

**ПРЕДИКЦИЈА МЕНТАЛНЕ ЈАЧИНЕ НА ОСНОВУ ЦИЉНИХ ОРИЈЕНТАЦИЈА
КОШАРКАША**Душан Марковић¹, Ивана Зубић², Дејан Миленковић², Весна Миленковић²¹Кошаркашка академија Кечкемет, Мађарска²Факултет за спорт, Универзитет “Унион – Никола Тесла”, Београд, Србија**Сажетак**

Циљ овог истраживања је да се установи повезаност циљних оријентација и менталне јачине код младих кошаркаша у Кошаркашкој академији Кечкемет. У истраживању је учествовало 149 испитаника старости до 12 до 18 година, од чега 99 испитаника мушког и 50 женског пола. За потребе истраживања коришћен је TEOSQ упитник за испитивање циљних оријентације и SMTQ за процену менталне јачине. Статистички значајна позитивна корелација је утврђена и између укупне менталне јачине и оријентације на задатак, док резултати нису показали статистички значајну корелацију између укупне менталне јачине и оријентације на резултат. Утврђена је статистички значајна позитивна корелација између димензије самопоуздања са једне и оријентације на резултат и на задатак са друге стране. Статистички значајна негативна корелација је установљена између димензије контроле и оријентације на резултат, док корелација између димензије контроле и оријентације на задатак није статистички значајна. Такође нису утврђене статистички значајне корелације између димензије конзистентности и обе циљне оријентације. Резултати истраживања показују да су циљне оријентације значајни предиктори менталне јачине спортиста, што упућује да се оне, при креирању интервенција за повећање менталне јачине, морају узети у обзир.

Кључне речи: МЕНТАЛНА ЈАЧИНА / ЦИЉНА ОРИЈЕНТАЦИЈА / КОШАРКА**Кореспонденција са ауторима:** Извана Зубић, Е – mail: zubicivana@gmail.com

УВОД

Кошаркашка игра подразумева понављање кратких интензивних акција уз коришћење експлозивне снаге доњих екстремитета (Shalom et al., 2023). Представља спортску активност константно испрекидану смењивањем одбране и напада, уз комбинацију цикличних и најчешће ацикличних покрета (Stanković et al., 2022), коју карактеришу чести периоди акција високог интензитета, уз честе промене смера кретања, као и низ специфичних техничких вештина и добро развијену брзину кретања (Stojanović et al., 2018). У складу са тим, захтеви који се постављају пред играче су морфолошке, моторичке, психолошке, социјалне и друге природе. Интегралност у припреми играча дефинише компактност екипе, њену отпорност на стрес (физичку и менталну), способност овладавања спољашњим утицајима, смиреност, концентрацију и истрајност у извођењу задатака (Trunić & Mladenović, 2014).

За врхунско извођење техничко-тактичких задатака неопходно је присуство одређених психолошких фактора који имају висок степен утицаја на спортски наступ кошаркаша (Gok et al., 2023). Један од кључних психолошких фактора је мотивација. Мотивацијом се означава целокупни процес покретања активности човека, усмеравање те активности на одређене објекте, трајање и интензитет те активности. Теорија циљева (Achievement Goal Theory- AGT, Nicholls, 1984,1989) представља једну од социо-когнитивних теорија и најчешћа је теоријска основа за проучавање мотивације у спорту (Kavussanu, Roberts, 1996, Petherick, Weigand, 2002). Средишња идеја на којој почива теорија је да је свака особа усмерена ка одређеном циљу како би показала властиту компетентност и избегла процене других људи, али и личне процене о недовољној компетентности. Циљеви који се везују за постигнуће имају функцију енергетских покретача. И ова теорија укључује уверења и когниције у вези са проценом успеха и постигнућа. По овој теорији, спортиста може имати две врсте циљних оријентација које га воде ка активности: циљна оријентација на задатак и циљна оријентација на резултат. Особе са високом оријентацијом на задатак фокусирају се на самоусавршавање и труд у савладавању задатка, док људи са високом оријентацијом на резултат настоје да надмаше друге или да буду бољи од других уз мање напора (Bortoli et al., 2011). Задовољство у спорту је значајно повезано са оријентацијом на задатак (Abraldes et al., 2016).

