

UNIVERZA V LJUBLJANI
FAKULTETA ZA ŠPORT

Jernej Juteršnik

**ANALIZA OSIPA PERSPEKTIVNIH KOŠARKARIC V PREHODU IZ MLADINSKE V
ČLANSKO KATEGORIJU**

DIPLOMSKO DELO

Ljubljana, 2014

UNIVERZA V LJUBLJANI
FAKULTETA ZA ŠPORT
Športno treniranje – košarka

**ANALIZA OSIPA PERSPEKTIVNIH KOŠARKARIC V PREHODU IZ MLADINSKE V ČLANSKO
KATEGORIJO**

DIPLOMSKO DELO

MENTOR:

izr. prof. dr. Frane Erčulj

SOMENTORICA:

doc. dr. Saša Cecić Erpič

RECENZENT:

doc. dr. Goran Vučkovič

AVTOR:

Jernej Juteršnik

Ljubljana, 2014

ZAHVALA

Zahvaljujem se mentorju izr. prof. dr. Franetu Erčulju za nasvete in pomoč pri nastanku tega diplomskega dela. V veliko pomoč mi je bil pri dostopu do podatkov igralk v bazah Košarkarske zveze Slovenije in sicer, povezal me je z Mirkom Jurjevičem, kateremu gre prav tako velika zahvala za pomoč pri dostopu do podatkov, brez katerih diplomske naloge ne bi mogel izvesti.

Zahvala gre tudi somentorici doc. dr. Saši CeciĆ Erpič, ki mi je prav tako pomagala in razširila moje znanje o športni psihologiji ter tudi pri izvedbi analize njenega vprašalnika, katera je zahtevala veliko dela.

Velika zahvala gre moji družini, ki mi je ves ta čas stala ob strani, me bodrila in vzpodbujala, da mi je na koncu uspelo, kar sem si zadal.

Ne smem pozabiti tudi svojih sošolcev in prijateljev, ki so v kakršni koli obliki pomoči sodelovali pri nastajanju moje diplomske naloge.

Ključne besede: konec športne kariere, ženska košarka, osip, reprezentanca, vrhunski športniki

ANALIZA OSIPA PERSPEKTIVNIH KOŠARKARIC V PREHODU IZ MLADINSKE V ČLANSKO KATEGORIJU.

Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport, 2014

Jernej Juteršnik

Število strani: 75 Število virov: 66

IZVLEČEK

V diplomskem delu so predstavljena teoretična izhodišča in raziskava o tematiki problema konca športne kariere mladih perspektivnih košarkaric v Sloveniji. Zanimalo nas je, kakšen je osip v prehodu iz mladinske v člansko kategorijo (pri starosti 19 let ali manj) in kakšen v članski kategoriji, pred dopolnjenim 24. letom starosti. Predvsem pa smo želeli izvedeti, kakšni so razlogi za predčasen zaključek košarkarske kariere in te razloge (motive) analizirati. V raziskavi smo izbrali vzorec 116 košarkaric iz šestih generacij najbolj perspektivnih igralk v tedanjih kadetskih reprezentancah Slovenije. Igralke so bile takrat stare 16 let ali manj. Od 75 igralk, ki so končale kariero, je 40 preizkušank rešilo anketni vprašalnik o koncu športne kariere. Analiza je pokazala, da je največji osip bil na igralnem tipu krilnega centra in v kakovostni skupini igralk, ki so bile izbrane med 12 najboljših v svoji generaciji. Ugotovili smo, da večina igralk ni imela težav s koncem kariere in so se za to odločile prostovoljno. Prav tako ni bilo razlik med skupinama. V povprečju so bili vzroki in težave ob koncu kariere zmerni. Zato ocenjujemo, da preizkušanke niso imele težavnega konca športne kariere.

Key words: the end of sports career, women's basketball, decrease, representative team, top athlete

THE ANALYSIS OF PROSPECT WOMEN BASKETBALL PLAYERS DECREASE IN THE CROSSING FROM JUNIOR TEAM TO MEMBERSHIP CATEGORY.

University of Ljubljana, Faculty of sport, 2014

Jernej Juteršnik

Number of pages: 75 Number of sources: 66

ABSTRACT

In my diploma work the theoretical starting point is presented as well as the survey on the subject of the end of sports career problem with the young prospect women basketball players in Slovenia. We were interested in the decrease in the crossing from junior team into a membership category (at the age of 19 or less), and what is the membership category before the age of 24. Moreover, we wanted to find out what are the reasons for ending the basketball career prematurely and to analyse these motives. In the survey, we have gathered the sample of 116 women basketball players out of six generation of the most prospect players in cadet representative team in Slovenia then. The players were between 16 years old or less. Out of 75 players that ended the career, 40 of the testers solved the survey at the end of their sports career. The analysis has shown that the biggest decrease was on the playing type of wingers centre and in the quality group of players that were chosen among the top 12 in their generation. We have found out that most of the players did not have any issues with ending their careers and that the decision was voluntarily. The differences between the groups were not there either. On average the causes and difficulties at the end of career were moderate. Therefore, we assess that testers did not have to cope with the difficult end of their sports career.

