b>9. Окончање спортске каријере</b> .....	52
9.1. Теоријски модел краја спортске каријере.....	52
9.1.1. Социјално-геронтолошка теорија.....	52
9.1.2. Модел социјалне смрти.....	55
9.1.3. Модел друштвене свести.....	55
9.1.4. Транзициони модели краја каријере.....	56
9.1.4.1. Транзициони модел спортске каријере - Стамбулова.....	56
9.1.4.2. Развојни модел транзиције – Вилеман и Лавали.....	58
9.1.4.3. Аналитички модел социјалне студије – Сусман.....	61
9.1.4.4. Модел људске адаптације на транзицију – Шлосберг.....	64
9.2. Утицај спортског идентитета и достигнућа током каријере на окончање спортске каријере.....	65
9.2.1. Спортски идентитет и задовољство животом.....	66
9.2.2. Спортски идентитет и психолошко прилагођавање.....	69
9.3. Значај социјалне подршке за спортисту који се суочава са крајем каријере.....	72

9.4. Образовни статус sportисте и његов значај на лични развој у процесу транзиције .....	74
9.5. Значај психолошке подршке у окончању каријере.....	76
<b>10. Смернице за успешно прилагођавање животу по окончању каријере</b> .....	<b>78</b>
10.1. Програми у развоју спортске каријере.....	80
10.2. Смернице МОК-а за прилагођавање пост спортском животу.....	82
<b>11. Резултати истраживања са дискусијом</b> .....	<b>91</b>
11.1. Основни дескриптивни статистички.....	91
11.2. Тестирање главне хипотезе.....	93
11.3. Тестирање прве помоћне хипотезе.....	101
11.4. Тестирање друге помоћне хипотезе.....	110
11.5. Тестирање треће помоћне хипотезе.....	121
11.6. Тестирање четврте помоћне хипотезе.....	130
11.7. Тестирање пете помоћне хипотезе.....	142
11.8. Дискусија.....	151
<b>12. Закључна разматрања</b> .....	<b>160</b>
<b>Литература</b> .....	<b>165</b>
<b>Прилози</b> .....	<b>178</b>

## САЖЕТАК

У средишту спорта, као експоненти, актери и носиоци спортске индустрије су спортисти и њихове каријере.

Спортска индустрија напредује из дана у дан, конкуренција такође и пред спортисте поставља високе захтеве: комплексније тренинге, посвећен начин живота, медијску експонираност и проналажење начина како да се продужи спортска каријера, јер је мотивација у облику милионских зарада и медијске пажње, неодољиви магнет за сваког човека.

Несумљиво, потребна је пуна посвећеност спортисте да би постигао успех, а то води до обавезног занемаривања других аспеката живота. Апсолутна посвећеност спорту обично развија зависност, како од саме активности, тако и од људи из окружења, јер су врхунски спортисти подстицани да буду зависни од својих тренера нпр., који доносе и већи део одлука везаних и за њихов живот ван терена.

Сами спортисти су свесни ограниченог века трајања своје каријере и под констатним притиском да максимално искористе то време. Неадекватно тренирани и неадекватно каријерно вођени и по престанку каријере настављају да се идентификују са улогом спортисте.

Оног тренутка када престану да се баве спортом, наступа њихово прилагођавање новим улогама у животу. Та транзиција ка новим улогама, обично се одвија у два смера. У позитивном, када је спортиста свестан и на време размишља о животу после каријере и пре окончања исте успе да испланира своје активности и осигура себи подршку за што безболнији процес прилагођавања животу после спорта.

У негативном, ако окончање своје каријере дочека неспреман, без плана и подршке и себе на тај начин претвори у случај и жртву.

Управљање спортском каријером представља најбитнији сегмент индустрије спорта, јер да нема спортиста, не би било ни спорта, ни спортске индустрије.

Тај важни сегмент спортског менаџмента је у нашој земљи занемарен, практично да не постоји. Управљање каријером се своди на трговину живим људима и убирање процента од трансакција. На то да су спортисти „наши“ када постижу успехе, а „ничији“ кад заврше каријеру.

Овај рад даје кратак осврт на спортску каријеру, од првих корака, до њеног краја. На специфичном узорку испитаника објашњава како професионална спортска каријера и не мора за собом да пренесе болна искуства и на остатак живота после ње; указује на најзначајније факторе који утичу на најбезболнију транзицију и нуди конкретне смернице и савете за успешно прилагођавање животу после спорта.

## SUMMARY

The athletes are in the main spot of sport industry, as exponents, actors and holders of the industry.

Sports industry is advancing day by day and competition is putting pressure and high demands on the athletes: more complex trainings, dedicated lifestyle, media exposure, finding ways to extend sports career, because the motivation in the form of millions in earnings and media attention is an irresistible magnet for every man.

Undoubtedly, full time commitment it required from an athlete to achieve success, and that leads to compulsory neglecting of the other aspects of life. Absolute dedication to the sport usually develops dependence, both from the activity itself as well as of the people in their social environment, because the top athletes are encouraged to be dependent on their coaches eg., who make the most of the decisions related to their personal life off the court, as well.

The athletes themselves are aware of the limited length of their careers and are constantly under pressure to maximize the remaining time. Inadequately trained and inadequately career guided, continue to identify themselves with the role of athletes upon ending of their active career.

The moment they end their active career, they start their adaptation to new roles in life. This transition to new roles in life, usually leads in two directions. In the positive direction, when the athletes are aware of their limited time in sports, thinking and making plans for life and other activities after the ending of their active careers and providing social support for themselves in achieving the less painful process of adjustment.

In the negative direction, if they welcome career ending unprepared, without any plans for future and social support, turning themselves as persons into victims.



Career management in sport is the most important segment of sport industry, because if there are no athletes, there is no sport industry.

This segment of sport management is practically non-existent in our country. Career management comes down to engaging in trades of people and gaining the percentage of transactions. To the fact that athletes are nationally marked as "ours" when they achieve success, but "nobody's" when their athletic careers are over.

This research provides a brief overview of the athletic career, from the first steps of it to its end. It is explained, based on the specific sample of the participants, that termination of the professional athletic career does not have to lead to the painful experience throughout the rest of life after it; indicates the most important factors affecting the least painful transition and gives practical guidances and advices for successful adaptation to life after sport.

## 1. УВОД

Улагања и жртве које спортисти и људи из њихове најближе околине чине током њихове врхунске такмичарске каријере су велике и тешко разумљиве за људе који нису из света спорта.

Истраживања која се баве каријером врхунских спортиста показала су да спортске каријере карактеришу специфични моменти или ситуације. Ови тренуци и ситуације се зову „транзиције“ (Wylleman, 2004). И сам људски живот карактеришу разни прелазни догађаји који су често непредвидиви. Професионално планирање појединаца, образовни процеси, венчање, рођење детета, престанак рада и смрт, чине најважније догађаје у животу повезане са концептом транзиције.

У спортској психологији, више од три деценије, било је неколико теоријских и емпиријских покушаја научне заједнице да се испита процес транзиције. Пре око тридесет година, сам процес окончања спортске каријере добио је мало више пажње и то вероватно због повећаног медијског публицитета, па на тај начин и повећаног друштвеног значаја спортиста (Torregrosa et al., 2004).

Лавали и Вилеман (2000) идентификовали су укупно 226 научних референци (94 теоријско примењених; 132 емпиријских) у вези са овом темом.

Истраживања су показала да сам спортиста током своје спортске каријере пролази кроз неколико транзиција, од процеса одабира спорта или вештине, преко преласка на интензивне тренинге, транзиције из аматерског у професионални спорт, затим транзиционог периода врхунске каријере, па све до окончања.

Вилеман и Лавали (2004) дефинисали су спортску каријеру као „сукцесију фаза и транзиција који укључују спортисту и његово учешће у организованом такмичарском спорту, а које се окончава добровољним или принудним прекидом учествовања у организованом такмичарском спорту“.

Свака транзиција може донети олакшање, депресију, радост или друге сличне психолошке осећаје или комбинацију неких од њих, у зависности од нечије индивидуалне перцепције ситуације (Sinclair & Orlick, 1993).

Све спортисте очекује да једног дана напусте спортско подручје високих перформанси и да пронађу нове изазове и нови начин живота (Alfermann, 2000). Дакле, прекид спортске каријере може се окарактерисати као неизбежан догађај који ће се десити пре или касније у животу сваког спортисте.

Спортисти завршавају своју спортску каријеру због више разлога, укључујући старост, повреде, опадање њихових спортских перформанси, постепене промене у спортском статусу, проблеме са спортском заједницом или зарад неких других интереса.

Шта год био разлог, повлачење из спорта је транзиција од спортисте ка бившем спортисти.

Тренутак у којем врхунски спортиста одлучи да оконча своју каријеру може бити потпуно изненадна, али и унапред детаљно испланирана активност. Они спортисти који су унапред планирали сам процес окончања каријере лакше су се прилагодили новом начину живота и каријери после спорта у сваком погледу – когнитивном, емотивном и бихејвиорајлном (Alfermann, 2004).

Тешкоће у прилагођавању донекле зависе и од саме перцепције појединца и интерпретације краја њихове спортске каријере (Wylleman, 2004).

Ранија литература која постоји на ову тему углавном проучава тешкоће и проблеме који се јављају приликом повлачења из спорта. Међутим, последњих година, спортска научна заједница показује све веће интересовање за процес самог завршетка каријере у врхунском спорту.

Док су раније студије фокусиране на проучавање прилагођавања спортиста на тешкоће и трауме које прате овакав процес (нпр. Mihovilovic, 1968; Ogilvie & Taylor, 1993; Werthner & Orlick, 1986), скорашња истраживања указују на то да крај каријере у врхунском спорту треба посматрати као животни догађај који утиче на процес животне добробити и развоја бивших спортиста (Alfermann & Gross, 1997; Wylleman, De Knop, Menkehorst, Theeboom & Annerell, 1993).

Сама спортска каријера, дефинисана као „вишегодишња спортска активност индивидуалних циљева на врхунском нивоу достигнућа и самонапредовања у спорту“ (European Federation for Sport Psychology, 2000), није хомогеног ентитета, већ се састоји из неколико фаза. Свака фаза, укључујући транзицију и прилагођавање на живот после спорта, састоји се из више специфичних захтева којима се спортиста прилагођава и с тога се ти захтеви схватају и дефинишу као транзиција.

На основу модела људског прилагођавања транзицији, предложеног од стране Шлосберга и сарадника (Schlossberg, 1981; Schlossberg, Waters & Goodman, 1995), „транзиција је догађај или не-догађај који утиче на промену самосвести, начина на који доживљавамо себе и свет и с тога утиче и захтева промену у понашању и односима“ (Schlossberg, 1981).

Мада се почетак спортске транзиције може повезати са једним препознатљивим догађајем или не-догађајем (нпр. са догађајем који је појединац прижељкивао, али се није десио, и тако променио његов живот), транзиције су процеси на које утичу четири главна фактора – ситуација, ми сами, подршка и стратегије.

Заједно са порастом интересовања за научно истраживање транзиција у спортској каријери је и студија утицаја разноразних, углавном спортских фактора на квалитет транзиционог периода.

На квалитет окончања каријере једног врхунског спортисте утичу: 1) разлози за крај каријере, 2) фактори који су у вези са адаптацијом на окончање и 3) доступни ресурси (средства).

Међу спортским предусловима који посредују у квалитету окончања каријере, концептуални модел истиче: 1) добровољност и постепеност у прекиду спортске каријере, 2) степен спортског идентитета, 3) процену спортских достигнућа и 4) планирање постспортске каријере.

Степен добровољности у процесу окончања спортске каријере значајно доприноси квалитету адаптације на постспортски живот и његово схватање (Taylor & Ogilvie, 1994).

И друга истраживања потврђују да је крај каријере на добровољној бази у вези са лакшим прилагођавањем на постспортски начин живота (Alfermann, 2000; Сесић-Ерпић, 2002). Повлачење из спорта које није на добровољној основи може довести до низа психолошких потешкоћа, као што су смањење самопоуздања, самопоштовања, самоконтроле и других честих осећања беса, анксиозности и депресије (Alfermann & Gross, 1997).

Такође, на утицај квалитета адаптације постспортском животу доприноси и постепеност процеса (Ogilvie & Taylor, 1993). Овај фактор је блиско повезан са степеном добровољног окончања спортске каријере и прати планирање постспортског живота.

Идентитет спортисте, који је дефинисан као „степен до кога се индивидуа дефинише спортском улогом“ (Brewer, Van Raalte & Linder, 1993), представља један од основних проблема који утичу на начин и дефинишу начин прилагођавања постспортском животу.

Приврженост спортисте спорту и значајно смањена укљученост у друге сфере социјалног живота (нпр. улога студента, партнера, пријатеља), често доводе до формирања снажне спортске личности, што може имати и позитивне и негативне последице по учеснике у спорту. Позитивни су утицаји на спортска достигнућа, спортску приврженост и спортске перформансе, а негативни на све друге социјалне улоге у животу ван спорта.

Неки научници су пронашли доказе који указују на то да су спортисти са јаким идентитетом спортске личности, у већем ризику да доживе тешкоће у прилагођавању по окончању каријере (Blinde & Greendorfer, 1985; Ceric Ergic, 1998). Ово се посебно односи на развој другог идентитета везаног за одабир постспортског занимања и на временско трајање емотивних и социјалних прилагођавања у постспортском животу.

Процена достигнућа спортских циљева, који су по својој природи субјективни, један је од мање проучаваних последичних фактора повезаних са окончањем спортске каријере. Истраживања Вертнер и Орлик (1986) указују на то да се спортисти који су остварили више циљева у својој спортској каријери, боље уклапају у процес живота после каријере.

Планирање постспортске каријере, пре њеног самог окончања, потпуно утиче на квалитет адаптације животу који следи по завршетку. Планирање може да укључује разноврсне активности – наставак образовања, пословне подухвате и активности које су у вези са ширењем социјалне мреже контакта спортисте.

Иако је емпиријски подржана та јака веза између планирања постспортске каријере и бољег квалитета адаптације постспортском животу (Stambulova, 1994), у просеку око 45% активних спортиста не размишља о свом животу и активностима после каријере (Wylleman et al., 1993).

Претходна истраживања, такође, подвлаче значај претходних и последичних фактора, који нису директно у вези са спортом, али утичу на процес повлачења из врхунског спорта, као што су: 1) хронолошка старост, 2) образовни статус и 3) догађаји који нису у вези са спортом.

Старост спортисте и могући пад спортских перформанси су најчешћи узроци за окончање каријере. Способност спортисте да се такмичи на врхунском нивоу је углавном функција одржања њихових психолошких способности на такмичарском нивоу и стога је под утицајем спорог опадања тих способности, које су, ипак, у директној вези са старењем.

Психолошке импликације старења у спорту у директној су вези са падом мотивације за тренинг и такмичење и мењају вредности и приоритете (Сесис Егрис, 2000). Процес старења у спорту често је повезан са губитком социјалног статуса у спортском окружењу и падом самопоуздања у сродним социјалним активностима.

Висок социјално-образовни статус, који може утицати на могућности нових занимања по крају каријере, такође има значајан и позитиван утицај на квалитет посткаријере.

Процес окончања спортске каријере треба такође сагледати и са аспеката фактора који нису у великој мери повезани са спортом и самом спортском активносћу, с обзиром на то да је и њихов утицај на период адаптације по завршетку спортске каријере значајан.

Те транзиције ван спорта односе се на догађаје који се самом спортисти дешавају у његовом социјално-психолошком животу (нпр. образовање, лична интересовања, пословна каријера, мрежа социјалних интеракција и личних односа).

Сам концепт ванспортских транзиција укључује нормативне и ненормативне догађаје у одраслом добу. Претпоставља се да је развој у одраслом (зрелом) добу примарно социјално условљен од стране животних догађаја који захтевају реорганизацију нечијих очекивања и/или начина живота.

Утицај који животни догађаји имају на живот индивидуе и начин на који неко реагује на догађаје, зависе од субјективне перцепције тих животних догађаја.

Стога је спортски развој под директним утицајем важних животних догађаја (ванспортских транзиција), као што су запошљавање или покретање сопственог посла, брак, рођење детета или пензионисање.

Пошто бивши врхунски спортисти доживљавају крај каријере као важан животни догађај, слободно се може претпоставити да он утиче на њихов развој.

Дакле, квалитет окончања једне каријере врхунског спортисте и његово прилагођавање животу после спорта зависе од спортских и ванспортских фактора.

Утицај тих фактора може резултирати успехом, тј. релативно глаткој транзицији, или мањим или већим тешкоћама у психолошком, физичком, психо-социјалном и пословном нивоу.

Након повлачења из спорта, спортиста се може суочити са тешкоћама на:

1) психолошком нивоу, као што су: криза идентитета, губитак самопоуздања и самопоштовања, пад животних задовољстава;

2) емотивном нивоу: осећања недовршених и неиспуњених спортских циљева, али и проблема за зависношћу (алкохол, дрога);

3) физичком: тешкоће укључују повреде и здравствене проблеме, проблеме са нетренирањем и исхраном;

4) психо-социјалном нивоу: социјална и културна усамљености, недостатак социјалних контаката и проблеми са стварањем нових веза и пријатељстава ван света спорта;

5) Затим, и до тешкоћа које су у вези са новом професионалном каријером и новим занимањем, нпр. недостатак нових пословних могућности, опција за преквалификацију, могућност избора који није адекватан и опадање финасијских прихода.



У већини поменутих студија на тему окончања спортске каријере, ови фактори, не само да су у малој мери по природи описани, већ су генерално занемарени у проучавању утицаја ванспортских чинилаца на процес повлачења из спорта, првенствено на сам крај и окончање спортске каријере врхунских спортиста.

Стога је пажња ове студије усмерена на квантитативне ефекте неколико спортских и ванспортских чинилаца, који утичу на процес окончања каријере.

У складу са релевантном литературом, проучено је девет спортских и ванспортских фактора, за које се сматра да имају доста утицаја на процес прилагођавања бивших врхунских спортиста на живот после спорта.

Од спортских то су: 1) добровољност и постепеност у окончању каријере, 2) субјективна процена спортских достигнућа, 3) планирање пост спортског живота и 4) идентитет спортисте.

Од ван спортских: 1) старост, 2) степен образовања и 3) утицај социјалне средине на процес прилагођавања животу после спорта.

На основу претходних истраживања, претпоставља се да принудни и нагли прекид спортске каријере, ниска процена спортских достигнућа, не планирање постспортског живота и превише јак идентитет спортисте воде ка тежем процесу окончања каријере.

Затим, претпоставља се да су спортисти који су у каснијим годинама окончали каријеру имали нижи степен образовања, да су доживели мање позитивне, а више негативне ванспортске транзиције и да су морали да се суоче са тежим процесом окончања каријере.

Ово истраживање даје квалитативни опис спортских и ванспортских чинилаца и периода окончања врхунских спортских каријера, фокусирајући се на ефекте ових чинилаца и њихов утицај на проблеме у психолошком, психосоцијалном и професионалном смислу, као и прилагођавање на постспортску каријеру и организацију живота после спорта.

## **2. ПОЛАЗИШТА ИСТРАЖИВАЊА**

### **2.1. ПРЕДМЕТ ИСТРАЖИВАЊА**

Окончање каријере, тј. повлачење из врхунског спорта, саставни је део процеса једне спортске каријере.

Често наступа рано и долази непланирано, у тренутку када је сам спортиста достигао висок ниво спортског идентитета и био дубоко повезан и окупиран својом каријером; али и у тренутку када је већ испунио своја спортска очекивања и мотиве, па окончање каријере долази као очекиван процес повлачења из спорта и прирема за почетак неке нове каријере.

На који год од ових начина каријера била окончана, спортисти бивају суочени са унутрашњим и спољним притисцима промена које долазе са новим начином живота.

Предмет овог истраживања је да да допринос већ постојећим истраживањима спроведеним на тему окончања каријере врхунских спортиста и да утврди који су то спортски и ванспортски фактори који утичу на квалитет окончања једне спортске каријере у врхунском спорту.

### **2.2 ЦИЉ И ЗАДАЦИ ИСТРАЖИВАЊА**

Циљ истраживања је да покаже да се квалитет окончања једне успешне спортске каријере базира на добровољном престанку бављења спортом, планирању окончања каријере пре њеног завршетка, субјективној процени достигнућа, претежно на идентитету спортисте, степену образовања, ефективној социјалној подршци (породице, тренера, пријатеља) и непостојању негативних промена које проистичу ван оквира спорта.

Основни задатак истраживања је разумевање процеса окончања спортске каријере, које обухвата и спортске и аспекте ван спорта, даје сложенију и вешструку перспективу току окончања једне каријере у врхунском спорту и прилагођавању животу после спорта.

### 3. ПРЕГЛЕД ДОСАДАШЊИХ ИСТРАЖИВАЊА

Као што је поменуто, спортско пензионисање сматра се за један догађај или процес. Када се користи термин окончање каријере и термин транзиција у каријери, мисли се на две различите перспективе. Завршетак спортске каријере сматра се наглим догађајем, где појединац доживљава осећања изолације и немогућности да настави даље, уместо осећаја личног раста и развоја.

Насупрот томе, транзиција у спортској каријери се може посматрати као процес у којем је такмичар вероватно спреман да започне нови начин живота и сагледа свој живот након спорта са оптимизмом и потребом за личним развојем.

Једну од првих студија у покушају да се испита феномен спортске пензије, спровео је Миховиловић (1968). Према резултатима његове студије о 44 бивших југословенских фудбалера, долази се до следећих закључака: а) спортиста у старијем добу покушава да одложи одлазак у пензију што дуже, б) ако спортиста није имао других активности ван спортског терена, пензионисање, изгледа, подноси стресно, а карактерише га и повећање пушења, коришћења алкохола и занемаривања вежбања, в) подршка коју је некада имао од својих пријатеља током такмичарских година више не постоји и г) већина анкетираних изјавило је да би спортисти, уколико би им било дозвољено да остану укључени у своју спортску активност, имали лакши прилагођавање пензионисању.

Неке студије фокусиране су на разлоге за престанак каријере, од фактора везаних за адаптацију, расположивих ресурса и квалитета адаптације спортском пензионисању (Taylor & Ogilvie, 1994). Различите студије понудиле су различите погледе на тешкоће прилагођавања по одласку у пензију.

На пример, истраживања Алисон и Мајера (1988) и Вернера и Орлика (1986) показују да се, иако овај процес транзиције не изгледа као узнемиравајући, многи спортисти суочавају са проблемима прилагођавања у тренуцима када су суочени са крајем своје спортске каријере.

Студија Блиндеа и Гриндорфера (1985) са бившим женским и мушким спортистима, разматра да алтернативне перспективе захтевају истраживање. Предлажу да се као прва тема испитају способности појединца да се успешно прилагоди новим улогама после спорта. Овај појам би могао бити веома користан у објашњавању квалитета адаптације на пензију.

Друго питање се тичало процеса „антиципаторне социјализације“, који се заснива на посвећености спортисте свом спорту и самовољности да преусмери своје приоритете. Антиципаторна социјализација је проактивни одговор припреме за одлазак у пензију, пре него што се деси (Crook & Robertson, 1991).

Трећи концепт везан је за питање да ли је узрок престанка био добровољан или присиљан. Јер, ако спортиста није спреман да прихвати своје нове улоге и ако буде приморан да се повуче, онда је више склон тешкоћама и проблемима прилагођавања по одласку у пензију.

Четврта ставка описује да начин на који спортиста реагује на транзицију у каријери, може утицати на одсуство контроле у процесу напуштања спорта.

По овом питању је Коукли (1983) дошао до сазнања да постојање неких друштвених феномена, као што су сексизам, расизам и сл, могу спречити жељу спортисте да се укључи и прилагоди новим улогама после спорта.

Спортисти који су развили своје вештине и знања током спортске каријере чешће ће имати успешну транзицију ка новим улогама у свом постспортском животу (Blinde & Greendorfer, 1985).

Такође, ако спортиста сматра и предвиђа потребу да се прилагоди алтернативним улогама током своје спортске каријере, то значи да се припрема за нови живот након спорта и вероватније је да ће доживети успешну транзицију.

Поред тога, спортиста са алтернативним вештинама и спортиста који је припремљен за свој постспортски живот може се одрећи своје спортске улоге добровољно и вероватније је да ће имати успешну транзицију.

С друге стране, спортиста који није развио друге вештине може имати проблема у проналажењу алтернативних улога (Blinde & Greendorfer, 1985).

Сваки врхунски спортиста је дубоко посвећен свом спорту, што свакако има позитиван утицај на његов учинак, али често има негативан утицај на све остало ван спортског терена. Много емпиријских и теоријских студија бавило се адаптацијом на пензију професионалних спортиста (Allison & Meyer, 1988; Cecic Erpic, 1999; Kerr & Dacyshin, 2000; Koukouris, 1991; Koukouris, 1994; Sinc & Orlick, 1993; Svoboda & Vanek, 1982; Werthner & Orlick, 1986...).

Алисон и Мајер (1988) спровели су истраживање са 28 бивших професионалних тенисерки, о њиховим субјективним искуствима током такмичарских година и пензије. Резултати су показали да већина спортиста није трауматично доживела своје повлачење из такмичарског спорта, ако су током повлачења из спорта, тј. пензионисања, видели прилику да промене свој живот у позитивном смеру и осећали се задовољно током свог процеса адаптације.

Поред тога, Стер (2007) је у својој студији са 8 шведских бивших професионалних тенисера утврдио да спортско пензионисање треба бити постепен, транзициони процес психолошке и социјалне адаптације, усмерен на самоидентитет. Он је закључио да искуство пензионисања, као изазов за играче, није толико драматичан процес, колико научна литература сугерише.

Исти поглед на ову тему изнео је још раније и Кукурис (1991), у својој студији о 113 бивших грчких спортиста из атлетике, веслање и одбојке, и навео да је већина спортиста позитивно реаговала на окончање каријере и по престанаку остала активно укључена у свом спорту у слободно време.

Он је такође назначио да комбинација унутрашњих и спољашњих фактора из спортског окружења утиче на процес прилагођавања окончању каријере.

Неколико година касније, још једна студија истог истраживача (Koukouris, 1994) са 34 грчких спортиста из атлетике, веслања и одбојке, додаје да је већина интервјуисаних спортиста доживела одлазак у пензију као поновно рађање прилика за лични развој.

Занимљиво је да су ова осећања искусили спортисти који су своју спортску каријеру завршили добровољно и који су се припремали за адаптацију новом животу.

С друге стране, спортисти који су невољно прекинули каријеру и нису имали алтернативних вештина или друге друштвене контакте, имали су проблема у процесу прилагођавања.

Проширујући своја истраживања, Кукурис (2004) је у студији са 19 бивших гимнастичара, дошао до резултата да је повлачење из гимнастике извор озбиљних проблема – социјалних, психолошких и здравствених. Након окончања каријера, дошло је до озбиљног смањења социјалних контаката међу тренерима и бившим спортистима.

С друге стране, Свобода и Ванек (1982) у студији са 163 мушкараца и жена спортиста описују да сваки спортиста има проблем прилагођавања током процеса транзиције. Према налазима ове студије, само 17% анкетираних спортиста није имало никаквих проблема у прилагођавању пензији.

Подршку овој студији конкретном перспективом дају и Вертнер и Орлик (1986), као и Паркер (1994), истраживањем са 7 пензионисаних фудбалера. Иако 6 од 7 учесника има негативна искуства, Паркер је изјавио да та специфична осећања нису део неке универзалне теорије, која је окренута тумачењу овог искуства као наглог догађаја, јер је већина играча била припремљена и упозната са могућностима које су постојале после спорта.

Поред тога, један важан налаз у овој студији је да је однос ових спортиста са својим тренерима био критичан фактор у њиховом транзиционом искуству.

Друге студије су фокусиране на чињеници да је начин адаптације на пензију под утицајем карактеристика окончања каријере. На пример, спортиста који одлази у пензију својевољно може имати лакшу транзицију (Cecic Erpic, 1999; Schlossberg, 1984).

Када је спортиста принуђен да се повуче, вероватније је да ће бити склон тежем прилагођавању пензионисању, за разлику од оног спортисте који је спортску каријеру завршио добровољно.

Ипак, Кер и Дацишин (2000), на основу своје студије о 7 бивших врхунских гимнастичара, додају да су и појединци, који су се пензионисали добровољно, такође имали проблема у прилагођавању.

Поред тога, у погледу карактеристика које утичу на процес адаптације, Блајзилд и Стелтер (2003) су студијом случаја са 3 бивша професионална данска фудбалера, показали да је квалитет транзиције код професионалног фудбала првенствено зависи од следећих фактора: узрока пензионисања, нивоа атлетског идентитета, посла и образовних могућности у новом животу, квалитета социјалне подршке, унутрашње и спољне социјалне мреже и могућности одржавања социјалног статуса који одговара самоконцепту играча.

Ипак, постоје неки фактори који су садржани у сваком од ових истраживања (Ogilvie & Howe, 1981). Фактори који се предлажу да би помогли успешно прилагођавање, укључују: (а) претходну социјализацију, (б) идентитет и самопоштовања, (в) личне вештине управљања, (г) системе социјалне подршке и (д) добровољност насупрот недобровољном пензионисању. Наравно, постоји неколико других фактора који су такође веома важни, као што су сукоби вредности, здравље и финансијско стање (Crook & Robertson, 1991).

Окончање каријере може бити највише трауматично искуство за једног спортисту, у случају када постоји потпуни недостатак антиципаторне социјализације или припрема за живот након спорта.

С једне стране, Ботерил (1981) наводи да су спортисти који немају никакву другу алтернативу, осим своје спортске каријере, најугроженији по питању трауматичног окончања каријере.

Вертнер и Орлики (1986) тврде да су спортисти који су имали могућности да се укључе у друге занимљиве активности током своје транзиције, имали успешну и здраву транзицију.

Несумњиво, потребна је пуна посвећеност врхунског спортисте да би постигао успех, а то доводи до обавезног занемаривања других аспеката живота. Тако, спортисти немају много опција у каријери, у свом животу након спорта и због овог недостатка, они су обично склони да искусе негативна осећања, као што су бес, фрустрација и губитак самопоштовања.

Норт и Лавали (2004) у својој студији са 561 испитаником (и мушкарцима и женама спортистима), са циљем да испитају њихове краткорочне планове у погледу равнотеже између спортске и друге активности, као и њихове дугорочне планове у погледу њихових активности након престанка спортске каријере, утврдили су да је планирање каријере после спорта фокусирано искључиво на покретање професионалне каријере, стицање диплома, оснивање породице и уживање у животу уопште (нпр, путовања).

Орлик (1980) је предложио да спортисти треба да балансирају свој живот док се такмиче, ако желе да се припреме за успешно прилагођавање пензији након окончања своје каријере. Зависност спортисте од спорта, може потенцијално довести до тога да већи део њих доживљава кризу идентитета и губитак самопоштовања.



Нешто ранија истраживања, нпр. она која су спровели Хил и Лоув (1968), указују на то да у тренуцима пензионисања може доћи до кризе идентитета или до сличних психолошких осећања и да пензионисање у целини може имати негативан утицај на постспортски живот.

Поред тога, Огилви и Хоув (1981), сугеришу да што је спортиста приврженији свом спорту, више трауматских криза идентитета ће бити током његове/њене адаптације на пензију после спорта.

У складу са овим мишљењем, и новија истраживања указују на то да је степен до којег је спортиста посвећен свом спорту важан развојни фактор који утиче на прилагођавање при окончању каријере (Lavalee, 2005).

Такође, Цецић Ерпич и Вилемен и Зупанчић (2004), наглашавају да се трајање транзиције односи на степен у којем спортиста наставља да буде идентификован са улогом спортисте и након престанка каријере.

Алферман, Стамбулова и Замејтајт (2004) у својој студији са 256 немачких, литванских и руских спортиста, закључују да је висок ниво спортског идентитета допринео мање позитивним реакцијама на пензију и утицао на више проблема у процесу прилагођавања.

Такође, планирање пензионисања допринело је значајно боље когнитивној, емотивној и бихевиоралној адаптацији.

Поред тога, у студији са пет бивших врхунских спортиста из ритмиче гимнастике, Лавали и Робинсон (2007) утврдили су да у тренутку када су учесници окончали своју спортску каријеру, нису знали ко су они били, шта да раде са својим животом након спорта и доживљавали су осећај губитка и очаја.

Истраживачи су показали да апсолутна посвећености спорту обично развија зависност, јер су спортисти, посебно врхунски, често подстицани да буду зависни од својих тренера, који доносе већи део одлука везаних за њихов живот и ван спортског терена.

Лерх (1984) сматра да је један од проблема са којом се спортиста у пензији потенцијално сусреће, немогућност да се бави својом независношћу.

Баили (1992) подржава овај став у својој студији са врхунским и аматерским спортистима, где описује значење које учешће у спорту може имати за спортисту и наводи како идентитет спортисте може утицати на његово прилагођавање окончању каријере.

Он је, такође, навео и да многи спортисти нису довољно припремљени за одлазак у пензију из такмичарског спорта и да због могу бити суочити са озбиљним проблемима у процесу адаптације на потпуно нови живот, са значајним променама у својој новој каријери и новом идентитету.

Лали (2007) у својој студији са шест студента спортиста, утврдила је да су учесници доживели велику кризу идентитета и после пензионисања, упркос чињеници да су покушали да умање своје спортске идентитете пре пензионисања.

Још један фактор који може утицати на прилагођавање процесу пензионисања и може бити извор потенцијалних тужних реакција, јесу телесне промене као што су описали Штефан и сарадници (2007), у својој студији са шездесет и девет француских пензионисаних врхунских спортиста. Установили су да тешкоће које се тичу физичких промена, негативно утичу у погледу самопоштовања физичке личности, уочене физичке кондиције, спортске надлежности и телесне атрактивности.

Због емотивне и физичке привржености спорту, спортисти нису увек у могућности да развију многе односе изван спортског простора, тј. спортске заједнице. Стога су породица и пријатељи важан фактор који утиче на њихову адаптацију пензији. (Orlick, 1986).

У међувремену, подршка коју су спортисти некада имала од тренера или саиграча, док су се такмичили, често нестаје.

Розенберг (1982) и Лерх (1982) су користили танатолошки концепт социјалне смрти да објасне ово. Наравно, постоје неки случајеви када спортисти немају подршку која им је потребна од своје породице. Чланови породице, који су се навикли на славу и престиж, коју им је учешћем спортиста донео, не могу подржати одлуку спортисте да оконча своју спортску каријеру. Као резултат тога, спортиста у пензији почиње да се осећаја запостављено и изоловано.

Као што је поменуто раније, упркос опсежним истраживањима у области спорта по питању престанка каријере, мало истраживања је спроведено о утицају друштвене подршке коју пензионисани спортисти примају током и након њихове спортске каријере.

Један од првих емпиријских покушаја да се анализира повлачење из спорта везано за социјалну подршку спровео је Миховиловић (1974), који је утврдио да су фактори који су укључени у процес окончања каријера и били разлог за одлазак у пензију, мреже социјалне подршке и механизми за боравак укључени у спорт.

Такође, студија Рејнолдс (1981) са бившим професионалним фудбалерима, била је и једно од тих првих истраживања, којим се нагласио значај социјалне подршке као значајног ресурса суочавања са окончањем спортске каријере.

У последњих тридесетак година и други истраживачи су, такође, истакли значај социјалне подршке тренера, породице и пријатеља.

Штефан и сарадници (2003) у својој студији са француским бившим врхунских спортистима наглашавају значај друштвене, емотивне и финансијске подршке пензионерима-спортистима од стране значајних особа и сродних спортских организација.

Занимљиво је и то да спортисти који су искусили негативну транзицију често пријављују недостатак система подршке, када је већина њихових пријатеља (већина њих су били из спортског окружења) активно наставила са спортом (Mihovilovic, 1968).

Поред недостатка приступа старих система подршке, они могу доћи у ситуацију да не могу имати способност да креирају нови систем подршке, што може да их доведе до осећања усамљености и изолације.

Студија коју је спровео Штелтер (2003) нуди велико разјашњење у вези са концептом социјалне подршке. У свом истраживању са три студије случаја са три бивша професионална данска фудбалера, закључује да су да унутрашња и спољна социјална подршка веома важне за квалитет окончања каријере.

Због високог нивоа спортског идентитета, њихова мрежа била је састављена од породице и пријатеља из њиховог спорта, и она је нестала убрзо након што су напустили спорт.

Један од њих није имао добро успостављену интерну социјалну мрежу, због развода са супругом и бројних клупских трансфера, али је врло брзо, након недобровољне транзиције, пронашао нову девојку (касније, своју супругу), која му је помогла да изађе из депресије.

Још једна важна студија на ову тему спроведена је од стране Шмида и Зајлера (2003) са немачким спортистима, који су потврдили да чланови породице, пријатељи, брижан тренер или професионални саветник, који пружају емоционалну, социјалну и инструменталну подршку, могу бити предиктор успешног процеса транзиције.

#### 4. АКТУЕЛНОСТ И НАУЧНИ ДОПРИНОС ИСТРАЖИВАЊА

Последњих тридесетак година повећано је интересовање за проучавање спортиста и њихових каријера, првенствено због самог друштвеног значаја који спорт има данас. Међутим, већина ранијих истраживања бави се искључиво прилагођавањем на трауме и проблеме са којима се спортисти по окончању своје спортске каријере суочавају, а доступна литература у највећем броју случајева за испитанике има спортисте који нису из наше земље. Самим тим, реална слика о томе шта се догађа по окончању каријере са нашим, домаћим спортистима, не постоји.