Међутим, оно што је у кључним моментима од пресудног значаја јесте ментална јачина која се може дефинисати као скуп емоција, вредности, сазнања и ставова који утичу на начин на који појединац процењује, приступа и реагује на захтевне догађаје у намери да постигне своје циљеве (Gucciardi & Gordon, 2009). Менталну јачину карактерише сталоженост у најстреснијим ситуацијама и прибраност под утицајем свих спољашњих ометајућих фактора и одређена је као непоколебљива истрајност и убеђење у неки циљ упркос притиску или неповољностима (Middleton et al, 2004; Zubić, 2021a). Она се односи на скуп личних ресурса, како урођених тако и развијених, повезаних са жељом спортиста да достигну оптималне нивое спортског извођења, независно од позитивних и негативних захтева ситуације (Duriez et al., 2004; Egan & Stelmack, 2003). Ментална јачина у спорту представља урођено или развијено стање психолошке оштрине које дозвољава спортистима да се боље носе са многим захтевима спорта (животни стил, тренинг, такмичење) у односу на њихове противнике (Thelwell et al, 2005). Ментално јаки спортисти имају одлучност, способност самомотивисања и одржавања концентрације у ситуацијама под притиском. Могу се одупрети већим потешкоћама и одржати висок ниво самопоуздања после неуспеха (Dereceli, 2019). Постоје бројне истраживачке студије које истичу важност менталне јачине у спорту, показујући да спортисти који поседују већи ниво менталне јачине имају и већу вероватноћу за постизање успеха (Crust & Clough, 2011; Newland et al., 2013; Guskowska & Wójcik, 2021; Wu et al., 2021). Ментална јачина спортиста је повезана са емоционалном интелигенцијом (Ajilchi et al, 2019) и успешношћу (Zarić et al., 2021), смањеном анксизношћу (Zubić, 2021a) и особинама личности (Zubić, 2021b).

Концептуализације менталне јачине и циљне оријентације у спорту објашњавају различите исходе понашања и резултате. Спортисти оријентисани на задатке показују истрајност, високу самоефикасност, уживање, ниже нивое анксиозности изазване такмичењем и прилагодљиве стратегије учења у поређењу са својим колегама који имају већу оријентацију на резултате (Biddle et al., 2003). Многе од ових особина су компоненте менталне јачине (Bull et al., 2005). Поред тога, висока мотивација и флексибилни ставови карактеришу менталну јачину (Thelwell et al., 2010). Спортисти са већом оријентацијом ка резултатима показују мање напора, уживања и више нивое анксиозности када се суоче са потенцијалним неуспехом (Boyd et al., 1991). Нагласак на такмичењу и победи је карактеристика спортиста оријентисаних на резултате и може утицати на ниво менталне јачине. Међутим, елитни спортисти често показују висок ниво и оријентације на задатак и на резултате, подједнако вреднујући такмичење и постизање циљева (Pensgaard & Roberts, 2002).

У истраживању (Тоу et al., 2020) су утврђене статистички значајне корелације између оријентације на резултат и задатак са једне и самопоуздања као димензије менталне јачине на узорку елитних рвача. Такође је утврђена корелација оријентације на задатак и континураности као димензије менталне јачине. Док корелације димензије контроле менталне јачине и циљних оријентација нису статистички значајне.

У студији (Ogras & Cetin, 2024) на узорку професионалних фудбалера уочена је повезаност менталне јачине и оријентације на задатак и резултат. Утврђена је корелација између менталне јачине, димензија самопоуздања и доследности са једне и оријентације на задатак и резултат са друге стране. Утврђено је да оријентација на задатак значајно утиче на менталну јачину, корелација уочена између контролне димензије менталне јачине и обе оријентације.

На узорку универзитетских спортиста (Parameswari, 2016) утврђена је повезаност димензија менталне јачине (такмичарска жеља, фокус, ментална отпорност, самопоуздање) и циљних оријентација. Такмичарска жеља и ментална отпорност, као димензије менталне јачине, су у значајној негативној корелацији са оријентацијом на задатак. Такође, самопоуздање је у позитивној корелацији са оријентацијом на резултат. Такмичарска жеља и самопоуздање, као димензије менталне јачине, су значајни предиктори оријентације на задатак. А ментална отпорност (димензија менталне јачине) је значајан предиктор оријентације на резултат.

С обзиром на велики значај циљних оријентација и менталне јачине за успех спортисте, предмет овог истраживања представља испитивање повезаности менталне јачине и циљних оријентација код кошаркаша у Кошаркашкој академији у Кечкемету.

МЕТОД РАДА

Циљ истраживања

Главни циљ рада је да се установи повезаност циљне оријентације и менталне јачине на узорку младих спортиста у Кошаркашкој академији у Кечкемету.

Узорак испитаника

Цео узорак је прикупљен из Кошаркашке академије у Кечкемету. Академија се налази у Мађарској, у граду Кечкемету и броји више од 600 чланова. Истраживање је обухватило укупно 149 испитаника, старости од 12 до 18 година. Од укупног узорка, 33.6% су девојчице ($n=50$) и 66.4% су дечаци ($n=99$). Просечна старост испитаника износи 14.03 ± 1.625 (за дечаке 14.07 ± 1.668 , а за девојчице 13.96 ± 1.551).