KAZALO

1. UVOD	9
1.1. RAZLIKA MED PREKINITVIJO IN KONCEM ŠPORTNE KARIERE	11
2. PREDMET IN PROBLEM DELA.....	12
2.1. SMERNICE RAZVOJA KOŠARKE V SLOVENIJI.....	12
2.1.1. ORGANIZACIJSKI MODEL KOŠARKE V SLOVENIJI	13
2.1.2. NOSILCI MNOŽIČNE KOŠARKE	13
2.1.3. KAKOVOSTEN ŠPORT	14
2.1.4. POLOŽAJ ŽENSKE KOŠARKE V SLOVENIJI	17
2.1.5. POMEMBOST TEKEM ZA MLADE IGRALCE IN IGRALKE.....	19
2.1.6. RAZVOJ TALENTA PRI ŽENSKAH.....	20
2.1.7. TELESNI RAZVOJ.....	21
2.2. ŽIVLJENJE MLADIH ŠPORTNIKOV	22
2.2.1. PREHODI V KARIERI.....	22
2.2.2. PREHOD MLADIH ŠPORTNIKOV V VRHUNSKI ŠPORT	24
2.2.3. VSAKDAN MLADEGA ŠPORTNIKA	28
2.3. KONEC KARIERE MLADIH VRHUNSKIH ŠPORTNIKOV	28
2.4. DEJAVNIKI, KI VPLIVAJO NA KONEC ŠPORTNE KARIERE.....	30
2.4.1. VZORČNI DEJAVNIKI KONCA ŠPORTNE KARIERE	30
KRONOLOŠKA STAROST.....	31
PROCES SELEKCIJE	31
POŠKODBE IN ZDRAVSTVENE TEŽAVE	32
POSAMEZNIKOVA LASTNA IZBIRA	33
2.4.2. DRUGI VZORČNI DEJAVNIKI KONCA ŠPORTNE KARIERE	33
2.4.3. MEDIACIJSKI DEJAVNIKI KONCA ŠPORTNE KARIERE.....	34
IDENTITETA.....	34
PROSTOVOLJNOST KONCA ŠPORTNE KARIERE.....	35

2.4.4.	DRUGI MEDIACIJSKI DEJAVNIKI KONCA ŠPORTNE KARIERE	36
2.5.	TEORETIČNI MODELI KONCA ŠPORTNE KARIERE	38
3.	CILJI RAZISKAVE	39
4.	HIPOTEZE.....	40
5.	METODE DELA.....	41
5.1.	VZOREC PREIZKUŠANK	41
5.2.	INŠTRUMENTI IN POSTOPEK	43
5.3.	ORGANIZACIJA ZBIRANJA PODATKOV.....	45
6.	REZULTATI	46
6.1.	ZAČETEK ŠPORTNE KARIERE.....	46
6.2.	ŽIVLJENJE ŠPORTNICE V ČASU AKTIVNE TEKMOVALNE KARIERE	47
6.3.	KONEC ŠPORTNE KARIERE IN POČUTJE OB TEM.....	49
6.4.	ORGANIZACIJA POŠPORTNEGA ŽIVLJENJA.....	57
6.5.	PRIMERJAVA TEŽAVNOSTI KONCA KARIERE IGRALK, KI SO KONČALE KARIERO PRED ČLANSKO KATEGORIJO IN TISTIMI, KI SO JO KONČALE V ČLANSKI KATEGORIJI	59
7.	RAZPRAVA.....	59
7.1.	ANALIZA HIPOTEZ.....	66
8.	ZAKLJUČKI.....	67
9.	LITERATURA.....	69

1. UVOD

Šport, kot je košarka, je primeren tako za moške kot za ženske, piše Žibrat (1996). Zato ni presenetljivo, da so se s košarko, že kmalu po njenem nastanku, začele ukvarjati tudi ženske. Kljub temu so na Olimpijskih igrah ženske prvič nastopile šele 40 let kasneje kot moški, in sicer leta 1976. Priljubljenost ženske košarke se ne da primerjati z moško. Ne glede na manjšo priljubljenost in slabše fizične sposobnosti, je ženska košarka razširjena po celem svetu in nekatere košarkarice so se, tako kot moški, vpisale v športno zgodovino. Dve košarkarici imata celo svoje mesto v znameniti košarkarski dvorani slavnih. To sta Ann Mayers, ki je bila edina ženska, ki je igrala v moški konkurenci lige NBA za ekipo Indiana Pacers, in Uljana Sejmonova, košarkarica bivše Sovjetske zveze. Slednja ima tri zlate medalje s svetovnih prvenstev, dve zlati z olimpijskih iger, hkrati pa je bila na tekmah kar 18 let brez enega samega poraza.

Erčulj (2012) navaja, da je košarka eden od najbolj priljubljenih športov v Sloveniji, s katerim se organizirano (v okviru košarkarskih šol, šolskih sekcij in klubov) in neorganizirano ukvarja veliko število mladih fantov in deklet. Zelo popularna je tudi kot športno rekreativna dejavnost pri odraslih. Obstaja več razlogov za priljubljenost košarke in rekreativno ukvarjanje s to športno igro. Poleg tradicije, je eden od pomembnih razlogov gotovo dostopnost. V Sloveniji imamo namreč veliko število košarkarskih igrišč (tako v dvoranah, kot na prostem), poleg tega pa je, vsaj rekreativno igranje košarke, povezano z minimalnimi stroški.

Vsi uspehi in rezultati v športni panogi, ki terja veliko denarnih vložkov, so bili največkrat doseženi v relativno skromnih denarnih pogojih in tako niso plod naključij (Erčulj, Dežman, 2005). »So predvsem posledica zelo kakovostnega strokovnega dela v košarkarskih društvih. Kljub vsemu pa v zadnjih letih lahko zasledimo nekatere negativne trende v razvoju slovenske košarke, ki se odražajo tudi v slabših rezultatih. Ti so predvsem posledica spremenjenih pogojev, v katerih delujejo košarkarska društva, in njihovega slabšega denarnega položaja, kot v panogi nasploh.«

Poleg rezultatske krize, se v slovenski košarki v zadnjih letih srečujemo z vse večjim osipom oziroma prezgodnjim zaključkom kariere številnih nadarjenih košarkarjev in košarkaric. Ta

problem je bolj izrazit v ženski košarki, kjer se že sicer srečujejo s pomanjkanjem števila igralk. Še posebej pereč je osip v prehodu iz mladinske v člansko starostno kategorijo. To ne velja samo za manj nadarjene košarkarice. Dogaja se, da s košarkarsko kariero zaključujejo tudi nadarjene igralk, ki bi v članski kategoriji lahko postale uspešne košarkarice in pripomogle k razvoju slovenske košarke tako na klubski, kot tudi na reprezentančni ravni.