Значај истраживања је, сходно томе, да:

- 1) јасно дефинише факторе и утицаје значајне у процесу окончања спортских каријера;
- 2) да скрене пажњу активним спортистима на значај планирања постспортске каријере, ради што боље адаптације на живот који их даље чека;
- 3) да покаже да окончање каријере не мора да буде болна транзиција која за последицу има кризу идентитета, трауме и проблеме;
- 4) да прикаже позитивне примере и искуства наших спортиста који су своју каријеру окончали са врхунским резултатима и успешно прошли процес транзиције од спортисте ка бившем спортисти и
- 5) да да неке основне смернице активним спортистима, како да што спремније дочекају последњу фазу своје спортске каријере и да се без већих проблема прилагоде новим улогама у животу и започну неку нову каријеру.

Сам процес окончања спортске каријере добио је мало више пажње, и то вероватно због повећаног медијског публицитета, па на тај начин и повећаног друштвеног значаја спортиста.

Спортисти су давно престали да буду само људи којима је у опису професионалног живота бављење спортом и постали узор деце и омладине, синоним за успешне појединце, представници једне нације и носиоци брэнда једне земље.

Самим тим, свако истраживање из области спорта које укључује аспект спортске каријере, посебно оне успешне, значајно је за разумевање значаја спортске професије и њеног социјалног утицаја у једном друштву.

Дисертација даје допринос већ постојећим светским истраживањима на ову тему, с аспекта спортиста из Србије и поставља, у овом тренутку, најреалнији могући приказ свих проблема, али и предности са којима се спортисти суочавају на крају своје спортске каријере.

Непостојање адекватних спортских менаџера, спортских агенција и адекватног третмана државе, на територији једне „земље спорта“, који би водили бригу о спортистима и њиховим каријерама, које сви присвајамо као своје и чијим се резултатима поносимо у свету (као да су лично наши и да смо ми заслужни за њих), довело је до тога да ти „наши“ велики спортисти, оног тренутка када окончају своју каријеру, постају „ничији“.

У Србији не постоји систем, нити институција, која води бригу о спортистима на тај начин нити спроводи истраживања на тему спортских каријера, а нема чак ни образовних институција које су у свој систем образовања увеле за предмет проучавања и учење о спортској каријери и њеном управљању, иако је она значајан део саме индустрије спорта, спортског маркетинга и ПР-а.

Тачније, да нема спортиста (и њихових врхунских резултата и каријера), не би било ни спорта, ни спортске индустрије.

С обзиром на то да рад у великој мери обрађује и саму каријеру (с акцентом на њено окончање), а да су испитаници искључиво спортисти међународног разреда са врхунским спортским резултатима иза себе и велики број спортиста са „титолом“, тј. звањем заслужних спортиста (освајачи медаља на великим спортским такмичењима, Олимпијским играма, Светским и Европским првенствима), рад у једној мери даје и приказ особина и других чинилаца, како у спорту, тако и ван њега, неопходних за постизање врхунских спортских резултата.

Коришћењем искустава неких од најбољих спортиста наше земље, подићи ће се свест код наших спортиста, спортских стручњака и спортске јавности о нужној потреби образовања током трајања спортске каријере, психолошкој подршци за остваривање врхунских резултата и, пре свега, о неопходној потреби планирања постспортског начина живота и каријере после спорта.

Рад, између осталог, даје и смернице за што безболнији процес прилагођавања и транзиције од спортисте ка бившем спортисти.

## 5. ХИПОТЕЗЕ ИСТРАЖИВАЊА

Према постављеним циљевима, дефинисана је основна хипотеза и пет помоћних.

### Генерална хипотеза (ГХ):

ГХ - Квалитет окончања спортске каријере базира се на припреми и планирању постспортског начина живота.

### Помоћне хипотезе:

Х<sub>1</sub> - Степен добровољности и поступности важан је предуслов за безболнији процес прилагођавања животу после спорта.

Х<sub>2</sub> - Степен спортског идентитета један је од одлучујућих фактора за квалитет транзиције, јер јак спортски идентитет води ка тежем процесу окончања каријере.

Х<sub>3</sub>- Спортисти који су постигли значајне успехе у својој каријери не гледају на процес њеног окончања негативно и не суочавају се са великим психосоцијалним проблемима.

Х<sub>4</sub>- Утицај фактора који нису у директној вези са спортом (социјални контакти, степен образовања, лични односи), значајно доприносе квалитету транзиције.

Х<sub>5</sub> - Врхунски спортисти имају свест о окончању каријере, али се не баве дугорочним планирањем живота после спорта.



## 6. МЕТОДОЛОГИЈА ИСТРАЖИВАЊА

Термин „статистика” потекао је од латинске речи „статус”, која значи политичко стање у држави. Немачки научник Готфрид Ахневал је први у науци употребио израз „статистика” у значењу „државно уређење”.

Предмет статистичког истраживања су масовне појаве. Масовна појава представља скуп елемената који се одликују низом заједничких али варирајућих обележја. Статистика се бави прикупљањем, обрадом и анализирањем података о масовним појавама.

Она се базира на подацима који су прикупљени у прошлости, али се на основу тих података може предвидети и понашање масовних појава у будућности.

Подела статистике:

Дескриптивна статистика обухвата методе прикупљања, сређивања и приказивања података, као и методе одређивања параметара основног скупа;

Инференцијална статистика обухвата методе којима се објашњава варијабилитет појава уз помоћ статистичких показатеља и статистичко закључивање на основу узорка.

Код истраживања масовних појава примењују се разни статистички методи, који се могу поделити у две основне групе. У прву групу се сврставају методи који се користе за статистичко посматрање (прикупљање, груписање, сређивање и приказивање статистичких података). У другу групу сврставају се методи статистичке анализе, који се користе за разна израчунавања, објашњења и закључивање о карактеристикама основног скупа на основу узорка.

Истраживање у оквиру овог рада су обављена на претежно дескриптивним основама, и то:

- 1) кроз критичко сагледавање предмета који се проучава;

- 2) кроз проучавање и критичко разматрање одговарајуће присутне научне и стручне литературе, везане за различите услове и аспекте проучавања спортске каријере, са акцентом на проблеме са којима се спортисти суочавају при њеном окончању;
- 3) кроз систематизацију радног искуства стеченог током реализације самог истраживања у току проучавања предметне области;
- 4) кроз систематизацију закључака прикупљених са разних стручних расправа, скупова и саветовања из области спортске делатности, а из односне истраживачке области;
- 5) на основу индивидуалних интервјуа, најреалније и најчешће стратегије прикупљања података квалитативног истраживања;
- 6) коришћењем упитника састављеним од питања релевантних за добијање резултата истраживања, а који су на адекватан начин пружили одговоре на питања постављене теме рада.

Све ово рађено је са циљем да се дође до одговарајућих сазнања, која су, у највећој могућој мери, методолошки и научно прилагођена разумевању окончања спортске каријере у врхунском спорту, као значајне фазе спортског начина живота, и пре свега, најзначајнијег полазишта нове наступајуће будућности бившег спортисте и његово прилагођавање некој новој улози у животу.

## 6.1 ДЕСКРИПТИВНА АНАЛИЗА

Код истраживања масовних појава примењују се разни статистички методи, који се могу поделити у две основне групе.

У прву групу се сврставају методи који се користе за статистичко посматрање (прикупљање, груписање, сређивање и приказивање статистичких података).

У другу групу сврставају се методи статистичке анализе, који се користе за разна израчунавања, објашњења и закључивање о карактеристикама основног скупа на основу узорка.

Први методи припадају дескриптивној анализи, а други методи статистичкој анализи.

У примеру ће бити обрађене мере централне тенденције и мере дисперзије.

Табела 1. Мере централне тенденције и дисперзије истраживања

	Колико година сте се бавили спортом	Године старости
Аритметичка средина	19.3929	38.0000
Медиана	19.0000	38.0000
Модус	15.00	38.00
Стандардна девијација	5.27987	3.87298
Мера асиметрије	-.155	-1.408
Стд. грешка мере асиметрије	.441	.361
Мера спљоштености	-.836	2.124
Стд. грешка мере спљоштености	.858	.709
Минимум	10.00	28.00
Максимум	27.00	43.00

### Аритметичка средина

То је средња вредност која показује, репрезентује целу статистичку масу, тј. она је та вредност која замењује свако друго обележје у серији коју посматрамо. Средње вредности су вредности које једном бројчаном вредношћу карактеришу статистичку масу у целини.

### Медијана

Медијана је средња вредност обележја по положају која дели нумеричку серију на два дела, под условом да су вредности обележја поређане у растући низ.

### Модус

Модус је вредност нумеричког обележја које се најчешће појављује, тј. вредност која има највећу учесталост.

### Стандардна девијација

Стандардна девијација показује средњу меру одступања појединачних вредности обележја од аритметичке средине. Израчунава се увек у апсолутним вредностима. Мери се у јединици мере у којем је изражено обележје (м, кг, дин.). Вредност стандардне девијације налази се у границама  $(0, + \infty)$ .

### Коефицијент асиметрије

Распоред фреквенција (нумеричких серија), графички приказан у правоуглом Декартовом координантном систему и може бити:

- симетричан у односу на аритметичку средину;
- асиметричан у леву страну - негативна асиметрија;
- асиметричан у десну страну – позитивна асиметрија.

### Коефицијент спљоштености (ексцеса)

Распоред фреквенција графички приказан у правоуглом Декартовом координантном систему и може бити:

- нормално спљоштен (заобљен);
- више спљоштен (нижи) у односу на нормалан распоред;
- више издужен (виши) у односу на нормалан распоред.

## 6.2 НЕПАРАМЕТАРСКИ СТАТИСТИЧКИ ТЕСТОВИ

Непараметарски статистички тестови не зависе од строгих претпоставки везаних за основни скуп из кога се формира узорак и не односе се на параметре основног скупа. Због тога се ови тестови називају непараметарски или тестови независни од распореда.

Сам назив непараметарски статистички тестови не подразумева да се помоћу њих не могу тестирати и неки параметри основног скупа. Сваком параметарском статистичком тесту може се придружити одговарајући непараметарски тест, који не захтева строги услов да се основни скуп покорава законима нормалног распореда.

Непараметарски статистички тестови најчешће имају само један услов, да основни скуп из кога је формиран узорак има непрекидан распоред.

У привреди и друштву постоји велики број појава које се не могу квантитативно мерити.

На пример интелигенција радника, мотивисаност, преференција потрошача и зато се не могу проучавати путем класичних статистичких метода.

Ако би се ове појаве тестирале применом параметарских тестова, дошло би до промене нивоа значајности теста, што би за последицу имало искривљење резултата тестирања. Код ових тестова користи се само релативан однос између оригиналних података.

Непараметарски статистички тестови најчешће тестирају медијану, за разлику од параметарских, који тестирају аритметичку средину.

Приликом тестирања нормалности нашег узорка дошли смо до закључка да се исти не покорава нормалном распореду, па из тог разлога смо се одлучили да се сва тестирања нултих и радних хипотеза ураде преко Хи ( $H_1$ ) квадрата.

### 6.3 УЧЕСНИЦИ ИСТРАЖИВАЊА

Учесници истраживања су 43 (N=43) бивших врхунских спортиста, и то мушкараца (M43=100%). Учесници су своју спортску каријеру окончали као носиоци звања спортиста заслужног спортског разреда, што значи носиоци медаља на Европским и Светским првенствима и Олимпијским играма и то укупно шеснаест њих (37,21%), као и спортисти међународног разреда, тј. спортисти са искуством на међународним такмичењима, Светским куповима, Европским лигама и носиоци медаља на другим Међународним такмичењима, њих двадесет седам (62,79%).

Укупан проценат учесника испитивања који су у неком периоду своје активне спортске каријере били учесници Олимпијских игара је 53%.

Испитаници су били спортисти са територије Републике Србије, из искључиво Олимпијских спортова, како колективних, тако и индивидуалних и то: кошарке, одбојке, ватерполоа, фудбала, атлетике, пливања и џудоа.

Испитаници су у спортској пензији дуже од 1 године, а не више од 11 година, како би се осигурало да су прошли кроз процес прилагођавања животу после спорта.

Табела2. Учесници по спортовима

Спорт	N	Проценти
Кошарка	16	37.20
Одбојка	11	25.58
Ватерполо	6	13.95
Фудбал	4	9.32
Атлетика	2	4.65
Џудо	2	4.65
Пливање	2	4.65
Укупно	43	100.00

## 6.4 ИНСТРУМЕНТИ И ПРОЦЕДУРЕ

Сваки учесник овог истраживања је лично контактиран путем имејла или телефона и објашњена му је сврха и циљ истраживања, као и загарантована анонимност. Затим је сваком бившем спортисти који је био заинтересован да да свој допринос истраживању, прослеђен упитник (налази се у прилогу ове дисертације).

Упитник се састојао из четири дела, са укупно 56 питања и састављен је по узору на упитнике које су неки од истраживача на овом пољу већ користили у сврху својих истраживања.

Први део чине питања везана за социјално-демографске карактеристике бивших спортиста.

Други део се односи на њихов период тренинга и такмичења, тј. на дане њихове активне каријере.

Трећи део се односи на саму спортску каријеру и живот спортисте у тренуцима највећих спортских достигнућа, односно на врхунац каријере.

Четврти део упитника, који је најобимнији, односи се на крај спортске каријере и садржи питања везана за тренутак окончања спортске каријере и прилагођавање на живот после спорта.

Попуњен упитник бивши спортисти су путем имејла слали назад на статистичку анализу, а са неким од спортиста је обављен и интервју, базиран на питањима која су саставни део упитника, а ради што бољег разумевања њиховог субјективног осећаја процеса транзиције.

## 7. СПОРТСКА ИНДУСТИЈА И ПРОФЕСИОНАЛНИ СПОРТ

Крај прошлог и почетак новог миленијума несумњиво је обележио спорт као најпопуларнија активност на земљи. Спорт је заиста постао велики бизнис и велика индустрија, велика забава за више од пола планете.

Крећући се од чисте „забаве маса” и аматеризма до професионалног и комерцијалног спорта, спорт није само субститутивно коришћење слободног времена, већ је и значајна, пре свега, привредна, социјална и маркетиншка делатност једног друштва.

Некада базиран на принципу аматеризма (понос и слава су биле надокнада за наду и успехе), а у данашње време на принципима либералног капитализма и новоформираног спортског тржишта, на коме је регулатор односа профит од спортске активности.

Спорт је данас тржиште. Медаља има своју цену (посебно олимпијска), затим стипендије и награде, припреме, исхрана, бодови у лигама такође (плате, премије), па и сви спортски догађаји, од локалних до светских.

Спорт је са једне стране унутрашња, физичка потреба, начин живота људи, где се стварају емоције и задовољства, свест о себи, утврђује идентитет и интегритет личности спортисте. Међутим, са друге стране, спорт је постао континуирани психофизички напор и замор, трошење енергије, мукотрпан, досадан рад, пун монотније, сумњи, пораза и разочарења, трошења слободног времена и искључивања из обичног живота. То посебно важи за професионални спорт.

Зато спортисти данас, с правом, продају свој рад као спортску робу (спортски резултат). Купци, власници клубова, држава, публика, то логично плаћају.



Спортска индустрија је по дефиницији привредна област у којој је извршена концентрација капитала и људских ресурса са циљем остваривања производне мисије, а успостављањем присних односа са специфичним категоријама потрошача спортских производа на тржишту на којем се купцима нуде производи намењени спорту, рекреацији и доколици у виду: активности, роба, услуга, људи, дестинација или идеја.

Оваква дефиниција, међутим, не обухвата обрнути редослед, односно услуге које се из унутрашњег окружења нуде купцима из спољашњег окружења. Под унутрашњим окружењем спортске индустрије подразумевамо: спортисте, тренере, менаџере, спортске организације, организаторе спортских догађаја и спортске објекте. У спољашње окружење спортске индустрије убрајамо: произвођаче спортске опреме, реквизита, обуће, одеће, трговачке компаније, производне компаније, маркетиншке агенције, средства масовног информисања, спонзоре, оглашиваче, као и све остале који користе спорт како би остварили неки свој интерес.

Овако посматрајући индустрију спорта можемо дефинисати као тржиште на којем се размењују производи и услуге из унутрашњег и спољашњег окружења индустрије спорта.

У спортској индустрији равноправно се остварују две основне функције:

- спортско – такмичарска, јер се из дана у дан од спортиста захтевају бољи резултати.
- пословно – менаџерска, као што су менаџмент, маркетинг, ПР, финансијске и кадровске делатности. Оне су нужне јер спортске организације њима остварују профит.

Спортска индустрија данас представља врло респектабилну област. На њен развој утицали су бројни фактори.

Спољни фактори развоја индустрије спорта (Томић, 2005):

- раст тржишта (нпр. популације као деца и одрасли окренули су се после Првог светског рата интензивније спорту, конкретно кошарци и фудбалу);
- стопа раста тржишта је директно условљена овим демографским кретањима;
- профитабилност индустрије била је нагла и јака, нарочито је покренула спорт;
- промене влада појединих земаља у политици које су проводиле у области спорта, омогућавале су конкурентнији оквир;
- расположиви нови материјали примењени су у производњи спортских производа;
- технолошке промене, водоотпорни реквизити високе чврстоће отпорни на лом, хабање, спољашњу температуру, итд;
- економске компетенције – адекватним стратегијама унутар везаних послова повећана је конкурентска предост (продајна сила, подела трошкова, формирања марки и оглашавања, координирана испорука и отпрема);
- економија величина и диверзификација производње (производња, испорука, набавка сировина);
- преференције купаца диференцираних производа;
- не(успех) националне економије, конкурентне и подржавајуће гране и др.

Унутрашњи фактори развоја индустрије спорта (Томић, 2005):

- производи – развој нових, технолошке иновације, проширена примена, варијетети према преференцијама купаца.
- економија величина и диверзификација производа условили су бољу дистрибуцију и чешће контакте са купцима.
- ценовна политика провођена је у складу са економијом величина, јефтинијим сировинским изворима и избором нових, јефтинијих канала продаје, те су купцима нуђени квалитетнији производи уз ниже цене. Диференцијација производа намењених професионалним спортистима и потрошачима са посебним захтевом проводи се ексклузивним аранжманима (појединачни производи и специјалне наруџбине).

У средишту спорта као експоненти, актери и носиоци индустрије су спортисти и њихове каријере (Арсич, 2007). Развој спортске индустрије и велика конкуренција пред спортисте поставља високе захтеве: комплексније тренинге (снаге и кондиције, техничко – тактичке), посвећен начин живота, медијску експонираност, физички изглед и проналажење начина да се спортска каријера продужи, јер је мотивација у облику милионских зарада и медијска пажња, неодољиви магнет за сваког човека.

За остварење и одржање успешне каријере једног спортисте, поред његових личних и спортских квалитета и подршке породице, потребан је и тим професионално обучених људи, који ће бити посвећени и предани управљању каријером појединца (Арсич, 2007).

## 8. СПОРТСКА КАРИЈЕРА У ВРХУНСКОМ СПОРТУ

### 8.1. РАЗВОЈ КАРИЈЕРЕ ВРХУНСКИХ СПОРТИСТА

Да бисмо разумели последњу фазу каријере једног врхуског спортисте, утврдили факторе који имају утицај на квалитет његовог даљег живота, разумели све тешкоће кроз које један врхунски спортиста може проћи по завршетку каријере, неопходно је кренути из почетка; објаснити и разумети све фазе једне спортске каријере.

Треба разумети како изгледа „формирање“ једног спортисте, који то фактори утичу на његов развој, на то да ли ће спортиста уопште имати каријеру и на то да ли ће та каријера бити успешна или не.

Све ово значајно је, пре свега, за формирање једне личности, затим и његовог спортског идентитета, за који досадашња литература сугерише да је један од кључних предуслова за што блажи и безболнији процес транзиције од спортске ка некој другој каријери и новом начину живота.

На основу димензија личности спортиста, реализованих у спортској активности, може се говорити о четири основне фазе каријере спортиста (Krsmanović, 2006):

1. фаза генерализације;
2. фаза диференцијације;
3. фаза специјализације;
4. фаза инволуције.

### *8.1.1. ФАЗА ГЕНЕРАЛИЗАЦИЈЕ*

Фаза генерализације је општа физичка активност пресудна за стварање спортских навика, са мотивима игре, дружења и емоционалног задовољства. Присутна је у првој фази бављења спортом, тј. у пионирском и школском спорту.

Деца у пионирском добу спорт доживљавају као активност (кретања, игру) и дружење са другом децом. Та два примарна мотива, за кретањем и дружењем, прате јаке емоције, спонтаност у понашању и велико задовољство приликом спортске активности. Циљ спортских педагога је формирање физичких навика, знање и потреба код деце, а родитеља – правилан физички развој, општа и спортска социјализација, у којој доминира повезивање и усклађивање личних и општих интереса.

Ову етапу, у узрасту од 7. до 15. године, не сме пратити превише интензиван тренинг, изолованост од друштвене средине, посебно школе, превелик публицитет, а уместо награда треба примењивати похвале. Најбоље спортске дисциплине за правилан развој представљају базични спортови (прво пливање, а затим гимнастика и на крају атлетика). Уска специјализација рапидно скраћује дужину каријере, па се из тог програма препоручује само техничка припрема.

У овом узрасту акценат је на селекцији спорта, игри и дружењу као најважнијих, као основи физичког вежбања, развоју емоција и мотивације. Деца су у овом периоду површна, непромишљена и неустрашива, идентификују се лако са асовима и ауторитетима. Систематски образовано-васпитни рад са њима, уз стварање основе за њихово опште осамостаљивање, основни је задатак за овај узраст у спорту.

Ова фаза сматра се успешно спроведеном ако је у спортској активности направљен успешан спој између индивидуалних психофизичких диспозиција и социјалних услова. Индивидуалне способности свде се на морално вољне – упорност, марљивост, одлучност, добро породично васпитање, позитивне узоре у спорту и животу.

Примарну и основну улогу код будућих спортиста, који су у овој фази, ипак, само деца, имају родитељи. Они су родитељи, навијачи, логистика и подршка у сваком смислу. Њихова упорност и ангажовање од пресудног је утицаја да будући спортиста стекне „радну навику”, која почиње од редовног одласка на тренинге и залагања на утакмицама и такмичењима.

Фаза генерализације директно је везана за школе спорта и спортске кампове, где се стичу прва знања и праве први кораци у/ка каријери.

### *8.1.2. ФАЗА ДИФЕРЕНЦИЈАЦИЈЕ*

Диференцијација у спорту представља скуп мера и напора да се у овом процесу развоја постигне жељени степен издвајања личних предиспозиција које одговарају одређеном месту у тиму.

Прикладним мерама се утиче на неутрализацију узрока и разлога због којих неко од играча заостаје и врши се његово прилагођавање.

Селекцијом се бира спортска грана и екипа, а доминирају мотиви дружења и афирмације. Карактеристична је за јуниорски спорт, а тада се спортисти налазе под јаким утицајем породице, школе, клуба, средине. У јуниорском узрасту, од 15. до 20. године, долази до коначног спортског избора и селекције – места у екипи. Спортски резултати, неминовни критеријуми у спорту, постају основ односа јуниора према сопственој спортској активности.

Са тренажног аспекта, битно је да спортиста прилагоди обим и интензитет вежбања карактеристикама свог узраста и тела, а не вредностима својих тренутних резултата.

Велика грешка тренера је ако талентоване јуниоре оптерећује сениорским такмичењима и сениорским тренинзима. То драстично смањује дужину спортске каријере, прво психички, а онда и физички.

У овој етапи је још увек велика улога породице, од које не треба одвајати спортисту. Важна је, такође, и улога школе, која ће спортисти омогућити одржавање друштвености, солидарности и социјалне промоције. Битна је и улога вршњака ван спорта, тренера, средине и услова за вежбање у клубовима, као амортизера „искакања” из социјалног миљеа.

Значајне разлике између европских и америчких спортских клубова видљиве су на пољу рада и улагања у млађе категорије (Arsić, 2007). У Европи је циљ да се уз обуку и стручни рад, млади играчи оспособе и прикључе првом тиму. Већина европских клубова поред сениорског тима има и организован рад са више од пет млађих селекција. Како млади играчи сазревају и приближавају се узрастом и квалитетом сениорима, у њихову каријеру се све више улаже и тренинзи постају све озбиљнији и квалитетнији. Само постојање млађих категорија у европским клубовима чини основну разлику у односу на нпр. америчке спортске клубове.

Најлакши пут до сениорских лиге за америчких спортиста је кроз универзитетске лиге, а у последње време све чешће и директно из средње школе.

Млади играчи своје спортско искуство стичу у току школовања. Ово је уједно и начин да се подстиче образовање играча, које ће им бити веома корисно, како у току саме каријере, тако и по њеном завршетку и укључивању у други посао.

Образовању играча у Европи посвећује се мало пажње. Млади играчи углавном сматрају да је немогуће да се посвете спорту и изграђивању спортске каријере, и да уз то завршавају факултет. То је и разлог зашто је међу европским играчима мали број оних са високим или вишим образовањем.

Како би се играчима омогућило у исто време врхунско спортско и опште образовање, од изузетне важности је правилан избор средње школе, академије или колеџа.

### *8.1.3. ФАЗА СПЕЦИЈАЛИЗАЦИЈЕ*

Фаза специјализације представља саму суштину једне професионалне спортске каријере, као резултат укупног процеса припреме (фаза генерализације и диференцијације), планирања и управљања. Она може бити успешна и неуспешна. За успех је потребан спој индивидуалних психофизичких диспозиција и социјалних услова:

- психолошки – контрола анксиозности, снажне позитивне емоције, висока мотивација усмерена ка афирмацији, доказивању, добити и дружењу, добром опажању;
- социјални – аутономни карактер (интегритет, индивидуалност, самоконтрола, самоиницијатива, поверење у себе и друге, солидарност, другарство);
- архетипске особине – хероизам до жртвовања, патриотизам, понос, колективизам.



За неуспех спортиста разлози могу бити:

- лични – слабо вежбање, непоштовање ритма живота, посебно исхране, сна и учења, прецењивање себе, лењост, себичност, колебљивост;
- општи – нестручан рад, криза у клубу, слабо улагање у спорт, недостатак услова за тренинг и такмичења.

Ако се спортиста правилно развијао, ова етапа почиње у првом делу сениорске каријере, од 20. до 28-30. године. То је и логично, јер се бржи психофизички развој завршава око 20. године, а тада почиње социјални развој – заузимање места спортисте у друштвеној средини на основу резултата, образовања, друштвене моћи и угледа, друштвеног положаја.

Основни спортски мотиви везани су за спортске резултате – успехе, а касније и за сам друштвени успех. Врхунски спортисти су превише изоловани од средине, а тзв. спортски живот – тренинзи, такмичења, путовања и припреме, доводи до првих осећања: анксиозности (страха) од такмичења и одговорности, засићености тренинзима и путовањима, досаде због свакодневног понављања активности.

У овој фази највећу улогу имају тренери и руководиоци у клубовима, јер се позитивно жртвовање младих са планом и вољно, може претворити у мржњу, страх, агресивност, социјалну патологију.

С друге стране, спортиста који снагом талента и рада скраћује прве две етапе (са 16-18 година постаје врхунски играч по резултатима и приходима), ову најважнију спортску етапу дочекује психички и социјално неспреман и брзо се „губи” у суровој тржишној утакмици.

#### 8.1.4. ФАЗА ИНВОЛУЦИЈЕ

Фаза инволуције је период опадања психичких и физичких способности и шанси за успех, уз доминацију интересних мотива (зараде, друштвеног положаја, признања и сл.).

Последња етапа спортске каријере код правилно тренираних спортиста наступа око 35. године, код погрешно тренираних и социјално „непокривених” око 30. године, а код „раубованих” јуниора већ после 25. године.

У овој фази код спортиста доминирају секундарни мотиви: корист, компензације, углед, тј. очекивање да ће доживети афирмативни пад, а не да ће бити оштећени, одбачени, преварени, напуштени.

Начини повлачења спортиста из врхунског спорта означавају њихове компензационе путеве: остатак у рекреацији, прелазак у тренере и друге друштвене улоге или претварање у „случај” или „жртву.”

Чести су у спорту путеви личног и социјалног „случаја,” када спортисти постају „ничји,” (а пре тога су били „своји” и „наши”) са деструкцијом у понашању, осећањима преварености и одбачености.

У овој фази битна је улога клуба, јер треба створити сигурност код спортиста приликом повлачења. Комплетна личност спортиста (општа знања, реализам и доследност) прави је основ за успешан крај спортско – такмичарске каријере. Стално стицање знања и звања, доследност у понашању, храброст суочавања са истином, прелажење на друге афирмативне активности, омогућиће стицање социјалног статуса који реално задовољава личне и друштвене циљеве.

Комплетне личности, у којима доминирају образовање, храброст и доследност, снаћи ће се у свим фазама спорта. Они ће, ако немају успеха, или ако су други мотиви ван спорта јачи, знати у право време да се повуку из активности (такмичарске, али не и рекреативне), па неће ни дочекати инволутивну фазу.

## 8.2. ЗНАЧАЈ ПРАВИЛНОГ УПРАВЉАЊА КАРИЈЕРОМ

Професионални спорт је облик интензивне, тренажно – такмичарске активности са циљем остваривања врхунских резултата, која је друштвено осамостаљена и институционализована кроз савезе и клубове, јавно испољена кроз такмичења, вреднована преко правила, постигнутих резултата и тржишно оцењена.

Основни пут до резултата (успех, бод, пласман, победа) јесте кроз спортске активности које су дуготрајне, планиране, интензивне, високо стручне и увек прилагођене појединцу, а тек онда колективу.

За професионални спорт је потребно испуњење многобројних услова. Социологија спорта издваја усаглашавање интереса, индивидуализацију и селекцију као најважније (Krsmanović, 2006):

- укрштање, тј. компромис три основна интереса:
  - 1) спортиста (тежња ка врхунским резултатима, успеху, компензацијама),
  - 2) друштва (реализација социјалних, културних, економских и политичких потреба и могућности) и
  - 3) публике (уживање у врхунским достигнућима и бежање од свакодневнице).

Спортски теоретичари сматрају да су потребне особине за успех у спорту:

- емоционална стабилност (контрола емоција, страха и беса пре свега)
- базично поверење у тренинг и спортске сараднике
- развијена савест (прихватање општег интереса, поштење и пожртвовање, лични ентузијазам)
- друштвеност, солидарност, сарадња и храброст.

Анализа најбољих спортских резултата показује да их постижу спортисти старости између 16 и 25 година, а у неким спортовима још и млађи. Имајући у виду чињеницу да у сваком спорту треба 5 – 10 година систематског рада да би се од спортисте средњег нивоа створио врхунски ниво, пракса је показала да је потребно са спортском активношћу отпочети у узрасту од 6 до 12 година.

У таквој ситуацији, потребно је имати у виду да само генетички потенцијали младих и оптимални тренажни рад могу довести до постизања врхунских спортских резултата. Стога се и јавља потреба за што ранијим откривањем спортских талената и стварањем услова за њихов развој.

Да би се бавили врхунским спортом, појединци морају поред поменутих психофизичких способности да обезбеде социјалне услове (породичне, материјалне, социјални статус), али и да им се пружи погодни услови у средини где вежбају (клима пре свега, објекти за спорт, подршка средине).

За остварење и одржање успешне каријере једног спортисте, поред његових личних и спортских квалитета и подршке породице, потребан и читав тим људи који ће бити посвећен и предан управљању каријером појединаца.

Управљање каријером подразумева свеобухватан сервис подршке врхунским спортистима у постизању њихових циљева и одговору на захтеве у току њихове каријере, све до завршетка каријере и преласка на тржиште рада.

Старгс и сарадници (1999) су установили две врсте управљања каријером: прва се односи на управљање даљом каријером спортисте унутар спортске организације (средине), док је друга фокусирана на управљање каријером изван спортске организације.

Спортиста који жели да развија своју каријеру унутар спортске организације (као тренер, нпр.) може имати користи од могућности стицања тренерске дипломе.

Док за спортисте чији је циљ остваривање професионалне каријере ван система спорта, планирање и успостављање пословне стратегије може помоћи да пронађу посао који одговара његовим знањима и способностима.

Стратегија каријерног планирања не само да олакшава процес прекида врхунске каријере, већ и умањује анксиозност коју спортиста може осећати према свом пост спортском животу (Murphy, 1995).

Планирање окончања каријере је стога постало саставни део развојног програма каријере, створен да одговори на потребе дугорочног каријерног развоја спортиста.

## 9. ОКОНЧАЊЕ СПОРТСКЕ КАРИЈЕРЕ

### 9.1. ТЕОРИЈСКИ МОДЕЛИ КРАЈА СПОРТСКЕ КАРИЈЕРЕ

#### 9.1.1. СОЦИЈАЛНО-ГЕРОНТОЛОШКА ТЕОРИЈА

Геронтологија је наука која истражује промене и карактеристике старења и старости. Изведено из речи „герон" (старац) и „логеин" (наука). Она комбинује бројне друге студије које истражују различите области људског живота, од психологије до архитектуре, заједнички именоватељ је истраживање старења и старости из различитих углова. Геронтологија ова знања повезује у целости (Hojniki-Zuranc, 1997).

Концепт друштвене геронтологије покушава да објасни везу између живота и активности појединца, и њихов узраст. С тога, ову теорију највише примењују на област професионалног пензионисања, где су појединци приморани да се повуку због старости.

Иако су Блинде и Гриндорфер (1985) предложили четири теоријска оквира социјалне геронтологије, који се могу применити на спортско пензионисање (Теорија дисангажмана, Теорија активности, Теорија континуитета, Теорија социјалног слома), Розенберг (1981) је у свом настојању да разуме искуства и проблеме са којима се суочавају спортисти приликом окончања каријере, предложио шест друштвено-геронтолошких перспектива. То су: Теорија дисангажмана, Теорија активности, Теорија континуитета, Теорија поткултура, Теорија социјалног слома и Теорија размене.

Прва геронтолошка перспектива је Теорија дисангажмана (Cummings, Dean, Newell & McCaffrey, 1960), где индивидуа и друштво једно од другог реципрочно повлаче узајамну корист. Друштво омогућава младим људима да уђу у процес рада, а старијим особама пензију и могућност да проведу своје преостале године користећи своје слободно време.

У погледу спортског пензионисања, већина спортиста се не повлачи одмах из спорта након што су одлучили да прекину своју каријеру, али после неког времена бивају протерани. Дакле, узајамна корист повлачења је редак случај у спорту, тако да ова теорија не нуди много могућности за покушај разумевања спортског пензионисања.

С друге стране, постоји активност или Теорија замене (Havighurst & Albrecht, 1953), где појединац треба да замени једну активну улогу, коју је изгубио процесом пензионисања, новим улогама.

Теорија активности односи се на однос између друштвене активности особе и адаптације на пензију (Lavalley & Wylleman, 2000). Основна претпоставка теорије активности је да су висока активност и одржавање друштвених улога, у позитивном односу на концепт појединца и његовог задовољства животом.

Теорија активности може се објаснити и применити на крај спортске каријере, јер је један од разлога за крај каријере жеља појединца, где треба заменити спорт осталим активностима (нпр. другом пословном каријером, породицом) (Сесис-Ерпис, 2002). Највећа примедба теорији активности је да многи – ако не и већина старијих људи, по одласку у пензију смањују садржај својих других слободних активности.

Ослањајући се на теорију активности, Теорија субкултура тврди да појединац може уживати и у много мање активности, а да се опет добро прилагоди одласку у пензију.

Теорија континуитета (Atchley, 1981), за разлику од Теорије активности, тврди да појединац носи у следећу фазу његовог / њеног живота све претходне улоге, навике и активности. Осим тога, ова теорија сугерише да није неопходно пронаћи за сваку изгубљену активност нову улогу. Ипак, препоручује да сву енергију и време појединац прерасподели преосталим улогама или усмери ка новим улогама.

Теорија социјалног слома (Kuipers & Bengston, 1973) односи се на ситуацију у којој је појединац приморан да се повуче због потпуног губитка специфичне улоге. То се односи на процес друштвене реорганизације након одласка у пензију.

По теорији Лавалија и Велемана (2000), долази до отуђења појединца из спортског окружења током живота после спорта и истовремено негативне оцене изложености по околину. То потврђује и Цецих Ерпич (2000), која каже: „Спортисти на крају каријере често су подложни проценама социјалног окружења, нарочито када имају аверзију према томе.”

Теорије социјалног слома претпостављају да су појединци после губитка важне друштвене улоге изложени етикетирању од стране средине (Gordon, 1995).

На крају, Теорија размена (Dowd, 1975) објашњава како да појединац репрограмира своје активности и друштвене контакте, тако да одржава и повратно добија максимум енергије.

Штавише, сви ови теоријски оквири добили су много критика, јер се чини да су неприкладни за спортисте.

С једне стране, у погледу критике Геронтолошких теорија, наводи се да су спортске каријере потпуно другачије од осталих каријера, јер се често окончавају у много млађем узрасту него у случају стандардних каријера, у погледу старосних граница, и често могу да се заврше неочекивано.

Поред тога, Крук и Робертсон (1991) такође критикују Социјално-геронтолошке моделе, посебно корелацију између спортског пензионисања и пензионисања услед старосне границе, као и неспособност ових модела да објасне различите начине на које спортисти реагују на процес пензионисања.

Јасно је, сасвим, да је врхунски спортиста у тренутку када се окончава његова / њена каријера, хронолошки и биолошки млађи од осталих „радних“ пензионера. Како су Тејлор и Огилви (1994) забележили: „Теоријски модели који су примењени у пензионисању из спорта, не указују на то који фактори доводе до трауматских одговора или шта онемогућава појединца да напредује кроз одговарајуће фазе да би достигао окончање.“ (Grove, Lavalley, Gordon & Harvey, 1998; Lavalley & Wylleman, 2000).

Истраживачи су постали свесни чињенице о значају разлика између два процеса пензионисања и ови хронолошки приступи су жестоко критиковани. Најважнија критика је та да они сматрају спортску пензију за нагли догађај, који прате индивидуална искуства осећања изолације, уместо личног раста и развоја (Greendorfer & Blinde, 1985).