Испитаници су подељени у три узрасне категорије: U14, U16 и U18. Узрасну категорију играча до 14 година чини 73 играча, што је 49.0% укупног узорка. Узрасну категорију играча до 16 година чини 47 играча, што је 31.5% укупног узорка. Узрасну категорију играча до 18 година чини 29 играча, што је 19.5% укупног узорка.

Инструменти

TEOSQ (Task and Ego Orientation in Sports Questionnaire, Duda, 1989) је коришћен за испитивање циљне оријентације. Овај упитник се састоји од укупно 13 ставки груписаних у две субскеале. Скала оријентације на задатак је састављена од 7 ајтема, док је скала оријентације на резултат састављена од 6 ајтема. Испитаници на скали од 1 до 5 (од уопште се не слажем до у потпуности се слажем) исказују степен слагања са сваком од 13 тврдњи. Примери ставки усмерености на задатак је „Осећам се најуспешнијим у кошарци када учим нове вештине улажући много труда и напора“, а за оријентацију на резултат „Осећам се најуспешнијим у кошарци када могу да вежбам боље од мојих пријатеља/саиграча“. Поузданости (Кромбахов алфа коефицијент) скала овог инструмета су високе (усмереност на резултат $\alpha=0.81$; усмереност на задатак $\alpha=0.64$).

Ментална јачина је мерена помоћу „Упитника за менталну издржљивост у спорту“ (Sheard et al., 2009). Овај упитник је састављен од 14 тврдњи са понуђеном четворостепеном скалом Ликертовог типа која указује на то колико се спортиста слаже или не слаже са датом тврдњом. Упитником се мере три димензије и укупна ментална јачина. Упитник се састоји од три подскеале: самопоуздање („Под притиском могу да доносим одлуке са поверењем и посвећеношћу“), доследност („Посвећен сам обављању задатака које морам да урадим“) и контрола („Узнемири се због догађаја које нисам очекивао или не могу да контролишем“). Поузданост (Кронбахов алфа коефицијент) скала овог инструмета овог узорка је адекватна (конзистенција $\alpha = 0,60$; контрола $\alpha=0,66$; самопоуздање $\alpha=0,64$, укупна ментална јачина $\alpha=0,87$).

Упитник је садржао и део који се односио на демографске варијабле: пол (мушки/женски) и старост.

Статистичка обрада података

Статистичка обрада података је спроведена помоћу програма IBM SPSS Statistics 21. У обради података коришћена је дескриптивна статистика (AS, SD), Пирсонов коефицијент корелације и мултипла линеарна регресиона анализа. Разлике за које је p вредност мања од 0,05 сматране су статистички значајним.

РЕЗУЛТАТИ ИСТРАЖИВАЊА

У раду су прво представљени резултати дескриптивне статистике, затим корелације циљних оријентација и менталне јачине. Презентовани су резултати линеарне регресионе анализе са циљем предикције укупне менталне јачине на основу циљних оријантација. Затим су приказани резултати регресионих анализа у којој су критеријуми димензије менталне јачине, а предиктори циљне оријантације.

Табела 1 Дескриптивна статистика основних варијабли

	AS	SD
Оријентација на резултат	2.60	.90
Оријентација на задатак	4.16	.48
Самопоуздање	3.06	.44
Конзистентност	2.70	.35
Контрола	2.61	.66
Ментална јачина	2.83	.24

У табели 2s приказане су утврђене корелације циљних оријентација и менталне јачине код кошаркаша.

Табела 2 Корелације циљних оријентација и димензија менталне јачине

	Оријентација на резултат	Оријентација на задатак
Самопоуздање	0.33***	0.37***
Конзистентност	0.04	0.08

Контрола	-0.22**	0.10
Ментална јачина	0.10	0.24**

* $p < 0.05$; ** $p < 0.01$; *** $p < 0.001$.

Утврђена је статистички значајна корелација између укупне менталне јачине и оријентације на задатак ($r=0.24$; $p<0.01$), док корелација између укупне менталне јачине и оријентације на резултат није статистички значајна. Утврђена је статистички значајна корелација димензије самопоуздања и оријентације на резултат ($r=0.33$; $p<0.01$) и оријентације на задатак ($r=0.37$; $p<0.01$).

Утврђена је статистички значајна негативна корелација у димензији контроле и оријентације на задатак ($r=-0.22$; $p<0.01$), док корелација између димензије контроле и оријентације на задатак није статистички значајна.