Prav zaradi tega trend števila ženskih klubov in igralk upada. In sicer je v sezoni 2010/2011, v 1. ženski članski ligi, sodelovalo 13 klubov, v naslednji sezoni 2011/2012, 10 klubov in v lanski sezoni 2012/2013, samo še devet. Posledično upada tudi število igralk, ki bi lahko igrale za žensko člansko ligo.

V tabeli 1 (Majer, Krump, Jurjavčič in Trifunovič, 2013) lahko vidimo, kako se spreminja število ekip v zadnjih treh sezonah, prikazano je tudi število igralk istega letnika, ki igrajo v ekipi, in število igralk, ki jim je bila podeljena pravica do nastopa v triletnem obdobju.

Tabela 1
Število ekip in igralk v sezonah 2010, 2011 in 2013

TEKMOVALNE SEZONE	ST. PIONIRKE U14			KADETINJE U16			MLADINKE U18			ČLANICE		
	2010 2011	2011 2012	2012 2013	2010 2011	2011 2012	2012 2013	2010 2011	2011 2012	2012 2013	2010 2011	2011 2012	2012 2013
število ekip	22	23	22	17	16	17	12	12	11	13	10	9
št. igralk*/ekipo	11,4	12,6	12,2	6,3	7,9	8,0	7,4	6,8	4,8	5,8	7,9	8,7
podeljene pravice nastopanja/ekipo	15,9	18,8	19,5	15,5	16,0	16,3	16,7	18,7	13,5	11,7	17,3	17,4

V diplomski nalogi bomo raziskali, zakaj se tako veliko perspektivnih mladih igralk po pretečenem mladinskem stažu preneha ukvarjati s košarko. To je težava, s katero se slovenska košarka ukvarja že vrsto let. V mladinskih kategorijah imamo perspektivne košarkarice, ki kažejo izrazit talent za košarko, a jim tega ne uspe uveljaviti v članskih kategorijah. Ali je to razlog, da jih veliko preneha z igranjem, ali pa se razlogi skrivajo kje drugje? Odgovor na to vprašanje, bomo skušali dobiti z diplomskim delom

1.1. RAZLIKA MED PREKINITVIJO IN KONCEM ŠPORTNE KARIERE

V angleški literaturi (Alfermann, 1995, v Fišer, 2003) lahko zasledimo dva različna izraza za konec športne kariere, in sicer: »dropout« in »retirement«.

Prvega razumemo kot predčasno prekinitev športne poti športnikov, drugega pa kot konec športne kariere zaradi različnih dejavnikov. Razlika med tema dvema izrazoma je predvsem ta, da so nekateri športniki predčasno končali kariero, kljub temu, da so spadali med talentirane in zelo perspektivne športnike. Imeli so tudi dobre predpozicije za vrhunske kariere, vendar so končali s svojo športno potjo že preden bi lahko dosegli svoje najboljše uvrstitve oziroma vrhunec kariere. Zato v literaturi ugotavljamo, da tisti športniki, ki v mladinskih kategorijah dosegajo odlične rezultate, nato predčasno prenehajo s kariero in se v svoji popolnosti ne dokažejo v članski kategoriji. To se veliko bolj izraža v ženskem športu, kot pa v moškem. V našem primeru se problematika kaže kot prehiter konec kariere perspektivnih igralk s košarko.

Izraz »retirement« pa se nanaša na konec tekmovalne kariere po nekajletnem stažu v članskih kategorijah in večletnem tekmovanju na nivoju članske konkurence. Te športnice kariero zaključujejo zaradi različnih dejavnikov, ki vplivajo na njih in se z njimi ne morejo več spopadati oz. jih ovirajo pri nadaljevanju njihovih aktivnih karier.

Cilj diplomskega dela je, da pridobljeni podatki iz vprašalnika pripomorejo k boljšemu razumevanju vzrokov in dejavnikov predčasnega konca kariere perspektivnih igralk. Zanimanje za tovrstne vsebine v svetu, se je pojavilo pred približno tridesetimi leti pri avtorjema Ogilvieju in Taylorju (1993a, v Cecić Erpič 2002) in postaja vse bolj pomemben predmet proučevanja, saj je bilo od 224 referenc, ki se nanašajo na konec športne kariere, več kot polovica objavljenih v tem desetletju (Ravnikar, 2003).

Na področju Slovenije je bilo takšnih raziskav zelo malo. S to problematiko se v Sloveniji ukvarja doc. dr. Saša Cecić Erpič (2002). V Sloveniji še ni bilo raziskave, ki bi omenjeno problematiko obravnavala na vzorcu košarkaric. Zato mislimo, da so raziskave več kot dobrodošle in da je takšna raziskava nujno potrebna, saj se bomo le tako lahko lotevali te problematike bolj strokovno. To bo lahko v veliko pomoč Košarkarski zvezi Slovenije, klubom

in njihovim trenerjem za nadaljnje delo ter razumevanje problema usipa igralk v slovenskem prostoru.

Poleg same analize dobljenih podatkov, pa moramo najprej razumeti teoretične razlage in razumevanja: zakaj sploh pride do konca kariere, kateri so dejavniki in kako vplivajo na igralke ter na konec njihove kariere. Prav tako se bomo posvetili njihovemu športnemu življenju ter organiziranju njihovega pošportnega življenja. Slednje bomo opisali v prvem delu diplomske naloge in nadaljevali z raziskavo ter analizo podatkov.

2. PREDMET IN PROBLEM DELA

2.1. SMERNICE RAZVOJA KOŠARKE V SLOVENIJI

Slovenska košarkarska zveza je v želji po čim boljši kakovosti in množičnosti košarke izdala dokument Smernice razvoja košarke v Sloveniji (2003), ki opisuje v katero smer bi se naj razvijala slovenska košarka. Verjamemo, da je uspeh naših košarkarjev in košarkaric odvisen od dobrega načrtovanja in delovanja vseh organizacij v Sloveniji, ki so odgovorne za napredek slovenske košarke.