Социјално-геронтолошким теоријама недостаје емпиријска подршка, као и то да су ове теорије превише уске у својој корисности примене на спортско пензионисање (Baillie & Danish, 1992).

Конкретно, Лерх (1981) и Рејнолдс (1981) у својим студијама откривају да ова теорија није довољна, пошто фактори које теорија укључује нису повезани са прилагођавањем на постспортски живот.

С обзиром на то да ниједна од ових перспектива није у стању да адекватно испита целокупан процес окончања спортске каријере, потребна је алтернативна перспектива која може да објасни и позитивна и негативна искуства.



### *9.1.2. МОДЕЛ СОЦИЈАЛНЕ СМРТИ*

Лавали и Вилемен (2000) у моделу социјалне смрти ослањају се на Калиша и његов концепт социјалне смрти, који може помоћи у тумачењу психодинамичких процеса који прате спортисту на крају његове каријере. Социјална смрт се према Калишу дефинише као стање у коме се појединац у једном делу понаша као да је већ мртав, иако је потпуно биолошки жив.

Лавалијева, а затим и Вилеменова теорија краја спортске каријере, са аналогijом социјалне смрти, указују на губитак и промену у друштвеном функционисању појединаца, њихову (друштвену) изолацију и искључивање из одређених друштвених група.

### *9.1.3. МОДЕЛ ДРУШТВЕНЕ СВЕСТИ*

Кроз модел друштвене свести Лавали и Вилемен (2000), као и Гордон (1995), објашњавају окончање једне спортске каријере. Оба аутора говоре о обрасцима понашања и интеракцијама између особе која друштвено умире и његове породице, пријатеља, итд, а које су унапред предвидљиве и утичу на свест појединца о њиховом здравственом стању.

Цецић Ерпић (2002) помиње у својој књизи, да су емпиријске студије потврдиле постојање четири врсте контекста свести: 1) затвореног типа, 2) типа под знаком питања (оног који се двоуми), 3) типа међусобне обмане и 4) типа отворене свести.

#### *9.1.4. ТРАНЗИЦИОНИ МОДЕЛИ КРАЈА СПОРТСКЕ КАРИЈЕРЕ*

Аутори који одбацују претходно наведене социјално-геронтолошке и танатолошке теорије, процес окончања спортске каријере дефинишу као транзициони процес и процес који укључује животни развој.

За основни модел транзиција је преузела понашање појединца или континуитет тога, јер је крај њихових спортских каријера у знаку постепеног гашења спортских циљева и интереса (Blinde & Greendorfer, 1985). Ослањајући се на ову перспективу, дизајниран је велики број транзиционих модела, са циљем да се испита интеракција између окончања спортске каријере и окружења. То су: 1) Транзициони модел спортске каријере (Stambulova, 2003); 2) Развојни транзициони модел (Wylleman & Lavallee, 2004); 3) Аналитички модел (Sussman, 1972) и 4) Модел људске адаптације на транзицију (Schlossberg, 1981).

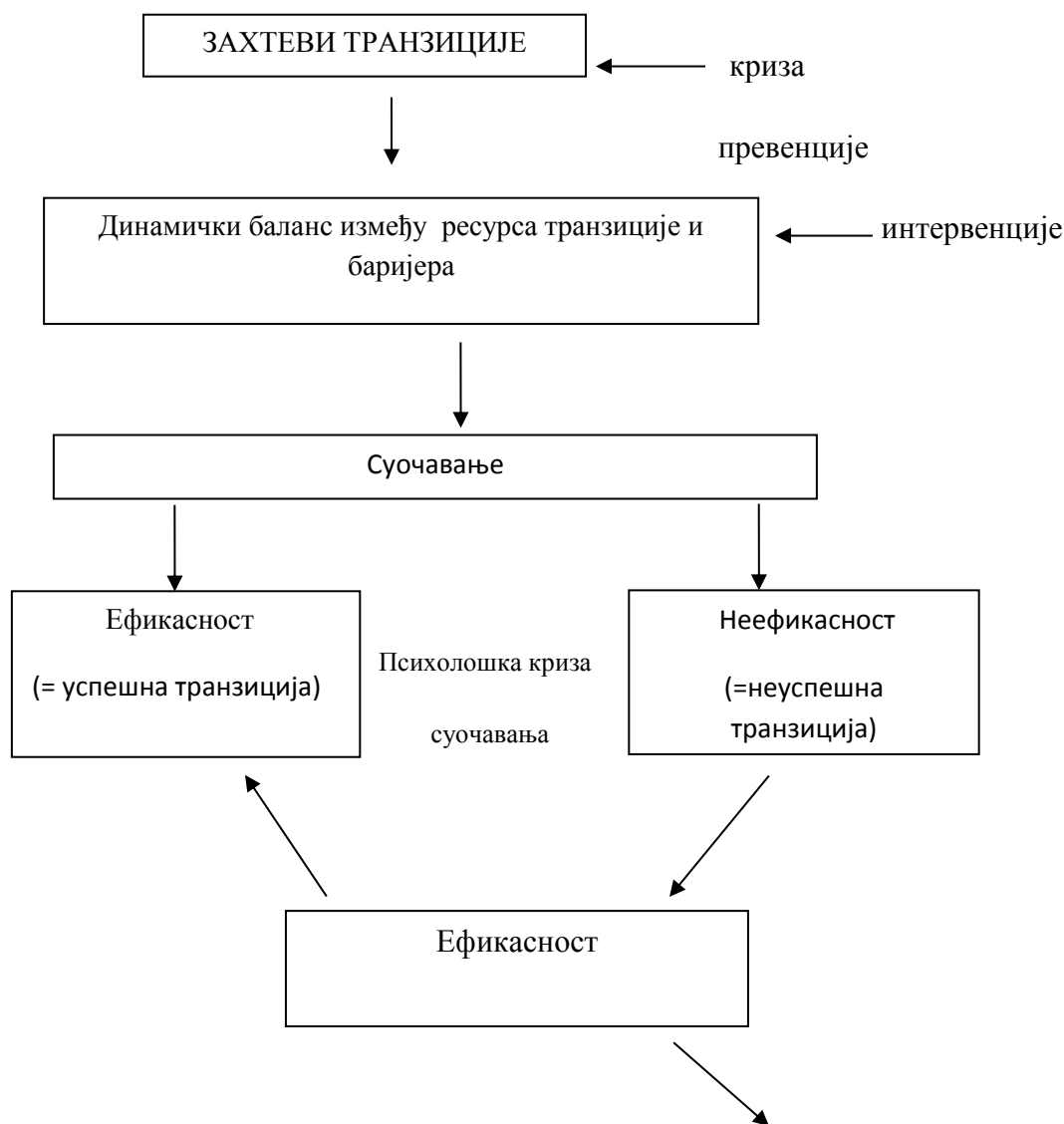
##### *9.1.4.1. ТРАНЗИЦИОНИ МОДЕЛ СПОРТСКЕ КАРИЈЕРЕ - СТАМБУЛОВА*

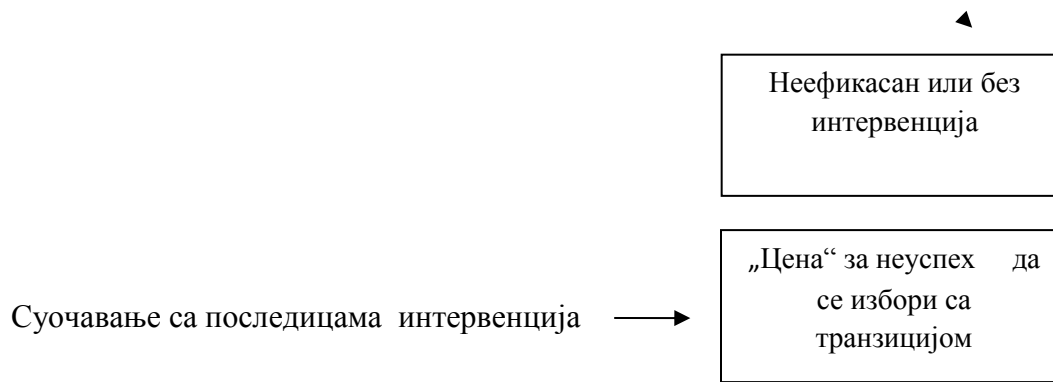
Стамбулова је дизајнирала Транзициони модел спортске карије (сл.1), ради организације спортске каријере у неколико фаза, а затим описивања промена у социјалним ситуацијама спортиста. Овај модел разматра транзицију спортске каријере као процес, а не као један догађај. Она наводи да захтеви у транзицији стварају и развијају конфликт између онога шта је спортиста и онога шта је то што би он/она желео или требало да буде.

Овај развојни конфликт подстиче спортисту да мобилише средства и да пронађе начине како да се суочи са крајем каријере. Интеракција између ових ресурса са препрекама утиче на процес преживљавања током транзиције.

У овом моделу, ресурси могу постојати било унутар спортског окружења или изван ове средине. Неки од ресурса су вештина, знања, особине личности, социјална подршка и мотивација.

Препреке могу бити и интерне и екстерне. Међу баријерама су недостатак потребних вештина, недостатак финансијске и социјалне подршке и тешкоће у усклађивању спорта са неким другим послом или школовањем (Stambulova, 2003). Циљ овог модела је да помогне спортистима да се носе са захтевима транзиције.





Слика 1. Транзициони модел спортске каријере (Alfermann & Stambulova, 2007)

#### 9.1.4.2. РАЗВОЈНИ МОДЕЛИ ТРАНЗИЦИЈЕ – ВИЛЕМАН И ЛАВАЛИ

Користећи податке истраживања о развоју каријере ученика-спортиста, студената-спортиста, професионалних и врхунских спортиста и бивших олимпијаца, Вилеман и Лавали (2003) представили су развојни модел транзиције са којима се суочавају спортиста на спортском, индивидуалном, психосоцијалном и академско-стручном нивоу (слика 2).

Овај модел не објашњава процес транзиције; он само предвиђа и описује транзиционе нормативе спортисте и њихов редослед.

„Транзицијски норматив је предвидљива транзиција, која је део низа повезаног са старосно-биолошком границом, емотивним, оријентисаним на резултат и друштвеним променама кроз које свака особа пролази. Не-нормативна транзиција је транзиција која не прати ниједну врсту плана или распореда.“ (Ћајија, 2007)

Нормативна транзиција, и према Вилеману, Дебуму и Лавалију, често се односи на процес социјализације. Јаке везе између транзиција појединаца током њихових спортских каријера и транзиција које се дешавају у другим доменима живота спортиста, као што су на индивидуалном, психолошком и академско-стручном нивоу, огледају се у овом развојном моделу.

Развојни модел односи се на спортисте, као на обична људска бића, са нормалним каријерама и има приступ који нам помаже да разумемо захтеве и транзиције спортиста ван спорта, као и захтеве спортиста у спортском контексту.

Ове транзиције се обично јављају истовремено и у интеракцији (Jorlen, 2007). Вилеманом и Лавалиев Развојни модел, наглашава не само интеракцију у транзицијама који се јављају током спортског живот спортисте, већ и транзиције ван спорта, које могу утицати на развој спортске каријере.

Спортски ниво	Иницирање	Развој	Мајсторство	Прекид
Психоло шки ниво	Детињство	Адолесценција	Зрело  Доба	
Психоло шко- социоли шки ниво	Родитељи  Браћа и сестре  Вршњаци	Вршњаци  Тренер  Родитељи	Родитељи  Тренер	Породица  (Тренер)
Стручно- образовн и ниво	Основно образовање	Средњошколско образовање	Високо образовање	Стручно образовање и професионално усавршавање

Слика 2. Развојна перспектива фаза транзиције са којима се суочавају спортисти (Wylleman & Lavallee, 2004).

#### 9.1.4.3. АНАЛИТИЧКИ МОДЕЛ СОЦИЈАЛНЕ СТУДИЈЕ - СУСМАН

Овај модел првобитно је био назван моделом престанка каријере – од стране аутора Хила и Лоува. Да би тај процес био лакше објашњен, узели су Сусманов аналитички модел, који се користи у социолошким истраживањима да објасни професионално пензионисање.

Процеси професионалног пензионисања и окончања спортских каријера су прилично сродни, тако да се Сусманов модел може користити да објасни процес спортског пензионисања.

Сусманов модел пензионисања условљен је бројним факторима: индивидуалним потребама, начином живота, циљевима, способностима решавања проблема, вредностима... На исти начин као и Хил и Лоувов, само што је њихов модел организован тако да објасни процес краја спортске каријере.

Према њиховом мишљењу, на крај спортске каријере утичу следећи фактори:

- индивидуални фактори (начин на који се појединац суочава са стресом, вредностима, мотивима, циљевима);
- ситуациони фактори (ситуације које прате крај каријере, нпр. финансијска ситуација на планирање живота после спорта);
- структурни фактори (социјално-економски статус);
- друштвени фактори (породица, партнер, пријатељи);
- социјални притисак.

Сусман (1972) је нагласио да је процес пензионисања под утицајем неколико фактора, као што су: мотиви, вредности појединца и циљеви, ситуација у којој се неко налази у тренутку пензионисања (нпр. приходи), структурни елементи, као што су брачни статус и друштвена класа, затим друштвени фактори, као што је подршка породице и пријатеља и фактори као што су економски циклуси, ставови послодаваца, итд.

Хил и Лоув истичу да и спортско пензионисање има негативне импликације. Конкретно, ове импликације састоје се од фактора као што су нижи приходи након одласка у пензију, потреба за улазак у нову средину (за спортисту у пензији то је радна средина) или потреба за успостављањем нових улога и нових вештина.

Укратко, спортиста, као и пензионисана старија особа из радног сектора, суочава се са кризом која је последица чињенице да није био припремљен за почетак нове каријере након пензионисања. Када се проучавају компоненте Сусмановог аналитичког модела, уочавамо како је ово значајно за проучавање спортског пензионисања.

Сусман је сам изјавио да се његов модел не може примењивати на спортске каријере, јер спортисти могу бити свесни кратког века трајања својих спортских каријера и они би могли да се припреме за одлазак у пензију.

Такође, овај модел не испитује случај криза услед пензионисања, ни стратегије интервенција које се могу користити како би се спортиста лакше прилагодио. Стога, неопходно је развити јасније разумевање спортског пензионисања путем дизајнирања модела који проучава све параметре (разлоге за пензионисање, лични идентитет и друштвени идентитет, вештине прилагођавања, систем социјалне подршке, планирање и стратегије интервенције пре пензионисања), да би спортска транзиција била „здрава“. Ако појединац жели да олакша живот током и након завршетка спортске каријере, Хил и Лоув предлажу да ради на стицању и унапређивању нових знања и нових друштвених улога.

Аутори такође напомињу да процес привођења крају спортске каријере прати промена личног идентитета и друштвеног идентитета (Fortunato & Gilbert, 2003).



### ФАКТОРИ ПРЕ ПЕНЗИОНИСАЊА



Слика 3. Сусманов Аналитички модел социјалне студије

#### 9.1.4.4. МОДЕЛ ЉУДСКЕ АДАПТАЦИЈЕ НА ТРАНЗИЦИЈУ - ШЛОСБЕРГ

У покушају да боље разумеју питање окончања каријере, многи научници користили су Шлосбергов модел (Schlossberg, 1981), који изгледа да је најприменљивији на спорт у поређењу са другим моделима.

Шлосберг (1981) наводи: „ До транзиције може доћи ако догађај или не-догађај доводи до промене претпоставке о себи и свету и тако захтева одговарајућу промену у нечијем понашању и односима”.

Према Шлосбергу, модел прилагођавања пензионисању зависи од три варијабле: (1) карактеристике транзиције, (2) појединца и (3) окружења.

Прва променљива испитује временски период, извор, трајање транзиције, и све претходно искуство сличне природе са оним које је спортиста можда имао.

Други фактор укључује пол, здравствено стање, друштвено-економски статус, старост, личност, вредности и циљеве, вештине прилагођавања, самопоштовање, самопоуздање и идентитет.

Синклер и Орлик (1993) подржавају овакво мишљење уз констатацију да свака каријерна транзиција има потенцијал да буде криза, рељеф или комбинација оба, у зависности од перцепције спортисте о ситуацијама и карактеристикама пре транзиције и посттранзиционог окружења.

Поред тога, Шлосбергов модел сугерише да је за успешно прилагођавање могу бити од велике помоћи програми и припрема. Планирајући унапред, проблеми пензионисања се могу елиминисати или потпуно избећи.

Коначно, трећи и последњи фактор обухвата социјалну подршку. То укључује интерне системе подршке, односе унутар породичне заједнице, мрежу пријатеља, институционалне подршке и физичку подршку. Што је већа подршка окружења, лакша је транзиција и појединцима и њиховом окружењу.

## **9.2. УТИЦАЈ СПОРТСКОГ ИДЕНТИТЕТА И ДОСТИГНУЋА ТОКОМ КАРИЈЕРЕ НА ОКОНЧАЊЕ КАРИЈЕРЕ**

Спортски идентитет има истакнуто место у истраживањима окончања спортске каријере. Литература сугерише да се он смањује у процесу повлаћења из спорта и да сам пад идентитета олакшава прилагођавање животу након спортског живота (Lally, 2007; Lavallee, Gordon & Grove, 1997).

За степен добровољност у прекиду спортске каријере, такође је наглашено да позитивно утиче на прилагођавање животу после спорта (Cecic Erpic, Wylleman & Zupancic, 2004; Taylor & Ogilvie, 1994).

Много тога што знамо о транзицијама током спортске каријере, долази из истраживања које се тичу ретроспективе искустава спортиста.

Неке раније студије, које су проучавале спортски идентитет, документовале су случајеве спортиста који пате од психолошких и емотивних проблема током овог периода, као што су смањење нивоа самопоуздања (Sinclair & Orlick, 1993), злоупотреба супстанци (Svoboda & Vanek, 1982) и поремећаји исхране (Blinde & Stratta, 1992).

Друге студије су показале значајан утицај који повлачење из спорта може имати на задовољство животом (Cecic Erpic, 1998; Sinclair & Orlick, 1993; Werthner & Orlick, 1986).

Један од циљева овог истраживања је да испита промене у атлетском идентитету и задовољство животом, као функцију статуса пензионисања у спорту.

### 9.2.1. СПОРТСКИ ИДЕНТИТЕТ И ЗАДОВОЉСТВО ЖИВОТОМ

Задовољство животом дефинисано је као когнитивна процена нечијег живота као целине и документовано је током времена као прилично стабилна процена, у општој популацији (Cummings, 1998).

Истраживања у вези са спортом која испитују утицај на задовољство животом по пензионисању спортиста, показују различите резултате.

Студија спроведена од стране Синклера и Орлика (1993), са 199 пензионисаних врхунских спортиста, показује да је 74% њих задовољно својим животом након пензионисања, са 63% указују да је то за њих била позитивна промена.

Насупрот томе, истраживања која су спровели Цецић Ерпич (1998) и Вертнер и Орлик (1986), бележе пад задовољства животом. Такви резултати одражавају динамичну природу ове фазе транзиције.

Иако постоје неки разлози за предвиђање повећања животног задовољства након пензионисања, исход вероватно зависи од тога да ли је транзиција дошла очекивало или неочекивано.

Ови разлози су нормативни и ненормативни (Stambulova, 2000). Одлазак из тима и повреде често су идентификовани као ненормативни или присилни разлози за одлазак у пензију. Пензионисање због остварења циљева али и изгубљене мотивације, с друге стране, сматра се нормативним или добровољним (Stambulova, 2000; Taylor & Ogilvie, 1994).

За недобровољно пензионисање, доказано је да утиче на повећање осећаја анксиозности и депресије (Alfermann & Gross, 1997), да има негативан утицај на самопоштовање појединца (Crook & Robertson, 1991) и самоконтролу (Werthner & Orlick, 1986).

У студији са 48 бивших аустралијских спортиста, Лавали, Гроув и Гордон (1997) пријавили су да су спортисти који су искусили присилни одлазак у пензију чешће имали веће емоционалне и социјалне тешкоће прилагођавања од оних код којих је процес пензионисања био на добровољној бази.

Блага транзиција, самим тим, може бити у вези са предвидљивошћу ситуације, омогућавајући појединцима да осећају да имају избор и већу контролу над својом будућношћу.

Задовољство животом је занимљива конструкција за истраживање у релацији са нормативним и ненормативним разлозима на процес повлачења из спорта, посебно због тога што се овај процес јавља у релативно младим годинама за једног човека.

У односу на општу популацију, Ланг и Хекхаусен (2001) показали су својим истраживањем да је високо позитивна перцепција контроле нарочито важна у заштити младих и одраслих у средњем добу, против штетних ефеката неуспеха и губитка, такође и против умањења субјективног благостања, као једног од ових негативних ефеката.

Они су закључили да јак осећај контроле има позитиван утицај на младе и људе средњих година, поготово када се суоче са искуствима до којих обично доводе негативни утицаји.

Планирање каријере је активност, идентификована од стране истраживача, као једна од кључних активности које могу помоћи спортистима у њиховој транзицији из активног учешћа у спорту ка пензији.

Студије су показале да они спортисти који су се ангажовали по питању планирања окончања каријере пре њиховог пензионисања, осећају виши ниво перцепције личне контроле, што доводи до тога да имају већу самоефикасност у односу на њихову способност да се успешно прилагоде животу после спорта (Alfermann, 2000; Alfermann et al., 2004; Taylor & Ogilvie, 1994; Webb et al., 1998).

По дефиницији Бревера, Ван Ралтеа и Линдера (1993), атлетски идентитет је степен до којег појединац мисли и осећа себе као спортисту.

Висок ниво атлетског идентитета позитивно утиче на наступ спортисте на терену (Werthner & Orlick, 1986) и због тога је пожељна особина.

Поседовање снажног идентитета је и један од главних фактора који утичу на лични и психолошки развој спортисте, а такође је јако повезан са ограниченим саморазвојем мултидимензионалне личности, тешкоћама прилагођавања након повлачење из спорта, стресом после повреда, социјалном изолацијом и одлагањем каријерне зрелости (Brewer, 1993; Kornspan & Etzel, 2001; Tasiemski, Kennedy, Gardner & Blaikley, 2004).

Досадашња истраживања показала су да је за појединце са јаким спортским идентитетом мање вероватно да планирају своја будућа занимања пре одласка у пензију (Lavalley, Gordon et al., 1997; Gordon, 1995; Pearson & Petitpas, 1990).

У области врхунских спортских каријера, Албион и Фогарти (2005) утврдили су да је висок ниво спортског идентитета повезан са неодлучношћу, недостатком знања о другим професијама и унутрашњим сукобима око избора другог занимања.

Литература такође сугерише да је спортски идентитет променљив, као одговор на одређене догађаје, као што су успех или неуспех.

Друге студије су проучавале смањење идентитета као резултат повреде (Brewer, Cornelius, Stephan, Gordon et al., 1997; Shachar et al., 2004).

Резултати истраживања који се односе на утицај пензије на спортски идентитета су од посебног значаја за циљеве ове студије. Чини се да је квалитет прилагођавања спортисте на живот после спорта олакшан уколико спортски идентитет опада (Cecic Erpic et al., 2004; Lavalley, Gordon et al., 1997; Webb et al., 1998).

Лали (2007) је у својим истраживањима дошла до закључка да спортисти умањују свој идентитет у припреми за одлазак у пензију употребом разних стратегија, као што су показивање интересовања и укључивање у друге физичке и академске послове.

Она је такође утврдила да су неки од спортиста дуго времена преиспитивали себе, пре него што су се заправо повукли из спорта. Као резултат тога, ти спортисти су пријавили релативно миран транзициони период ка пензионисању.

### 9.2.2. СПОРТСКИ ИДЕНТИТЕТ И ПСИХОЛОШКО ПРИЛАГОЂАВАЊЕ

Бројне студије указују на то да велики број фактора утиче на пад спортског идентитета, а један од кључних фактора је суочавање са реалношћу при избору нове каријере, која ће им омогућити да обезбеде или наставе лагодан начин живота.

Литература такође сугерише да пензионисање праћено смањењем спортског идентитета доводи до бољег друштвеног прилагођавања. Међутим, ово је један део литературе који остаје неразјашњен.

Иако је показано да ће спортисти који иду у пензију са високим нивоом спортског идентитета вероватно имати проблема у прилагођавању, не знамо много о томе како то утиче на друге важне личне карактеристике, као што је задовољство животом.

У једном од ретких студија у овој области, Шахар (2004) је проучавао разлике у идентитету, тешкоће и проблеме у транзицији прилагођавања и животног задовољства бивших спортиста који су изабрали да буду тренери и оних који су

изабрали каријеру које нема везе са спортом. Утврдио је да се те две групе не разликују у нивоу спортског идентитета у време пензионисања.

Међутим, у време процене, установљено је да не-тренери имају нижи ниво спортског идентитета. Није било разлике у тешкоћама транзиционог прилагођавања или задовољства новим начином животом, што указује да промене у спортском идентитету нужно не утичу на ове факторе.

Окончање каријере и накнадно прилагођавање животу професионалног спортисте је један од кључних фактора идентитета спортисте, тј. степена до којег једна особа себе процењује кроз спортске достигнућа. Процену свих својих појединачних вредности и процену искуства, кроз призму спортисте и спорта.

Перцепција о себи кроз спорт или идентитет професионалног спортисте је извор проблема, када појединац не може да учествује у одређеном спорту. Док је на врхунском нивоу, спорт захтева од појединца да на рачун спортских активности занемаре друге области живота и друге мање друштвене улоге. Зато спорт постаје кључни део њихове личности и то је разлог због којег окончање каријере доводи до осећаја бола и фрустрације, до најчешће емоционалних, али и других проблема који прате спортско пензионисање.

Највеће проблеме са прилагођавањем на живот после спорта и нове друштвене улоге које нису у вези са спортом имају управо индивидуе које су исказале снажан спортски идентитет (Gill & Williams, 2008).

Доминација улоге спорта у идентитету појединца може негативно да утиче на тешкоће повезане са крајем његове спортске каријере. Појединци који ипак улажу само у спорт, а не фокусирају се на друге области живота, често су изложени проблемима у прилагођавању.

Такве спортисте, који себе вреднују искључиво кроз спортска достигнућа, Огилви и Хоув називају једнодимензионалним (Сесич-Ерпић, 2002).



Појединци који су заинтересовани за спорт и друге сфере живота имали су мање проблема са окончањем каријере и било им је лакше да се прилагоде крају каријере, а самим тим постспортском животу, јер су били фокусирани и на друге области живота, не само спортске. С тим су се сложили Бревер, Ван Ралт и Петитпас.

Међутим, примећено је да се и опадањем нивоа спортског идентитета могу јавити проблеми са проналажењем и обликовањем новог професионалног идентитета у постспортском животу, само зато што су врхунски спортисти генерално ограничени бројем других професионалних алтернатива.

Такође, опадање нивоа спортског идентитета и преузимање нове социјалне улоге нису гаранција беспрекорне адаптације. Чак и ако су спортисти фокусирани и активни у другим областима живота, њихова идентификација са новим улогама не олакшава адаптацију, уколико са тим улогама нису блиско повезани.

### 9.3. ЗНАЧАЈ СОЦИЈАЛНЕ ПОДРШКЕ ЗА СПОРТИСТУ КОЈИ СЕ СУОЧАВА СА КРАЈЕМ КАРИЈЕРЕ

Ако пођемо од чињенице да су спортисти физички и емоционално посвећени спорту, то може да нас доведе до закључка да они нису баш у великој могућности да развијају било који вид односа ван свог спортског окружења. Бројне студије говоре о томе да су управо они спортисти који су успели да развију мрежу контаката и односе ван спортског окружења у току своје каријере, (породица, пријатељи, сарадници, колеге на факултету...) имали лакшу транзицију.

Спортиста који нема алтернативну подршку ван спорта, може имати искуство изолације, усамљености или стреса.

Када се спортска каријера заврши, спортиста престаје да буде део тима. Не само део тима, већ и предмет интересовања јавности. Чињеница је да уз врхунски спорт и спортске резултате долази и изузетно висок углед и статус у друштву. Али, врхунски спорт је далеко од сигурне доживотне инвестиције, иако спортисти инвестирају сто посто себе, свој труд, рад и одрицања током своје каријере.

Оног тренутка када заврши своју каријеру, врхунски спортиста више није привилеговани члан друштва. Подршка људи из његовог окружења тада постаје један од битних неспортских фактора успешног прилагођавања животу после спорта. Подршка породице и пријатеља на више начина може томе да допринесе. Од оне емотивне, која доприноси комфору и сигурности, као и осећају да је бивши спортиста вољен и да неко о њему брине; саветодавне, где се бившем спортисти указује на његове квалитете и одржава или враћа самопоудање, као и указује на могуће проблеме и начине за решавање и превазилажење истих; финансијске подршке или понуде за неки други посао и ново занимање.

Шмиди Зајлер (2003), као и Штефан, Билард, Нинот и Делигниерес (2003), у својим истраживањима наводе да су чланови породице, пријатељи, брижни тренер и

професионални саветник, који пружају емотивну и социјалну подршку, основни показатељи успешног процеса прилагођавања на живот после спорта.

Дубока је веза између тренера и спортисте и значајно позитивно делује на бившег спортисту емотивна подршка свог бившег тренера.

Лавали (2007) том позитивном социјалном окружењу додаје и саиграче, менаџере, психотерапеуте и психологе.

Дакле, истраживања показују да се они појединци који имају социјалну подршку у већој мери, лакше прилагођавају животу након завршетка спортских дана.

Наравно, то не значи да присуство социјалне подршке значајних људи у животу бившег спортисте доводи до беспрекорне адаптације на пензију, већ да има позитиван утицај на личну перцепцију завршетка његове спортске каријере.

Ту су посебно важни емоционална подршка и неуплитања других на личне одлуке спортисте.

Занимљиво је то како се на крају спортске каријере измени облик и начин подршке коју спортиста добија од ближних. Чланови породице се у току спортске каријере често идентификују са спортистима и њиховим успехом – стога, не могу некада подржати одлуку у вези са пензионисањем.

Литература на тему прилагођавања постспортској каријери наводи како је важно да као део овог процеса буду укључени и спортски тренери и други стручњаци, који би спортисти обезбедити социјалну помоћ у овим тренуцима.

Јовет и Лавали (2007) говоре о томе да је готово нестала подршка коју спортисти добијају од својих тренера и стручног штаба; и да на бољу адаптацију транзицији утиче институционални облик подршке (Спортски савези, Олимпијски комитет). Истичу и то да бивши спортисти, у последње време, углавном тамо траже подршку.

#### **9.4. ОБРАЗОВНИ СТАТУС СПОРТИСТЕ И ЊЕГОВ ЗНАЧАЈ ЗА ЛИЧНИ РАЗВОЈ У ПРОЦЕСУ ТРАНЗИЦИЈЕ**

Образовање спортиста је од велике важности за прилагођавање њиховим новим професионалним улогама по окончању каријере. Стицање факултетске дипломе је у данашње време један од основних услова за конкурисање за посао. Чак и ако спортиста одлучи да остане у спорту као тренер, потребно му је додатно усавршавање, у циљу добијања тренерске лиценце.

У Србији постоји високо развијена свет о значају образовања код спортиста са врхунским резултатима. У прилог томе говори и чињеница да поред једног државног, постоје још четири факултета која нуде образовање у области спорта, и то су најчешће факултети за које се спортисти и одлучују.

Истраживање показује да су спортисти који су се током своје каријере школовали имали посебан статус и третман професора (нису имали обавезу да буду присутни на предавањима, градиво које је било потребно спремити за испит било је скраћено, било им је омогућено да полажу испите у консултацијама са професорима ван заказаног испитног термина за остале студенте), и то им је то била додатна мотивација за стицање диплома на време.

Данас на факултетима постоји и тзв. учење на даљину, што још више приближава образовање спортистима.

То је само једна од позитивних предности онога што се данас назива дуална каријера, а представља у овом случају истовремено балансирање спортске каријере и образовања. Друга предност за спортисте је у томе што самом спортисти омогућава да повећа своју пажњу и ван терена, као и да развија способност управљања временом.

Они спортисти који нису радили на свом академском образовању током каријере, сматрали су да ће то реметити ток њихове каријере, као и да ће за то бити времена по окончању каријере.

Када се постави питање о образовању спортиста, постоји неколико кључних ствари које треба узети у обзир.

Шта ће спортиста да студира? Где је право место за то? Каквој новој каријери тежи?

Спортиста би требало да бира факултет који одговара његовим даљим каријерним плановима, а не само стицању дипломе.

Спортиста који се током своје каријере школовао, свакако ће транзицију у погледу прилагођавања новој каријери доживети без огромног притиска у погледу образовања и имаће већу могућност избора нове професије, за разлику од спортисте који није успео да на овај начин развије своје алтернативне вештине.

Такође, много је лакше пролазити кроз сам процес учења и рада на свом образовању у млађим годинама, док се друге улоге, одговорности и обавезе још увек нису „нагомилале“ и прерасле у приорите.

## 9.5. ЗНАЧАЈ ПСИХОЛОШКЕ ПОДРШКЕ У ОКОНЧАЊУ КАРИЈЕРЕ

Одавно више не живимо у времену у коме врхунски резултати и успеси на спортским борилиштима зависе само од физичке припреме и онога што се уради на тренинзима. Данас врхунски спорт захтева много више одрицања, посвећености и обраћање пажње чак и на најситније детаље.

У ери суровог професионализма, беспрекорна физичка припремљеност и врхунска техничко-тактичка обученост више не представљају гарант успеха. Да би постигао највише домете, спортиста мора да посвети много пажње и својој менталној припреми.

Психолошка (ментална) припрема, данас је неизоставан чинилац у свеобухватном тренингу једног спортисте који жели да искористи сав свој потенцијал и оствари најбоље могуће резултате.

Сходно томе, у Западној Европи и Сједињеним Америчким Државама, већ дуже време, каријера успешног спортисте или читаве екипе не може се ни замислити без спортског психолога, односно, менталног тренера.

Они представљају неизоставни део стручног штаба и доприносе да психолошка припремљеност буде тај мали тас на ваги који ће направити ту кључну разлику између победе и пораза, између успеха и неуспеха.

Другим речима, психолошка припрема јесте оно што дели успешне спортисте од оних који то нису или врхунске од просечних.

Психологија спорта учи спортисте како да применом одређених психолошких вештина и техника позитивно утичу на константност мотивације, самопоуздања, концентрације, посвећености, на који начин да се изборе са притиском, тремом, нервозом и свим осталим битним факторима који свакако имају великог утицаја на сам наступ, а самим тим и на крајњи резултат појединца или екипе.

Психолошка припрема омогућава спортистима да самопоуздање, један од најбитнијих фактора, одрже на завидном нивоу.

Самопоуздање и безусловна вера у сопствене могућности јесу основни предуслови за успех у било чему, а да не говоримо о њиховом значају у спорту.

Мајкл Џордан, за већину људи највећи кошаркаш свих времена, својевремено је рекао: „Пре него што урадиш одређене ствари, мораш да верујеш како то можеш.“ Спортиста који мисли да може једнако је у праву као и онај који мисли да не може. Начин размишљања је све.

Следећи јако значајан фактор успеха, који се менталним тренингом поспешује, свакако је мотивација. Порази, баш као и победе, саставни су део такмичења и каријере сваког ко се икада бавио спортом. Они сами по себи нису ни добри, а ни лоши за каријеру једног спортисте.

Да ли ће позитивно или негативно утицати на самог спортисту, превасходно зависи од његове интерпретације доживљеног. Ментално јаке особе неће дозволити да их повремене неуспеси обесхрабре и покушаће да из њих нешто науче.

Ово нас управо доводи до дела који се тиче окончања спортске каријере.

С обзиром на то да окончање спортске каријере представља део саме каријере спортиста, утицај спортског психолога у бољем и бржем прилагођавању новом начину живота је од изузетне важности.

Као и у току каријере, тако и у овом случају – због претпостављеног губитка самопоуздања, осећаја отуђености и немоћи да се влада тренутном ситуацијом, губитка мотивације, концентрације и проблема који могу доћи због суочавања са новом реалношћу.

## 10. СМЕРНИЦЕ ЗА УСПЕШНО ПРИЛАГОЂАВАЊЕ ЖИВОТУ ПО ОКОНЧАЊУ СПОРТСКЕ КАРИЈЕРЕ

На основу истраживања чији је циљ био да се упореде разлози прекида или окончања спортске каријере и искуства у процесу пензионисања, као и фактори који утичу на њихово задовољство и задовољство квалитетом постспортског живота, могуће је дати смернице које би могле послужити као модел за успешну транзицију.

Окончање каријере је процес који мора да се планира, уколико спортиста жели да и у наставку свог живота буде успешан.

Изузетак је свакако случај када је спортиста принуђен да услед повреде или других несрећних околности прекине каријеру много пре времена.

Одрицања и жртвовања које захтева и за собом носи врхунски спорт, могу бити мач са две оштрице, јер се појединци који окончавају своју каријеру сусрећу са ситуацијом где морају да свом животу поново дају смисао, али су ограничени својим вештинама и знањима, које због бављења спортом нису успели да развију.

Већина студија указује на релативно низак проценат појединаца који су постспортски живот већ испланирали пре краја активне каријере. Новије студије већ говоре о нешто већем проценту спортиста који планирају постспортски живот (Lavalley & Wylleman, 2000).

Иако се повећала свест о важности планирања новог занимања и проналажења других интересовања ван спорта, зарад лакшег прилагођавања постспортском начину живота, многи верују да би их планирање окончања каријере у току активног бављења спортом доста ометало у посвећености тренутној каријери и умањило њихов фокус на спорт (Cockerill, 2001).