Није утврђена статистички значајна корелација између димензије конзистентности са једне и оријентације на резултат и на задатак са друге стране.

У наставку рада приказани су резултати четири регресионе анализе. Прво је приказана мултипла регресиона анализа која је спроведена са циљем предикције менталне јачине на основу предиктора циљних оријентација. Затим су презентовани резултати предикције самопоуздања као димензије менталне јачине на основу циљних оријентација. Трећа регресиона анализа се односи на предикцију конзистентности на основу циљних оријентација. И на крају, дат је приказ резултата четврте линеарне регресионе анализе која је спроведена са циљем предикције контроле на основу циљних оријентација.

Табела 3 Предикција менталне јачине на основу циљних оријентација

	<i>beta</i>	<i>t</i>	<i>p</i>
Оријентација на резултат	.03	.37	.71
Оријентација на задатак	.23	2.80	.01

Коефицијент мултипле регресије ($R= 0.24$) је статистички значајан ($F(2) = 4.82$; $p = .00$). Установљено је да се 6% варијабилитета ($R^2 = 0.06$) менталне јачине може објаснити на основу циљних оријентација. Резултати су показали да је статистички значајан предиктор менталне јачине оријентација на задатак. Оријентација на резултат није статистички значајан предиктор.

Табела 4 Предикција самопоуздања на основу циљних оријентација

	<i>beta</i>	<i>t</i>	<i>p</i>
Оријентација на резултат	.23	3.01	.00
Оријентација на задатак	.29	3.76	.00

Резултати су показали да је коефицијент мултипле корелације ($R= .43$) статистички значајан ($F(2) = 17.00$; $p = 0.00$). Од укупног варијабилитета критеријума 19% варијабилитета ($R^2 = 0.19$) може се објаснити на основу циљних оријентација. Увидом у парцијалне стандардизоване регресионе коефицијенте, закључује се да статистички значајан парцијални допринос објашњењу индивидуалних разлика у самопоуздању, имају и оријентација на резултат и на задатак.

Табела 5 Предикција конзистентности на основу циљних оријентација

	<i>beta</i>	<i>t</i>	<i>p</i>
Оријентација на резултат	.23	3.01	.00
Оријентација на задатак	.29	3.76	.00

Коефицијент мултипле корелације ($R= 0.43$) је статистички значајан ($F(2) = 17.00$; $p= .00$). Установљено је да се 18% варијабилитета ($R^2 = 0.18$) конзистентности може објаснити на основу предиктора циљних оријентација. Резултати су показали да су статистички значајни предиктори конзистентности оријентација на резултат и на задатак.

Табела 6 Предикција контроле на основу циљних оријентација

	<i>beta</i>	<i>t</i>	<i>p</i>
Оријентација на резултат	-.21	-2.48	.01
Оријентација на задатак	-.03	-.41	.68

Резултати су показали да је коефицијент мултипле корелације ($R = .22$) статистички значајан ($F(2) = 3.90$; $p = 0.02$). Од укупног варијабилитета критеријума 4% варијабилитета ($R^2 = 0.04$) може се објаснити на основу скупа предиктора циљних оријентација. Увидом у парцијалне стандардизоване регресионе коефицијенте закључује се да статистички значајан парцијални допринос објашњењу индивидуалних разлика у контроли има оријентација на резултат. Оријентација на задатак није статистички значајан предиктор.

ДИСКУСИЈА И ЗАКЉУЧЦИ

Главни циљ овог истраживања је био да се утврди повезаност циљних оријентација и менталне јачине младих полазника Кошаркашке академије Кечкемет.

Резултати истраживања су показали статистички значајну позитивну корелацију између укупне менталне јачине и оријентације на задатак. Спортисти који су спремни да се суоче са изазовом и тешким задацима, не одустају услед тренутног неуспеха и пред препрекама, сматрају себе одговорним за достизање циља и за своје перформансе. Ментално јаки спортисти сматрају да је за тимски успех потребно њихово лично ангажовање и допринос, радо преузимају одговорност, самокритични су и емотивно стабилни у тренуцима неуспеха. Са друге стране, спортисти који нису ментално јаки не осећају се лагодно у изазовним ситуацијама, не прихватају се тешких задатака, врло брзо одустају након неуспеха, беже од одговорности, кривца траже у другоме и увек имају оправдање за све, не схватају да напредак зависи од њиховог сопственог рада, нису самокритични и емоционално су нестабилнији. Резултати ове студије су у складу са другим студијама (Тоу et al., 2020; Кван & Рој, 2007; Ограс & Сетин, 2024).