Slovenija je postala članica FIBE eno leto po svoji osamosvojitvi, to je leta 1992. Glede na svojo velikost, je ena izmed najmanjših evropskih držav, kar posledično vpliva na košarkarsko dogajanje v naši deželi. Ta majhnost je lahko po eni strani pozitivna, saj je zaradi tega celotno dogajanje v košarki na manjšem prostoru bolj obvladljivo in pregledno. V vseh ostalih pogledih pa ima tako majhen prostor posledično tudi manjše število košarkaric in košarkarjev v primerjavi z večjimi državami, kar vidimo kot slabost. Vendar se moramo pohvaliti, da je Slovenija kljub majhnosti dosegala dobre rezultate, kar je dokaz, da smo ta skromen potencial znali dobro izkoristiti. Mladi se v Sloveniji ukvarjajo s košarko v osnovnih, srednjih in visokih šolah ter v košarkarskih klubih in društvih. V zadnjem času se ustanavlja tudi veliko zasebnih košarkarskih šol pod vodstvom svetovno znanih slovenskih košarkarjev, ki skrbijo, da se igra košarke čim bolj širi med mladimi. Zato so šole in zasebniki odgovorni za množičen razvoj košarke, medtem ko pa košarkarska društva in Košarkarska zveza skrbijo za kakovost. Kakovost in uspešno igranje slovenskih državnih reprezentanc ter slovenskih košarkarskih

društev je torej razlog za veliko priljubljenost košarke v Sloveniji. Vsi se torej trudimo, da bi imeli čim bolj solidne pogoje za treniranje in igranje košarke v košarkarskih društvih, v osnovnih in srednjih šolah in navsezadnje tudi na fakultetah (Smernice razvoja Slovenske košarke, 2003).

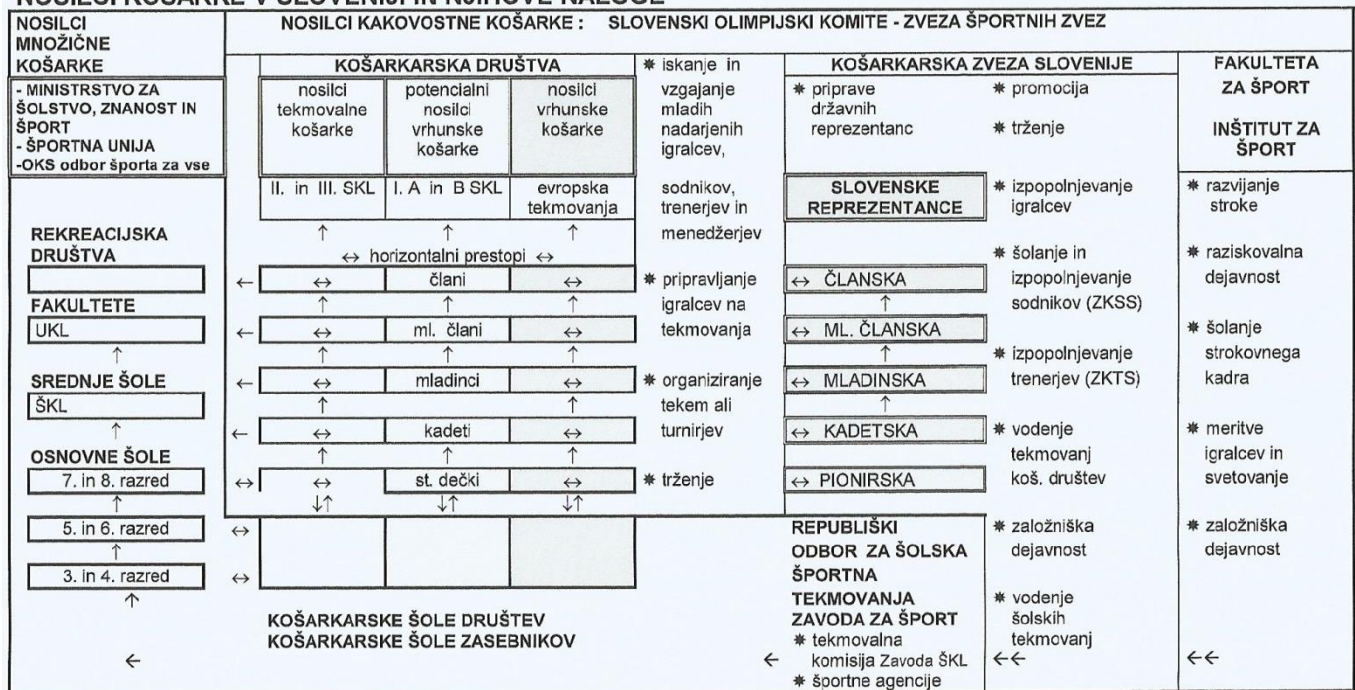
2.1.1. ORGANIZACIJSKI MODEL KOŠARKE V SLOVENIJI

V Smernicah razvoja slovenske košarke (2003) najdemo model organiziranosti, ki daje dobre rezultate, zato bi ga bilo treba v prihodnosti le še izpopolnjevati in prilagajati novim potrebam ter razmeram v košarki. Model, ki ga bomo v nadaljevanju opisali, je razdeljen na nosilce množične košarke ter kakovostne moške in ženske košarke. Nosilci množične košarke se ukvarjajo s košarko v šolah in rekreacijsko košarko, drugi pa s kakovostno in vrhunsko košarko. Vsi so med seboj tesno povezani in stremijo k sodelovanju.

2.1.2. NOSILCI MNOŽIČNE KOŠARKE

Kot je zapisano v Smernicah razvoja slovenske košarke (2003), sta šolska športna vzgoja in šolski šport pod nadzorom Ministrstva za šolstvo, znanost in šport Republike Slovenije. Znano je, da je košarka v vseh učnih načrtih za osnovne in srednje šole opredeljena za oba spola, moški in ženski. Kakovostna športna vzgoja je pravzaprav temelj vrhunskega športa. Zelo pomembna je priprava, ki je primerna za mlade pred vključevanjem v kakovostni in vrhunski šport. Šolska športna tekmovanja na državni ravni vodi Odbor za šolska športna tekmovanja pri Zavodu za šport RS, ki sodeluje z nacionalnimi panožnimi športnimi zvezami. Kar se pa tiče tekmovanja na lokalni ravni, pa pomagajo organizirati tekmovanja različni drugi organizatorji.