Код нас, генерално, не постоји развијена свест о значају планирања те етапе каријере док је спортиста у пуној снази и на врхунцу својих могућности, јер је у том тренутку фокусиран на развој своје каријере, тренутне резултате и успех.

Тек спортисти који су ближи годинама када физичке могућности и резултати опадају, крену да размишљају о потенцијално новом занимању и начину живота после спорта.

Такође, у Србији не постоји ниједна организација којој је то примарна делатност, спортско-менаџерска агенција, нити појединац, који је уско специјализован за то да спортистима пружи адекватне, а крајње конкретне савете и смернице за планирање наставка живота по окончању каријере.

Сви су сложни у чињеници да постоји апсолутна потреба за „саветником,“ који би у мањој или већој мери помагао и усмеравао ток каријере (психологом и менаџером), а посебно саветником са којим би могли да разматрају потенцијалне могућности оне друге каријере, по окончању спортске.

## 10.1. ПРОГРАМИ У РАЗВОЈУ СПОРТСКИХ КАРИЈЕРА

У западним земљама свесни су проблема са којима се спортисти суочавају током своје спортске каријере и у тренуцима њеног окончања, па су осмислили разне програме како би помогли појединцима у развоју њихових спортских каријера. Већина ових програма се спровode у САД, Великој Британији, Аустралији, Канади, док су у Европи у првом плану у Белгији и Холандији.

У већини случајева, ови програми су спонзорисани од стране Националних комитета МОК-а, разних спортских организација, Националних спортских савеза и специјално су дизајнирани да задовоље потребе врхунских спортиста.

Циљ оваквих програма је помоћ у решавању проблема, сукоба и дилема које се могу појавити у периоду спортског пензионисања, а сваки од програма варира по облику и трајању.

Програми укључују радионице, семинаре, разне видове едукација и саветовање, који спортистима могу пружити адекватне информације за учење различитих вештина и које их могу водити кроз процес прилагођавања постспортском животу.

Програми су углавном фокусирани на факторе консеквентног краја њихових спортских каријера и на развијању индивидуалних вештина, способности и перспектива за миран постспортски живот.

Појединцу се помаже у планирању нове каријере, дизајнирању и развоју нових професионалних могућности, док му се истовремено пружају смернице за успостављење баланса у његовом приватном животу и покривају аспекти приоритета, идентитета, самопоштовања, друштвених улога, одговорности...

Циљ ових програма је да спортиста кроз саветовање и коришћење других облика помоћи схвати да крај каријере не значи крај његовог живота, већ прилика за отварање неких нових врата и почетака на неком другом пољу.

Спортисти током своје каријере улажу изузетне напоре и показују велику посвећеност, максимално улажу своју енергију и захваљујући својим успесима и резултатима уживају подршку клубова, савеза и јавности. По завршетку каријере интерес јавности опада и спортисти полако прелазе на „нормалан живот”, за где су им најчешће потребна додатна знања и вештине, које током бављења спортом нису успели у великој мери да развију.

Крај каријере не треба доживљавати као губитак. Такође, требало би у таквим програмима и облицима помоћи избегавати емоционалне и социјалне депривације, који су заједнички део самопроцеса окончања спортске каријере.

Примери програма за помоћ у развоју спортске каријере:

- Athlete career and education program oziroma ACE (Аустралија)
- Career assistance program for athletes oziroma CAPA (САД)
- Olympic job opportunity program oziroma OJOP (САД)
- Lifeskills for elite athletes program oziroma SportsLEAP (Аустралија)
- Making the jump program oziroma MJP (САД)
- Olympic athletic career centre oziroma OACC (Канада)
- Goldstart (Велика Британија)
- Wales lifestyle managment (Велика Британија)
- Whole-istic oziroma W-istic (САД)
- Ladies proffesional golf association – preparing for future career program oziroma LPGA (САД)
- Women's sports fundation New York oziroma WSF (САД)
- Study and tallent education program oziroma STEP (Белгија)
- The retiring athlete (Холандија)

Један од значајних програма овог типа је свакако и програм Међународног олимпијског комитета.

Олимпијски комитет Србије препознао је значај овог програма и уврстио га у свој програм рада. Пројекат се спроводи у сарадњи са Адеко групом, водећом светском компанијом на подручју рада са људским ресурсима.

Програм „Каријера после спорта” је направљен са циљем да се спортистима пруже савети и помоћ – како да поред спортских остваре добре резултате и у другим сферама живота и како да остваре успешан прелаз са спортског на пословни терен.

## *10.2. СМЕРНИЦЕ МОК-А ЗА ПРИЛАГОЂАВАЊЕ ПОСТ СПОРТСКОМ ЖИВОТУ*

Једна од најважнијих ствари коју сваки спортиста понаособ треба да учини јесте да планира транзицију на време и пре свега размисли о томе ко је он у ствари.

Шта су његова интересовања, шта га мотивише, шта су му изазови, шта га интригира?

Затим, да размисли и о томе које су предности и вештине које спортиста поседује из спорта, а које би могао да пренесе на друге аспекте живота и другу професију.

Да ли спортиста има неки таленат, који је на неки начин можда и запоставио током бављења спортом?

И на крају, али можда и најважније, шта је оно што сматра вредностима у животу и шта је оно што га чини срећним?

Све ове ствари су изузетно важне, али прва ствар с којом се мора почети је страст.

И одговор на питање – шта је његова страст и оно што заиста воли?

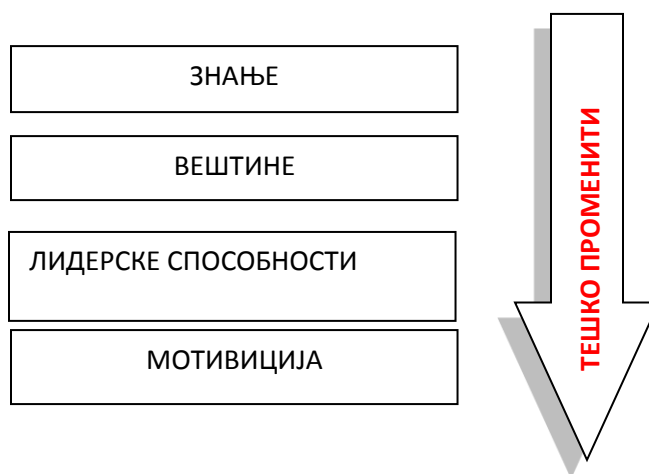
Сваки спортиста са великом страшћу приступа спорту и то је оно што га покреће. Уједно је и разлог зашто све препреке нестају. Најбоље је зато помоћи спортисти да пронађе своју страст и ван спорта, која ће му дати енергију коју ће употребити као своју мотивацију.

Дакле, потребно је да спортиста процени самог себе, да сам схвати ко је он заиста, да освести своје понашање и реакције, начин комуникације, како да донесе одлуке и како да организује свој живот.

Тек када спортиста почне конкретно да разматра ова питања, креће да добија јаснију слику, најпре о себи и својим жељама, затим да јасно сагледава ствари око себе, што помаже у ојачавању самопоуздања. Све ово за циљ има развијање позитивног осећаја и мишљења о његовој будућности.

Сprovedено је много истраживања која помажу људима да открију своје понашање. Том приликом је утврђено да је најтежа ствар у томе заправо како променити оно што је у нечијој души. Можете научити некога како се поступа са људима, можете му пренети знања, можете га научити како да управља другим људима, можете га научити лидерским вештинама, али најтеже је променити оно што је у његовој души. А то је управо страст. Суштину те страсти, оно што га заиста мотивише и шта је оно што он жели од свог живота.

МОТИВАЦИЈУ ЈЕ ТЕШКО ПРОМЕНИТИ  
ВАЖНО ЈЕ ОТКРИТИ ШТА ЈЕ КОМЕ МОТИВАЦИЈА



Слика 4. Тешко променљиве карактеристике личности

Дакле, идентификовање личних вештина је заиста важно. Људи су различити. Спортиста треба да се запита да ли воли људе и рад са људима? Или је можда од оних људи који више воле рад са подацима, бројкама и табелама? Или је од оних људи са креативним вештинама?

Веома је важно да спортиста утврди своје предности, своје супермоћи.

С тим у вези, јако битно питање за спортисте је: ШТА ЈЕ ТО У ВАМА ШТО ВАС ЈЕ УЧИНИЛО УСПЕШНИМ У СПОРТУ?

Да ли сте организовани, да ли сте такмичарски настројени, да ли сте брижни, усмерени ка акцији и циљу, да ли сте индивидуалац или тимски играч, да ли сте продуктивни, да ли сте поуздани, да ли сте практични, да ли сте логичари?

Сва ова питања могу помоћи да спориста јасно дефинише своје вештине и предности, које су значајне за онај тренутак када буде био у ситуацији да себе представи будућем послодавцу и другим људима из своје средине и да тада може рећи:

„Ово сам ја и знам да сам добар у овим стварима “.

На упитницима везаним за дефинисање својих кључних вештина и врлина, врхунски спортисти су најчешће давали одговоре, и то следеће:

- мотиватори;
- тимски играчи;
- истрајни;
- динамични;
- дисциплиновани;
- организовани;
- рационални;
- способни да раде под притиском;
- способни да јасно дефинишу циљеве, да их се држе и да их остварују;
- друштвени;
- убедљиви;
- креативни;
- добри у пружању подршке другима.

Оног тренутка када је спортиста сазнао шта га мотивише и које су његове „супермоћи“ и предности у односу на друге, треба да преиспита још и своје вредности у разматрању нове каријере.

У томе најчешће може лежати извор сукоба и разлога који могу довести до тога да спортиста не буде срећан својим новим изборима. Јер, ако је породичан начин живота дефинисао као свој приоритет и вредност, а налази се у ситуацији где ради посао које захтева целодневно ангажовање или честа путовања и одсуствовања, може доћи до незадовољства.

Дакле, потребно је да се ускладе личне вредности са траженом врстом посла. За некога су те вредности породица и начин живота, али за друге могу бити новац и моћ, може бити интегритет, може бити самосталност и независност.

Ово је нешто што би требало бити пример једног од добрих начина одакле кренути са осмишљавањем нове будућности.

Процес почиње активним избором да се преузме контрола над сопственим животом и да се идентификује шта је важно.

Следи један од практичних примера програма за даље усмерење, под називом Активност 1, из извора МОК-а.

## **Активност 1**

### Пронаћи равнотежу

Спорт, каријера, образовање, новац, здравље, породица, пријатељи и друго, као и „моје” време – то су све важне зоне живота једног спортисте.

Инструкције: процените своју тренутну ситуацију, у свакој од 7 виталих зона, оценом од 1 (ужасно) до 10 (перфектно). Када оцените своју тренутну ситуацију у свакој зони, означите шта је добро, а на шта треба да се обрати пажња.



Спорт	9	
Професионална каријера	2	Обратити пажњу
Образовање	3	Обратити пажњу
Новац	2	Обратити пажњу
Здравље	7	
Породица и пријатељи	3	Обратити пажњу
„Моје“ време	3	Обратити пажњу

Слика 5. Пример активности програма МОК-а

Сада, када сте идентификовали зоне где је потребно обратити пажњу, можете прилагодити Ваш план како бисте постигли равнотежу.

За бољи успех у животу након спорта, дат је предлог од стране МОК-а у програму „Каријера после спорта“ о формирању тзв. СВОТ анализе. Иако се ради о техници која се у менаџменту предузећа користи за дефинисање стратегије за решавање проблема, практично може бити применљива и у спорту.

<p style="text-align: center;"><b><u>СНАГЕ</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Које су ваше предности?</li> <li>- Шта је то што други виде као ваше предности?</li> </ul>	<p style="text-align: center;"><b><u>СЛАБОСТИ</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Шта бисте могли да побољшате?</li> <li>- Шта бисте могли да избегнете?</li> </ul>
<p style="text-align: center;"><b><u>ПРИЛИКЕ</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- У чему се огледају ваше добре прилике?</li> <li>- Које интересантне прилике видите?</li> </ul>	<p style="text-align: center;"><b><u>ПРЕТЊЕ</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Са којим се претњама суочавате?</li> <li>- Шта раде људи око вас?</li> </ul>

Слика 6. СВОТ анализа МОК-а на примеру осмишљавања даље будућности

Састоји се из четири дела: снаге и слабости (унутрашњи фактори) и прилика и претњи (спољашњи фактори). И управо је саставни део онога што спортиста сваког дана користи да би постигао резултате.

Процена његове тренутне снаге или слабости у смислу физичке спремности, процене предности и слабости тима или конкуренције.

Када се то пребаци са каријере на период након каријере, постављају се питања:

Који је следећи посао који желим да радим?

Где желим да идем, у ком правцу?

Које су моје предности и слабости за остваривање онога што желим да радим?

Како могу да радим на својим предностима, како би их искористио у послу који желим, а свестан претње да можда немам радно искуство као и сви остали?

Затим, јако важна ствар је **ПОСТАВЉАЊЕ ЦИЉЕВА**.

Спортски крајњи врхунски циљ је жеља за пласманом на Олимпијским играма. То је тежња, која може постати циљ, ако му се на адекватан начин приступи.

Зато, циљеви морају бити прецизни и захтевају фокусираност. Битно је да буду релевантни и реални само оном ко их поставља и оном ко је проценио да су остварљиви (без уплитања других људи, јер је свачија реалност другачија). И ови циљеви захтевају константан и фокусиран рад (као и када се спортиста припрема за неко велико такмичење).

Следећа ствар је тзв. **УМРЕЖАВАЊЕ**.

Сваки спортиста има много људи у свом тиму. Своје тренере, своју породицу, своје пријатеље, своје конкуренте – и сви они представљају његову социјалну мрежу. Његов лични свет, људе који му помажу да постигне савршенство.

Ниједан спортиста није могао да оствари врхунске резултате ако није слушао савете свог тренера и из њих извлачио најбоље, ако није имао подршку свог окружења и тима, ако није имао јаку конкуренцију у својој мрежи.

Одговорност за успех свакако и увек припада спортисти, али је из своје мреже покупио најважније елементе, које је претворио у свој успех.

Овако се и даље наставља у животу по окончању каријере. Било да тај спортиста постаје тренер или креће да ради неки другачији посао, мрежа је ослонац.

Сваки врхунски спортиста имао је значајно више прилика од других да упозна много различитих људи. Умрежавање је вештина која се учи. А прилика за умрежавањем са људима који спортистима могу помоћи да буду бољи и успешни како у спортској, тако и постспортској каријери, велика је .

### **ПРЕНОСИВЕ ВЕШТИНЕ**

Спортисти у току каријере анализирају своје противнике. Знају шта раде, у чему су добри, у чему је њихова снага и које су њихове слабости и како би могли да их победе. То спортисте у старту чини конкурентним. Пословни свет слично функционише. Анализа конкуренције за остваривање успеха у конкурентном друштву.

Када говоримо о преносивим вештинама, тимски рад је једна од подразумеваних. Ово нас враћа на почетак овог одељка и анализу онога ко спортиста заправо јесте и анализу његових особина и способности, захваљујући којима је постигао врхунске резултате, што је било претходно поменуто.

Све ово у теорији представља основу почетка стварања неке друге каријере по окончању спортске, а садржано је у програму МОК-а „Каријере после спорта“, коју спроводи и наш национални Олимпијски комитет.

Са реализацијом програма се отпочело 2010. године. У програму су активно укључене како млађе категорије спортиста и активни врхунски спортисти, којима се путем семинара и едукација, развија свест о значају планирања окончања каријере и животу после спорта, тако и спортисти који су већ окончали своју каријеру и

заинтересовани су да добију помоћ при даљем планирању живота и неке друге каријере.

Олимпијски комитет Србије путем константне комуникације са Националним гранским спортским савезима активно обавештава спортисте о постојању програма, његовом значају и погодностима које нуди.

Кроз програм је до сада прошло преко 200 спортиста, којима се не само развија свест о томе да постоји и онај део живота када спортска каријера престаје, већ се пружају и смернице за проналажење других интересовања и занимања, од смерница за писање CV-а, припреме интервјуа за посао до директног повезивања са компанијама за које би њихово спортско искуство и квалитети били задовољавајући у потенцијалним понуђеним пословима.

Олимпијски комитет Србије је, упркос значајном, али и недовољном интересовању спортиста, забележио и неке видљиве резултате.

Неколико бивших спортиста је посредством Олимпијског комитета добило послове у неким компанија, које су део спонзорског тима ОКС-а.

Такође, залагање, труд и резултате у спровођењу овог програма препознао је и сам Међународни Олимпијски комитет, па се данас у Управном одбору МОК-овог програма „Каријера после спорта“ налази представник Олимпијског комитета Србије задужен за реализацију овог програма.

Од изузетне је важности за једну земљу, посебно ову нашу са развијеном спортском свешћу, да постоји један овакав пројекат на националном нивоу. Свакако, биће потребно још доста времена да он у нашем систему спорта добије већу важност, али за сада је довољно и само скретање пажње спортске јавности о важности његовог постојања.

## 11. РЕЗУЛТАТИ ИСТРАЖИВАЊА СА ДИСКУСИЈОМ

Редослед приказивања резултата у складу је са редоследом постављених циљева и хипотеза представљених у претходном поглављу ове докторске дисертације.

### 11.1. ОСНОВНИ ДЕСКРИПТИВНИ СТАТИСТИЦИ

У овом поглављу биће приказани основни дескриптивни статистици у вези са анализом варијабли који су од важности за тестирање хипотеза истраживања.

Прво је урађена дескриптивна статистика варијабли „Колико сте се година бавили спортом?“ и „Године старости“ и протумачене су исте. Из табеле се види да је просечна старост испитаника 38 година (најмлађи има 27, а најстарији 43 године).

Просечан век трајања њихове каријере од почетка бављења спортом до окончања каријере био је 19 година (најмање 10, а највише 28).

Табела 4. Дескриптивна статистика варијабли година трајања каријере и година старости

	Колико година сте се бавили спортом	Године старости
Аритметичка средина	19.3929	38.0000
Медиана	19.0000	38.0000
Модус	15.00	38.00
Стд. девијација	5.27987	3.87298
Мера асиметрије	-.155	-1.408
Стд. грешка мере асиметрије	.441	.361
Мера спљоштености	-.836	2.124
Стд. грешка мере спљоштености	.858	.709
Минимум	10.00	28.00
Максимум	27.00	43.00

### Корелација ранга (Xo)

Ако се посматрају две појаве чија се обележја не могу квантитативно мерити, онда се њихова обележја замењују редоследом ранга. Такође, уколико се жели брзо доћи до приближне вредности коефицијента прости линеарне корелације, онда се корелација ранга може применити и код нумеричких серија, при чему се вредности обележја замењују одговарајућим редоследом ранга. Корелација између серија података који показују ранг величина назива се корелација ранга .

**Табела 5.** Корелација ранга серије података из табеле

		У којој мери Вам недостају спорт и спортски начин живота	Како вам се уопштено чини и како гледате са аспекта спортисте на крај једне спортске каријере	Колико вам је времена требало да се у потпуности прилагодите животу после спорта и новим улогама	Да ли је крај Ваше каријере дошао постепено и планирано или ненадано и непланирано
У којој мери Вам недостају спорт и спортски начин живота	Pearson Correl Sig. (2-tailed)	1	-.333* .029	.365* .022	-.202 .194
Како вам се уопштено чини и како гледате са аспекта спортисте на крај једне спортске каријере	Pearson Correl Sig. (2-tailed)	-.333* .029	1	-.049 .765	.304* .048
Колико вам је времена требало да се у потпуности прилагодите животу после спорта и новим улогама	Pearson Correl Sig. (2-tailed)	.365* .022 .39	-.049 .765 39	1 39	.571** .000 39
Да ли је крај Ваше каријере дошао постепено и планирано или ненадано и непланирано	Pearson Correl Sig. (2-tailed)	-.202 .194	.304* .048	.571** .000	1

Анализирајући добијене Пирсонове коефицијенте корелације ранга, долази се до закључка да су они статистички значајни код питања: „Колико Вам је времена требало да се у потпуности прилагодите животу после спорта?“ и питања: „Како Вам се уопштено чини и како гледате са аспекта спортисте на крај једне спортске каријере?“, док код осталих варијабли не показују значајност.

Након тога урађено је тестирање хипотеза. Статистичка обрада података рађена је у програму СПСС.

## 11.2. ТЕСТИРАЊЕ ГЛАВНЕ ХИПОТЕЗЕ

Пре тестирања хипотеза урађено је тестирање на нормалност расподеле. Тестирања су вршена преко два теста, и то – Колмогоров-Смирновог и Шапиро-Вилковог.

Табела 6. Тест нормалности расподеле за доказивање главне хипотезе

Да ли сте генерално задовољни вашим постспортским животом и његовим током	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>			Shapiro-Wilk			
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.	
Да ли је крај Ваше каријере дошао постепено и планирано или ненадано и непланирано	1.00 2.00 3.00	.459 .360 .414	23 7 9	.000 .007 .000	.551 .664 .617	23 7 9	.000 .001 .000
Колико Вам је времена требало да се у потпуности прилагодите животу после спорта и новим улогама у животу	1.00 2.00 3.00	.347 .360 .266	23 7 9	.000 .007 .066	.639 .664 .794	23 7 9	.000 .001 .017
Како Вам се уопштено чини и како гледате са аспекта спортисте на крај једне спортске каријере	1.00 2.00 3.00	.378 .360 .209	23 7 9	.000 .007 .200*	.675 .664 .823	23 7 9	.000 .001 .037
У којој мери Вам недостаје спорт и спортски начин живота	1.00	.174	23	.070	.902	23	.027

Оба теста су показала да не постоји нормалност расподеле на тестираним варијаблама. То је довело до закључка да се тестирање хипотеза не може радити преко параметарских тестова, већ преко непараметарских Хи квадрата, што је и учињено.

Након тога урађена је корелација ранга за главну хипотезу и донети су закључци.

Све значајне варијабле за овај рад су графички обрађене.

**Табела 7.** Анализа варијабле за доказивање главне хипотезе

			Да ли је крај Ваше каријере дошао постепено и планирано или ненадано и непланирано		Total
			1.00	2.00	
<b>Да ли сте генерално задовољни Вашим постспортских животом и његовим током</b>	1.00	Count	21	6	27
		% within	77.8%	22.2%	100.0%
	2.00	Count	4	3	7
		% within	57.1%	42.9%	100.0%
	3.00	Count	6	3	9
		% within	66.7%	33.3%	100.0%
Total	Count	31	12	43	
	% within	72.1%	27.9%	100.0%	

На питање: „Да ли сте генерално задовољни Вашим постспортским животом и његовим током?“, била су понуђена 3 одговора. Да су у потпуности задовољни, одговорило је 27 испитаника, од којих је 21 (77.8%) крај каријере дочекао планирано и постепено, док је 6 њих (22,2%) ненадано и непланирано окончало своју каријеру;

Мало другачија очекивања, и то виша, имало је 7 испитаника, од којих је 4 (57.1%) крај каријере дочекао планирано и постепено, док је 3 њих (42,9%) ненадано и непланирано окончало своју каријеру;

Делимично задовољни постспортским животом и његовим током, јер сматрају да имају контролу над својом будућношћу, било је 9 испитаника, од којих је 6 (66.7%) крај каријере дочекао планирано и постепено, док је 3 њих (33,3%) ненадано и непланирано окончало своју каријеру.

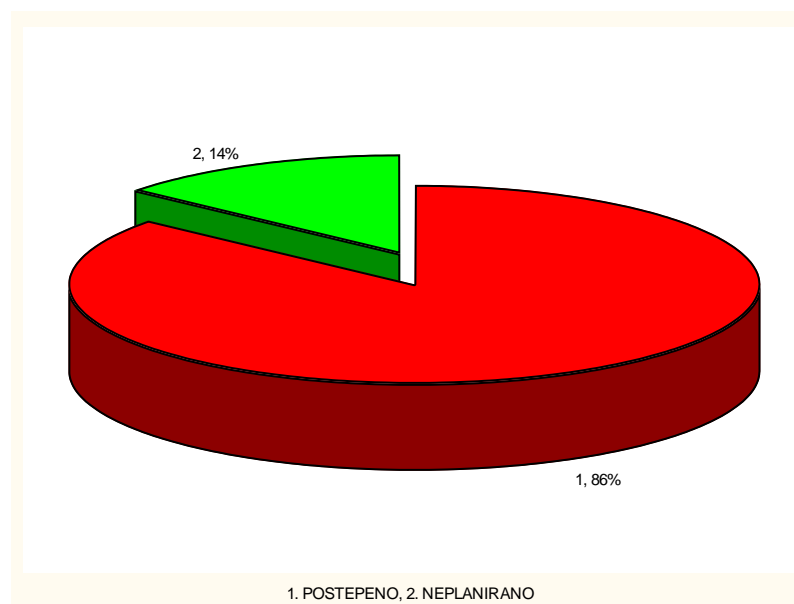


**Табела 8.** Резултат Хи квадрат теста варијабли за доказивање главне хипотезе

	Value	df	Asymptotic Significance (2-sided)
Pearson Chi-Square	1.343 <sup>a</sup>	2	.511
Likelihood Ratio	1.296	2	.523
Linear-by-Linear Association	.698	1	.403
N of Valid Cases	43		

Како сигнификантност износи  $0,511 > 0,05$ , Хо се прихвата уз вероватноћу од 95%, тј. можемо тврдити да не постоји статистички значајна разлика између тврдњи „Да ли сте генерално задовољни вашим постспортским животом и његовим током?“ и „Да ли је крај Ваше каријере дошао постепено и планирано или ненадано и непланирано?“.

На питање како су бивши врхунски спортисти крај своје каријере дочекали, 86% је одговорило – постепено и планирано, а 14% – ненадано и непланирано.



**Графикон 1.** Анализа питања „ Како сте дочекали крај своје каријере? “

Табела 9. Анализа варијабли за доказивање главне хипотезе

			Колико Вам је времена требало да се у потпуности прилагодите животу после спорта и новим улогама у животу					Total
			1.00	2.00	3.00	4.00	6.00	
<b>Да ли сте генерално задовољни Вашим пост спортским животом и његовим током</b>	1.00	Count % within	11 47.8%	0 0.0%	0 0.0%	12 52.2%	0 0.0%	23 100.0%
	2.00	Count % within	0 0.0%	4 57.1%	3 42.9%	0 0.0%	0 0.0%	7 100.0%
	3.00	Count % within	0 0.0%	0 0.0%	3 33.3%	3 33.3%	3 33.3%	9 100.0%
Total	Count % within	11 28.2%	4 10.3%	6 15.4%	15 38.5%	3 7.7%	39 100.0%	

На питање: „Да ли сте генерално задовољни Вашим постспортских животом и његовим током?“, одговори су били следећи:

- 1) „Да, у потпуности“, дало је 23 испитаника (58.97%), од којих је 47.8% као временски период прилагођавања животу после спорта навело 1-2 месеца, а 52,2% временски период од 1 до 3 године;
- 2) „Имао сам мало другачија очекивања, и то виша“, 7 испитаника (17.94), од којих је 57.1% прилагођавања животу после спорта навело период од 6 месеци, а 42.9% период од 1 године;
- 3) „Делимично јесам, али сматрам да имам контролу над својом будућношћу“, дало је 9 испитаника (23.08%), од којих се 33,3% прилагодило постспортском животу и новим улогама у животу у временском периоду од 1 године, 33.3% у временском периоду од 1 до 3 године и 7,7% се још увек није прилагодило у потпуности, јер је прошао период краћи од годину дана од тренутка окончања њихове каријере.

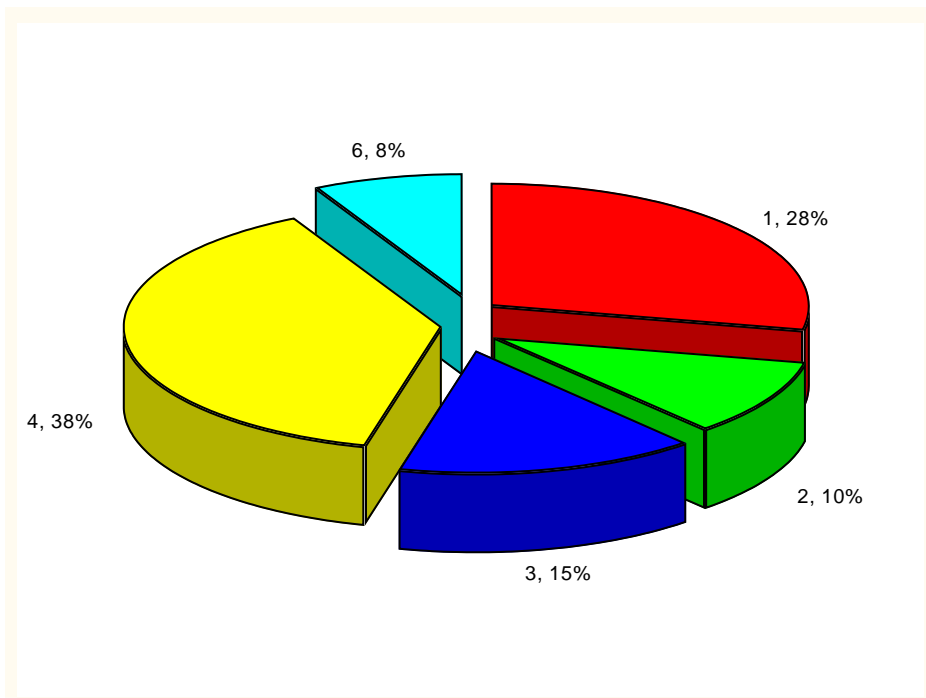
Ако се анализира само питање о временском периоду који је био потребан да се испитаници у потпуности прилагоде постспортском животу и новим улогама у животу, резултати су следећи:

- 1) период прилагођавања од 1 до 2 месеца, означило је 28,2% бивших спортиста;
- 2) период прилагођавања од 6 месеци, означило је 10.3% бивших спортиста;
- 3) период прилагођавања од 1 године, означило је 15.4% бивших спортиста;
- 4) период прилагођавања од 1 до 3 године, означило је 38.5% бивших спортиста;
- 5) да се још увек није прилагодило новим улогама у животу (јер је прошао краћи временски период), означило је 7.7% спортиста;
- 6) период више од 3 године, означило је 0.00% испитаника.

**Табела 10.** Резултат Хи квадрат теста варијабли за доказивање главне хипотезе

	Value	df	Asymptotic Significance (2-sided)
Pearson Chi-Square	48.673 <sup>a</sup>	8	.000
Likelihood Ratio	51.402	8	.000
Linear-by-Linear Association	7.098	1	.008
N of Valid Cases	39		

Како је сигнификантност  $0,000 < 0,05$ , Хо се одбацује уз ризик грешке од 5%, тј. можемо тврдити да постоји статистички значајна разлика између тврдњи „Да ли сте генерално задовољни вашим постспортским животом и његовим током?“ и „Колико Вам је времена требало да се у потпуности прилагодите животу после спорта и новим улогама у животу?“.



**Графикон 2.** Анализа питања „Колико Вам је времена било потребно да се прилагодите постспортском животу“ 1) 2 месеца; 2) 6 месеци; 3) 1 година; 4) 1 до 3 године; 5) више од 3 године; 6) још увек се нисам у потпуности прилагодио

Табела 11. Анализа варијабли за доказивање главне хипотезе

			Како Вам се уопштено чини и како гледате са аспекта спортисте на крај једне спортске каријере				Total
			1.00	3.00	4.00	5.00	
<b>Да ли сте генерално задовољни Вашим постспортским животом и његовим током</b>	1.00	Count % within	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	4 100.0%	4 100.0%
	2.00	Count % within	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	3 100.0%	3 100.0%
	3.00	Count % within	0 0.0%	7 53.8%	3 23.1%	3 23.1%	13 100.0%
	4.00	Count % within	0 0.0%	3 50.0%	0 0.0%	3 50.0%	6 100.0%
	5.00	Count % within	4 23.5%	3 17.6%	3 17.6%	7 41.2%	17 100.0%
Total	Count % within	4 9.3%	13 30.2%	6 14.0%	20 46.5%	43 100.0%	

За питање: „Како Вам се уопштено чини и како гледате са аспекта спортисте на крај једне спортске каријере?“, била је понуђена Ликертова лествица за оцену задовољства од 1 до 5 (од врло негативног до врло позитивног). У анализи резултата, а у поређењу са генералним задовољством постспортским начином живота, примећује се следеће:

- 1) 100.0% испитаника који су у потпуности задовољни својим постспортским начином живота, на лествици је дало оцену 5, тј. оценило да врло позитивно гледа са аспекта спортисте на окончање крај спортске каријере;
- 2) 100% испитаника која је имало другачија очекивања, и то виша, такође је дало оцену 5;

- 3) Од испитаника са другачијим очекивањима по окончању каријере, и то оним нижим, 53.8% је дало оцену 3 (што генерално представља оцену средњег задовољства), 23.1% оцену 4 и 23.1% је означило потпуно задовољство;
- 4) Што се тиче испитаника који су делимично задовољни, али сматрају да имају контролу над својом будућношћу, 50% је дало оцену 3, а 50% оцену 5;
- 5) Испитаници који нису задовољни својим постспортским животом дали су оцену 1 (23.5%), оцену 3 (17,6%), оцену 4 (17.6%) и оцену 5 (41.2%).

Од укупног броја спортиста, оцену 1 дало је 9.3%, оцену 3 - 30.2%, оцену 4 - 14% и оцену 5 - 46.5%.

**Табела 12.** Резултат Хи квадрат теста варијабли за доказивање главне хипотезе

	Value	df	Asymptotic Significance (2-sided)
Pearson Chi-Square	21.014 <sup>a</sup>	12	.050
Likelihood Ratio	24.961	12	.015
Linear-by-Linear Association	4.666	1	.031
N of Valid Cases	43		

Како је сигнификантност  $0,050 > 0,05$ ,  $H_0$  се прихвата уз вероватноћу догађаја од 95%, тј. можемо тврдити да не постоји статистички значајна разлика између тврдњи: „Да ли сте генерално задовољни вашим постспортским животом и његовим током?“ и „Како Вам се уопштено чини и како гледате са аспекта спортисте на крај једне спортске каријере?“.

### 11.3. ТЕСТИРАЊЕ ПРВЕ ПОМОЋНЕ ХИПОТЕЗЕ

Као и у случају генералне хипотезе, тестирањем нормалности узорка, дошло се до закључка да се исти не покорева нормалном распореду, па су и помоћне хипотезе рађене преко Хи квадрата.

Табела 13. Тест нормалности расподеле за доказивање прве помоћне хипотезе

Колико вам је времена требало да се прилагодите животу после спорта и новим улогама у животу	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>			Shapiro-Wilk		
	Statistika	SS	Značajnost	Statistika	SS	Značajnost
Остварили сте већину ваших спортских циљева	.281	36	.000	.798	36	.000
Били сте уморни од спортског начина живота	.213	36	.000	.834	36	.000
Добили сте могућност избора нове професије	.318	36	.000	.762	36	.000
Проблем са тренерима рук. клуба, менаџерима...	.452	36	.000	.562	36	.000
Да ли сте имали здравствених проблема	.343	36	.000	.652	36	.000
Способ. и квалитет бављења спортом су почели да опадају	.280	36	.000	.781	36	.000
Недостатак подршке породице и пријатеља	.534	36	.000	.312	36	.000
Притисак породице и окружења да окончате каријеру	.534	36	.000	.312	36	.000
Достигли сте старосну границу	.228	36	.000	.838	36	.000
Колико Вам је времена требало да се прилагодите животу после спорта и новим улогама у животу	.188	36	.003	.865	36	.000

**Табела 14.** Анализа варијабли за доказивање прве помоћне хипотезе

			Да ли је крај Ваше каријере дошао постепено и планирано или ненадано и непланирано		Total
			1.00	2.00	
Да ли сте генерално задовољни Вашим постспортских животом и његовим током	1.00	Count	21	6	27
		% within	77.8%	22.2%	100.0%
	2.00	Count	4	3	7
		% within	57.1%	42.9%	100.0%
	3.00	Count	6	3	9
		% within	66.7%	33.3%	100.0%
Total	Count	31	12	43	
	% within	72.1%	27.9%	100.0%	

На питање: „Да ли сте генерално задовољни Вашим постспортским животом и његовим током?“, било су понуђена 3 одговора.

- 1) Да су у потпуности задовољни, одговорило је 27 испитаника, од којих је 21 (77.8%) крај каријере дочекао планирано и постепено, док је 6 њих (22,2%) ненадано и непланирано окончало своју каријеру;
- 2) Мало другачија очекивања, и то виша, имало је 7 испитаника, од којих је 4 (57.1%) крај каријере дочекало планирано и постепено, док је 3 њих (42,9%) ненадано и непланирано окончало своју каријеру;
- 3) Делимично задовољни постспортским животом и његовим током, јер сматрају да имају контролу над својом будућношћу, било је 9 испитаника, од којих је 6 (66.7%) крај каријере дочекало планирано и постепено, док је 3 њих (33,3%) ненадано и непланирано окончало своју каријеру;

**Табела 15.** Резултат Хи квадрат теста варијабли за доказивање прве помоћне хипотезе

	Value	df	Asymptotic Significance (2- sided)
Pearson Chi-Square	1.343 <sup>a</sup>	2	.511
Likelihood Ratio	1.296	2	.523
Linear-by-Linear Association	.698	1	.403
N of Valid Cases	43		



Како сигнификантност износи  $0,511 > 0,05$ , Хо се прихвата уз вероватноћу од 95%, тј. можемо тврдити да не постоји статистички значајна разлика између тврдњи „Да ли сте генерално задовољни вашим постспортским животом и његовим током?“ и „Да ли је крај Ваше каријере дошао постепено и планирано или ненадано и непланирано?“.