Ментална јачина је важан елемент успеха у спорту. Ментална јачина може допринети смањењу анксиозности и повећању самопоуздања код спортиста. У спорту висока оријентација на задатак је повезана са адаптивним мотивационим понашањима, као што су доследност и самопоуздање. Појединци оријентисани на задатке верују да је напор битна детерминанта успеха, учешће у спортским активностима је за њих циљ сам по себи, они теже да се труде и буду упорнији када се суочавају са препрекама и потешкоћама (Радићкарагамбил et al, 2008). Резултати истраживања нису показали статистички значајну корелацију између укупне менталне јачине и оријентације на резултат.

Утврђена је статистички значајна корелација између димензије самопоуздања и оријентације на резултат. Спортисти са високим самопоуздањем имају већу жељу за такмичењем и показивањем својих способности, позитивно гледају на поређење са другима кроз такмичење, уживају да буду посматрани док се такмиче и воле да играју пред публиком. Са друге стране, спортисти са нижим самопоуздањем не воле јавно да показују сопствене способности, анксиозни су док их други гледају како се такмиче, имају потребу за подршком, лоше прихватају јавну критику, не воле да се пореде са другима, анксиознији су приликом јавних наступа.

Такође је анализом резултата утврђена статистички значајна позитивна корелација између самопоуздања и оријентације на задатак. Ментално јаки спортисти са наглашеним самопоуздањем имају јаку интернализовану покретачку силу за тренирањем и такмичењем, на превазилажење препрека и учење нових вештина гледају као изазов. Самопоуздани спортисти су оријентисани на задатак, имају јачу радну етику, доживљавају мањи страх од неуспеха, истрајавају у ситуацијама неуспеха, и чешће достижу оптималне перформансе приликом такмичења. Са друге стране,

спортисти са ниским нивоом самопоуздања немају веру да могу да овладају вештинама и да остваре тешке циљеве, нерадо улазе у такмичења, имају већи страх од неуспеха, теже доживљавају неуспех.

Истраживања показују да се самопоуздани спортисти фокусирају на своје снаге, имају позитивне емоције и ставове, одговарајуће стратегије, боље контролишу свој учинак и више су оријентисани на задатке (Gould et al., 1999; Hais et al., 2007; Mahonev et al., 1997).

Резултати су показали статистички значајну негативну корелацију између димензије контроле и оријентације на резултат. Спортисти који немају способност да адекватно контролишу своје емоције и понашање, преплављени су емоцијама када ток меча није повољан за њих, имају тенденцију да се пореде са другима и да буду бољи уз мање напора. Спортисти који не посустају када се суоче са тренутним неуспехом, напредују у условима притиска такмичења, имају бољу способност импровизације, неочекиване ситуације не доживљавају као претњу, не воле да се пореде са другим играчима.

Резултати нису показали статистички значајну корелацију између димензије контроле и оријентације на задатак.

Анализом резултата такође није утврђена статистички значајна корелација између димензије конзистентности и циљних оријентација.

У раду су спроведене четири регресионе анализе. Прво је мултипла регресиона анализа која је спроведена са циљем предикције менталне јачине на основу скупа предиктора циљних оријентација. Установљено је да се 6% варијабилитета менталне јачине може објаснити на основу циљних оријентација. Резултати су показали да је статистички значајан предиктор менталне јачине оријентација на задатак. Оријентација на резултат није статистички значајан предиктор.

Затим су презентовани резултати предикције самопоуздања као димензије менталне јачине на основу циљних оријентација. Од укупног варијабилитета критеријума, 19% варијабилитета може се објаснити на основу циљних оријентација. Статистички значајан парцијални допринос објашњењу индивидуалних разлика у самопоуздању имају обе циљне оријентације.

Трећа регресиона анализа се односила на предикцију конзистентности на основу циљних оријентација. Установљено је да се 18% варијабилитета конзистентности може објаснити на основу скупа предиктора циљних оријентација. Резултати су показали да су статистички значајни предиктори конзистентности обе циљне оријентације.

И на крају, дат је приказ резултата четврте линеарне регресионе анализе која је спроведена са циљем предикције контроле на основу циљних оријентација. Од укупног варијабилитета критеријума, 4% варијабилитета може се објаснити на основу скупа предиктора циљних оријентација. Статистички значајан парцијални допринос објашњењу индивидуалних разлика у контроли има оријентација на резултат. Оријентација на задатак није статистички значајан предиктор.