NOSILCI KOŠARKE V SLOVENIJI IN NJIHOVE NALOGE



Opomba: model je enak za oba spola

Slika 1. Nosilci košarke v Sloveniji in njihove vloge (Smernice razvoja slovenske košarke, 2003).

Na sliki 1 lahko razberemo, da so nosilci množične in kakovostne košarke Ministrstvo za šolstvo, znanost in šport, Športna unija Slovenije, rekreacijska društva, fakultete ter srednje in osnovne šole. Nosilci kakovostne in vrhunske košarke pa so Slovenski olimpijski komite, košarkarska društva, košarkarska zveza, fakulteta za šport in republiški odbor za šolska športna tekmovanja. Po zapisih v Nacionalnem programu športa v Republiki Sloveniji (2000, v Smernice razvoja slovenske košarke, 2003) je potrebno dati največjo vsebinsko, metodološko in materialno-finančno podporo programom, ki jih izvajajo društva, nacionalne panožne zveze, Olimpijski komite Slovenije – Združenje športnih zvez, šole, lokalne skupnosti in država.

2.1.3. KAKOVOSTEN ŠPORT

V Nacionalnem programu športa v Republiki Sloveniji (2000, v Smernice razvoja slovenske košarke, 2003) je zapisano, da moramo kakovostno delati tudi na področjih priprav in športnih tekmovanj ekip in posameznikov, ki nimajo objektivnih strokovnih, organizacijskih in

materialnih možnosti. Ti športniki ne spadajo v sam vrhunski šport, hkrati pa niso tudi na ravni same športne rekreacije, ampak so pomemben dejavnik razvoja športa v Sloveniji. Sem so vključeni športniki, ki so registrirani na nacionalni panožni zvezi Slovenije in nastopajo v uradnih tekmovalnih sistemih do naslova državnega prvaka. V košarki so to vsi igralci in igralkе, ki tekmujejo v različnih starostnih kategorijah Košarkarske zveze Slovenije.

V Smernicah razvoja slovenske košarke (2003) je določeno, da je za razvoj kakovostnega in vrhunskega športa v Sloveniji zadolžen Olimpijski komite Slovenije – Združenje športnih zvez. Športna društva in njihove nacionalne panožne športne zveze pa so zadolžena za razvoj posameznih športnih zvrsti. Sem spada Košarkarska zveza Slovenije (KZS), ki je prostovoljna zveza društev in organizacij, pri katerih je košarka osnovna dejavnost, s katero se ukvarjajo. Je članica mednarodne košarkarske zveze FIBE in Olimpijskega komiteja Slovenije. Košarkarska zveza Slovenije sprejema pravila in različne odločitve OKS in FIBE ter skladno z njimi usklajuje svoje akte.

Dejavnosti KZS so naslednje (Smernice razvoja slovenske košarke, 2003):

- skrb za razvoj košarke in njeno promocijo;
- organiziranje in vodenje državnih prvenstev in drugih tekmovanj;
- vodenje državnih reprezentanc;
- organiziranje in strokovno izpopolnjevanje igralcev, trenerjev, sodnikov, kontrolorjev in tehničnih komisarjev;
- občasno izvajanje založniške dejavnosti;
- sodelovanje z drugimi podobnimi organizacijami, ki lahko prispevajo k razvoju košarke;
- organiziranje športnih prireditev in nudenje strokovnih uslug na vseh področjih košarkarskega športa v skladu z veljavno zakonodajo;
- mednarodno sodelovanje;
- vzpodbujanje razvoja košarkarskih sredin;
- dejavnosti na področju propagande in trženja;
- sodelovanje v delu organov OKS – ZŠZ in v delu državnih organov (strokovni svet za šport, fundacija in drugi organi) preko svojih imenovanih predstavnikov;
- sodelovanje v delu organov mednarodne košarkarske zveze FIBA preko svojih imenovanih predstavnikov;

- nastopanje proti uporabi poživil (doping) in postopkov, ki so prepovedani s strani MOK ali FIBE;
- sodelovanje v delu organov ostalih mednarodnih organizacij, ki so povezane s košarko.

V Smernicah razvoja slovenske košarke (2003) je razloženo, da so za dober razvoj perspektivnih igralcev in igralk ter kakovostni razvoj slovenske košarke odgovorni klubi oziroma društva, ki so nosilci kakovostne košarke oziroma potencialne vrhunske košarke in nastopajo v I. Slovenski košarkarski ligi (brez tistih iz prve kategorije, ki pa morajo nastopati tudi na državnem tekmovanju).

Klubi oz. društva iz te kategorije naj bi:

- imeli vsaj dva profesionalna trenerja (enega za člansko moštvo, drugega za delo z mlajšimi kategorijami), profesionalnega sekretarja in honorarno zaposlenega fizioterapevta;
- bili organizacijsko in gmotno sposobni zagotoviti bivanje, šolanje in redno treniranje perspektivnim igralcem iz drugih krajev Slovenije;
- zagotovili najmanj osemkrat tedensko treniranje pionirskemu, kadetskemu, mladinskemu in članskemu moštvu;
- opravili vse obveznosti do perspektivnih igralcev oziroma igralk, ki jih bo določil strokovni svet KZS;
- aktivno sodelovali v strokovnih organih in komisijah KZS.

Tudi ti klubi oz. društva bi morali za delo s podmladkom izkoristiti sredstva, ki jih razpisuje država za nacionalne panožne športne šole. Košarkarska zveza Slovenije pa bi morala izvajati nadzor nad njihovim delovanjem in kakovostjo (Smernice razvoja košarke v Sloveniji, 2003).