**Табела 16.** Анализа варијабли за доказивање прве помоћне хипотезе

Колико вам је времена требало да се прилагодите животу после спорта и новим улогама у животу		Остварили сте већину спортских циљева					Total
		1.00	2.00	3.00	4.00	5.00	
1.00	Count	4	0	0	7	0	11
	% within	36.4%	0.0%	0.0%	63.6%	0.0%	100.0%
2.00	Count	0	0	4	0	0	4
	% within	0.0%	0.0%	100.0%	0.0%	0.0%	100.0%
3.00	Count	6	0	0	0	0	6
	% within	100.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	100.0%
4.00	Count	3	3	0	3	6	15
	% within	20.0%	20.0%	0.0%	20.0%	40.0%	100.0%
6.00	Count	3	0	0	0	0	3
	% within	100.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	100.0%
Total	Count	16	3	4	10	6	39
	% within	41.0%	7.7%	10.3%	25.6%	15.4%	100.0%

Период који је био потребан да се бивши спортисти, а учесници овог истраживања, прилагоде животу после спорта и новим улогама упоређен је са факторима који су имали утицај на окончање каријере.

На лествици од 1 (нимало утицаја) до 5 (много утицаја), било је понуђено 9 фактора, које досадашња литература на тему спортске каријере наводи као важне везане за одлуку о окончању каријере. Резултати су следећи:

- 1) 41% испитаника је навело да на окончање њихове каријере није нимало имало утицаја то да ли су остварили већину својих спортских циљева; од чега је 36.4% оних који су за свој период прилагођавања навели 1-2 месеца, 6% 1 годину, 3% период од 1 до 3 године, а 3% навело да се још увек није у потпуности прилагодило;
- 2) Оцену 2 дало је 7,7% укупног броја испитаника, што представља 20% оног процента испитаника који су за период прилагођавања навели 1 до 3 године;
- 3) Средњу оцену 3, дало је 10.3% укупног броја, и они уједно представљају и 100% испитаника који је за период транзиције навело 6 месеци;
- 4) Оцену 4, наводи 25.6% укупног броја испитаника, и они представљају 63.6% укупног броја испитаника којима је требало 1-2 месеца да се прилагоде новим улогама и 20% оних испитаника којима је требало од 1 до 3 године;
- 5) Као много утицаја и оцену 5 на одлуку о окончању каријере, наводи 15,4% испитаника. Они сви наводе за свој период прилагођавања време од 1-3 године, а чине укупно 40% од укупног броја испитаника који су навели овај временски период прилагођавања.

**Табела 17.** Резултат Хи квадрат теста варијабли за доказивање прве помоћне хипотезе

	Value	df	Asymptotic Significance (2-sided)
Pearson Chi-Square	70.058 <sup>a</sup>	16	.000
Likelihood Ratio	57.414	16	.000
Linear-by-Linear Association	.498	1	.481
N of Valid Cases	39		

Како сигнификантност износи  $0,000 < 0,05$ , Хо се одбацује уз ризик грешке од 5%, тј. можемо тврдити да постоји статистички значајна разлика између тврдњи „Колико Вам је времена требало да се прилагодите животу после спорта и новим улогама у животу” и „Оставрили сте већину Ваших спортских циљева.”

**Табела 18.** Анализа варијабли за доказивање прве помоћне хипотезе

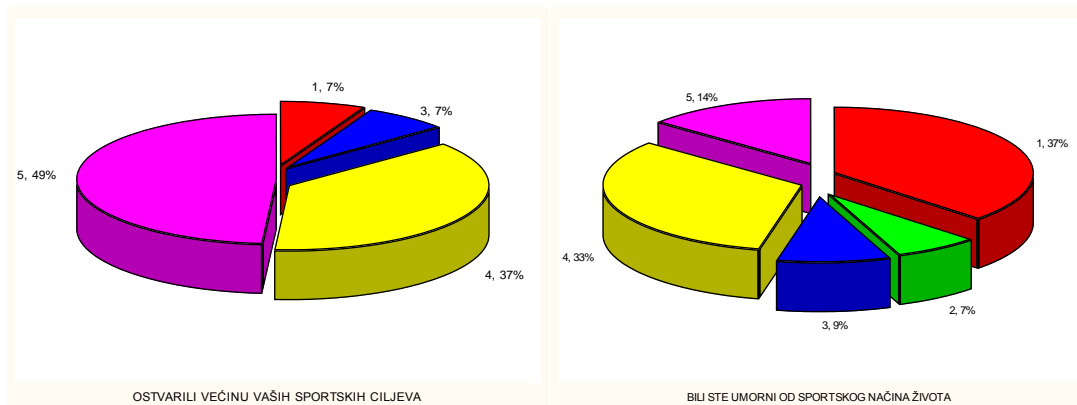
			Били сте уморни од спортског начина живота				Total
			1.00	2.00	3.00	5.00	
<b>Колико вам је времена требало да се прилагодите животу после спорта и новим улогама у животу</b>	1.00	Count % within	4 36.4%	3 27.3%	4 36.4%	0 0.0%	11 100.0%
	2.00	Count % within	0 0.0%	0 0.0%	4 100.0%	0 0.0%	4 100.0%
	3.00	Count % within	3 50.0%	0 0.0%	0 0.0%	3 50.0%	6 100.0%
	4.00	Count % within	0 0.0%	0 0.0%	6 50.0%	6 50.0%	12 100.0%
	6.00	Count % within	3 100.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	3 100.0%
Total	Count % within	10 27.8%	3 8.3%	14 38.9%	9 25.0%	36 100.0%	

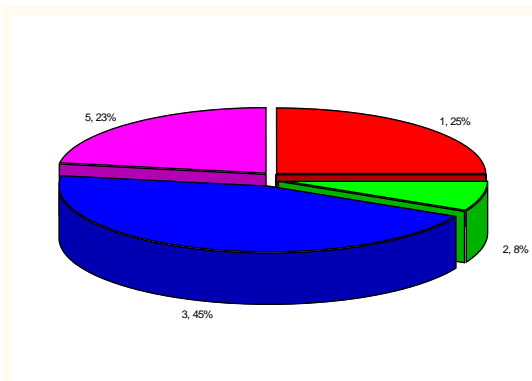
- 1) 27.8% на скали наводи да нимало утицаја (оцена 1) на одлуку о окончању њихове каријере није имао фактор умора од спортског начина живота. Од испитаника које је овом оценом оценило горе поменути фактор, 36.4% је део укупног броја оних који су за свој период транзиције навели период од 1-2 месеца, 50% оних који су навели период од 1 године и 100% испитаника који се још увек нису у потпуности прилагодили новом начину живота и улогама.
- 2) 8.3% испитаника наводи оцену 2, и 100% ових испитаника представља 27.3% укупног броја испитаника којима је транзиција трајала 1-2 месеца;
- 3) 38.9% наводи да је овај фактор имао средњи утица (оцена 3), а они чине 36.6% испитаника којима је транзиција трајала 1-2 месеца, свих 100% испитаника којима је транзиција трајала 6 месеци и 50% укупног броја испитаника којима је трајала од 1 до 3 године;
- 4) 25% наводи за оцену 5, тј. много утицаја фактора умора од спортског начина живота на одлуку о окончању спортске каријере, од чега је 50% од укупног броја оних којима је транзиција трајала 1 годину, као и 50% од укупног броја спортиста којима је транзиција трајала од 1 до 3 године.

**Табела 19.** Резултат Хи квадрат теста варијабли за доказивање прве помоћне хипотезе

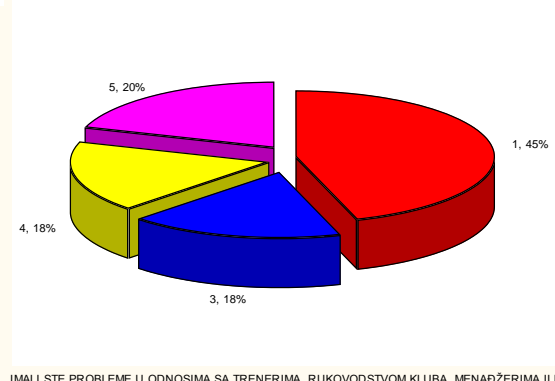
	Value	df	Asymptotic Significance (2-sided)
Pearson Chi-Square	34.995 <sup>a</sup>	12	.000
Likelihood Ratio	42.992	12	.000
Linear-by-Linear Association	1.213	1	.271
N of Valid Cases	36		

Како сигнификантност износи  $0,000 < 0,05$ , Хо се одбацује уз ризик грешке од 5%, тј. можемо тврдити да постоји статистички значајна разлика између тврдњи „Колико Вам је времена требало да се прилагодите животу после спорта и новим улогама у животу” и „Били сте уморни од спортског начина живота“.

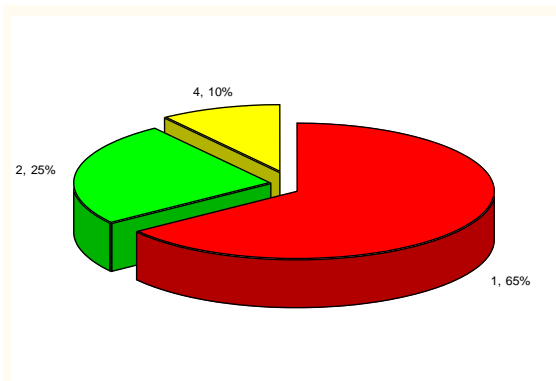




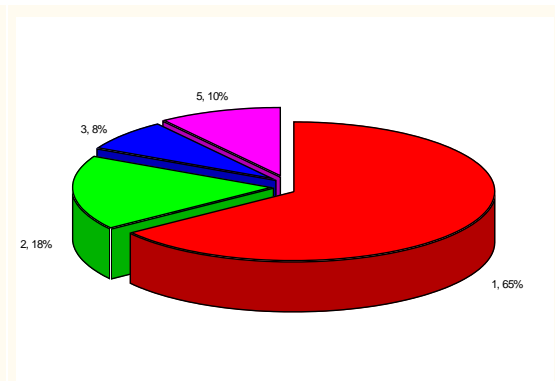
DOBILI STE MOGUĆNOST IZBORA NOVE PROFESIJE



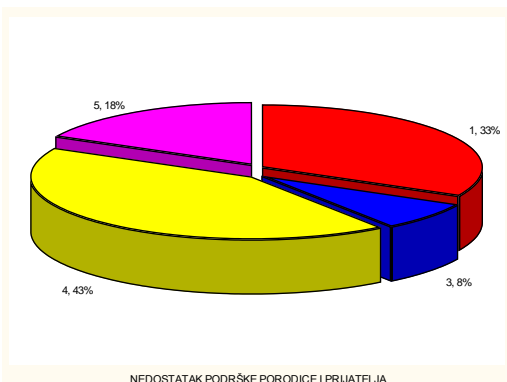
IMALI STE PROBLEME U ODNOSIMA SA TRENERIMA, RUKOVODSTVOM KLUBA, MENADŽERIMA ILI DRUGIM SPORTISTIMA



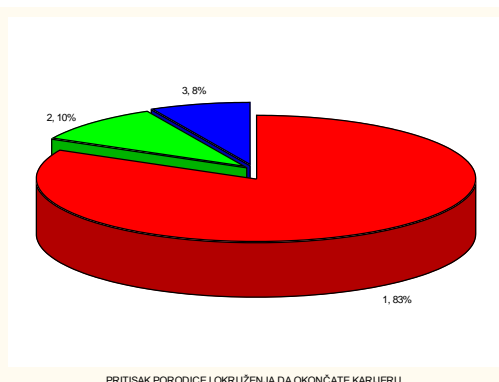
IMALI STE ZDRAVSTVENIH PROBLEMA



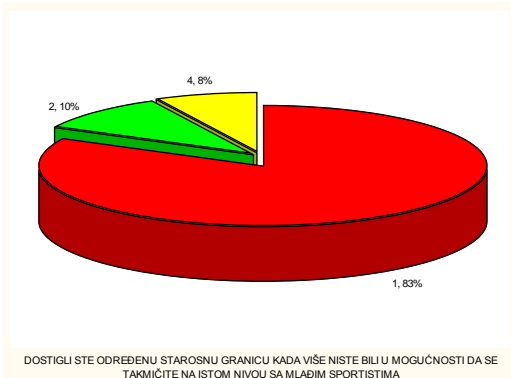
SPOSOBNOST I KVALIET BAVLJENJA SPORTOM POČULI SU DA OPADAJU



NEDOSTATAK PODRŠKE PORODICE I PRIJATELJA



PRITISAK PORODICE I OKRUŽENJA DA OKONČATE KARJERU



**Графикон 3.** Приказ спортских и ван спортских фактора који имају утицаја на одлуку о окончању спортске каријере

**Табела 20.** Анализа варијабли за доказивање прве помоћне хипотезе

			Да ли је окончање ваше каријере било на добровољној бази		Total
			1.00	2.00	
<b>Колико вам је времена требало да се прилагодите животу после спорта и новим улогама у животу</b>	1.00	Count	11	0	11
		% within	100.0%	0.0%	100.0%
	2.00	Count	4	0	4
		% within	100.0%	0.0%	100.0%
	3.00	Count	3	3	6
	% within	50.0%	50.0%	100.0%	
	4.00	Count	12	3	15
	% within	80.0%	20.0%	100.0%	
	6.00	Count	3	0	3
	% within	100.0%	0.0%	100.0%	
<b>Total</b>		Count	33	6	39
		% within	84.6%	15.4%	100.0%

- 1) Испитаници који наводе временски период транзиције од 1-2 месеца ка постспортској каријери, своју спортску каријеру су 100% окончали на добровољној бази;
- 2) Испитаници који наводе временски период транзиције од 6 месеци ка постспортској каријери, своју спортску каријеру су 100% окончали на добровољној бази;
- 3) Од испитаника који наводе временски период транзиције од 1 године ка постспортској каријери, 50% је своју спортску каријеру окончало на добровољној бази, а 50% њих није на добровољној;
- 4) Од испитаника који наводе временски период транзиције од 1 до 3 године ка постспортској каријери, 80% је своју спортску каријеру окончало на добровољној бази, а 20% њих није на добровољној;
- 5) Испитаници који наводе да се још увек нису у потпуности прилагодили постспортском животу и новим улогама у животу по окончању своје спортске каријере, своју спортску каријеру су 100% окончали на добровољној бази;

Од укупног броја испитаника, 84.6% је на добровољној бази окончало своју спортску каријеру, а 15.4% не.

**Табела 21.** Резултати Хи квадрат теста варијабли за доказивање прве помоћне хипотезе

	Value	df	Asymptotic Significance (2-sided)
Pearson Chi-Square	9.041 <sup>a</sup>	4	.060
Likelihood Ratio	10.157	4	.038
Linear-by-Linear Association	.911	1	.340
N of Valid Cases	39		

Како сигнификантност износи  $0,06 > 0,05$ ,  $H_0$  се прихвата уз вероватноћу од 95% , тј. можемо тврдити да не постоји статистички значајна разлика између тврдњи „Колико Вам је времена требало да се прилагодите животу после спорта и новим улогама у животу” и „Да ли је окончање Ваше каријере било на добровољној бази.“

#### 11.4. ТЕСТИРАЊЕ ДРУГЕ ПОМОЋНЕ ХИПОТЕЗЕ

Табела 22. Тест нормалности расподеле серије података из табеле

Колико Вам је времена требало да се прилагодите животу после спорта и новим улогама у животу	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
По Вашој оцени колико сте успешан спортиста били	.401	11	.000	.625	11	.000
	.319	6	.056	.683	6	.004
	.485	15	.000	.499	15	.000
Колико сте својих личних циљева у току каријере остварили	.227	11	.120	.819	11	.017
	.319	6	.056	.683	6	.004
	.377	15	.000	.703	15	.000
Да ли сте због своје спортске каријере занемарили друга подручја живота	.401	11	.000	.625	11	.000
	.249	15	.013	.806	15	.004
Да ли је већи део Ваших пријатеља из спортског окружења	.401	11	.000	.625	11	.000
	.385	15	.000	.630	15	.000
Други људи на мене гледају као на бившег спортисту	.485	15	.000	.499	15	.000
Да ли сте и даље активни у спорту	.285	15	.002	.781	15	.002

Пре тестирања хипотезе, урађено је тестирања на нормалност расподеле. Тестирања смо вршили преко два теста и то Колмооговов-Смирнов и Шапиро-Вилков.

Оба теста су показала да не постоји нормалност расподеле на тестираним варијаблама. То је довело до закључка да тестирање хипотеза не можемо радити преко параметарских тестова, већ преко непараметарских Хи квадрата, што је и учињено.



**Табела 23.** Анализа варијабли за доказивање друге помоћне хипотезе

			По Вашој оцени колико сте успешан спортиста били		Total
			4.00	5.00	
<b>Колико Вам је времена требало да се прилагодите животу после спорта и новим улогама у животу</b>	1.00	Count	7	4	11
		% within	63.6%	36.4%	100.0%
	3.00	Count	3	3	6
		% within	50.0%	50.0%	100.0%
	4.00	Count	3	12	15
		% within	20.0%	80.0%	100.0%
	6.00	Count	0	3	3
		% within	0.0%	100.0%	100.0%
Total		Count	13	22	35
		% within	37.1%	62.9%	100.0%

За питање: „По Вашој оцени, колико сте успешан спортиста били?“ била је понуђена скала од 1 до 5 (где је 1 најнижа оцена, а 5 највиша). Испитаници су своју успешност из личног угла оценили само оценама 4 – и то 37.1% и 5 – 62.9%.

- 1) Оцену 4, дало је 63.6% испитаника којима је транзиција трајала 1-2 месеца, 50% испитаника којима је транзиција трајала 6 месеци и 20% испитаника којима је трајала 1 годину;
- 2) Оцену 5, дало је 36.4% испитаника којима је транзиција трајала 1-2 месеца, 50% испитаника којима је транзиција трајала 6 месеци, 80% испитаника којима је трајала 1 годину и 100% испитаника који се још увек нису прилагодили новим улогама у животу;

**Табела 24.** Резултати Хи квадрат теста варијабли за доказивање друге помоћне хипотезе

	Value	df	Asymptotic Significance (2-sided)
Pearson Chi-Square	7.393 <sup>a</sup>	3	.060
Likelihood Ratio	8.429	3	.038
Linear-by-Linear Association	6.680	1	.010
N of Valid Cases	35		

Како сигнификантност износи  $0,06 > 0,05$ , Хо се прихвата уз вероватноћу догађаја од 95%, тј. можемо тврдити да не постоји статистички значајна разлика између тврдњи „Колико Вам је времена требало да се прилагодите животу после спорта и новим улогама у животу“ и „По Вашој оцени, колико сте успешан спортиста били“.

**Табела 25.** Анализа варијабли за доказивање друге помоћне хипотезе

		Колико сте својих личних циљева током каријере остварили			
		4.00	5.00	Total	
<b>Колико Вам је времена требало да се прилагодите животу после спорта и новим улогама у животу</b>	1.00	Count	7	4	11
		% within	63.6%	36.4%	100.0%
	2.00	Count	4	0	4
		% within	100.0%	0.0%	100.0%
	3.00	Count	6	0	6
		% within	100.0%	0.0%	100.0%
	4.00	Count	9	6	15
		% within	60.0%	40.0%	100.0%
	6.00	Count	3	0	3
		% within	100.0%	0.0%	100.0%
Total		Count	29	10	39
		% within	74.4%	25.6%	100.0%

На скали од 1 до 5 за питање: „Колико сте својих личних циљева током каријере остварили?“ (1- мало до 5 – све), бивши спортисти су дали само одговоре оценом 4 и 5. Оцену 4 дало је 74.4% испитаника, а оцену 5, 25.6%.

- 1) Оцену 4 дало је 63.6% испитаника којима је транзиција трајала 1–2 месеца, 100% испитаника којима је транзиција трајала 6 месеци, 100% испитаника којима је трајала 1 годину, 60% испитаника којима је трајала од 1 до 3 године и 100% испитаника који се још увек нису прилагодили новим улогама у животу;
- 2) Оцену 5 дало је 36.4% испитаника којима је транзиција трајала 1-2 месеца и 40% испитаника којима је транзиција трајала од 1 до 3 године.

**Табела 26.** Резултати Хи квадрат теста варијабли за доказивање друге помоћне хипотезе

	Value	df	Asymptotic Significance (2-sided)
Pearson Chi-Square	6.768	4	.149
Likelihood Ratio	9.792	4	.044
Linear-by-Linear Association	.126	1	.723
N of Valid Cases	39		

Како сигнификантност износи  $0,149 > 0,05$ , Хо се прихвата уз вероватноћу догађаја од 95%, тј. можемо тврдити да не постоји статистички значајна разлика између тврдњи „Колико Вам је времена требало да се прилагодите животу после спорта и новим улогама у животу“ и „Колико сте својих личних спортских циљева током каријере остварили“.

Табела 27. Анализа варијабли за доказивање друге помоћне хипотезе

			Да ли сте ради спортске каријере занемарили и друга подручја живота која нису у вези са спортом				Total
			1.00	2.00	3.00	4.00	
<b>Колико Вам је времена требало да се прилагодите животу после спорта и новим улогама у животу</b>	1.00	Count % within	0 0.0%	4 36.4%	7 63.6%	0 0.0%	11 100.0%
	2.00	Count % within	0 0.0%	4 100.0%	0 0.0%	0 0.0%	4 100.0%
	3.00	Count % within	0 0.0%	0 0.0%	6 100.0%	0 0.0%	6 100.0%
	4.00	Count % within	0 0.0%	6 40.0%	6 40.0%	3 20.0%	15 100.0%
	6.00	Count % within	3 100.0%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	3 100.0%
Total	Count % within	3 7.7%	14 35.9%	19 48.7%	3 7.7%	39 100.0%	

На питање: „Да ли сте ради спортске каријере занемарили друга подручја живота, која нису у вези са спортом?“, била је понуђена скала од 1 (потпуно) до 5 (уопште не).

Да су потпуно занемарили друга подручја живота, одговорило је 7.7% испитаника, оцену 2 дало је 35.9%, оцену 3 – 48.7% и оцену 4 – 7.7%.

- 1) Међу испитаницима који су навели свој период прилагођавања новим улогама у животу 1–2 месеца, 36.4% дало је на скали оцену 2, а 63.6% оцену 3;
- 2) Од испитаника којима је транзиција трајала 6 месеци, 100% њих је на скали занимавање других подручја живота током каријере означило оценом 2;

- 3) Од испитаника којима је транзиција трајала 1 годину, 100% испитаника дало је оцену 3;
- 4) Испитаници којима је било потребно од 1 до 3 године да се у потпуности прилагоде новим улогама у животу, дали су оцену 2, и то 40% њих, такође 40% оцену 3 и 40% оцену 4;
- 5) Испитаници који се још увек нису прилагодили животу после спорта, дали су оцену 1, тј. сматрају да су у потпуности занемарили друга подручја живота и то њих 100%.

**Табела 28.** Резултати Хи квадрат теста варијабли за доказивање друге помоћне хипотезе

	Value	df	Asymptotic Significance (2-sided)
Pearson Chi-Square	56.066 <sup>a</sup>	12	.000
Likelihood Ratio	40.724	12	.000
Linear-by-Linear Association	1.908	1	.167
N of Valid Cases	39		

Како сигнификантност износи  $0,000 < 0,05$ , Хо се одбацује уз ризик грешке од 5%, тј. можемо тврдити да постоји статистички значајна разлика између тврдњи „Колико Вам је времена требало да се прилагодите животу после спорта и новим улогама у животу“ и „Да ли сте ради спортске каријере занемарили друга подручја живота која нису у вези са спортом“.

Табела 29. Анализа варијабли за доказивање друге помоћне хипотезе

			Да ли је већи део Ваших пријатеља из спортског окружења		Total
			1.00	2.00	
<b>Колико Вам је времена требало да се прилагодите животу после спорта и новим улогама у животу</b>	1.00	Count % within	7 63.6%	4 36.4%	11 100.0%
	2.00	Count % within	4 100.0%	0 0.0%	4 100.0%
	3.00	Count % within	6 100.0%	0 0.0%	6 100.0%
	4.00	Count % within	6 40.0%	9 60.0%	15 100.0%
	6.00	Count % within	0 0.0%	3 100.0%	3 100.0%
Total	Count % within	23 59.0%	16 41.0%	39 100.0%	

Да је већи део пријатеља бивших врхунских спортиста из спортског окружења, одговорило је 59%, док је 41% рекло да није.

- 1) Међу спортистима којима је процес транзиције трајао 1–2 месеца, 63.6% има већи део пријатеља из спортског окружења, а 36.4% нема;
- 2) 100% спортиста којима је процес транзиције трајао 6 месеци тврди да је већи део њихових пријатеља из спортског окружења;
- 3) 100% спортиста којима је процес транзиције трајао 1 годину, 100% тврди да је већи део њихових пријатеља из спортског окружења;
- 4) Међу спортистима којима је процес транзиције трајао 1–3 године, 40% има већи део пријатеља из спортског окружења, а 60% нема;
- 5) 100% спортиста који се још увек нису прилагодили новим улогама у животу, нема већи део пријатеља из спортског окружења.

**Табела 30.** Резултати Хи квадрат теста варијабли за доказивање друге помоћне хипотезе

	Value	df	Asymptotic Significance (2-sided)
Pearson Chi-Square	13.600 <sup>a</sup>	4	.009
Likelihood Ratio	18.191	4	.001
Linear-by-Linear Association	5.245	1	.022
N of Valid Cases	39		

Како сигнификантност износи  $0,009 < 0,05$ , Хо се одбацује уз ризик грешке од 5%, тј. можемо тврдити да постоји статистички значајна разлика између тврдњи „Колико Вам је времена требало да се прилагодите животу после спорта и новим улогама у животу“ и „Да ли је већи део Ваших пријатеља из спортског окружења“.

**Табела 31.** Анализа варијабли за доказивање друге помоћне хипотезе

			Да ли сте и даље активни у спорту			Total
			1.00	2.00	4.00	
<b>Колико Вам је времена требало да се прилагодите животу после спорта и новим улогама у животу</b>	1.00	Count	0	0	11	11
		% within	0.0%	0.0%	100.0%	100.0%
	2.00	Count	0	0	4	4
		% within	0.0%	0.0%	100.0%	100.0%
	3.00	Count	0	0	6	6
		% within	0.0%	0.0%	100.0%	100.0%
	4.00	Count	3	6	6	15
		% within	20.0%	40.0%	40.0%	100.0%
	6.00	Count	0	3	0	3
		% within	0.0%	100.0%	0.0%	100.0%
Total	Count		3	9	27	39
	% within		7.7%	23.1%	69.2%	100.0%

На питање: „Да ли сте и даље активни у спорту?“, испитаници су одговарали следеће:

а) „Не, ни на који начин“ – одговорило је 7.7% ; б) „само рекреативно“ – 23.1%; в) „професионално ангажован“ (као тренер, менаџер, саветник) – 69.2%.

- 1) Бивши врхунски спортисти који за период прилагођавања животу после спорта наводе 1–2 месеца је професионално ангажовано у спорту, и то њих 100%;
- 2) Бивши врхунски спортисти који за период прилагођавања животу после спорта наводе 6 месеци је професионално ангажовано у спорту, и то њих 100%;
- 3) Бивши врхунски спортисти који за период прилагођавања животу после спорта наводе 1 годину је професионално ангажовано у спорту, и то њих 100%;
- 4) Од бивших врхунских спортиста који за период прилагођавања животу после спорта наводе 1– 3 године, 20% ни на који начин није и даље активно у спорту, 40% је активно само аматерски, а 40% је професионално ангажовано у спорту;
- 5) Бивши врхунски спортисти који се још увек нису прилагодили животу после спорта наводе да су само аматерски ангажовани у спорту, и то њих 100%.

**Табела 32.** Резултати Хи квадрат теста варијабли за доказивање друге помоћне хипотезе

	Value	df	Asymptotic Significance (2-sided)
Pearson Chi-Square	26.000 <sup>a</sup>	8	.001
Likelihood Ratio	29.993	8	.000
Linear-by-Linear Association	15.559	1	.000
N of Valid Cases	39		

Како сигнификантност износи  $0,001 < 0,05$ , Хо се одбацује уз ризик грешке од 5%, тј. можемо тврдити да постоји статистички значајна разлика између тврдњи „Колико Вам је времена требало да се прилагодите животу после спорта и новим улогама у животу” и „Да ли сте и даље активни у спорту“.



Табела 34. Анализа варијабли за доказивање друге помоћне хипотезе

			Колико је Вама важна улога бившег професионалног спортисте			Total
			1.00	2.00	3.00	
<b>Колико Вам је времена требало да се прилагодите животу после спорта и новим улогама у животу</b>	1.00	Count	11	0	0	11
		% within	100.0%	0.0%	0.0%	100.0%
	2.00	Count	4	0	0	4
		% within	100.0%	0.0%	0.0%	100.0%
	3.00	Count	0	0	6	6
		% within	0.0%	0.0%	100.0%	100.0%
	4.00	Count	3	12	0	15
		% within	20.0%	80.0%	0.0%	100.0%
	6.00	Count	3	0	0	3
		% within	100.0%	0.0%	0.0%	100.0%
Total	Count	21	12	6	39	
	% within	53.8%	30.8%	15.4%	100.0%	

Да је улога бившег професионалног спортисте њима:

- а) јако важна, рекло је 53.8% испитаника;
- б) да је временом постала мање важна, 30.8%;
- в) да је неважна, јер постоје друге важније улоге (професионалне и породичне), 15.4%;

Такође:

- 1) Свих 100% испитаника којима је за транзицију било потребно 1–2 месеца наводи да им је улога бившег професионалног спортисте и даље јако важна;
- 2) Свих 100% испитаника којима је за транзицију било потребно 6 месеци наводи да им је улога бившег професионалног спортисте и даље јако важна;
- 3) Свих 100% испитаника којима је за транзицију била потребна 1 година наводи да им је улога бившег професионалног спортисте неважна, јер постоје друге важније улоге, породичне и професионалне;

- 4) Бивши спортисти којима је за транзицију било потребно од 1 до 3 године, наводе да им је улога бившег врхунског спортисте а) јако важна – 20% и б) временом постала мање важна – 80%;
- 5) Свих 100% испитаника који се још увек нису прилагодили животу после спорта, наводи да им је улога бившег професионалног спортисте и даље јако важна.

**Табела 35.** Резултати Хи квадрат теста варијабли за доказивање друге помоћне хипотезе

	Value	df	Asymptotic Significance (2-sided)
Pearson Chi-Square	65.743 <sup>a</sup>	8	.000
Likelihood Ratio	61.737	8	.000
Linear-by-Linear Association	3.485	1	.062
N of Valid Cases	39		

Како сигнификантност износи  $0,000 < 0,05$ , Хо се одбацује уз ризик грешке од 5%, тј. можемо тврдити да постоји статистички значајна разлика између тврдњи „Колико Вам је времена требало да се прилагодите животу после спорта и новим улогама у животу“ и „Колико је Вама важна Ваша улога бившег професионалног спортисте“.

## 11.5. ТЕСТИРАЊЕ ТРЕЋЕ ПОМОЋНЕ ХИПОТЕЗЕ

Пре тестирања хипотезе урађено је тестирања на нормалност расподеле, преко два теста и то Колмогоров-Смирнов и Шапиро-Вилков.

Оба теста су показала да не постоји нормалност расподеле на тестираним варијаблама. То је довело до закључка да се тестирање хипотеза не може радити преко параметарских тестова, већ преко непараметарских Хи квадрата, што је и учињено.

**Табела 36.** Анализа варијабли за доказивање треће помоћне хипотезе

			Највиши ниво такмичења на којем сте учествовали					Total
			1.00	2.00	4.00	5.00	6.00	
<b>Како Вам се уопштено чини и како гледате са аспекта спортисте на крај једне спортске каријере</b>	1.00	Count	0	0	0	0	4	4
		% within	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	100.0%	100.0%
	3.00	Count	10	3	0	0	0	13
		% within	76.9%	23.1%	0.0%	0.0%	0.0%	100.0%
	4.00	Count	0	0	3	3	0	6
		% within	0.0%	0.0%	50.0%	50.0%	0.0%	100.0%
	5.00	Count	13	4	0	3	0	20
		% within	65.0%	20.0%	0.0%	15.0%	0.0%	100.0%
	Total	Count	23	7	3	6	4	43
		% within	53.5%	16.3%	7.0%	14.0%	9.3%	100.0%

За највиши ниво такмичења на којем су учествовали, испитаници наводе:

а) Олимпијске игре – 53.5%; б) Светско првенство – 16.3%; в) Светски куп – 7%; г) Европска лига – 14%; д) Међународна такмичења – 9.3%.

С друге стране, на скали од 1 до 5 (од 1 врло негативно до 5 врло позитивно), испитаници су оцењивали како са аспекта бившег спортисте гледају на крај спортске каријере.

Резултати су следећи:

- 1) Бивши спортисти који су као највиши ниво такмичења на којем су учествовали навели Олимпијске игре: 43,47% је означило оценом 3 своје виђење окончања спортске каријере, а 56.53% бивших Олимпијаца дало је највишу оцену 5;
- 2) Бивши спортисти који су као највиши ниво такмичења на којем су учествовали навели Светско првенство: 42,85% је означило оценом 3 своје виђење окончања спортске каријере, а 57.15% дало је највишу оцену 5;
- 3) Бивши спортисти који су као највиши ниво такмичења на којем су учествовали навели Светски куп: 100% је означило оценом 4 своје виђење окончања спортске каријере;
- 4) Бивши спортисти који су као највиши ниво такмичења на којем су учествовали навели Европску лигу: 50% је означило оценом 4 своје виђење окончања спортске каријере, а 50% дало је највишу оцену 5;
- 5) Бивши спортисти који су као највиши ниво такмичења на којем су учествовали навели Међународно такмичење: 100% су означили оценом 1 своје виђење окончања спортске каријере.

**Табела 37.** Резултати Хи квадрат теста варијабли за доказивање треће помоћне хипотезе

	Value	df	Asymptotic Significance (2-sided)
Pearson Chi-Square	74.821 <sup>a</sup>	12	.000
Likelihood Ratio	54.983	12	.000
Linear-by-Linear Association	6.722	1	.010
N of Valid Cases	43		

Како сигнификантност износи  $0,000 < 0,05$ , Хо се одбацује уз ризик грешке од 5%, тј. можемо тврдити да постоји статистички значајна разлика између тврдњи „Како Вам се уопштено чини и како гледате са аспекта спортисте на крај једне спортске каријере“ и „Највиши ниво такмичења на којем сте учествовали“

**Табела 38.** Анализа варијабли за доказивање треће помоћне хипотезе

			Да ли сте од бављења спортом зарадили довољно новца за обезбеђивање Вашег постспортског живота		Total
			1.00	2.00	
<b>Како Вам се уопштено чини и како гледате са аспекта спортисте на крај једне спортске каријере</b>	1.00	Count % within	0 0.0%	4 100.0%	4 100.0%
	3.00	Count % within	9 69.2%	4 30.8%	13 100.0%
	4.00	Count % within	6 100.0%	0 0.0%	6 100.0%
	5.00	Count % within	16 80.0%	4 20.0%	20 100.0%
Total	Count % within	31 72.1%	12 27.9%	43 100.0%	

Да су од бављења спортом и своје спортске каријере успели да зараде довољно новца за обезбеђивање свог постспортског живота, позитивно је одговорило 72.1% испитаника, а негативно 27.9%.

- 1) 100% испитаника који су оценом 1 (врло негативно) оценили свој поглед на крај каријере са аспекта спортисте, није успело да од бављена спортом заради довољно новца за обезбеђивање свог постспортског живота;
- 2) Оцену 3 дало је 69.2% оних који су од спорта успели да зараде довољно новца за обезбеђивање свог постспортског живота и 30.8% оних који нису успели;
- 3) Оцену 4 дало је 100% испитаника који су од спорта успели да зараде довољно новца за обезбеђивање свог постспортског живота;
- 4) Највишу оцену 5 (врло позитивно) дало је 80% оних који су од спорта успели да зараде довољно новца за обезбеђивање свог постспортског живота и 20% оних који нису успели.

Табела 39. Резултати Хи квадрат теста варијабли за доказивање треће помоћне хипотезе

	Value	df	Asymptotic Significance (2-sided)
Pearson Chi-Square	13.330 <sup>a</sup>	3	.004
Likelihood Ratio	14.854	3	.002
Linear-by-Linear Association	7.980	1	.005
N of Valid Cases	43		

Како сигнификантност износи  $0,004 < 0,05$ , Хо се одбацује уз ризик грешке од 5%, тј. можемо тврдити да постоји статистички значајна разлика између тврдњи „Како Вам се уопштено чини и како гледате са аспекта спортисте на крај једне спортске каријере“ и „Да ли сте од бављења спортом зарадили довољно новца за обезбеђивање Вашег постспортског живота“.

Табела 40. Анализа варијабли за доказивање треће помоћне хипотезе

			По Вашој оцени колико сте успешан спортиста били			Total
			3.00	4.00	5.00	
<b>Како Вам се уопштено чини и како гледате са аспекта спортисте на крај једне спортске каријере</b>	1.00	Count % within	4 100.0%	0 0.0%	0 0.0%	4 100.0%
	3.00	Count % within	0 0.0%	3 33.3%	6 66.7%	9 100.0%
	4.00	Count % within	0 0.0%	6 100.0%	0 0.0%	6 100.0%
	5.00	Count % within	0 0.0%	4 20.0%	16 80.0%	20 100.0%
Total	Count % within	4 10.3%	13 33.3%	22 56.4%	39 100.0%	

На скали од 1 до 5 (1 – мало успешан до 5 – изузетно успешан) на питање: „Колико сте успешан спортиста били?“, 10.3% је дало оцену 3; 33.3% оцену 4; 56.4% бивших спортиста је себе оценило као изузетно успешне спортисте.