Спортисти са високом оријентацијом на задатак, имају већу доследност, улажу константни напор и фокусирају се на развој вештина, ментално су јачи (Harrison, 2011). Фактори, укључујући циљну оријентацију, која одређује како спортисти доживљавају такмичење, утиче на њихову менталну јачину. Спортисти оријентисани на задатке су психолошки отпорнији, више уживају у спорту, показују ниже нивое анксиозности и користе адаптивне стратегије учења и особине за које је утврђено да су усклађене са вишедимензионалном структуром менталне јачине (Bull et al., 2005). Штавише, Gucciardi (2010) је открио да оријентација на задатак позитивно утиче на ниво унутрашње мотивације и менталну јачину код аустријских фудбалера. Младеновић и Трунић (2019) су испитивањем менталне јачине и циљних оријентација показали да је мотивација кључна компонента за спортски развој и повећање укупне менталне јачине на узорку кошаркаша. Млади кошаркаши су показали оријентацију ка циљу постизања виших нивоа сопствених компетенција, а не статусних и нормативних достигнућа везаних за друге. Дакле, литература подржава налазе ове студије.

Суштински недостатак ове студије, који се мора имати у виду при генерализацији истраживачких налаза, јесте број испитаника. Узорак студије је био одговарајући јер се састоји од спортиста Кечкемет клуба. Даља ограничења произилазе из искључивог ослањања на упитнике за самоизвештавање без алтернативних облика евалуације или евалуације од стране трећих страна.

Анализа резултата ове студије омогућава да се сугеришу будући правци сличних истраживања. На пример, будућа студија би требало да обухвати већи број испитаника, спортиста различитих спортова и испитаника на различитим нивоима такмичења (регионални, национални и међународни). Приликом прикупљања података о појединцу, будућа истраживања би требало да поред самоизвештавања спортиста, узму у обзир и друге изворе из њиховог окружења, као што су стручни тим, њихови тренери и саиграчи. Препорука за будућа истраживања на ову тему била би да се укључе и друге варијабле, као што су: локус контроле, стратегија суочавања са стресом, унутрашња и спољашња мотивација, самоефикасност, анксиозност као особина личности и ставови према успеху. Сваки спорт има своје особености и то одређује шта се тражи од спортисте када су у питању његове способности, особине и вештине.

Добijени налази су значајни, не само за истраживаче ради бољег разумевања мотивације и менталне јачине у спортском контексту, већ и за практичаре, за тренере и саме спортисте. Резултати истраживања показују да су циљне оријентације значајни предиктори менталне јачине спортиста, што упућује да се оне, при креирању интервенција за повећање менталне јачине, морају узети у обзир. Пожељно је да приликом тренирања и развоја спортских вештина буде доминантна оријентација на задатак, међутим, што је ближи врхунски ниво такмичења, то се јавља већа потреба за оријентацијом на резултат. Дакле, препоручљиво је да се ове две оријентације смењују у зависности од ситуације.

Важно је да се психолози, тренери и стручни тимови у раду са спортистима упознају са мотивацијом и менталном јачином спортиста и на основу тога развијају начине и стратегије за њихово оснаживање, а све у циљу бољег спортског постигнућа.

ЛИТЕРАТУРА

1. Abraldes, J. A., Granero-Gallegos, A., Baena-Extremera, A., Gómez-López, M., & Rodríguez-Suárez, N. (2016). Goal orientations, satisfaction, beliefs in sport success and motivational climate in swimmers. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y del Deporte*, 16(63), 583–599. <https://www.cabdirect.org/cabdirect/abstract/20163359488>.
2. Biddle, S., Wang, C. J., Kavussanu, M., & Spray, C. (2003). Correlates of achievement goal orientations in physical activity: A systematic review of research. *European Journal of Sport Science*, 3(5), 1–20. <https://doi.org/10.1080/17461390300073504>.
3. Bortoli, L., Bertollo, M., Comani, S., & Robazza, C. (2011). Competence, achievement goals, motivational climate, and pleasant psychobiosocial states in youth sport. *Journal of sports sciences*, 29(2), 171–180. <https://doi.org/10.1080/02640414.2010.530675>.
4. Boyd, M., Callaghan, J., & Yin, Z. (1991). Ego-involvement and low competence in sport as a source of competitive trait anxiety. In *meeting of the North American Society for the Psychology of Sport and Physical Activity, Asilomar, CA*.
5. Bull, S. J., Shambrook, C. J., James, W., & Brooks, J. E. (2005). Towards an understanding of mental toughness in elite English cricketers. *Journal of Applied Sport Psychology*, 17(3), 209–227. <https://doi.org/10.1080/10413200591010085>.
6. Crust, L., & Clough, P. J. (2011). Developing mental toughness: From research to practice. *Journal of Sport Psychology in Action*, 2(1), 21–32. <https://doi.org/10.1080/21520704.2011.563436>.
7. Dereceli, Ç. (2019). An Examination of Concentration and Mental Toughness in Professional Basketball Players. *Journal of Education and Training Studies*, 7(1), 17–22. <https://eric.ed.gov/?id=EJ1199134>.
8. Duriez, B., Soenens, B., & Beyers, W. (2004). Personality, identity styles, and religiosity: An integrative study among late adolescents in Flanders (Belgium). *Journal of Personality*, 72(5), 877–910. <https://doi.org/10.1111/j.0022-3506.2004.00284.x>.
9. Egan, S., & Stelmack, R. M. (2003). A personality profile of Mount Everest climbers. *Personality and individual differences*, 34(8), 1491–1494. [https://doi.org/10.1016/S0191-8869\(02\)00130-7](https://doi.org/10.1016/S0191-8869(02)00130-7).
10. Gok, Y., Süel, E., & Soyly, Y. (2023). Effects of different small-sided games on psychological responses and technical activities in young female basketball players. *Acta Gymnica*, 53, e2023.006. <https://doi.org/10.5507/ag.2023.006>.
11. Gould, D., Guinan, D., Greenleaf, C., Medbery, R., Peterson, K. (1999). Factors affecting Olympic performance: perceptions of athletes and coaches from more and less successful teams. *The Sport Psychologist*, 13(4), 371–394. <https://doi.org/10.1123/tsp.13.4.371>.