2.1.4. POLOŽAJ ŽENSKE KOŠARKE V SLOVENIJI

Erčulj in sodelavci (2006) so ugotovili, da so moške košarkarske tekme zadovoljivo gledane in da je moška košarka tudi v medijih dokaj dobro zastopana. Žal pa so ugotovili, da je slika ženske košarke popolnoma drugačna, kajti večina ženskih klubov in ekip je v velikih finančnih težavah, njihove dvorane pa so skoraj prazne. Tudi v medijih se je ženska košarka do sedaj pojavljala zelo malo.

Zato so Erčulj, Pajer in Doupona Topič (2006) naredili raziskavo z namenom, da bi ugotovili, kakšen je bil trenutni položaj ženske košarke v državi. Raziskava je bila narejena na vzorcu 81-ih oseb, ki je zajemal igralce in igralk nekatere košarkarskih klubov, ki so v sezoni 2004/2005 nastopali v prvi ženski in moški Slovenski košarkarski ligi. V vzorec so bile vključene tudi uprave teh klubov, košarkarski sodniki in nekaj nekdanjih igralk in igralcev. Avtorji ugotavljajo, da je ženska košarka v medijih premalo prisotna. Glavna razloga za to bi naj bila neprivlačna igra in slabi rezultati. Vendar so prišli tudi do ugotovitve, da se nekateri problemi nahajajo v slabi organiziranosti uprav ženskih klubov in da prihaja do velikih osipov mladih deklet, ki prehitro izgubijo veselje do košarke ter predčasno prenehajo z igranjem. Tudi študijske obveznosti igralk bi naj bile razlog za predčasno prekinitev njihovih karier. Rezultati so pokazali, da bi morala Košarkarska zveza Slovenije več narediti za ta šport. Članice odigrajo premalo tekem v svojem prvenstvu. V samo tekmovanje bi morale biti vključenih več ekip. Preveliki so tudi stroški tekmovanja in razlike v kakovosti med ekipami. V raziskavi se je večina anketirancev (90 %) strinjala, da je položaj ženske košarke precej slab. Dekleta vztrajajo s treniranjem in igranjem predvsem zaradi ljubezni do košarke in športa nasploh. Potrebno je opozoriti tudi na številne težave, s katerimi se srečujejo klubi in igralk ter vsi prisotni v ženski košarki. Ena izmed igralk, ki je nedavno končala svojo košarkarsko kariero, pravi, da trenutni položaj ženske košarke gotovo ni zavirljiv. Kljub temu, da ženske članska reprezentanca dosega dobre rezultate, se položaj ženske košarke v Sloveniji iz leta v leto poslabšuje. Po njenem mnenju je vse manj klubov v članski konkurenci, kajti vsako leto vsaj en klub preneha s sodelovanjem. Enako se dogaja z igralkami in trenerji.

Erčulj idr. (2006) tudi ugotavljajo, da 54,3 % anketirancev meni, da so neorganizirane uprave klubov razlog, da je ženska košarka na tako nizki ravni. Delež anketiranih (23,5 %) je mnenja,

da je to razlog slabega dela z mladimi igralkami. Preostalih 9,9 % anketiranih meni, da so krivi neizkušeni trenerji. Manjši delež vprašanih (4,9 %) pa je mnenja, da gre za slabo kakovost igralk. Avtorji omenjene raziskave tudi ugotavljajo: »Da največ anketirancev (38,3 %) meni, da košarkarice prenehajo z aktivnim igranjem zaradi študijskih obveznosti; 34,6 % jih meni, da gre za izgubo veselja, 16 % pa je mnenja, da je to zaradi zaposlitve. Ostali menijo, da se s košarko ne da preživljati ali da so za prenehanje igranja krivi strogi trenerji oziroma družinske obveznosti.« Avtorji raziskave pišejo tudi o tem, da je dejstvo, da se v Sloveniji od košarke ne da živeti in so dekleta prisiljena končati svojo kariero po končani srednji šoli in se posvetiti predvsem študiju. V moški košarki se najbolj perspektivni igralci ne odločijo za konec kariere in jo nadaljujejo, študiju pa se posvetijo po končani košarkarski karieri. Razumljivo je tudi to, da dekleta prav zaradi slabega položaja ženske košarke, žal izgubijo veselje in motivacijo do igranja oziroma nadaljevanja svoje kariere. Pri tem imajo veliko vlogo starši, poleg njih pa seveda tudi trenerji kluba in vsi, ki aktivno sodelujejo s klubom.

Veliko mladih igralk hitro preneha z aktivnim igranjem. Nekdanja igralka pa razmišlja takole (Erčulj idr., 2006):

»Res je, da ima vsaka igralka za prenehanje svoje razloge, vendar vseeno menim, da je možno vzroke prenehanja razdeliti na nekaj osnovnih. Omenila bi številne možne aktivnosti, nezadovoljstvo s trenerjem, usklajevanje šolskih obveznosti s športom (predvsem verjetno to velja za igralke, ki se ne šolajo v istem kraju kot igrajo košarko), dejstvo, da v košarki dekleta ne vidijo prave prihodnosti (tudi finančna podpora igralkam je zelo omejena), raje se posvetijo študiju, karieri, družini.«

V raziskavi so avtorji tudi ugotovili, da neorganizirane uprave klubov v veliki meri vplivajo na stanje ženske košarke. Zato je pomembna čim boljša organiziranost in strokovno delovanje društev.

Avtorji omenjene raziskave so zaključili z besedami, da kljub veliki želji, da bi na žensko košarko zrla z večjim optimizmom, tega za zdaj še ne moremo. Splošna raven organiziranosti za slovenske razmere je vendarle nizka, razen klubske sredine, ki je dobro razvita. Večina stvari je odvisnih le od zagnanih posameznikov, ki se ukvarjajo z dobrim delom v društvih. V prihodnje bi bilo smiselno razmisliti, kako zmoreta ženski rokomet in odbojka zagotoviti

dvakrat toliko delujočih sredin in še bolj podrobno analizirati razloge za skrb vzbujajoče stanje ženske košarke v Sloveniji.