- 1) Свој поглед на крај каријере са аспекта спортисте оценом 1 (врло негативно), оценило је 100% бивших спортиста који себе као спортисту и своју спортску каријеру оцењују средње успешним (оцена 3);
- 2) Свој поглед на крај каријере са аспекта спортисте оценом 3 (позитивно), оценило је 33.3% бивших спортиста који себе као спортисту и своју спортску каријеру оцењују мало више од средње успешним (оцена 4) и 66.7% оних који себе сматрају изузетно успешним спортистом (оцена 5);
- 3) Свој поглед на крај каријере са аспекта спортисте оценом 4, оценило је 100% бивших спортиста који себе као спортисту и своју спортску каријеру оцењују мало више од средње успешним (оцена 4);
- 4) Свој поглед на крај каријере са аспекта спортисте оценом 5 (врло позитивно), оценило је 20% бивших спортиста који себе као спортисту и своју спортску каријеру оцењују мало више од средње успешним (оцена 4) и 80% оних који себе сматрају изузетно успешним спортистом (оцена 5);

**Табела 41.** Резултати Хи квадрат теста варијабли за доказивање треће помоћне хипотезе

	Value	df	Asymptotic Significance (2-sided)
Pearson Chi-Square	53.182 <sup>a</sup>	6	.000
Likelihood Ratio	40.500	6	.000
Linear-by-Linear Association	16.678	1	.000
N of Valid Cases	39		

Како сигнификантност износи  $0,000 < 0,05$ , Хо се одбацује уз ризик грешке од 5%, тј. можемо тврдити да постоји статистички значајна разлика између тврдњи „Како Вам се уопштено чини и како гледате са аспекта спортисте на крај једне спортске каријере“ и „По Вашој оцени, колико сте успешан спортиста били“.

Табела 42. Анализа варијабли за доказивање треће помоћне хипотезе

			Да ли је окончање Ваше каријере било на добровољној бази		Total
			1.00	2.00	
<b>Како Вам се уопштено чини и како гледате са аспекта спортисте на крај једне спортске каријере</b>	1.00	Count	4	0	4
		% within	100.0%	0.0%	100.0%
	3.00	Count	10	3	13
		% within	76.9%	23.1%	100.0%
	4.00	Count	6	0	6
		% within	100.0%	0.0%	100.0%
	5.00	Count	17	3	20
		% within	85.0%	15.0%	100.0%
Total		Count	37	6	43
		% within	86.0%	14.0%	100.0%

Да је окончање њихове спортске каријере било на добровољној бази, навело је 86% испитаника, док је 14% одговорило негативно.

Када се ти резултати упореде са њиховим погледом на окончање каријере са аспекта бившег спортиста, добијају се следећи резултати:

- 1) Спортисти који на окончање каријере гледају врло негативно (оцена 1) су окончали своју спортску каријеру на добровољној бази, њих 100%;
- 2) Спортисти који свој поглед на окончање каријере оцењују средњом оценом 3, окончали су своју спортску каријеру на: а) добровољној бази – 76.9% и б) недобровољно - 23.1%;
- 3) Спортисти који свој поглед на окончање каријере оцењују високом оценом 4, окончали су своју спортску каријеру на: а) добровољној бази – 85% и б) недобровољно – 15%;
- 4) Спортисти који свој поглед на окончање каријере оцењују највишом оценом 5, као врло позитивно искуство, окончали су своју спортску каријеру на: а) добровољној бази – 86% и б) недобровољно – 14%;



**Табела 43.** Резултати Хи квадрат теста варијабли за доказивање треће помоћне хипотезе

	Value	df	Asymptotic Significance (2-sided)
Pearson Chi-Square	2.541 <sup>a</sup>	3	.468
Likelihood Ratio	3.800	3	.284
Linear-by-Linear Association	.058	1	.810
N of Valid Cases	43		

Како сигнификантност износи  $0,468 > 0,05$ , Хо се прихвата уз вероватноћу од 95%, тј. можемо тврдити да не постоји статистички значајна разлика између тврдњи „Како Вам се уопштено чини и како гледате са аспекта спортисте на крај једне спортске каријере“ и „Да ли је окончање Ваше каријере било на добровољној бази“.

**Табела 44.** Анализа варијабли за доказивање треће помоћне хипотезе

			Да можете свој живот да вратите на време почетка своје каријере, да ли би опет бирали спорт		Total
			1.00	2.00	
<b>Како Вам се уопштено чини и како гледате са аспекта спортисте на крај једне спортске каријере</b>	1.00	Count	4	0	4
		% within	100.0%	0.0%	100.0%
	3.00	Count	10	3	13
		% within	76.9%	23.1%	100.0%
	4.00	Count	6	0	6
	% within	100.0%	0.0%	100.0%	
	5.00	Count	20	0	20
	% within	100.0%	0.0%	100.0%	
Total	Count	40	3	43	
	% within	93.0%	7.0%	100.0%	

Да могу да врате свој живот на време почетка своје каријере, 93% бивших врхунских спортиста, испитаника овог истраживања, би опет бирало спорт за своју примарну каријеру. Да би размислио о овоме, одговорило је само 7% испитаника. Нико од испитаника на ово питање није дао негативан одговор.

Када се ти резултати упореде са њиховим погледом на окончање каријере са аспекта бившег спортисте, добијају се следећи резултати:

- 1) Спортисти који на окончање каријере гледају врло негативно (оцена 1) би опет за своју каријеру бирали спорт, њих 100%;
- 2) Спортисти који су свој поглед на окончање каријере оценили средњом оценом 3: а) опет би за своју каријеру бирали спорт – 76.9%; б) размислили би – 23.1%;
- 3) Спортисти који су свој поглед на окончање каријере оценом од 1 до 5, оценили високом оценом 4, опет би за своју каријеру бирали спорт – 100%;
- 4) Спортисти који су свој поглед на окончање каријере оценили оценом 5, као веома позитивно искуство, опет би за своју каријеру бирали спорт – 100%.

**Табела 45.** Резултати Хи квадрат теста варијабли за доказивање треће помоћне хипотезе

	Value	df	Asymptotic Significance (2-sided)
Pearson Chi-Square	7.442 <sup>a</sup>	3	.059
Likelihood Ratio	7.716	3	.052
Linear-by-Linear Association	1.546	1	.214
N of Valid Cases	43		

Како сигнификантност износи  $0,059 > 0,05$ , Хо се прихвата уз вероватноћу од 95%, тј. можемо тврдити да не постоји статистички значајна разлика између тврдњи „Како Вам се уопштено чини и како гледате са аспекта спортисте на крај једне спортске каријере“ и „Да можете свој живот да вратите на време почетка своје спортске каријере, да ли бисте опет бирали спорт“.

Следи табела са процентуалним приказом одговора од 1 (није било проблема) до 5 (много проблема) набројаних проблема за које досадашња литература сугерише да су проблеми са којима се суочавају спортисти по престанку каријере.

**Табела 46.** Проблеми са којима се спортисти суочавају по прекиду каријере

Са којим сте се проблемима по окончању каријере сусрели	1 Није било проблема	2	3	4	5 Много проблема
Здравствени проблеми	53%	8%	33%	8%	
Проблеми са недостајањем физичког напора на које је тело навикло	77%	7%	16%		
Проблеми са већим конзумирањем алкохола	100%				
Проблеми са дрогом	100%				
Недостају Вам пријатељи из спортског окружења	100%				
Недостаје Вам спортски начин живота	33%	40%	14%	14%	
Проблеми са избором нових пријатеља и тешкоће у контакту са људима	9%	23%	40%	28%	
Осећај да нисте остварили све своје спортске циљеве	72%	21%		7%	
Губитак статуса познате личности у јавном животу	53%	16%	16%	7%	7%
Губитак дивљења јавности	86%	7%			7%
Тешкоће у прилагођавању новом послу и професији	86%	7%			7%
Тешкоће у прилагођавању редовном образовању	53%	16%	16%	14%	
Тешкоће у активностима које нису везане за спорт	93%		7%		
Проблеми у осмишљавању даље будућности	70%	23%	7%		
Недостатак самопоуздања	65%	14%	14%		7%
Смањен осећај самопоштовања	79%	14%		7%	
Проблеми у породичним односима	72%	14%	14%		
Проблеми у односима са партнером	65%	28%	7%		
Страх од непознате будућности	79%	14%	7%		
Недостатак самоконтроле	79%	14%	7%		

## 11.6. ТЕСТИРАЊЕ ЧЕТВРТЕ ПОМОЋНЕ ХИПОТЕЗЕ

Табела 47. Анализа варијабли за доказивање четврте помоћне хипотезе

			Да ли је већи део Ваших пријатеља из спортског окружења		Total
			1.00	2.00	
<b>Колико Вам је времена требало да се прилагодите животу после спорта и новим улогама у животу</b>	1.00	Count	7	4	11
		% within	63.6%	36.4%	100.0%
	2.00	Count	4	0	4
		% within	100.0%	0.0%	100.0%
	3.00	Count	6	0	6
	% within	100.0%	0.0%	100.0%	
	4.00	Count	6	9	15
	% within	40.0%	60.0%	100.0%	
	6.00	Count	0	3	3
	% within	0.0%	100.0%	100.0%	
Total	Count	23	16	39	
	% within	59.0%	41.0%	100.0%	

Да је већи део пријатеља бивших врхунских спортиста из спортског окружења, одговорило је 59%, док је 41% рекло да није.

- 1) Међу спортистима којима је процес транзиције трајао 1–2 месеца, 63.6% има већи део пријатеља из спортског окружења, а 36.4% нема;
- 2) 100% спортиста којима је процес транзиције трајао 6 месеци, тврди да је већи део њихових пријатеља из спортског окружења;
- 3) 100% спортиста којима је процес транзиције трајао 1 годину, тврди да је већи део њихових пријатеља из спортског окружења, и то 100% њих;
- 4) Међу спортистима којима је процес транзиције трајао 1–3 године, 40% има већи део пријатеља из спортског окружења, а 60% нема;
- 5) 100% спортиста који се још увек нису прилагодили новим улогама у животу нема већи део пријатеља из спортског окружења.

Табела 48. Резултати Хи квадрат теста варијабли за доказивање четврте помоћне хипотезе

	Value	df	Asymptotic Significance (2-sided)
Pearson Chi-Square	13.600 <sup>a</sup>	4	.009
Likelihood Ratio	18.191	4	.001
Linear-by-Linear Association	5.245	1	.022
N of Valid Cases	39		

Како сигнификантност износи  $0,009 < 0,05$ , Хо се одбацује уз ризик грешке од 5%, тј. можемо тврдити да постоји статистички значајна разлика између тврдњи „Колико Вам је времена требало да се прилагодите животу после спорта и новим улогама у животу“ и „Да ли је већи део Ваших пријатеља из спортског окружења“.

Табела 49. Анализа варијабли за доказивање четврте помоћне хипотезе

У којој мери сте од десно наведених добијали подршку (нпр.емотивну, финансијску и сваку другу)			Подршка партнера		Total
			4.00	5.00	
Колико Вам је времена требало да се прилагодите животу после спорта и новим улогама у животу	1.00	Count % within	3 27.3%	8 72.7%	11 100.0%
	2.00	Count % within	0 0.0%	4 100.0%	4 100.0%
	3.00	Count % within	0 0.0%	6 100.0%	6 100.0%
	4.00	Count % within	0 0.0%	12 100.0%	12 100.0%
	6.00	Count % within	0 0.0%	3 100.0%	3 100.0%
Total	Count % within	3 8.3%	33 91.7%	36 100.0%	

На питање у вези добијања подршке у тренутку окончања каријере и током прилагођавања новим улогама у животу, на скали од 1–5 (1- није било подршке, 5- огромна подршка), највећи број спортиста је оценама 4–8.3% и највишом оценом 5 – 91.7% означио подршку партнера.

Оцену 4 на скали дало је 27.3% оног дела испитаника којима је транзициони период трајао од 1 до 2 месеца, док су остали испитаници, независно од времена прилагођавања животу после спорта и новим улогама у животу, подршку партнера у тренуцима окончања каријере и процеса прилагођавања оценили као огромну, оценом 5.

**Табела 50.** Резултати Хи квадрат теста варијабли за доказивање четврте помоћне хипотезе

	Value	df	Asymptotic Significance (2-sided)
Pearson Chi-Square	7.438	4	.114
Likelihood Ratio	7.761	4	.101
Linear-by-Linear Association	4.597	1	.032
N of Valid Cases	36		

Како сигнификантност износи  $0,114 > 0,05$ , Хо се прихвата уз вероватноћу од 95% тј. можемо тврдити да не постоји статистички значајна разлика између тврдњи „Како Вам се уопштено чини и како гледате са аспекта спортисте на крај једне спортске каријере“ и „Подршка партнера.“

Табела 51. Анализа варијабли за доказивање четврте помоћне хипотезе

У којој мери сте од десно наведених добијали подршку (нпр. емотивну, финансијску и сваку другу)		Подршка родитеља			Total	
		3.00	4.00	5.00		
<b>Колико Вам је времена требало да се прилагодите животу после спорта и новим улогама у животу</b>	1.00	Count	7	0	4	11
		% within	63.6%	0.0%	36.4%	100.0%
	2.00	Count	0	0	4	4
		% within	0.0%	0.0%	100.0%	100.0%
	3.00	Count	0	0	6	6
		% within	0.0%	0.0%	100.0%	100.0%
	4.00	Count	3	6	6	15
		% within	20.0%	40.0%	40.0%	100.0%
	6.00	Count	0	0	3	3
		% within	0.0%	0.0%	100.0%	100.0%
Total		Count	10	6	23	39
		% within	25.6%	15.4%	59.0%	100.0%

Бивши спортисти су у тренуцима окончања каријере подршку својих родитеља на скали од 1 до 5, означили оценом 3 – 25.6%, 4 – 15.4% и као огромну подршку, оценом 5 – 59%.

- 1) Испитаници којима је период прилагођавања новом животу трајао 6 месеци, 1 годину, као и испитаници који се још увек нису прилагодили, највишом оценом оценили су подршку родитеља као огромну и дали оцену 5;
- 2) Испитаници којима је период прилагођавања новом животу трајао 1-2 месеца, подршку родитеља оценили су са 3 – 63.6% и 5 – 36.4%;
- 3) Испитаници којима је период прилагођавања новом животу трајао од 1 до 3 године, подршку родитеља оценили су са 3 – 20%, 4 – 40% и 5 – 40% .

**Табела 52.** Резултати Хи квадрат теста варијабли за доказивање четврте помоћне хипотезе

	Value	df	Asymptotic Significance (2-sided)
Pearson Chi-Square	24.892 <sup>a</sup>	8	.002
Likelihood Ratio	27.904	8	.000
Linear-by-Linear Association	3.172	1	.075
N of Valid Cases	39		

Како сигнификантност износи  $0,002 < 0,05$ , Хо се одбацује уз ризик грешке од 5%, тј. можемо тврдити да постоји статистички значајна разлика између тврдњи „Колико Вам је времена требало да се прилагодите животу после спорта и новим улогама у животу“ и „Подршка родитеља“.



Табела 53. Анализа варијабли за доказивање четврте помоћне хипотезе

У којој мери сте од десно наведених добијали подршку (нпр. емотивну, финансијску и сваку другу)			Други чланови породице				Total
			2.00	3.00	4.00	5.00	
Колико Вам је времена требало да се прилагодите животу после спорта и новим улогама у животу	1.00	Count	4	0	3	4	11
		% within	36.4%	0.0%	27.3%	36.4%	100.0%
	2.00	Count	0	4	0	0	4
		% within	0.0%	100.0%	0.0%	0.0%	100.0%
	3.00	Count	0	0	0	6	6
		% within	0.0%	0.0%	0.0%	100.0%	100.0%
	4.00	Count	0	6	6	3	15
		% within	0.0%	40.0%	40.0%	20.0%	100.0%
	6.00	Count	0	0	0	3	3
		% within	0.0%	0.0%	0.0%	100.0%	100.0%
Total	Count	4	10	9	16	39	
	% within	10.3%	25.6%	23.1%	41.0%	100.0%	

Ниво подршке других чланова породице оцењен је оценама 2 – 10.3%, 3 – 25.6%, 4 – 23.1% и 5 – 41%.

- 1) Сви испитаници којима је за прилагођавање новом постспортском животу требала 1 година, као и сви испитаници који се још увек нису прилагодили новим улогама у животу, наводе оценом 5 – огромну подршку других чланова породице;
- 2) Сви испитаници којима је транзиција трајала 6 месеци, такође високом оценом – 4, наводе ниво подршке других чланова своје породице;
- 3) Од испитаника којима је транзиција трајала 1–2 месеца: оцену 2 – 36.4%; 4 – 27.3% и 5 – 36.4% ;
- 4) Ниво значајности подршке других чланова породице, испитаници којима је транзиција трајала од 1 до 3 године, означили су следећим оценама: 3 – 40%; 4 – 40% и 5 – 20%.

Табела 54. Резултати Хи квадрат теста варијабли за доказивање четврте помоћне хипотезе

	Value	df	Asymptotic Significance (2-sided)
Pearson Chi-Square	41.033 <sup>a</sup>	12	.000
Likelihood Ratio	44.714	12	.000
Linear-by-Linear Association	3.232	1	.072
	39		

Како сигнификантност износи  $0,000 < 0,05$ , Хо се одбацује уз ризик грешке од 5%, тј. можемо тврдити да постоји статистички значајна разлика између тврдњи „Колико Вам је времена требало да се прилагодите животу после спорта и новим улогама у животу“ и „Други чланови породице“.

Табела 55. Анализа варијабли за доказивање четврте помоћне хипотезе

У којој мери сте од десно наведених добијали подршку (нпр. емотивну, финансијску и сваку другу)	Пријатељи					Total	
	1.00	2.00	3.00	4.00	5.00		
<b>Колико Вам је времена требало да се прилагодите животу после спорта и новим улогама у животу</b>	1.00 Count	4	3	0	4	0	11
	% within	36.4%	27.3%	0.0%	36.4%	0.0%	100.0%
	2.00 Count	0	4	0	0	0	4
	% within	0.0%	100.0%	0.0%	0.0%	0.0%	100.0%
	3.00 Count	0	0	0	6	0	6
	% within	0.0%	0.0%	0.0%	100.0%	0.0%	100.0%
	4.00 Count	0	3	6	3	3	15
	% within	0.0%	20.0%	40.0%	20.0%	20.0%	100.0%
	6.00 Count	0	0	0	3	0	3
	% within	0.0%	0.0%	0.0%	100.0%	0.0%	100.0%
Total	Count	4	10	6	16	3	39
	% within	10.3%	25.6%	15.4%	41.0%	7.7%	100.0%

Оцену подршке пријатеља, у тренуцима прилагођавања постспортском животу, испитаници су на скали од 1 (није било подршке) до 5 (огромна подршка), оценили оценама: 2 – 10.3%; 3 – 25.6% и 4 – 15.4%.

Табела 56. Резултати Хи квадрат теста варијабли за доказивање четврте помоћне хипотезе

	Value	df	Asymptotic Significance (2-sided)
Pearson Chi-Square	46.658 <sup>a</sup>	16	.000
Likelihood Ratio	47.853	16	.000
Linear-by-Linear Association	2.087	1	.149
N of Valid Cases	39		

Како сигнификантност износи  $0,000 < 0,05$ , Хо се одбацује уз ризик грешке од 5%, тј. можемо тврдити да постоји статистички значајна разлика између тврдњи „Колико Вам је времена требало да се прилагодите животу после спорта и новим улогама у животу“ и „Пријатељи“.

Табела 57. Анализа варијабли за доказивање четврте помоћне хипотезе

У којој мери сте од десно наведених добијали подршку (нпр. емотивну, финансијску и сваку другу)		Спортског психолога			Total	
		1.00	2.00	3.00		
Колико Вам је времена требало да се прилагодите животу после спорта и новим улогама у животу	1.0	Count	7	0	4	11
	0	% within	63.6%	0.0%	36.4%	100.0%
	2.0	Count	4	0	0	4
	0	% within	100.0%	0.0%	0.0%	100.0%
	3.0	Count	6	0	0	6
	0	% within	100.0%	0.0%	0.0%	100.0%
	4.0	Count	6	3	0	9
	0	% within	66.7%	33.3%	0.0%	100.0%
	6.0	Count	3	0	0	3
	0	% within	100.0%	0.0%	0.0%	100.0%
Total	Count	26	3	4	33	
	% within	78.8%	9.1%	12.1%	100.0%	

На питање: „У којој су мери бивши спортисти од стране спортског психолога добијали подршку у периоду окончања каријере?“, резултати су следећи: 1 (није било подршке) – 78.8%; 2 – 9.1% и 3 – 12.1%. У поређењу са периодом адаптације постспортском животу, то изгледа овако:

- 1) Спортисти којима је био потребан временски период од 1 до 2 месеца, дали су оцене: 1 – 63.6% и 3 – 36.4%;
- 2) Спортисти којима је био потребан временски период од 6 месеци, годину дана и они који се још увек нису прилагодили, кажу да није било, тј. да нису користили подршку спортског психолога за свој процес транзиције.
- 3) Спортисти којима је био потребан временски период од 1 до 3 године, оценили су оценама: 1 – 66.7% и 2 – 33.3%.

**Табела 58.** Резултати Хи квадрат теста варијабли за доказивање четврте помоћне хипотезе

	Value	Df	Asymptotic Significance (2-sided)
Pearson Chi-Square	17.231	8	.028
Likelihood Ratio	17.789	8	.023
Linear-by-Linear Association	2.716	1	.099
N of Valid Cases	33		

Како сигнификантност износи  $0,028 < 0,05$ , Хо се одбацује уз ризик грешке од 5%, тј. можемо тврдити да постоји статистички значајна разлика између тврдњи „Колико Вам је времена требало да се прилагодите животу после спорта и новим улогама у животу“ и „Спортски психолог“.

Следи табела процентуалног приказа одговора на питање:

„У којој сте мери од доленаведених добијали подршку?“

**Табела 59.** Процентуална анализа социјалне подршке у време окончања каријере

<b>Подршка</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>
Партнера				8.3%	91.7%
Родитеља			2.6%	15.4%	59.0%
Других чланова породице		10.3%	25.6%	23.1%	40.1%
Саиграча	19.4%		27.8%	8.3%	44.4%
Тренера	19.4%	11.1%	25.0%		44.4%
Пријатеља	7.7%	10.3%	25.6%	15.4%	41.0%
Нац. гранског савеза	47.2%	25.%	19.4%		8.3%
Олимп. Комитета	62.5%	18.8%	9.4%	9.4%	
Министарства спорта	63.9%	16.7%	19.4%		
Спортског психолога	78.8%	9.1%	12.1%		

Као најзначајнију подршку, спортисти наводе подршку партнера 91.7% и подршку родитеља 59.0%.

Запажа се и јако мали значај подршке коју пружају спортске институције, с обзиром да се не ради о спортистима са просечним каријерама и резултатима, већ о спортистима који су остварили значајне резултате током своје активне спортске каријере.

Такође, запажа се да велики број испитаника, 78.8%, није током свог процеса транзиције користио услуге спортског психолога.

Табела 60. Анализа варијабли за доказивање четврте помоћне хипотезе

			Да ли сте се школовали током своје каријере		Total
			1.00	2.00	
<b>Колико Вам је времена требало да се прилагодите животу после спорта и новим улогама у животу</b>	1.00	Count	11	0	11
		% within	100.0%	0.0%	100.0%
	2.00	Count	4	0	4
		% within	100.0%	0.0%	100.0%
	3.00	Count	6	0	6
		% within	100.0%	0.0%	100.0%
	4.00	Count	12	3	15
		% within	80.0%	20.0%	100.0%
	6.00	Count	3	0	3
		% within	100.0%	0.0%	100.0%
Total	Count	36	3	39	
	% within	92.3%	7.7%	100.0%	

На питање везано за утицај образовања на што бољу адаптацију постспортском животу и новим улогама у животу, 92.3% испитаника је одговорило да су се школовали током своје каријере, док се свега 7.7% није школовало (и они као разлог наводе недостатак времена).

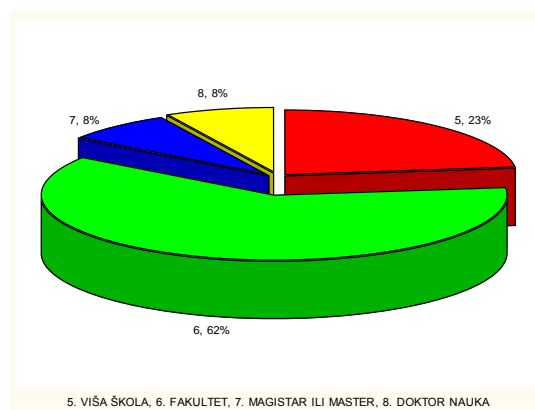
- 1) Испитаници који су се школовали током каријере чине 100% оних којима је транзиција трајала 1–2 месеца, 100% оних којима је трајала 6 месеци, 100% оних којима је трајала годину дана и 100% оних који се још увек нису прилагодили новим улогама; као и 80% оних испитаника којима је транзиција трајала од 1 до 3 године;
- 2) Сви испитаници који се нису школовали током своје активне спортске каријере чине 20% оних којима је за процес прилагођавања новим улогама у животу требало највише времена, од 1 до 3 године.

Такође, 100% испитаника који су се школовали током своје активне спортске каријере, наводи да је имало посебан статус током школовања.

**Табела 61.** Резултати Хи квадрат теста варијабли за доказивање четврте помоћне хипотезе

	Value	df	Asymptotic Significance (2-sided)
Pearson Chi-Square	5.200 <sup>a</sup>	4	.267
Likelihood Ratio	6.141	4	.189
Linear-by-Linear Association	1.518	1	.218
N of Valid Cases	39		

Како сигнификантност износи  $0,267 > 0,05$ , Хо се прихвата уз вероватноћу од 95%, тј. можемо тврдити да не постоји статистички значајна разлика између тврдњи „Како Вам се уопштено чини и како гледате са аспекта спортисте на крај једне спортске каријере“ и „Да ли сте се школовали током каријере“.



**Графикон 4.** Срепен образовања учесника истраживања

## 11.7. ТЕСТИРАЊЕ ПЕТЕ ПОМОЋНЕ ХИПОТЕЗЕ

Табела 62. Анализа варијабли за доказивање пете помоћне хипотезе

			Гледано из угла бившег спортисте, да ли сматрате да је за једну врхунску спортску каријеру подједнако важна и ментална припрема и помоћ спортског психолога у неким ситуацијама		Total
			1.00	2.00	
Колико Вам је времена требало да се прилагодите животу после спорта и новим улогама у животу	1.00	Count % within	11 100.0%	0 0.0%	11 100.0%
	2.00	Count % within	0 0.0%	4 100.0%	4 100.0%
	3.00	Count % within	3 50.0%	3 50.0%	6 100.0%
	4.00	Count % within	15 100.0%	0 0.0%	15 100.0%
	6.00	Count % within	3 100.0%	0 0.0%	3 100.0%
Total	Count % within	32 82.1%	7 17.9%	39 100.0%	

82.1% бивших врхунских спортиста, испитаника овог истраживања, одговорило је да, гледано из угла бившег спортисте, сматра да је за једну врхунску спортску каријеру подједнако важна и ментална припрема и помоћ спортског психолога у неким ситуацијама.

Ниједном од испитаника који су потврдно одговорили на ово питање период адаптације транзицији није трајао дуже од 3 године.

17.9% испитаника не слаже са потребом спортског психолога у тренуцима активне каријере и њихово време прилагођавању постспортском начину живота и новим улогама у животу је трајало од 6 месеци до годину дана.



**Табела 63.** Резултати Хи квадрат теста варијабли за доказивање пете помоћне хипотезе

	Value	df	Asymptotic Significance (2-sided)
Pearson Chi-Square	28.815	4	.000
Likelihood Ratio	28.390	4	.000
Linear-by-Linear Association	.976	1	.323
N of Valid Cases	39		

Како сигнификантност износи  $0,000 < 0,05$ , Хо се одбацује уз ризик грешке од 5%, тј. можемо тврдити да постоји статистички значајна разлика између тврдњи „Колико Вам је времена требало да се прилагодите животу после спорта и новим улогама у животу“ и „Гледано из угла бившег спортисте, да ли сматрате да је за једну врхунску спортску каријеру подједнако важна и ментална припрема и помоћ спортског психолога у неким ситуацијама“.

**Табела 64.** Анализа варијабли за доказивање пете помоћне хипотезе

			У којој мери сте током своје спортске каријере размишљали о окончању				Total
			1.00	3.00	4.00	5.00	
<b>Колико Вам је времена требало да се прилагодите животу после спорта и новим улогама у животу</b>	1.00	Count % within	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	11 100.0%	11 100.0%
	2.00	Count % within	0 0.0%	0 0.0%	4 100.0%	0 0.0%	4 100.0%
	3.00	Count % within	3 50.0%	0 0.0%	0 0.0%	3 50.0%	6 100.0%
	4.00	Count % within	0 0.0%	3 20.0%	9 60.0%	3 20.0%	15 100.0%
	6.00	Count % within	0 0.0%	0 0.0%	3 100.0%	0 0.0%	3 100.0%
Total	Count % within	3 7.7%	3 7.7%	16 41.0%	17 43.6%	39 100.0%	

Код одговора на питање: „У којој сте мери током своје каријере размишљали о окончању?“, испитаници су дали следеће одговоре:

- 1) „Нимало, и дочекао сам крај неспреман“ – 7.7%. Овим испитаницима, било је потребно годину дана да се у потпуности прилагоде животу после спорта и новим улогама у животу;
- 2) „Не много, мислио сам да ће за то бити времена“ – 7.7%. Њима је било потребно од 1-3 године да се у потпуности прилагоде животу после спорта и новим улогама у животу;
- 3) „Често, али нисам много планирао“ – 41%. Сви они су за време које им је било потребно да се у потпуности прилагоде животу после спорта и новим улогама у животу, навело период од 6 месеци до 3 године.
- 4) „Детаљно сам планирао када је право време за окончање и чиме бих даље могао да се бавим“ – 43.6%. Сви испитаници који су дали овакав одговор, за време које им је било потребно да се у потпуности прилагоде животу после спорта и новим улогама у животу, навели су период од 1 до 2 месеца.

Нико од испитаника није одговорио да је током своје каријере о њеном окончању размишљало само у тренуцима лоших резултата и повреда.

**Табела 65.** Резултати Хи квадрат теста варијабли за доказивање пете помоћне хипотезе

	Value	df	Asymptotic Significance (2-sided)
Pearson Chi-Square	48.578 <sup>a</sup>	12	.000
Likelihood Ratio	50.696	12	.000
Linear-by-Linear Association	4.311	1	.038
N of Valid Cases	39		

Како сигнификантност износи  $0,000 < 0,05$ , Хо се одбацује уз ризик грешке од 5%, тј. можемо тврдити да постоји статистички значајна разлика између тврдњи „Колико Вам је времена требало да се прилагодите животу после спорта и новим улогама у животу“ и „У којој мери сте током своје спортске каријере размишљали о окончању“.

Табела 66. Анализа варијабли за доказивање пете помоћне хипотезе

			Да ли сматрате да је важно на време се припремати и испланирати постспортски живот	
			1.00	Total
<b>Колико Вам је времена требало да се прилагодите животу после спорта и новим улогама у животу</b>	1.00	Count	11	11
		% within	100.0%	100.0%
	2.00	Count	4	4
		% within	100.0%	100.0%
	3.00	Count	6	6
		% within	100.0%	100.0%
	4.00	Count	15	15
		% within	100.0%	100.0%
	6.00	Count	3	3
		% within	100.0%	100.0%
Total		Count	39	39
		% within	100.0%	100.0%

Независно од времена које је било потребно спортистима да се прилагоде новим улогама по окончању спортске каријере, свих 100% испитаника је одговорило да јако важним сматра да је потребно на време се припремити и испланирати живот после спорта.

То је такође потврђено и Хи квадрат тестом, који показује да се тврдња „Да ли сматрате да је важно на време се припремати и испланирати постспортски живот“ у поређењу са „Колико Вам је времена требало да се прилагодите животу после спорта и новим улогама у животу“, приказује константом, тј. чињеницом.

**Табела 67.** Резултати Хи квадрат теста варијабли за доказивање пете помоћне хипотезе

	Value
Pearson Chi-Square	. <sup>a</sup>
N of Valid Cases	39

a. No statistics are computed because  
pripreme\_i\_planiranja\_54 is a constant.

**Табела 68.** Анализа варијабли за доказивање пете помоћне хипотезе

			Да ли сте се школовали током своје спортске каријере		Total
			1.00	2.00	
<b>Колико Вам је времена требало да се прилагодите животу после спорта и новим улогама у животу</b>	1.00	Count	11	0	11
		% within	100.0%	0.0%	100.0%
	2.00	Count	4	0	4
		% within	100.0%	0.0%	100.0%
	3.00	Count	6	0	6
		% within	100.0%	0.0%	100.0%
	4.00	Count	12	3	15
		% within	80.0%	20.0%	100.0%
	6.00	Count	3	0	3
		% within	100.0%	0.0%	100.0%
Total	Count	36	3	39	
	% within	92.3%	7.7%	100.0%	

На питање везано за утицај образовања на што бољу адаптацију постспортском животу и новим улогама у животу, 92.3% испитаника је одговорило да су се школовали током своје каријере, док се свега 7.7% није школовало.

У поређењу са временом прилагођавања новим улогама у животу и утицаја образовања на то, резултати су следећи:

- 1) Испитаници који су се школовали током каријере чине 100% оних којима је транзиција трајала 1–2 месеца, 6 месеци, годину дана и оних који се још увек нису прилагодили новим улогама; као и 80% оних испитаника којима је транзиција трајала од 1 до 3 године;
- 2) Сви испитаници који се нису школовали током своје активне спортске каријере, чине 20% оних којима је за процес прилагођавања новим улогама у животу требало највише времена, од 1 до 3 године.

**Табела 69.** Резултати Хи квадрат теста варијабли за доказивање пете помоћне хипотезе

	Value	df	Asymptotic Significance (2-sided)
Pearson Chi-Square	5.200 <sup>a</sup>	4	.267
Likelihood Ratio	6.141	4	.189
Linear-by-Linear Association	1.518	1	.218
N of Valid Cases	39		

Како сигнификантност износи  $0,267 > 0,05$ , Хо се прихвата уз вероватноћу од 95%, тј. можемо тврдити да не постоји статистички значајна разлика између тврдњи „Како Вам се уопштено чини и како гледате са аспекта спортисте на крај једне спортске каријере“ и „Да ли сте се школовали током каријере“.

Табела 70. Анализа варијабли за доказивање пете помоћне хипотезе

			Да ли сте ради спортске каријере занемарили и друга подручја живота која нису у вези са спортом				Total
			1.00	2.00	3.00	4.00	
<b>Колико Вам је времена требало да се прилагодите животу после спорта и новим улогама у животу</b>	1.00	Count	0	4	7	0	11
		% within	0.0%	36.4%	63.6%	0.0%	100.0%
	2.00	Count	0	4	0	0	4
		% within	0.0%	100.0%	0.0%	0.0%	100.0%
	3.00	Count	0	0	6	0	6
		% within	0.0%	0.0%	100.0%	0.0%	100.0%
	4.00	Count	0	6	6	3	15
		% within	0.0%	40.0%	40.0%	20.0%	100.0%
	6.00	Count	3	0	0	0	3
		% within	100.0%	0.0%	0.0%	0.0%	100.0%
Total	Count	3	14	19	3	39	
	% within	7.7%	35.9%	48.7%	7.7%	100.0%	

На питање: „Да ли сте ради спортске каријере занемарили друга подручја живота, која нису у вези са спортом?“, била је понуђена скала од 1 (потпуно) до 5 (уопште не).

Да су потпуно занемарили друга подручја живота, одговорило је 7.7% испитаника, оцену 2 дало је 35.9%; оцену 3 – 48.7% и оцену 4 – 7.7%.

- 1) Међу испитаницима који су навели свој период прилагођавања новим улогама у животу 1–2 месеца, 36.4% дало је на скали оцену 2, а 63.6% оцену 3;
- 2) Од испитаника којима је транзиција трајала 6 месеци, 100% њих је на скали занимања друге подручја живота током каријере означило оценом 2;
- 3) Од испитаника којима је транзиција трајала 1 годину, 100% испитаника дало је оцену 3;
- 4) Испитаници којима је било потребно од 1 до 3 године да се у потпуности прилагоде новим улогама у животу, дали су оцену, 2 и то 40% њих, такође 40% оцену 3 и 40% оцену 4;
- 5) Испитаници који се још увек нису прилагодили животу после спорта дали су оцену 1, тј. сматрају да су у потпуности занемарили друга подручја живота.

**Табела 71.** Резултати Хи квадрат теста варијабли за доказивање пете помоћне хипотезе

	Value	df	Asymptotic Significance (2-sided)
Pearson Chi-Square	56.066 <sup>a</sup>	12	.000
Likelihood Ratio	40.724	12	.000
Linear-by-Linear Association	1.908	1	.167
N of Valid Cases	39		

Како сигнификантност износи  $0,000 < 0,05$ , Хо се одбацује уз ризик грешке од 5%, тј. можемо тврдити да постоји статистички значајна разлика између тврдњи „Колико Вам је времена требало да се прилагодите животу после спорта и новим улогама у животу“ и „Да ли сте ради спортске каријере занемарили друга подручја живота која нису у вези са спортом“.