12. Gucciardi, D. & Gordon, S. (2009). Development and preliminary validation of the cricket mental toughness inventory (CMTI). *Journal of Sports Sciences*, 27(12), 1293–1310. <https://doi.org/10.1080/02640410903242306>.
13. Gucciardi, D. F. (2010). Mental toughness profiles and their relations with achievement goals and sport motivation in adolescent Australian footballers. *Journal of Sports Sciences*, 28(6), 615–625. <https://doi.org/10.1080/02640410903582792>.
14. Guskowska, M., & Wójcik, K. (2021). Effect of mental toughness on sporting performance: Review of studies. *Baltic Journal of Health and Physical Activity*, 13(7), 1. <https://doi.org/10.29359/bjhp.a.2021.suppl.2.01>.
15. Harmison, R. J. (2011). A social-cognitive framework for understanding and developing mental toughness in sport. *Mental toughness in sport: Developments in theory and research* (pp. 47–68). Routledge.
16. Hays, K., Maynard, I., Thomas, O., & Bawden, M. (2007). Sources and types of confidence identified by world class sport performers. *Journal of applied sport psychology*, 19(4), 434–456. <https://doi.org/10.1080/10413200701599173>.
17. Kavussanu, M., & Roberts, G.C. (1996). Motivation in Physical Activity Contexts: The Relationship of Perceived Motivational Climate to Intrinsic Motivation and Self-Efficacy. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 18, 264–280.
18. Kuan, G., & Roy, J. (2007). Goal profiles, mental toughness, and its influence on performance outcomes among wushu athletes. *Journal of Sports Science and Medicine*, 6(2), 28–33. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC3809050/>.
19. Mahoney, M.J., Gabriel, T.J., & Perkins, T.S. (1987). Psychological skills and exceptional athletic performance. *The Sport Psychologist*, 1(3), 181–199. <https://doi.org/10.1123/tsp.1.3.181>.
20. Middleton, S.C., Marsh, H.W., Martin, A.J., Richards, G.E., & Perry, C. (2004). Developing the mental toughness inventory (MTI). In *Self-Concept, Motivation and Identity, Where To From Here? Proceedings of the Third International Biennial SELF Research Conference*. University of Western Sydney. <https://researchdirect.westernsydney.edu.au/islandora/object/uws:7250/>.
21. Mladenović, M. (2022). *Psihološki aspekti sportskog uspeha (Psychological aspects of sport success)*. Centar za sportsku psihologiju, Beograd.
22. Mladenović, M., & Trunić, N. (2019). Goal orientation and mental toughness of young Serbian basketball players. *XXII Scientific Conference „FIS COMMUNICATIONS 2019” in physical education, sport and recreation*, October 17–19, Book of proceedings (pp. 81–85). Faculty of physical education and sport, University of Niš.
23. Newland, A., Newton, M., Finch, L., Harbke, C.R., & Podlog, L. (2013). Moderating variables in the relationship between mental toughness and performance in basketball. *Journal of sport and health science*, 2(3), 184–192. <https://doi.org/10.1016/j.jshs.2012.09.002>.
24. Ogras, E., & Cetin, M. (2024). The Relationship Between Mental Toughness, Goal Orientation and Motivational Climate Levels of Professional Football Players. *Gazi Journal of Physical Education and Sports Sciences*, 29(3), 144–156. <https://doi.org/10.53434/gbesbd.1448536>.
25. Padickaparambil, S., Subodh, R., Thomas, I., & Bijumon. (2008). Mental toughness and goal orientation as predictors of performance in cricket. *The Psychespace*, 2(2), 40–46.