2.1.5. POMEMBOST TEKEM ZA MLADE IGRALCE IN IGRALKE

Za igralce ali igralke ekip, starostnih kategorij 17 in 18 let, so tekmovalni rezultati pomembni, piše Drvarič (2008). Še vedno pa morajo biti na njihovih tekmah prisotni vzgojno-izobraževalni vidiki, ki vplivajo na njihov celostni razvoj. Zato uporabljamo dve vrsti tekem:

- tekme, na katerih je glavni cilj utrjevanje in izpopolnjevanje na treningih pridobljenih znanj (pripravljalne tekme) in
- tekme, na katerih je glavni cilj zmagati (prvenstvene tekme).

Če pravilno koristimo tekme, na katerih je glavni cilj zmagati, tudi te vplivajo na razvijanje igralnih spretnosti in značaja igralcev, saj se le-ti učijo delovati pod velikim psihičnim pritiskom. Prvenstvene tekme, na katerih je običajno glavni cilj zmagati, ne smejo biti razlog, da bi trenerji teh starostnih kategorij vse treninge v tednu posvetili pripravi igralcev ali igralk na tekmo. Tako se pripravljajo članice ekipe. V procesu treniranja kadetskih (U16) in mladinskih (U18) ekip, naj bo priprava na tekmo le del vsebine treniranja, temeljni cilj pa naj bo še vedno razvoj igralcev ali igralk. To pomeni, da jih na teh tekmah ne smemo omejevati v izpopolnjevanju njihovih posamičnih in moštvenih zmožnostih. Moramo jim omogočiti, da odpravljajo svoje slabosti in obogatijo svoj igralski repertoar z novimi elementi, ki bodo pomembni za njihovo uspešnost v članski kategoriji. Klub temu pa naj trener kadetske ali mladinske ekipe upošteva tudi značilnosti nasprotnega moštva in svojo ekipo ter igralce ali igralke pripravi na tekmo. Če ekipa igra tekmo, na kateri je glavni cilj zmagati, naj jih pripravi tako, da bodo imeli najboljše možnosti za zmago. Na ostalih tekmah pa naj jim omogoči, da se bodo lahko izpopolnjevali. V tednu, ko igrajo prvenstveno tekmo, na kateri hočejo zmagati, naj trener načrtuje in izvede le enega ali dva treninga za pripravo na tekmo. Ne glede na to, kakšen je glavni cilj tekme (zmaga ali izpopolnjevanje igralcev), pa mora trener za vse tekme postaviti cilj zavzete igre.

Trenerji, ki trenirajo mlade igralce, naj upoštevajo naslednje pomembne stvari:

- od igralcev ali igralk naj na tekmah zahtevajo tisto, kar so sposobni narediti. V nasprotnem primeru tekma izgubi svojo temeljno vlogo v igralnem razvoju mladih igralcev in postane preveč stresna in neproduktivna. Le tisti trenerji, ki postavljajo stvarne zahteve, omogočajo igralcem normalen igralni razvoj. Zato naj trenerji na tekmah postavljajo dosegljive cilje.
- Naj ne posnemajo trenerjev članskih ekip. To pomeni, da naj v tekmovalnem obdobju ne koristijo treningov le kot pripravo na tekmo. Poskrbeti morajo tudi za razvoj mladih igralcev ali igralk.
- Zelo pomembno je, da trenerji vodijo svoje ekipe na tekmah skladno s temeljnimi pedagoškimi normami. Tisti trener, ki se ni sposoben obvladati, ni primeren za delo z mladimi igralci in igralkami (Drvarič, 2008).

2.1.6. RAZVOJ TALENTA PRI ŽENSKAH

Delo dveh avtorjev, Reisa (1995) in Nobla s sodelavci (1996), je prispevalo dva različna modela raziskave razvoja ženskega talenta na področju nadarjenosti in izobrazbe. Reis je raziskoval talent pri starejših ženskah, ki so dosegle svojo eminenco v njihovih profesionalnih poklicih, Noble pa razvoj nadarjenih žensk, ki je ali pa ni dosegel nivoja eminence. V kontekstu nadarjenih žensk, ki so dosegle uspeh, je njihov dosežek pustil pomembne posledice. Ženske so v odnosu s spolom, tekmo, socialnoekonomskim statusom, homofobijo in drugimi dejavniki lahko hitro na slabem glasu oziroma dobijo slab status. Zunanje sile, kot so razizem, spolna diskriminacija, ekonomska pričakovanja, politični sistemi in homofobija, prav tako ovirajo žensko pri njenem popolnem razvoju talenta, ki ga skriva v sebi (Noble et al., 1996). Individualne lastnosti in osebni značaj sta primarni komponenti obeh modelov razvoja talenta (Noble et al., 1999; Reis 1995). Te lastnosti vsebujejo povprečne sposobnosti ali specialni talent, predanost, motivacijo, potrpežljivost, kreativnost in sprejemanje tveganj (Reis 1995). V njeni študiji je bila predanost pri ženskah tista lastnost, ki je bila pomembna za

trdo delo in prizadevanja za uspeh, včasih tudi pod težkimi razmerami. Poleg tega je bila za ženske potrpežljivost najbolj pomembna karakteristika za izpolnitev njihovega potenciala. Ustvarjalnost je bila v ženskah skozi njihovo kariero prikazana tudi kot izpopolnjevanje talenta v višjo stopnjo. Sprejemanje tveganja pa je bila tista karakteristika žensk, da so bile pripravljene tvegati in opravljati naloge, katere druge ženske ne bi imele poguma narediti (Reis, 1995). Odpornost je bila lastnost, ki je bila pri ženskah varovalni dejavnik, ki je gojil močen občutek svojega jaza ter razumevanje temeljnih vrednot in potreb v težkih okoliščinah in pri ovirah, ki so jim stale naproti (Noble et al., 1999). Nadarjene ženske so se naučile obvladati notranji občutek ženske manjvrednosti in so znale premagati zunanji videz ter diskriminacijo v pomenu, da najbolje razvijejo svoj talent. Samozavest je prav tako pomembna v smislu narediti in vzeti priložnosti, ki ti dajo večjo ustvarjalno produktivnost.