**Табела 72.** Анализа варијабли за доказивање пете помоћне хипотезе

			Да ли је већи део Ваших пријатеља из спортског окружења?		Total
			1.00	2.00	
<b>Колико Вам је времена требало да се прилагодите животу после спорта и новим улогама у животу</b>	1.00	Count	7	4	11
		% within	63.6%	36.4%	100.0%
	2.00	Count	4	0	4
		% within	100.0%	0.0%	100.0%
	3.00	Count	6	0	6
	% within	100.0%	0.0%	100.0%	
	4.00	Count	6	9	15
	% within	40.0%	60.0%	100.0%	
	6.00	Count	0	3	3
	% within	0.0%	100.0%	100.0%	
Total	Count	23	16	39	
	% within	59.0%	41.0%	100.0%	

Да је већи део пријатеља бивших врхунских спортиста из спортског окружења, одговорило је 59%, док је 41% рекло да није.

- 1) Међу спортистима којима је процес транзиције трајао 1–2 месеца, 63.6% има већи део пријатеља из спортског окружења, а 36.4% нема;
- 2) 100% спортиста којима је процес транзиције трајао 6 месеци, тврди да је већи део њихових пријатеља из спортског окружења;
- 3) 100% спортиста којима је процес транзиције трајао 1 годину, 100% тврди да је већи део њихових пријатеља из спортског окружења;
- 4) Међу спортистима којима је процес транзиције трајао 1–3 године, 40% има већи део пријатеља из спортског окружења, а 60% нема;
- 5) 100% спортиста који се још увек нису прилагодили новим улогама животу, нема већи део пријатеља из спортског окружења.

**Табела 73.** Резултати Хи квадрат теста варијабли за доказивање пете помоћне хипотезе

	Value	df	Asymptotic Significance (2-sided)
Pearson Chi-Square	13.600 <sup>a</sup>	4	.009
Likelihood Ratio	18.191	4	.001
Linear-by-Linear Association	5.245	1	.022
N of Valid Cases	39		

Како сигнификантност износи  $0,009 < 0,05$ , Хо се одбацује уз ризик грешке од 5%, тј. можемо тврдити да постоји статистички значајна разлика између тврдњи „Колико Вам је времена требало да се прилагодите животу после спорта и новим улогама у животу“ и „Да ли је већи део Ваших пријатеља из спортског окружења“.



## 11.8. ДИСКУСИЈА

Квалитет окончања једне спортске каријере условљен је тешкоћама са којима се спортисти суочавају по њеном окончању и потенцијалним проблемима који у мањој или већој мери утичу на процес прилагођавања постспортском животу и новим улогама у животу после спорта. Ти потенцијални проблеми и тешкоће су психолошке и психосоцијалне природе, као и проблеми са избором нове професије по окончању примарне, спортске.

Још у ранијим истраживањима, велики број истраживача на тему окончања спортске каријере, нпр. (Alfermann, 2000; Ceric Erpic 2000, 2001; Werthner & Orlick, 1986), истиче разлику између добровољног и недобровољног окончања каријере. Тачније, наводе да учесници који су добровољно окончали каријеру преносе позитивне карактеристике спортске каријере на постспортски живот и тренутне структуре живота.

Такође, те спортисте који су добровољно окончали своју спортску каријеру карактерише лакоћа преласка на постспортски живот и самим тим одсуство стресора. Бивши спортисти који су завршили каријеру добровољно углавном су задовољнији својим животом, него они који је нису добровољно окончали.

Испитаници који су завршили каријеру на основу сопствене одлуке карактеришу свој живот ближи идеалном, у смислу задовољства живота и остваривања важних циљева, за разлику од оних који су завршили каријеру невољно.

Резултати овог истраживања показују да могућност контроле на одлуку о окончању каријере, као и поступност у том процесу, за собом повлачи мање проблема у прилагођавању новим улогама у животу.

Већина испитаника (84.6%) наводи да је окончање њихове врхунске спортске каријере било на добровољној бази. Ниједан испитаник није навео да му је за потпуну адаптацију новим улогама у животу и проналажењу нове каријере било потребно дуже од 3 године.

Да нимало нису планирали крај своје каријере и да су је неспремно дочекали, рекло је свега 7.7% испитаника и њихов период прилагођавања животу после спорта и новим улогама је трајао годину дана.

Да о окончању каријере и планирању даље будућности нису много размишљали, јер су сматрали да ће за то бити времена, рекло је такође 7.7% испитаника. Њихова транзиција трајала је у временском периоду од 1 до 3 године.

Да су често размишљали, али нису детаљно планирали, рекло је 41% бивших спортиста и они наводе период транзиције од 6 месеци до 3 године.

И, на крају, највећи проценат испитаника, 43.6%, наводи да је детаљно планирало када је право време за окончање каријере и чиме би даље могли да се баве.

Чак 64,7% испитаника који су детаљно планирали постспортску каријеру, за свој период прилагођавања животу по њеном окончању, наводи временски период од свега 1–2 месеца, што је и најкраћи период транзиције.

Што се тиче степена поступности у планирању постспортског живота, чак 72.1% испитаника је навело да је крај њихове активне спортске каријере дошао постепено и планирано.

Такође, 77.8% укупног броја испитаника који су у потпуности задовољни својим постспортским животом и његовим током, назначило је да је крај њихове каријере дошао постепено и планирано.

Да је на добровољној бази окончало каријеру наводи 84.6% испитаника, док њих 15.4% наводи да није. Од испитаника који нису на добровољној бази окончали каријеру, 50% је оних који за свој период транзиције наводе 1 годину и 20% укупног броја оних који за своју транзицију наводе период од 1 до 3 године.

Већина испитаника, 62.8%, назначила је да је у потпуности задовољна својим постспортским животом и његовим током.

16.% рекло је да је имало мало другачија очекивања и то виша, док је 21% испитаника делимично задовољно, али сматра да има контролу над својом будућношћу.

Такође, бивши спортисти наводе да су своју каријеру, тј. њен временски период трајања, искористили у потпуности, па је 72% њих активну каријеру окончало у тренуцима када су њихови спортски резултати већ кренули да опадају, док је свега 28% завршило своју спортску каријеру на врхунцу исте.

Што се генералног погледа бивших спортиста на крај једне спортске каријере тиче, била је понуђена Ликертова скала, на којој су испитаници оценама од 1 (врло негативно) до 5 (врло позитивно) оцењивали. Њих 45.6% је дало највишу оцену, 5.

Генерално задовољство својим постспортским животом и његовим током, такође на скали од 1 до 5, оценама од 3 до 5 (које представљају задовољство до потпуног задовољства), дало је 83.72% испитаника.

На основу резултата истраживања и на основу поређења добијених Хи квадрата

**X1 – Степен добровољности и поступности важан је предуслов за безболнији процес прилагођавања животу после спорта, сматра се прихваћеном.**

Спортски идентитет представља степен до којег спортиста процењује себе као особу кроз своја спортска достигнућа. Спортски идентитет се обично везује са степеном фокуса на спорт, уз занемаривање осталих аспеката живота. Степен спортског идентитета један је од кључних фактора прилагођавања животу после спорта. Чини се да је квалитет прилагођавања спортисте на живот после спорта олакшан, уколико спортски идентитет опада (Lally, 2007; Celic Erpic et al., 2004; Lavalee, Gordon, et al., 1997; Webb et al., 1998).

Такође, претпоставља се да спортисти са јаким спортских идентитетом остају и по окончању своје каријере у спорту (као тренери, пре свега), као и то да спортски идентитет опада остваривањем личних спортских циљева и планирањем окончања спортске каријере. Добровољно повлачење из спорта повезује се са смањењем идентитета.

Што се тиче остваривања личних циљева бивших спортиста, у поређењу са њиховом одлуком о окончању каријере, 41% испитаника навело је да то што су остварили већину својих циљева није имало нимало утицаја на њихову одлуку о окончању каријере; да је у некој мери имало значаја – 43.6%, док је 15.4% навело да је остваривање њихових личних циљева имало много значаја на одлуку о окончању каријере.

У упоређивању остваривања спорских циљева са временом транзиције ка новим улогама у животу, резултати истраживања показују статистички значајну разлику.

Међу испитаницима који су навели да нимало значаја на окончање каријере није имало то да ли су остварили већину својих спортских циљева или не, јесте 100% испитаника који су за свој период транзиције пријавили 1 годину, као и 100% испитаника који се још увек нису прилагодили нових улогама у животу (свима је прошло мање од годину дана од окончања каријере).

За много утицаја овог фактора на окончање каријере, тј. оцену 5, дали су само испитаници којима је период транзиције трајао од 1–3 године (и то 40% укупног дела испитаника који су ту транзицију пријавили).

Да су остварили апсолутно све своје спортске циљеве, навело је 25.6%, а готово све 74.4%.

40% испитаника који су остварили све своје спортске циљеве наводи период транзиције од 1 до 2 месеца, а 60% од 1 до 3 године. Хи квадрат тест у овом случају показује да не постоји статистички значајна разлика између остваривања личних циљева и временског периода прилагођавања животу после спорта и новим улогама у животу.

Да су у току своје активне спортске каријере потпуно занемарили друга подручја живота, који нису у вези са спортом, сматра свега 7.7% испитаника и то су управо они испитаници који наводе да се још увек нису прилагодили новим улогама у животу. Такође, нико од испитаника није одговорио да уопште није занемарио друга подручја живота зарад спорта и каријере.

Већи проценат испитаника, 59%, наводи да је већина њихових пријатеља из спортског окружења и то су испитаници који су пријавили знатно краћи период транзиције.

69.2% испитаника наводи да су по окончању своје активне спортске каријере остали професионално ангажовани у спорту, као тренери, менаџери и саветници.

Сви испитаници који су за свој транзициони период навели временски период од 1 или 2 месеца до 1 године, професионално је и даље ангажовано у спорту.

Ово аутоматски значи то да су се управо спортисти са високим нивоом спортског идентитета, у овом случају, најбрже прилагодили транзицији.

Да им је још увек јако важна улога бившег спортисте, наводи већина испитаника 53.8%, из чега закључујемо да њихов спортски идентитет није драстично опао, а да су се опет успешно прилагодили без великих проблема и тешкоћа.

На основу резултата истраживања и на основу поређења добијених Хи квадрата,

**X2 – Степен спортског идентитета један је од одлучујућих фактора за квалитет транзиције, јер јак спортски идентитет води ка тежем процесу окончања каријере, сматра се одбаченом.**

Сама чињеница да су учесници овог истраживања врхунски спортисти са сјајним спортским каријерама (53.5% су учесници Олимпијских игара), доводи нас до констатације да ови испитаници спадају у ред спортиста који су постигли значајне успехе у својој каријери.

Ако се томе дода и чињеница да 56.4% њих оцењује себе (на скали од 1 до 5) изузетно успешним спортистима, као и то да је 76% њих од своје спортске каријере зарадило довољно новца за обезбеђивање свог постспортског живота, затим и то да би 93% њих за своју примарну каријеру поново бирало спорт, доводи нас до закључка о њиховом позитивном погледу из угла бившег спортисте на једну спортску каријеру.

У прилог томе говори и то да 93% бивших спортиста не наводи апсолутно никакве тешкоће у активностима које нису у вези са спортом.

Свега 9.3% учесника истраживања на целокупан процес окончања каријере, са аспекта спортисте, гледа врло негативно.

Сви испитаници наводе да су током активне каријере остварили своје циљеве, и то апсолутно све 31%, а готово све 36%.

86% не наводи апсолутно никакве проблеме прилагођавању новом послу и професији;

79% наводи да није било апсолутно никаквих проблема у осмишљавању даље будућности;

100% испитаника наводи да није било никаквих проблема са тим да им недостају пријатељи из спортског окружења, као и то да није било проблема са већим конзумирањем алкохола, дрогом и другим проблемима, које литература на ову тему сугерише и наводи као потенцијалне проблеме до којих може доћи у тренуцима окончања каријере.

Такође, испитаници су са 79% оценили да није било проблема ни са смањењем осећаја самопоштовања, као и губитка статуса познате личности у јавном животу (72%).

На основу резултата истраживања и на основу поређења добијених Хи квадрата,

**X3 – Спортисти који су постигли значајне успехе у својој каријери, не гледају на процес њеног окончања негативно и не суочавају се са великим психо-социјалним проблемима, може се сматрати прихваћеном.**

Бројне студије говоре о томе да су управо они спортисти који су успели да развију мрежу социјалних контаката и односе ванспортског окружења у току своје каријере (породица, пријатељи, сарадници, колеге на факултету...) имали лакшу транзицију.

Спортиста који нема алтернативну подршку ван спорта може имати искуство изолације, усамљености или стреса.

Шмид и Зелер (2003), као и Штефан, Билард, Нинот и Делигниерес (2003), у свом истраживању наводе да су чланови породице, пријатељи, брижни тренер и професионални саветник, који пружају емотивну и социјалну подршку, основни показатељи успешног процеса прилагођавања животу после спорта. Лавали (2007) том позитивном социјалном окружењу додаје и саиграче, менаџере, психотерапеуте и психологе.

У овом случају, испитаницима је било понуђено да на скали од 1 (није било подршке) до 5 (огромна подршка), оцене ниво подршке људи из своје социјалне средине, како спортске, тако и ванспортске.

Као најзначајнију подршку (емотивну, финансијску и сваку другу), највишим оценама, бивши спортисти оценили су подршку својих партнера (91.7%) у тренуцима прилагођавања постспортском животу и новим улогама по окончању каријере. Затим, као огромну подршку, на другом месту навели су подршку својих родитеља (59%).

Већи проценат испитаника, 59%, наводи да је већи део њихових пријатеља из спортског окружења и то су управо они испитаници који су пријавили краћи период транзиције.

Подршке саиграча, као и тренера, у 19,4% није било, док је 44,4% испитаника наводе као огромну. Огромну подршку пријатеља наводи 41%, а нико њен изостанак.

С друге стране, јако ниским оценама означена је подршка спортских институција. Спортисти наводе да у 47.2% случајева није било никакве подршке њиховог Националног гранског савеза, насупротив 8.3%, који наводе огромну подршку.

Такође, да нема подршке Министарства омладине и спорта у тренуцима окончања каријере, наводи 63.9%, а Олимпијског комитета – 62.5%.

Значај важности образовања током каријере истиче се као кључан фактор у могућностима избора и планирања нове каријере после спорта. Образовани спортисти имају већу могућност избора, па се, логично, и суочавају са много мање тешкоћа приликом избора нове каријере после спорта (Gorbett, 1985; Murphy, Petitpas, Brewer, 1996; Williams-Ryce, 1996).

На питање везано за утицај образовања, као фактора који доприноси квалитету транзиције, 92.3% испитаника је одговорило да се школовало током своје активне каријере, док 7.7% наводи недостатак времена за то.

Сви бивши спортисти који су се школовали током каријере, навели су да су имали посебан статус током школовања. Испитаницима који се нису школовали био је потребан најдужи период адаптације новим улогама у животу, од 1 до 3 године.

Свеукупно гледано, подједнако успешно прилагођавање животу после спорта и новим улогама у животу, имали су и испитаници који су ванспортске факторе, њихову подршку и значај оценили високо, али и они који је нису имали у великој мери и не сматрају је много значајном за свој процес транзиције; чак су ти испитаници пријавили и краћи временски период транзиције.

На основу резултата истраживања и на основу поређења добијених Хи квадрата,

**X4 – Утицај фактора који нису у директној вези са спортом (социјални и лични контакти и степен образовања), значајно доприносе квалитету транзиције, сматра се одбаченом.**

Постоји јасно изражена свест код активних спортиста да је крај каријере неминован процес и саставни део ње саме, али највећи број истраживања показује да се активни спортисти, посебно они врхунски, услед недостатка времена и фокуса који је усмерен искључиво на спорт, не баве планирањем свог постспортског живота.

Са аспекта бивших спортиста, чак 82.1% сматра да је у неким ситуацијама у току активне спортске каријере важна ментална припрема, као и помоћ спортског психолога у тренуцима њеног окончања, док се 17.9% не слаже са тим.

Независно од времена које је било потребно учесницима истраживања да се прилагоде постспортском животу, 100% њих сматра јако важном потребу да се на време и детаљно испланира каријера после спорта и пост спортски живот.

Да су детаљно планирали када је право време за окончање и чиме би могли даље у животу да се баве, рекло је чак 43.6% испитаника и сви они наводе најкраће време прилагођавања постспортском животу, период од 1 до 2 месеца.

Да су често размишљали, али нису много и детаљно планирали, рекло је 41% испитаника.



Свега 7.7% наводи да нису много о томе размишљали, јер су сматрали да ће за то бити времена. Исти проценат спортиста, (7.7%), наводи да нису о томе размишљали нимало и да су крај своје каријере дочекали неспремни. Свих 7.7% испитаника који нису планирали постспортски живот, своју спортску каријеру окончали су услед спортских повреда.

На основу резултата истраживања и на основу поређења добијених Хи квадрата,

**X5 – Врхунски спортисти имају свест о окончању каријере, али се не баве дугорочним планирањем, сматра се одбаченом.**

На основу резултата целокупног истраживања и на основу поређења добијених Хи квадрата и помоћних хипотеза,

**XГ – Квалитет окончања спортске каријере базира се на припреми и планирању постспортског начина живота, сматра се прихваћеном.**

## 12. ЗАКЉУЧНА РАЗМАТРАЊА

Тешко је бити објективан и донети објективне закључке у овако субјективном оцењивању, као и непараметријском тестирању. Генерално је мало оних људи који могу критички да посматрају и оцењују себе.

Не треба генерализовати врхунске спортисте као групу и целину, јер је можда њихова успешност у свом примарном занимању оно што је заједничко за све њих, али свакако није и њихов пут до успеха. Као што није био заједнички ни начин окончања њихове каријере нити њихово прилагођавање животу после спорта.

Мало је врхунских спортиста спремно да крајње отворено разговара о себи и својој каријери, јер је то ипак део интима, па је то и разлог невеликог броја испитаника, али свакако значајног, с обзиром да се ради о циљано селектованом узорку испитаника.

Истина је да спортисти не желе да много говоре о проблемима кроз које су прошли током прилагођавања животу после спорта, што с друге стране не значи да су сви они и имали проблема.

Било је доста контрадикторности међу одговорима. Нпр. већина спортиста је одговарала да им не недостаје медијска пажња и експонирање, иако су неки видно и даље медијски изложени и већином су сви готово сигурни да људи на њих и даље гледају као на спортисте.

Питања која се тичу проблема која прате период непосредно по окончању каријере, конкретно проблема са алкохолом и дрогом (што је са правом постављено, јер их као важне пропратне проблеме испитује готово свака литература на ову тему), наишла су на све негативне одговоре. Тачније, 100% испитаника је одговорило да није имало таквих проблема.

Међутим, када је у току појединачних интервјуа са неким од испитаника поменута иста тема, признали су да није било проблема са повећаним конзумирањем алкохола који може да води алкохолизму, али да је било доста претеривања у томе.

Такође, што се тиче дроге, али и допинга током такмичења, о томе се јавно код нас не прича много, што не значи да није присутна појава. Имали смо у блиској прошлости и пример једног ватерполисте и тенисера, који су суспендовани због тога. Али, спорт је некако још увек заштићен свих тих медијских и јавних компромитовања како самих спортиста, тако и њихових проблема, јер је спорт, на крају, једна од најпозитивнијих вредности наше земље, а спортисти узор деци и омладини.

Што се тиче питања везаних за ресоцијализацију, конкретно на начин на који бивши спортисти гледају на процес окончања своје каријере из садашње перспективе, најчешћи одговор био је – крајње позитивно и без проблема.

Док су раније студије фокусиране на прилагођавање тешкоћама и траумама које прате овакав процес (нпр. Мiхajlović, 1968; Ogilvie & Howe, 1986; Ogilvie & Taylor, 1996; Werthner & Orlick, 1986), скорашња истраживања указују на то да се на крај каријере у врхунском спорту треба посматрати као на животни догађај који утиче на процес животне добробити и развоја бивших спортиста (нпр. Alfermann & Gross, 1997; Wyllman, De Knop, Menkehorst, Theeboom & Annerel, 1993).

Ако би требало да јасно дефинишемо који су то спортски, а који фактори ван спорта који имају утицаја на окончање каријере врхунских спортиста, онда би спортски били:

1. Добровољно окончање каријере;
2. Субјективна процена достигнућа и
3. Степен спортског идентитета.

Фактори ван спорта који имају утицаја на квалитет окончања спортске каријере врхунских спортиста су:

1. Социјална подршка;
2. Ниво образовања;
3. Планирање постспортског живота.

Све су ово фактори утицаја, али, наравно, субјективна процена сваког бившег врхунског спортисте је она која оцењује ниво значаја ових утицаја на његово прилагођавање новим улогама у животу и новој професији.

Спортисте је дефинисала и њихове каријере обликовала љубав према спорту, велика одлучност, воља и мотивација, спремност да се одрекну ствари којих неки други нису желели или за које нису имали храбрости.

Сви они су током креирања и трајања своје спортске каријере запоставили остале аспекте свог живота и прилично су сви они тога свесни. Зато се у процесу прилагођавања максимално труде да то надокнаде.

Свакако, неопходна им је подршка и усмерење, да би период посткаријере сматрали успешним аспектом свог живота.

93% учесника овог истраживања би, да може да се врати на почетак своје каријере, опет изабрали спорт као своју примарну каријеру, што генерално може да нас доведе до закључка да већих проблема и траума, које бројна ранија литература на ову тему сугерише, није било у случају 43 врхунских спортиста из Србије, учесника и освајача медаља на највећим спортским такмичењима на свету.

На основу добијених статистичких анализа, поређења добијених Хи квадрата и савремених литературних података, изведени су закључци истраживања:

1. Степен добровољности и поступности важан је предуслов за безболнији процес прилагођавања животу после спорта;
2. Истраживање не показује да је Степен спортског идентитета један од одлучујућих фактора за квалитет транзиције, јер јак спортски идентитет води ка тежем процесу окончања каријере;
3. Истраживање показује да Спортисти који су постигли значајне успехе у својој каријери не гледају на процес њеног окончања негативно и не суочавају се са великим психосоцијалним проблемима;
4. Истраживање не показује да Утицај фактора који нису у директној вези са спортом, социјални и лични контакти и степен образовања, значајно доприносе квалитету транзиције;
5. Истраживање не потврђује тврдњу да Врхунски спортисти имају свест о окончању каријере, али се не баве дугорочним планирањем живота после спорта

**На основу добијених резултата, може се закључити да се Квалитет окончања спортске каријере базира на припреми и планирању постспортског начина живота.**

И онај најмањи ниво потенцијалних проблема, који могу да настану, а о којима спортисти желе или не желе да говоре, могао би да се ублажи или избегне учвршћивањем система подршке у нашој земљи, а још више стављањем већег фокуса спортиста и спортске јавности на важност планирања каријере и других аспеката живота после спорта.

Важно је разумети да сваком спортисти треба приступити индивидуално.

Без генерализација спортиста као групе и глобализације како окончање једне каријере треба да изгледа и које кораке подразумева.

Спортисти са врхунским каријерама и резултатима у спорту имају само неке заједничке спортске особине: снагу, висок степен воље и мотивације, марљивост, труд и спремност на одрицање. Само су те особине оно што је стопроцентно сигурно да је баш то што је дефинисало њихове резултате, што не значи да је само то утицало на њих.

Долазе са различитим уверењима, из различитих породица (оних образованијих или мање образованих), из различитих слојева друштва, са подршком родитеља или без ње (финансијске или моралне), талентовани мање или више за тај конкретан спорт који су одабрали за своје занимање.

Ниједна од ових ствари није никада, нити ће нужно дефинисати њихов успех.

Међутим, оног тренутка када врхунски спортисти окончају своју каријеру и престану бити спортисти који доносе медаље, остаје мали проценат људи (углавном оних који су део спортског система и мали део спортске јавности) који памте имена и резултате... а остатак живота после спорта траје довољно дуго, да је значајно испланирати га, вредно радити на њему и тај део живота, као и активну каријеру, достојанствено проживети.

## ЛИТЕРАТУРА

1. Albion, M.J., & Fogarty, G.J. (2005). *Career decision making for young elite athletes: Are we ahead on points*. Australian Journal of Career Development, 14, 51-63.
2. Alfermann, D., & Stambulova, N. (2007). *A developmental perspective on transition faced by athletes*. In G. Tennenbaum, R. Eklund (ed). Handbook of sport psychology (pp. 712-733). New York: John Wiley & Sons, Inc.
3. Alfermann, D., Stambulova, N., & Zemaityte. A. (2004). *Reactions to sport career termination: a cross-sectional comparison of German, Lithuanian, and Russian athletes*. Psychology of Sport and Exercise, 5, 61-75.
4. Alfermann, D. (2005). *Career transition and concomitant changes in athletes*. In Proceeding of 11<sup>th</sup> World Congress of Sport Psychology. Dostupno preko: <https://www.issp2005.com/program.asp>.
5. Alfermann, Dorothee. (2004). *Career Transitions in Sport*. Psychology of Sport and Exercise 5 (1): 7-20.
6. Alfermann, D. (2000). *Causes and consequences of sport career termination*. In D. Lavalee & P. Wylleman (Eds.), Career transition in sport; International perspective (pp. 45-58). Morgan-town, WV: Fitness Informational Technology.
7. Alfermann, D., & Gross, A. (1997). *Coping with career termination: it all depends on freedom of choice*. In R. Lidor, & M. Bar-Eli (Eds.), Proceedings of the ninth world congress on sport psychology (pp. 65-67). Netanya: Wingate Institute for Physical Education and Sport.
8. Allison, M.T., & Meyer, C. (1988). *Career problems and retirement among elite athletes: The female tennis professional*. Sociology of Sport Journal, 5, 212-222.
9. Armstrong, J. Scott (2007). *Significance tests harm progress in forecasting*. International Journal of Forecasting 23.
10. Andersen, Mark B. (2000): *Doing Sport Psychology*. Illinois: Human Kinetics.
11. Anderson, D., Morris, T. (2000). *Athlete lifestyle programs*. In D. Lavalee & P. Wylleman (Eds.), Career transition in sport; International perspective (pp. 59-80). Morgan-town, WV: Fitness Informational Technology.
12. Anderson, D.R. Burnham, K.P. & Thompson, W.L. (2000) *Null hypothesis testing: problems, prevalence an alternative* Journal of Wildlife Management 64.
13. Arsić, J. (2008). *Sportista kao brend*, master rad. Fakultet za menadžment u sportu, Beograd.
14. Arsić, J. (2007). *Upravljanje košarkaškom karijerom u savremenoj sportskoj industriji*, diplomski rad. Fakultet za menadžment u sportu, Beograd.
15. Atchley, R.C. (1980). *The social forces in later life*. Belmont, CA: Wadsworth.

16. Bartlett, Roger, Chris Gratton in Christer Rolf. (2006). *Encyclopedia of International Sports Studies*. New York: Taylor & Francis.
17. Baillie, P. H. F & Danish, S. J (1992). *Understanding a career transition of athletes*. *The Sport Psychologist*, 6, 77-98.
18. Baillie, Patrick H. F (1993): *Understanding retirement from sports: Therapeutic ideas for helping athletes in transition*. *The Counseling Psychologist* 21 (3). Dostopno preko: <http://tcp.sagepub.com/content/21/3/399.abstract> (20. november 2014).
19. Blaesild, K., & Stelter, R. (2003). *Psychological and Social consequences of career transition out of professional football – A multiple case study*. In Reinhard Stelter (Ed.); *Proceedings of the 11th European Congress of Sport Psychology* (p.35). Copenhagen: European Federation of Sports Psychology.
20. Blinde, Elaine. M. in Susan L. Greendorfer. (1985). A reconceptualization of the process of leaving the role of competitive athlete. *International Review of Sociology of Sport* Dostopnoprsko:<https://secure.sportquest.com/su.cfm?articleno=178473&title=178473> (3. december 2013).
21. Blinde, E. & Stratta, T.M. (1992). *The sport career death of college athletes: Involuntary and unanticipated sport exit*. *Journal of Sport Behavior*, 15, 3-20.
22. Bloom, B. (1985). *Developing talent in young people*. Ballantine Book: New York.
23. Brewer, B. W., Van Raalte, J.L., & Linder, D.E. (1993). *Athletic identity: Hercules' muscles or Achilles' heel?* *International Journal of Sport Psychology*, 24, 237-254.
24. Brewer, B. W., Selby, C. L., Linder, D. E., & Petitpas, A. J. (1999). *Distancing oneself from a poor season: Divestment of athletic identity*. *Journal of Personal and Interpersonal Loss*, 4, 149-162.
25. Brewer, B. W., Van Raalte, J.L., & Patitpas, A. J. (2000). Self- identity issues in sport career transitions. In D. Lavalee & P. Wylleman (Eds.), *Career transition in sport; International perspective* (pp. 29-43). Morgantown, WV: Fitness Informational Technology.
26. Brewer, B. W., & Cornelius, A. E. (2001). *Norms and factorial invariance of the Athletic Identity Measurement Scale*. *Academic Athletic Journal*, 16, 103-113.
27. Brewer, B. W., Cornelius, A. E., Stephan, Y., & Van Raalte, J. L. (2010). *Self-protective changes in athletic identity following anterior cruciate ligament reconstruction*. *Psychology of Sport and Exercise*, 11, 1-5.
28. Bronnfenbrenner, U. (1979). *The ecology of human development: Experiments by nature and design*. Cambridge, MA: Harvard University Press.
29. Botterill, C. (1981). *What "endings" tell us about "beginnings."* In T. Orlick, J. Patingston & J. Salmela (Eds.). *Proceedings of the fifth world congress of sport psychology*. Ottawa: Fitness and Amateur Sport.
30. Botterill, C. (1988). *Preventing burnout and retirement problems*. *Canadian Academy of Sports Medicine*, 8, 28-29.



31. Bruner, M., Munroe-Chandler, K., & Spink, K. (2008). *Entry into elite sport: A preliminary investigation into the transition experience of rookie athletes*. *Journal of Applied Sport Psychology*, 20, 236-252.
32. Carver, R.P. (1978) *The case against statistical significance testing*. *Harvard educational Review* 48.
33. Caplan, R., Vinokur, A., Price., & Van Ryn, M. (1989). *Job Seeking, Reemployment, And Mental Health: A Randomized Field Experiment I Coping with Job Loss*. *Journal of Applied Psychology*, 10, 74, 759-769.
34. Cecic Erpic, S. (1998). *Following the development of life structures and life satisfaction: comparison between former top athletes and non-athletes*. Master thesis, University of Ljubljana, Ljubljana, Slovenia.
35. Cecic Erpic, S. (1999). *Differences between voluntary and involuntary sport career termination*. In V. Hosek, P. Tillinger, & L. Bilek (Eds.), *Proceedings of the 10th European congress of sport psychology, Part 1* (pp. 147-149). Pague: Charles University.
36. Ceci-Erpič, Saša.(2002). *Konec športne kariere*. Ljubljana: Fakulteta za šport.
37. Cecic Erpic, S., Wylleman, P. & Zupancic, M. (2004). *The effect of athletic and non-athletic factors on the sports career termination process*. *Psychology of Sport and Exercise*, 5, 45-59
38. Chow, B. C. (2002). *Support for elite athletes retiring from sport: The case in Hong Kong*. *Journal of the International Council for Health Physical Education Sport and Dance*, 38, 37-42.
39. Clausen, John A. (1968). *Socialization and Society*. Boston: Little Brown and Company.
40. Coakley, Jay J. (1983). *Leaving competitive sport: Retirement or rebirth?* *Quest* 35 (1): 1-11.
41. Coakley, J.J.(2001). *Sport in Society; Issues and Controversies*, 7th Ed. New York, NY: MC: Grow- Hill.
42. Coakley, Jay J. Eric Dunning. (2002): *Handbook of Sports Studies*. Washington: SAGE.
43. Cockerill, Ian M. (2001). *Solutions in Sport Psychology*. Oxford: Cengage Learning EMEA.
44. Cote, J. Baker, J., & Abernethy, B. (2007). Practice and play in the development of sport expertise. In G. Tenenbaum & R.C. Eklund (Eds.), *Handbook of sport psychology* (3rd ed., pp. 184-202). New York: Wiley.
45. Cote, J., & Fraser – Thomas, J. (2007). The health and development benefits of youth sport participation. In P. Crocker (Ed.) *Sport Psychology: A Canadian perspective* (pp.266-294). Toronto, Ontario, Canada: Pearson.
46. Cote, J., Lidor, R., & Hackfort, D. (2009). To sample or to specialize? Seven postulates about youth sport activities that lead to continued participation and elite performance. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 7 7-17.
47. Crook, J.M. & Robertson, S.E. (1991). *Transitions out of elite sport*. *International Journal of Sport Psychology*, 22, 115-127.

48. Cummings, E., Dean, L.R., Newell, D.S. & McCaffrey, I. (1960). *Disengagement A-tentative theory of aging*. Sociometry 13, 23.
49. Cummins, R.A. (1998). "The second approximation to an international standard for life satisfaction". Social Indicators Research 35, pp. 179–200.
50. Čačija, G. (2007). *Qualitative study of the career transition from junior to senior sport in Swedish basketball*. . In Cecilia Engström Master's Thesis, Dual career for student-athletes: A longitudinal study of adaptation during the first six months at the sport gymnasium in Sweden, Lund University.
51. Danish, S.J., Petitpas, A.J., & Hale, B.D. (1993). *Life development intervention for athletes: life skills through sports*. The Counseling Psychologist, 21(3), 352-385.
- European Federation of Sport (2000). Position statement 3: sports areer transitions. In D. Lavalle, & P. Wylleman (Eds.), Career transitions in sport: International perspective (pp. 259-261). Morgantown: Fitness Information Technology.
52. D' Andrea, M., & Daniels, J. (2005). Respectful sport psychology: *A multidimensional-multicultural competency model*. ESPNews, 19(1), 9.
53. Dowd, J.J. (1975). *Ageing as an exchange: A preface to theory*. Journal of Gerontology, 30.
54. Dupona-Topić, Mojca. (2006). *Vprašalnik za bivše vrhunske športnike*. Ljubljana: interno gradivo.
55. Fish, M. B., Grove, J. R., & Eklund, R. C. (1999). *Changes in athletic identity following state team selection trials*. Paper presented at the IOC World Congress on Sport Scienceswith the Annual Australian Conference of Science and Medicine in Sport, Sydney, Australia.
56. Fletcher, D., & Hanton, S. (2003). *Sources of organizational stress in elite sports performers*. The Sport Psychologist, 17, 175–195.
57. Fortunato, Vanda, Keith Gilbert. (2003). *Reconstructing Lives – The problem of retirement from elite sport*. Illinois: Common Ground.
58. Franck, A. (2009). *Individual and team sports athletes in the transition from junior to senior sports*. D-thesis in sport psychology, 91-120 ECTS. School of Social and Health Sciences. Halmstad University.
59. Franck, A., & Tuovila, F. (2008). *Differences and similarities between athletes in the beginning and middle of the transition from junior to senior sports*. C-uppsats i psykologi med inriktning idrott, 61-90 hp. Sektionen för Hälsa och Samhälle, Högskolan i Halmstad.
60. Friedlander, L.J., Reid, G.J., Shupak, N., & Cribbie, R. (2007). *Social support, self-esteem, and stress as predictors of adjustment to University among first-years undergraduates*. Journal of College Student Development, 48, (3), 259-274.

61. Friedman, Russell, John W. James. (2008): *The Myth of the Stages of Dying, Death and Grief*. Skeptic Magazine 14 (2). Dostopno preko: [http://www.docstoc.com/docs/55907535/The-myth-of-the-stages-of-dying-death-and-grief\(Critical-essay\)](http://www.docstoc.com/docs/55907535/The-myth-of-the-stages-of-dying-death-and-grief(Critical-essay)) (18. november 2015).
62. Freedman, A. (1998). *Pathways and Crossroads to Institutional Leadership*. Consulting Psychology Journal: Practice and Research, 50(3), 131-151
63. Gardner, Frank L. in Zella E. Moore. (2005). *Clinical Sport Psychology*. New York: Human Kinetics.
64. Gati, L., Krausz, M., & Osipow, S. (1996). *A Taxonomy of Difficulties in Career Decision Making*. Journal of Counseling Psychology, 10, 43(4), 510-526.
65. Gill, D. (2007). Gender and cultural diversity. In G. Tenenbaum & R. C. Eklund (Eds.), *Handbook of Sport Psychology* (3<sup>rd</sup> ed., pp. 823-844). New York. Wiley.
66. Gill, Diane L. in Lavon Williams. (2008). *Psychological Dynamics of Sport and Exercise*. Illinois: Human Kinetics.
67. Goodman, Roger. (2008). *Japan's 'International Youth'*. American Anthropologist 106 (4): 710-718.
68. Gorbett, F. J. (1985). *Psycho-social adjustment of athletes to retirement*. In L. K. Bunker, R. J. Rotella, & A. Reilly (Eds.), *Sport psychology: Psychosocial considerations in maximizing sport performance* (pp. 288-294). Ithaca: Movement Publications.
69. Gordon, Sandy. (1995). *Career transitions in competitive sport - sport psychology: theory, applications and issues*. Brisbane: John Wiley and Sons.
70. Gratton, C., & Jones, I. (2004). *Research methods for sport studies*. New York: Routledge.
71. Grove, J. R., Fish, M., & Eklund, R. C. (2004). *Changes in athletic identity following team selection: Self-protection versus self-enhancement*. Journal of Applied Sport Psychology, 16, 75-81.
72. Grove, J.R., Lavalee, D., Gordon, S. & Harvey, J. (1998). *Account-making: A model of understanding and resolving distressful reactions to retirement from sport*. The Sport Psychologist, 12, 52-67.
73. Harvey, John H. (1998). *Perspectives on Loss: A Sourcebook*. Philadelphia: Psychology Press.
74. Hill, P. & Lowe, B. (1974). *Inevitable metathesis of the retiring athletes*. International Review of Sport Sociology, 4, 5-32.
75. Hellstedt, J.C. (1995). *Invisible players: A family systems model*. In S. Murphy (Ed.), *Sport psychology interventions* (pp. 117—146). Champaign, IL: Human Kinetics.
76. Hojnik-Zupanc, Ida. (1997). *Dodajmo življenje leto m*. Ljubljana: Gerontološko društvo Slovenije.
77. Hoyer, William J., John M. Rybash, Paul Roodin. (1999). *Adult Development and Aging*. Lansing: McGraw-Hill College.