26. Parameswari, J. (2016). Role of Mental Toughness in Achievement Goal Orientation of Collegiate Athletes. *Journal of Management and Development Studies*, 5(4), 128–132. <https://www.indianjournals.com/ijor.aspx?target=ijor:ijmds1&volume=5&issue=4&article=014>.
27. Pensgaard, A.M., & Roberts, G.C. (2002). Elite athletes' experiences of the motivational climate: The coach matters. *Scandinavian Journal of Medicine and Science in Sports*, 12(1), 54–59. <https://doi.org/10.1034/j.1600-0838.2002.120110.x>.
28. Petherick, C., Weigand, D.A. (2002). The Relationship of Dispositional Goal Orientations and Perceived Motivational Climates on Indices of Motivation in Male and Female Swimmers. *International Journal of Sport Psychology*, 33, 218–237.
29. Shalom, A., Gottlieb, R., Alcaraz, P.E., & Calleja-Gonzalez, J. (2023). A Narrative Review of the Dominant Physiological Energy Systems in Basketball and the Importance of Specificity and Uniqueness in Measuring Basketball Players. *Applied Sciences*, 13(23), 12849. <https://doi.org/10.3390/app132312849>.
30. Stanković, M., Lazić, A., Milenković, D., Nurkić, F., & Kocić, M., (2022). Motoric Abilities of Basketball Players According to Different Ranks of Competition and Playing Positions. *Sport Mont*, 20(2), 11–16. <https://doi.org/10.26773/smj.220602>.
31. Stojanović, E., Stojiljković, N., Scanlan, A.T., Dalbo, V.J., Berkemans, D.M., & Milanović, Z. (2018). The activity demands and physiological responses encountered during basketball match-play: A systematic review. *Sports Medicine*, 48, 111–135. <https://doi.org/10.1007/s40279-017-0794-z>.
32. Thelwell, R., Weston, N., & Greenlees, I. (2005). Defining and understanding mental toughness within soccer. *Journal of applied sport psychology*, 17(4), 326–332. <https://doi.org/10.1080/10413200500313636>.
33. Thelwell, R.C., Such, B.A., Weston, N.J., Such, J.D., & Greenlees, I.A. (2010). Developing mental toughness: Perceptions of elite female gymnasts. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 8(2), 170–188. <https://doi.org/10.1080/1612197X.2010.9671941>.
34. Toy, A., Gundogan, U., Ogras, E., Tastan, Z., Cetin, M. (2020). The Correlation between Mental Toughness and Goal Orientation of Elite Wrestlers. *International Journal of Sport Culture and Science*, 8(1), 35–47. 10.14486/IntJSCS.2020.589.
35. Trunić, N., & Mladenović, M. (2014). Značaj selekcije u košarci (The importance of selection in basketball). *SPORT – Nauka i Praksa (SPORT – Science and Practice)*, 4(2), 65–81. <http://sportnaukaipraksa.vss.edu.rs/pdf/SNP-04-02/SELEKCIJA-U-KOSARCI.pdf>.
36. Wu, C.H., Nien, J.T., Lin, C.Y., Nien, Y.H., Kuan, G., Wu, T.Y., Re, F.F., & Chang, Y.K. (2021). Relationship between mindfulness, psychological skills, and mental toughness in college athletes. *International journal of environmental research and public health*, 18(13), 6802. <https://doi.org/10.3390/ijerph18136802>.
37. Zubić, I. (2021a). Mental toughness as predictor of state anxiety of Serbian athletes. *Exercise and Quality of Life*, 13(2), 21–27. <https://doi.org/10.31382/eqol.211203>.

38. Zubić, I. (2021b). Prediction of the mental toughness of the athletes based on personality traits. *Zbornik radova Filozofskog fakulteta u Prištini*, 51(2), 295–319. <https://doi.org/10.5937/zrffp51-30487>.

ORCID идентификација аутора (<https://orcid.org/>)

Душан Марковић: / 0009-0005-7391-1803

Ивана Зубић: / 0000-0001-8539-9214

Дејан Миленковић: / 0000-0001-9341-0890

Весна Миленковић: / 0000-0002-0540-6945

Историја уређивања чланка

Примљен: 18.12. 2004

Прихваћен: 27.01. 2025.

Online објављен: 28.02. 2025.

Online first