78. Houle, J. L. W., Brewer, B. W., & Kluck, A. S. (2010). *Developmental trends in athletic identity: A two-part retrospective study*. Journal of Sport Behavior, 33, 146-159. Dostupno preko: <http://www.southalabama.edu/psychology/journal.html>.
79. Johnson, U. (2000). *Short-term psychological intervention: A study of long-term injured competitive athletes*. Journal of Sport Rehabilitation, 9, 207–218.!
80. Jorlén, D. (2007). *Career transitions for Swedish golf juniors: From regional to national junior elite competitions*. In Cecilia Engström Master's Thesis, Dual career for student-athletes: A longitudinal study of adaptation during the first six months at the sport gymnasium in Sweden, Lund University.
81. Jowett, Sophia i David Lavallee. (2007). *Social Psychology in Sport*. New York: Human Kinetics.
82. Kadlick, J., & Flemr, L. (2008). *Athletic career termination model in Czech Republic: Aqualitative exploration*. International Review for the Sociology of sport, 43, 251-269.
83. Keegan, R., Spray, C., Harwood, C., & Lavallee, D. (2010). *The motivation atmosphere in youth sport: Coach, parents, and peers influence on motivation in specializing sport participants*. Journal of Applied Sport Psychology, 22, 87-105.
84. Kerr, G. & Dachyshyn, A. (2000). *The retirement experience of elite female gymnasts*. Journal of Applied Sport Psychology, 12, 115-133.
85. Kolt, Gregory S. in Lynn Snyder-Mackler. (2003). *Physical Therapies in Sport and Exercise: Principles and Practice*. Livingston: Elsevier Health Sciences.
86. Kornspan, A., & Etzel, E. (2001). *The relationship of demographic and psychological variables to career maturity of junior college student-athletes*. Journal of College Student Development, 42, 122–132.
87. Koukouris, K. (1991). *Quantitive aspects of the disengagement process of advanced and elite Greek male athletes from organized competitive sport*. Journal of Sport Behavior, 15, 222-246.
88. Koukouris, K. (1994). *Constructed case studies: Athletes' perspectives of disengaging from organized competitive sport*. Sociology of Sport Journal, 11, 114-139.
89. Krsmanović, V. (2006). *Sociologija sporta*. Beograd: Fakultet za menadžment u sportu
90. Kubler-Ross, E. (1969). *On death and dying*. New York: McMillan.
91. Kuypers, J.A. & Bengston, V.L. (1973). *Social breakdown and competence: A model of normal aging*. Human Development, 16.
92. Lally, P. (2007). *Identity and athletic retirement: A prospectivestudy*. Psychology of Sport and exercise, 8, 85-99
93. Lamont-Mills, A., & Christensen, S. (2006). *Athletic identity and its relationship to sport participation levels*. Journal of Science and Medicine in Sport, 9, 472-478.
94. Lang, F. R., & Heckhausen, J. (2001). *Perceived control over development and subjective well-being: Differential benefits across adulthood*. Journal of Personality and Social Psychology, 81, 509-523.

95. Lavallee, D., Gordon, S., & Grove, J. R. (1997). *Retirement from sport and the loss of athletic identity*. *Journal of Personal and Interpersonal Loss*, 2, 129-147.
96. Lavallee, D., Grove, J. R., & Gordon, S. (1997). *The causes of career termination from sport and their relationship to post retirement adjustment among elite amateur athletes in Australia*. *Australian Psychologist*, 32, 131-135.
97. Lavallee, David in Paul Wylleman. (2000). *Career Transitions in Sport: International Perspectives*. Morgantown: Fitness Information Technology.
98. Lavallee, D., Kremer, J., Morgan, A. P., & Williams, M. (2004). *Sport psychology: Contemporary themes*. Basingstoke, Hampshire, England: Palgrave Macmillan
99. Lavallee, D. (2005). *The effect of a life time development intervention on sports career transition adjustment*. *The Sport Psychologist*, 19, 193-202.
100. Lavallee, D. & Robinson, H. K. (2007). *In pursuit of an identity: A qualitative exploration of retirement from women's artistic gymnastics*. *Psychology of Sport and Exercise*, 8, 119-141.
101. Lazarus, Richard S. in Susan Folkman. (1984). *Stress, Appraisal, and Coping*. New York: Springer.
102. Lerch, S.H. (1981). *The adjustment to retirement of professional baseball players*. In S. L. Greendorfer & A. Yiannakis (Eds.). *Sociology of Sport: Diverse perspectives*. West Point, NY: Leisure Press.
103. Lerch, S.H. (1984). *The adjustment of athletes to career ending injuries*. *Arena Review*, 8, 54-65.
104. Lidor, Ronnie in Michael Bar-Eli. (1999). *Sport psychology: Linking theory and practice*. Morgantown: Fitness Information Technology.
105. Lindner, K.J & Johns, D.P. (2004). *Factors in withdrawal from youth sport: A proposed model*. *Journal of Sports Behavior*, 14, 3-16.
106. Lovrić, M., Komić, J., Stević, S. (2006). *Statistička analiza metodi i primjena*. Ekonomski fakultet Banja Luka.
107. Lundberg, Carol A. (2004). *An Overview of Nancy K. Schlossberg's Transition Theory*. Dostopnoprsko: [www.ceciliasantiago.com/](http://www.ceciliasantiago.com/) (6. november 2015).
108. Mateos, M., Torregrosa, M., & Cruz, J. (2008). *Evaluation of a career assistance programme for elite athletes: satisfaction levels and exploration of making career decisions and athletic identity*. *Kinesiologia Slovenica*, 14, (1), 14-27.
109. MacNamara, A., & Collins, D. (2010). *The role of psychological characteristics in managing the transition to university*. *Psychology of Sport and Exercise*, 11, 353-362.
110. Martinelli, E. A. (2000). *Career decision making and student-athletes*. In D. A. Luzzo (Ed.), *Career counseling of college students—An empirical guide to strategies that work* (pp. 201-215). Washington DC: American Psychological Association.
111. McPherson, B.D. (1980). *Retirement from professional sport: The process and problems of occupational and psychological adjustment*. *Sociological Symposium*, 30, 126-143.

112. Mihovilović, M. (1968). *The status of former sportsmen*. International Review of Sport Sociology, 3, 73—93.
113. Mihovilović, M. O. (1974). *Vrhunski sportaši: Biološki, psihološki, sociološki, ekonomski i sportski element iz života i rada vrhunskih sportaša Jugoslavije*. Zagreb, Yugoslavia: Institute of Social Research.
114. Miller, P. S., & Kerr, G. A. (2003). *The role experimentation of intercollegiate student athletes*. The Sport Psychologist, 17, 196-219. Dostupno preko: <http://journals.humankinetics.com/tsp>.
115. Mostofsky, David I. Leonard D. Zaichkowsky. (2002). *Medical and Psychological Aspects of Sport and Exercise*. Morgantown: Fitness Information Technology.
116. Murphy, Shane M. (1995). *Sport Psychology Interventions*. Illinois: Human Kinetics.
117. Murphy, M. G., Petitpas, A. J., & Brewer, B. W. (1996). *Identity foreclosure, athletic identity and career maturity in intercollegiate athletes*. The Sport Psychologist, 10, 239–246.
118. North, J., & Lavalley, D. (2004). *An investigation of potential users of career transition services in the United Kingdom*. Psychology of Sport and Exercise, 5, 77–84.
119. Ogilvie, B. C., & Taylor, J. (1993). *Career termination issues among elite athletes*. In R. N. Singer, M. Murphey & L. K. Tennant (Eds.), *Handbook of research on sport psychology* (pp. 761-779). New York: Macmillan.
120. Orlick, T. (1980). *In pursuit of excellence*. Ottawa: Coaching Association of Canada.
121. Parker, K.B. (1994). *“Has been” and “Wanna bee” Transition experiences of former major college football players*. The Sport Psychologist, 8, 287-295.
122. Patterson, Christina M. (2008): *Career Termination: The importance of helping college athletes face the challenges of athletic career termination*. Dostupno preko: <http://www.lifeaftersports.org/article-patterson.php> (12. november 2015).
123. Pavot, W., Diener, E., Randall, C., & Sandvik, E. (1991). *Further validation of the Satisfaction With Life Scale: Evidence for the cross-method convergence of well-being measures*. Journal of Personality Assessment, 57, 117-123.
124. Pearson, R. E., & Petitpas, A. (1990). *Transitions of athletes: Developmental and preventive perspectives*. Journal of Counseling and Development, 69, 7-10.
125. Perna, F. M., Ahlgren, R. L., & Zaichkowsky, L. (1999). *The influence of career planning, race, and athletic injury on life satisfaction among recently retired collegiate male athletes*. The Sport Psychologist, 13, 144-156. Dostupno preko: <http://journals.humankinetics.com/tsp>.
126. Petitpas, A., Champagne, D., Chartrand, J., Danish, S., & Murphy, S. (1997). *Athlete’s guide to career planning-key to success from the playing field to professional life*. Human Kinetics.

127. Petitpas, A. J., Champagne, D., Chartrand, J., Danish, S., & Murphy, S. (1997). *Athlete's guide to career planning*. Champaign, IL: Human Kinetics.
128. Pummell, B., Harwood, C., & Lavalley, D. (2008). *Jumping to the next level: A qualitative examination of within-career transition in adolescent event riders*. *Psychology of Sport and Exercise*, 9, 427-447.
129. Rees, T., & Hardy, L. (2000). *An investigation of the social support experiences of high-level sports performers*. *The Sport Psychologist*, 14, 327–347.
130. Reynolds, J.M (1981). *The effects of sports retirement on the job satisfaction of the former football players*. In S. L. Greendorfer & A. Yiannakis (Eds.). *Sociology of Sport: Diverse perspectives*. West Point, NY: Leisure Press.
131. Riedl, L., Borggreffe, C., & Cachay, K. (2010). *Elite sports versus university studies? Organizational changes and networking as structural solutions to the inclusion problem facing elite students in Germany*. In Wagner, U., Strom, R. K., & Hoberman, J. (Eds). *Observing Sport, Modern system theoretical approaches*. Paderborn: Media-Print Informationstechnologie GmbH.
132. Roberts, Glyn C. (2001). *Advances in Motivation in Sport and Exercise*. New York: Human Kinetics.
133. Samuel, R., & Tenenbaum, G. (2011). *How do athletes perceive and respond to change-events: an exploratory measurement tool*. *Psychology of Sport Exercise*, 1-15 in press.
134. Schlossberg, Nancy. (1981). *A model for analyzing human adaptation to transition*. *The Counseling psychologist* 9 (2): 1-18.
135. Schlossberg, N. K. (1989), *Marginality and mattering: Key issues in building community*. *New Directions for Student Services*, 1989: 5–15.
136. Schlossberg, N., Lynch, A.Q., & Chickering, A.W. (1989). *Improving higher education environments for adults*. San Francisco: Jossey-Bass.
137. Schlossberg, N., Waters, E. B., & Goodman, J. (1995). *Counseling adults in transition: Linking practice with theory*. New York: Springer.
138. Schmid, J., & Seiler, R. (2003). *Leaving competitive sports: Reasons for positive and negative transitions*. In Reinhard Stelter (Ed.); *Proceedings of the 11th European Congress of Sport Psychology* (p.152). Copenhagen: European Federation of Sports Psychology.
139. Shachar, B., Brewer, B. W., Cornelius, A. E., & Petitpas, A. J. (2004). *Career decision-making, athletic identity, and adjustment difficulties among retired athletes: a comparison between coaches and non-coaches*. *Kinesiologia Slovenica*, 10, 71-85. Dostupno preko: <http://www.kinsi.si/>
140. Shaughnessy, J., Zechmeister, E., & Zechmeister, J. (2006). *Research methods in psychology*, McGrawHill, New York.

141. Shevlin, M., Brunsten, V., & Miles, J. N. V. (1998). *Satisfaction With Life Scale: Analysis of factorial invariance, mean structures and reliability*. *Personality and Individual Differences*, 25, 911-916.
142. Simon, Robert L. (2004). *Fair Play: The Ethics of Sport*. Boulder: Westview Press.
143. Sinclair, D.A. & Orlick, T. (1993). *Positive transitions of high-performance sport*. *The Sport Psychologist*, 7, 38-150.
144. Smith, B., & Gilbourne, D. (2009). *Qualitative Research in Sport and Exercise*, 1, 1-2.
145. Stambulova, N. B. (1994). *Developmental sports career investigations in Russia: a post-Perestroika analysis*. *The Sport Psychologist*, 8, 221-237.
146. Stambulova, N. (2000). *Athlete's crises: A developmental perspective*. *International Journal of Sport Psychology*, 31, 584-601. Dostupno preko: <http://www.ijsp-online.com/>
147. Stambulova, N. (2003). *Symptoms of a Crisis-Transition: A Grounded Theory Study*. In N.Hassmen (Ed.), *SIPF Yearbook 2003* (pp. 97-109). Örebro: Örebro University Press.
148. Stambulova, N. (2004). *Rådgivningens teoretiska modeller*. In J.Fallby (Ed.) *Guiden till idrottspsykologisk rådgivning* (pp.50-67). Stockholm: SISU Idrottsböcker.
149. Stambulova, N. (2009). *Talent development in sport: A career transitions perspective*. In E. Tsung-Min Hung, R. Lidor, & D. Hackfort (Eds.) *Psychology of Sport Excellence* (pp. 63-74). Morgantown, WV: Fitness Information Technology.
150. Stambulova, N. (2010). *Why a dual career? Consideration based on career development research in sport psychology*, Paper presented at the Dual Career Conference, Bosön, Sweden.
151. Stambulova, N., Alfermann, D., Statler, T., & Côté, J. (2009). *Career development and transitions of athletes: The ISSP Position Stand*. *International Journal of Sport & Exercise Psychology*, 7, 395-412.
152. Stambulova, N. (2010). *Counseling Athletes in Career Transitions: The Five-Step Career Planning Strategy*. *Journal of Sport Psychology in Action*, 1, 95-105.
153. Stambulova, N. (2010). *Professional culture of career assistance to athletes: A look through contrasting lenses of career metaphors*. In T. V. Ryba, R. J. Schinke, and G. Tenenbaum (Eds.), *Cultural turn in sport psychology* (pp. 285-312). Morgantown, WV: Fitness Information Technology.
154. Starkes, J.L., Weir, P.L., Singh, P., Hodges, N.J & Kerr, T. (1999). *Aging and retention of sport expertise*. *International Journal of Sport Psychology*, 30, 283-301.
155. Stangor, C. (2007). *Research methods for the behavioural sciences- 3rd ed*. Houghton Mifflin Company, Boston, New York.



156. Stephan, Y., Bilard, J., Ninot, G., & Delignieres, D. (2003). *Repercussions of transition out of elite sport on subjective well-being: A one year study*. *Journal of Applied Sport Psychology*, 15, 354–371.
157. Stephan, Y., Torregrosa, M. & Sanchez, X. (2007). *The body matters: Psychological impact of retiring from elite sport*. *Psychology of Sport and Exercise*, 8, 73-83.
158. Stephens, P.A., Buskirk, S.W., Hayward, G.D., & Martinez del Rio, C. (2005) Information theory and hypothesis testing: a call for pluralism. *Journal of Applied Ecology*.
159. Stelter, R. (2003). *New approaches to sport psychology: Critical reflections*. Abstract from XIth European Congress of Sport Psychology, Copenhagen, Denmark.
160. Stelter, R. & Blaesild, K. (2003). Symposium 14: *Career development in sport: Participants in the symposium on career transition in sport*. *New Approaches to Exercise and Sport Psychology: Theories, Methods and Applications*. Institute of Exercise and Sport Sciences, Denmark.
161. Stier, J. (2007). *Game, Name and Fame — Afterwards, Will I Still Be the Same? A Social Psychological Study of Career, Role Exit and Identity*. *International Review for the Sociology of Sport*, 42(1), pp. 99-111.
162. Stoltenburg, A. L., Kamphoff, C. S., Lindstrom Bremer, K. (2011). *Transitioning out of Sport: The psychosocial effects of collegiate athletes' career-ending injuries*. *Athletic Insight*, 13 (2).
163. Sussman, M. (1979). *An analytic model for the sociological study of retirement*. In F.M Carp (Ed.). *Retirement* (pp.29-71). New York: Behavioural Publications.
164. Svoboda, B. & Vanek, M. (1982). *Retirement from high-level competition*. In T. Orlick, J. Partington, & J. Salmela (Eds.), *Mental training for coaches and athletes* (pp. 166-175). Ottawa: Coaching Association of Canada.
165. Swain, D.A. (1991). *Withdrawal from sport and Schlossberg's model of transitions*. *Sociology of Sport Journal*, 8, 152–160.
166. Tasiemski, T., Kennedy, P., Gardner, B. P., & Blaikley, R. A. (2004). *Athletic identity and sports participation in people with spinal cord injury*. *Adapted Physical Activity Quarterly*, 21, 364-378. Dostupno preko: <http://journals.humankinetics.com/apaq>
167. Taylor, J. in Bruce C. Ogilvie. (1998). *Applied sport psychology: Personal Growth to peak performance*. Mountain View: Mayfield.
168. Taylor, J., & Ogilvie, B. C. (1994). *A conceptual model of adaptation to retirement among athletes*. *Journal of Applied Sport Psychology*, 6, 1-20
169. Taylor, J., & Ogilvie, B.C. (2001). *Career transition among elite athletes: Is there life after sport?* In J.M Williams (Ed.), *Applied sport psychology: Personal growth to peak performance* (4th ed., 480-496) Mountain View, CA: Mayfield
170. Taylor, Jim i Gregory S. Wilson. (2005): *Applying Sport Psychology: Four Perspectives*. Illinois: Human Kinetics.

171. Thomas, M.J., Gilbourne, D., & Eubank, M. R. (2004). *Young athletes in pursuit of excellence: The bi-directional nature of stress, coping and social support in close family relationships*. Communication to the Annual Conference of the British Association of Sport and Exercise Sciences (BASES). *Journal of Sports Sciences*, 22, 313–314.
- Turner, Jeffrey S. & Donald B. Helms. (1993): *Contemporary adulthood*. Fort Worth: Harcourt Brace College Publishers.
172. Tomić, D. (2005). *Marketing u sportu: Sportska promocija i marketing miks*. Beograd: Fakultet za menadžment u sportu .
173. Torregrosa, M., Bioxandos, M., Voliente, L. & Cruz, L. (2004). *Elite athletes' image of Retirement: The way to relocation in sport*. *Journal of Psychology of Sport and Exercise*, 5, 35-43.
174. Ule-Nastran, Mirjana. (200). *Sodobne identitete - v vrtincu diskurzov*. Ljubljana: Znanstveno in publicistično središče.
175. Van Rensburg, C. J., Surujlal, J., & Dhurup, M. (2011). *Exploring wellness practices and barriers: A qualitative study of university student-athletes*. *African Journal for Physical, Health Education, Recreation and Dance*, 17. 248-265.
176. Vanden Auweele, Y., De Cuyper, B., Van Mele, V., & Rzewnicki, R. (1993). *Elite performance and personality: From description and prediction to diagnosis and intervention*. In R. E. Singer, M. Murphy, & L. K. Tennant (Eds.), *Handbook of research on sport psychology* (pp. 257–289). New York: MacMillan.
177. Warriner, K. & Lavallee, D. (2008). *The Retirement Experiences of Elite Female Gymnasts: Self-Identity and the Physical Self*. *Journal of Applied Sport Psychology*, 20, 301–317.
178. Werthner, P.m & Orlick, T. (1986). *Retirement experiences of successful Olympic athletes*. *International Journal of Sport Psychology*, 17, 337-363.
179. Webb, W. M., Nasco, S. A., Riley, S., & Headrick, B. (1998). *Athlete identity and reactions to retirement from sports*. *Journal of Sport Behavior*, 21, 338-362.
180. Williams-Ryce, B. T. (1996). *After the final snap: cognitive appraisal, coping, and life satisfaction among former collegiate athletes*. *Academic Athletic Journal*, Spring, 30-39.
181. Woods, C.B., Buckley, F., & Kirrane, M. (2004). *The role of social support in the career transitions of young footballers*. Communication to the Annual Conference of the British Association of Sport and Exercise Sciences (BASES). *Journal of Sports Sciences*, 22, 313–314.
182. Wuerth, S., Lee, M.J., & Alfermann, D. (2004). *Parental involvement and athletes' career in youth sport*. *Psychology of Sport and Exercise*, 5, 21-33
183. Wylleman, P., De Knop, P., Menkehorst, H., Theeboom, M., & Annerel, J. (1993). *Career termination and social integration among elite athletes*. In S. Serpa, J. Alves, V. Ferreira, & A. Paula-Brito (Eds.), *Proceedings of the eighth world congress of sport psychology* (pp. 902–905). Lisbon: Universidade Tecnica de Lisboa.

184. Wylleman, P. (1995). *Talented young athletes and the interpersonal relationships in the athletic triangle*. Doctoral dissertation, Vrije Universiteit Brussel Brussels, Belgium.
185. Wylleman, P., & De Knop, P. (1997). *The role and influence of the psycho-social environment on the career transitions of student-athletes*. In Bangsbo, J., Saltin, B., Bonde, H., Hellsten, Y., Ibsen, B., Kjaer, M., & Sjøgaard, G (Eds.). *Book of abstracts: 2nd Annual Congress of the European College of Sports Science* (pp. 90–91). Copenhagen: University of Copenhagen.
186. Wylleman, P., De Knop, P., & Sillen, D. (1998). *Former Olympic athletes' perceptions of retirement from high-level sport*. Paper presented at the 9th World Congress of Sport Psychology, Netanya, Israel.
187. Wylleman, P., Alfermann, D., & Lavallee, D. (Eds.). (1999). *Career transitions in competitive sports*. FEPSAC Monographs series #1. Switzerland: Biel.
188. Wylleman, P., De Knop, P., Ewing, M., & Cumming, S. (2000). *Transitions in youth sport: A developmental perspective on parental involvement*. In D. Lavallee & P. Wylleman (Eds.), *Career transitions in sport: International perspectives* (pp. 143-160). Morgantown, WV: Fitness Information Technology.
189. Wylleman, Paul. (2004). *Career termination and social integration among elite athletes*. *Psychology of Sport and exercise* 5 (1): 45-59.
190. Wylleman, P., Theeboom, M., & Lavallee, D. (2004). *Successful Athletic Careers*. In C.Spielberger (Ed), *Encyclopedia of Applied Psychology*, Vol 3, (pp. 511-517), New York: Elsevier.
191. Wylleman, P., & Lavallee, D. (2003). *A developmental perspective on transitions faced by athletes*. In M. Weiss (Ed.), *Developmental sport and exercise psychology: A lifespan perspective* (pp. 507-527). Morgantown, WV: Fitness Information Technology.
192. Wylleman, P., Alfermann, D., & Lavallee, D. (2004). *Career transition in sport: European Perspectives*. *Psychology of Sport and Exercise*, 5, 7-20.
193. Wylleman, P., Reints, A., & Dom, E. (2007). *A qualitative exploration of the athletes-coach relationship throughout the sport career of elite Flemish female judokas*. During the 12th international ACAPS Conference. ACAPS-KU Leuven, Leuven, Belgium.
194. Wylleman, P., Reints, A., Wanter, A., & Beyeans, K. (2007). *Swimmers' and coaches' perception of transitional changes after selection for an elite tennis school*. During the 12th European Congress of Sport Psychology. FEPSAC, Halkidiki, Greece.

Упитник за бивше врхунске спортисте

Упитник који имате пред собом садржи питања о томе како је протекло окончање Ваше врхунске спортске каријере и како је текло прилагођавање на начин живота после спорта. Молим Вас да одговорите искрено и да одговорите на сва питања. Сви Ваши одговори су потпуно поверљиви и у истраживању се неће помињати Ваше име и презиме.

**6.1.1.1А – СОЦИЈАЛНО-ДЕМОГРАФСКЕ КАРАКТЕРИСТИКЕ**

1. Којим сте се спортом бавили \_\_\_\_\_

2. Од које године се бавите спортом? \_\_\_\_\_ године

3. У којој класи категоризација спортиста сте били и колико година?

\_\_\_\_\_

4. Подвуците највиши ниво такмичења на којем сте се учествовали:

Олимпијске игре

Светски куп

Државно првенство

Светско првенство

Европска лига

Европско првенство

Међународно такмичење

5. Пол а) мушки б) женски

6. Колико имате година? \_\_\_\_\_

7. Какав је Ваш породични статус

а) живим сам/а

б) у браку или у породичној заједници

в) разведен/а

г) у вези, али не живимо заједно

8. Да ли имате децу? а) да б) не

Ако имате, колико и колико они имају година?

---

9. Какви су Ваши животни услови ? (заокружите слово)

- а) Ја живим у својој кући (поседујем)
- б) Ја живим у кући са родитељима
- в) Ја живим у кући као подстанар
- д) Живим у сопственом стану (поседујем)
- е) Живим у стану са родитељима
- ф) Живим у кући као подстанар
- г) Ја живим као подстанар у соби
- х) Друго

10. Означите слој друштва којем Ваша примарна породица (отац, мајка) припада

- а) нижи слој
- б) средњи слој
- в) виши слој

11. Из ког региона долазите регион: \_\_\_\_\_

друга држава: \_\_\_\_\_

12. Који је највиши ниво образовања Вас и Ваше примарне породице (упишите редни број)

отац \_\_\_\_\_ мајка \_\_\_\_\_ спортиста \_\_\_\_\_

1 - без школе (незавршена основна школа)

5 - виша школа

2 - основна школа

6 - факултет

3 – средња стручна школа

7 – магистар или мастер

4 – гимназија

8 – докторат

13. Колика је била Ваша месечна плата у периоду Ваших највећих спортских успеха?

\_\_\_\_\_

14. Када сте били најуспешнији, који проценат новца сте добијали из следећих извора (процена у процентима)

а) Партнер, породица \_\_\_\_\_%

б) из извора који нису у вези са спортом: стипендије \_\_\_\_\_% плате \_\_\_\_\_%

в) из извора у вези са спортом стипендија \_\_\_\_\_%, спонзорство \_\_\_\_\_%

д) Друго: \_\_\_\_\_%

15. У којој мери сте били финансијски зависни од спорта?

а) потпуно финансијски завистан

б) имао сам и додатне изворе финансирања

в) нисам био финансијски завистан

16. Да ли сте од бављења спортом зарадили довољно новца за обезбеђивање Вашег постспортског живота (куповину куће или стана, покретање сопственог бизниса)

а) да            б) не

17. Да ли је Ваш највећи спортски успех значајно побољшао Ваш материјални статус?

(заокружити од 1- није се побољшао до 5- значајно) 1 2 3 4 5

## Б - ТРЕНИНГ И ТАКМИЧЕЊЕ

18. Са колико година сте окончали каријеру? \_\_\_\_\_

19. По Вашој оцени (од 1 до 5), колико сте успешни спортиста били?

1      2      3      4      5

20. Која од следећих писаних аргумената важе за клуб за који сте највише времена провели такмичићи се? (од 1 – уопште не до 5 - слажем се у потпуности)

а) редовна исплата месечне зараде и бонуса 1 2 3 4 5

б) добри услови за тренинг 1 2 3 4 5

ц) добра организацију клуба 1 2 3 4 5

д) добар рад функционера и менаџмента клуба 1 2 3 4 5

е) добар стручни рад 1 2 3 4 5

ф) добра физикална терапија и нега 1 2 3 4 5

г) разумевање и помоћ услед повреда 1 2 3 4 5

21. Процените колико је тешко било да добијете спонзора (ако сте се бавили индивидуалним спортом) или потпишете уговор о спортском ангажовању (ако сте се бавили колективним спортом), који финансира вашу спортску активност. (1 - веома лако до 5 – јако тешко)

1      2      3      4      5

22. Процените степен у коме су следећи фактори утичу на успешно стицање спонзора или. Спонзорства у виду новац: (од 1- не утиче много до 5- утиче много )

а) спортске успеси 1 2 3 4 5

б) спортска индустрија 1 2 3 4 5

в) пол ( да ли се ради о спортиста или спортисткињи) 1 2 3 4 5

г) способност менаџера 1 2 3 4 5

е) лична пријатељства 1 2 3 4 5

е) регионална припадност 1 2 3 4 5

г) директна корист спонзора (присутности у медијима, видљивост) 1 2 3 4 5

ч) индиректна корист спонзора ( стварање нових пословним контактима, стварање нових пословних аранжмана) 1 2 3 4 5

## **Ц - СПОРТСКА КАРИЈЕРА И ЖИВОТ СПОРТИСТЕ У ТРЕНУЦИМА НАЈВЕЋИХ СПОРТСКИХ УСПЕХА**

23. Колико сте својих личних спортских циљева током каријере остварили? (1-ниједан; 5- све)

1 2 3 4 5

24. Да ли сте се школовали у току каријере? а) да б) не

Ако јесте, да ли сте имали посебан статус током школовања? а) да б) не

25. Ако се нисте школовали, шта је био разлог томе?

а) нисте имали времена

б) сматрали сте да вам високо образовање није потребно

в) одлучили сте да се школујете тек пошто окончате спортску каријеру

г) други разлози



26. Да ли сте ради спортске каријере занемарили друга подручија живота, која нису у вези са спортом ( од 1-потпуно до 5- уопште не)

1      2      3      4      5

27. Да ли је већи део ваших пријатеља из спортског окружења?    а) да      б) не

28. У поређењу са вашим вршњачима који нису били спортисти, имали сте:

(обележите од 1- много горе до 5 много боље)

а) образовање	1	2	3	4	5
б) животно искуство	1	2	3	4	5
в) пријатеље	1	2	3	4	5
г) партнерске везе	1	2	3	4	5
д) односе са родитељима	1	2	3	4	5
ђ) проблеме на почетку каријере	1	2	3	4	5
е) финансијска ситуација	1	2	3	4	5
ф) добро полазиште и отворене шансе за будућност	1	2	3	4	5

29. Колику сте подршку родитеља имали на почетку каријере?

а) апсолутну од почетка

б) имао сам је од тренутка када су постали свесни мог талента и резултата

в) нисам имао подршку

30. Колико су ваши родитељи финансијски подржали почетак ваше каријере?

- а) није било подршке у финансијском смислу
- б) подржали су ме у складу са својим могућностима
- в) подржали су ме и више од својих реалних могућности

#### Д – КРАЈ СПОРТСКЕ КАРИЈЕРЕ

31. У којој мери сте током своје спортске каријере размишљали о окончању?

- а) нимало и дочекао сам крај неспреман
- б) само у тренуцима лоших резултата и повреда
- в) не много, мислио сам да ће за то бити времена
- г) често, али нисам много планирао
- д) детаљно сам планирао када је право време за окончање и чиме бих могао даље да се бавим

32. Који од следећих фактора су имали утицај на вашу одлуку о окончању каријере и у којој мери? ( 1- нимало утицаја до 5- много утицаја)

- а) остварили сте већину ваших спортских циљева      1      2      3      4      5
- б) били сте уморни од спортског начина живота      1      2      3      4      5
- в) добили сте могућност избора нове професије      1      2      3      4      5
- г) имали сте проблеме у односима са тренерима, руководством клуба, менаџерима или другим спортистима      1      2      3      4      5
- д) имали сте здравствених проблема      1      2      3      4      5
- ђ) способности и квалитет бављења спортом су почели да опадају      1      2      3      4      5
- е) недостатак подршке породице и пријатеља      1      2      3      4      5

ж) притисак породице и окружења да окончају каријеру 1 2 3 4 5

з) достигли сте одређену старосну границу када више нисте били у могућности да се такмичите на истом нивоу са млађим спортистима 1 2 3 4 5

33. Да ли је окончање ваше каријере било на добровољној бази? а) да б) не

34. Да ли је крај ваше каријере дошао постепено и планирано или ненадано и непланирано?

а) постепено б) непланирано

35. Колико сте успешни били у тренутку када сте остављали каријеру?

а) спортски резултати су се побољшавали

б) били сте на врхунцу своје каријере

в) спортски резултати су опадали

36. Да ли сте икада посумњали у своју одлуку о завршетку каријере? а) да б) не

37. У којој је мери крај бављења спортом променио ваш живот?

а) не драстично

б) значајно

в) потпуно

38. Да ли су те промене углавном биле?

а) позитивне

б) негативне

в) више позитивне, него негативне

г) било је више негативних, а мање позитивних

39. Овде су набројани проблеми са којима се углавном суочавају врхунски спортисти по престанку своје каријере. Који су то проблеми са којима сте се Ви по окончању каријере сусрели? Заокружите и оцените од 1 – није било проблема ; 5 - много проблема :

- |   |   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|---|
| а) здравствени проблеми   | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| б) проблеми због недостајања физичког напора на које је тело навикло  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| в) проблеми са већим конзумирањем алкохола                            | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| г) проблеми са дрогом   | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| д) недостају вам пријатељи из спортског окружења                      | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| ђ) недостаје вам спортски начин живота                                | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| е) проблеми са избором нових пријатеља и тешкоће у контакту са људима | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| ж) осећање да нисте остварили све своје спортске циљеве               | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| з) губитак статуса познате личности у јавном животу                   | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| и) губитак дивљења јавности   | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| ј) тешкоће у прилагођавању новом послу и професији                    | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| к) тешкоће у прилагођавању редовном образовању                        | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| л) тешкоће у активностима које нису везане за спорт                   | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| љ) проблеми у осмишљавању даље будућности                             | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| м) недостатак самопоуздања  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| н) смањен осећај самопоштовања  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| њ) недостатак самоконтроле  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |

- |                                     |   |   |   |   |   |
|-------------------------------------|---|---|---|---|---|
| о) проблеми у породичним односима   | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| п) проблеми у односима са партнером | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| р) страх од непознате будућности    | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |

40. Колико сте у тренутку окончања каријере били финансијски зависни од спорта?

потпуно фин. зависан    1    2    3    4    5    потпуно независан

41. У којој мери сте од доле наведених добијали подршку ( нпр. емотивну, финансијску и сваку другу) (1- није било подршке; 5- огромну подршку)

- |                                |   |   |   |   |   |
|--------------------------------|---|---|---|---|---|
| а) од партнера                 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| б) родитеља                    | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| в) других чланова породице     | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| г) саиграча                    | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| д) тренера                     | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| ђ) пријатеља                   | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| е) националног гранског савеза | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| ж) Олимпијског комитета        | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| з) Министарства спорта         | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| и) спортског психолога         | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |

## Е – ОРГАНИЗАЦИЈА ПОСТ СПОРТСКОГ ЖИВОТА

42. Колико вам је времена требало да се у потпуности прилагодите животу после спорта и новим улогама у животу?

- а) 1-2 месеца
- б) 6 месеци
- в) 1 година
- г) 1-3 године
- д) више од 3
- ђ) још увек се нисам у потпуности прилагодио/ла

43. Како вам се уопштено чини и како гледате са аспекта спортисте на крај једне спортске каријере?

врло негативно 1      2      3      4      5 врло позитивно

44. У којој мери Вам недостаје спорт и спортски начин живота?

нимало 1      2      3      4      5 много

45. Да ли сте и даље активни у спорту?

- а) не, ни на који начин
- б) само рекреативно
- в) аматерски активан ( рекреативне лиге, такмичења ветерана... али нисам плаћен/а за то)
- г) професионално ангажован/а (као тренер, менаџер, саветник)

46. Колико често пратите спорт у којем сте се такмичили?

- а) не пратим
- б) увек када имам времена
- в) и даље сам у току, као и када сам био активан спортиста

47. Да ли сте генерално задовољни вашим постспортским животом и његовим током?

а) да, у потпуности

б) имао/ла сам мало другачија очекивања: б-а) виша б-б) нижа

в) делимично јесам, али сматрам да имам контролу над својом будућношћу

г) нимало нисам задовољан/на

48. Колико је Вама важна Ваша улога бившег професионалног спортисте?

а) јако важна

б) временом постала мање важна

в) неважна, јер постоје друге важније улоге (породичне и професионалне)

49. Спорт је још увек најважнији фактор мог живота-

нимало се не слажем 1 2 3 4 5 потпуно сеслажем

50. Други људи на мене и даље гледају као на бившег спортисту?

потпуно сам сигуран 1 2 3 4 5 не мислим тако

51. Да ли мислите да сте успешнији у својој новој професионалној улози или мислите да ћете тешко надмашити професионалне успехе које сте имали као спортиста?

а) да, успешнији сам

б) ни приближно нисам тако успешан

в) сматрам себе подједнако успешним у своје обе каријере (спортској и ванспортској)

г) не поредим своју професију са спортским достигнућима

52. Гледано из угла бившег спортисте, да ли сматрате да је за једну врхунску спортску каријеру подједнако важна и ментална припрема и помоћ спортског психолога у неким ситуацијама?

а) да    б) не

53. Да ли сте били таквог мишљења и у време активног бављења спортом?

а) да    б) не    в) нисам тада о томе размишљао/ла

54. Да ли сматрате да је важно на време се припремити и испланирати постспортски живот (нпр. подићи ниво свог образовања, размишљати о новој потенцијалној каријери, одржавати пријатељства и ван спорта...)?

а) да, апсолутно је важно                      б) не, биће за то времена

55. Када би издвојили једну ствар или нечију подршку која Вам је највише значила у тренутку окончања каријере, шта би то било? \_\_\_\_\_

56. Да можете свој живот да вратите на време почетка своје спортске каријере, да ли би опет бирали спорт?

а) да    б) размислио бих    в) не