2.1.7. TELESNI RAZVOJ

Na samo pot mladih športnic in športnikov v različnih športih vpliva več dejavnikov. Eden izmed njih je njihov telesni razvoj. To lahko prinese v življenje športnic kar nekaj težav. Na to temo je v svoji diplomski nalogi Andreja Fišer (2003) dala kar nekaj poudarka. Pisala je o tem, da bistvo telesnega razvoja športnic v adolescenci predstavljajo spremembe, ki zajemajo celotni telesni razvoj. Telo doživi izredno pomembne spremembe, saj doseže svojo zrelost. V zgodnji adolescenci začne telo naglo rasti, in sicer pri deklicah hitreje, fantje pa jih pri 14. letih dohitijo oziroma prehitijo (Horvat in Magajna, 1989).

Zato ta pospešena rast in pridobivanje telesne teže privedeta do sprememb v telesnih proporcijah (Zupančič, 1996, v Fišer, 2003). Razvoj zato ni sorazmeren in lahko pride do okornosti, nerodnosti, telesnih nespretnosti in podobnih težav.

Zupančič (1996) ugotavlja, da pospešena fizična rast v adolescenci povečuje njegovo fizično moč in večjo kompetenco, izboljšujejo se tudi dejavnosti, ki jih opravljajo velike mišice. Tukaj pride do razlik med fanti in dekleti. Andreja Fišer (2003) piše, da fantje zaradi večje moči prekašajo dekleta na vseh področjih, kjer se zahteva fizična moč. Vendar ta razlika ni omejena samo na razlike med spoloma, ampak se razlike pojavljajo tudi znotraj spolnih skupin. Lahko se zgodi, da so nekateri nerodni in nagnjeni k nezdodam, ostali pa dosegajo izjemne športne rezultate. Vendar za doseg boljših rezultatov ni odvisno le od zrelega telesa

in mišičevja. Prav tako posamezniki z boljšimi fizičnimi predpozicijami v skupinah izstopajo, imajo bolj razvite biološke sisteme in so posledično tudi bolj motivirani za razvijanje le teh.

Đorđević razlaga (1984, v Fišer 2003), da si mladostniki niso sami krivi za nespretnosti v obdobju adolescence. Do nespretnosti pride zaradi porušanja ravnotežja mišičnih skupin, na kar pa lahko vpliva posameznikovo socialno okolje, ki mu ni omogočalo zadosti gibalnih izkušenj. Do takšnih sprememb prihaja neenakomerno, zato se morajo adolescenti vedno prilagajati na nove telesne dimenzije in strukture. V času adolescence je močno razvit motorični razvoj, zato imajo mladostniki, ki imajo boljše sposobnosti za tek, metanje in skakanje, več priznanja med vrstniki.

Fišerjeva (2003) ugotavlja tudi, da na splošno velja, da se dekleta začnejo prej ukvarjati z izbranim športom, zato kažejo manjše sposobnosti za razne druge dejavnosti kot njihovi moški vrstniki.

Zaradi hormonskega delovanja in spremenjenih telesnih proporcev prihaja do porušitve koordinacije (Schmidt 1998, v Fišer 2003). Ker to zahteva veliko truda za izpeljavo prej znanih tehničnih elementov v posamezni športni panogi, je potrebno veliko truda in vztrajnosti za spremembo teh gibanj. Pri tem sta zelo pomembna nadzor in pomoč trenerja predvsem v obdobju, ki zahteva od športnika veliko vaje in vztrajnosti. Med 15. in 20. letom starosti pride do umiritve in vzpostavitve normalnega razmerja telesnih proporcev, zato na treningih ni treba večino pozornosti namenjati koordinacijskim vajam, ampak je bolj v ospredju kondicijska priprava.

2.2. ŽIVLJENJE MLADIH ŠPORTNIKOV

2.2.1. PREHODI V KARIERI

Raziskave kažejo (Wylleman in De Knop, 2004, v Fišer, 2003), da kariera mladega športnika ne poteka tekoče. Prihaja do specifičnih situacij, ki jim v literaturi pravijo prehodi v športnikovi karieri. S samim razvojem športnikove kariere je možno načrtovati oziroma napovedati nekatere od njih.

Ločimo naslednje štiri vrste prehodov:

- prehod v organiziran šport,
- prehod v intenzivno stopnjo treningov in tekmovanj,
- prehod v vrhunski šport,
- konec kariere.

Fišerjeva (2003) piše, da je treba začeti s treningi zgodaj v sami športnikovi karieri. Do prvega prehoda prihaja med šestim in osmim letom starosti. Ta prehod je tudi prvi med zgoraj naštetimi in se imenuje prehod v organiziran šport. V tem obdobju športnik pride do prvega stika s tekmovalnim športom in razvija svojo kariero do športne specializacije. To od njega zahteva, da se začne prilagajati posameznih zahtevam določenega športa, prav tako pa tudi zahtevam trenerja in moštva.

V Nemčiji so avtorji (Kaminski, Mayer in Rouff, 1984) izvedli raziskavo v katero je bilo vključenih 98 mladih športnikov (28 drsanje, 37 plavanje, 33 gimnastika). Zanimiv podatek je bil, da je bilo v raziskavo vključenih kar 80 % deklet. Ugotovili so, da je njihova starost ob začetku treningov znašala pri drsanju in gimnastiki šest let, pri plavanju pa sedem let. Športniki so kar leto za tem začeli z intenzivnimi treningi, ki so temeljili na vsakodnevni, sistematični vadbi.

Andreja Fišer (2003) je v svoji diplomski nalogi zapisala, da je soočanje s svetom odraslosti, ki je sestavljen iz treningov in tekmovanj, zelo zahtevno za mladega človeka in vpliva na adaptacijo osebnostni (stabilnostni) in psihosocialni (prijateljstvo, sodelovanje) stopnji (Kaminski, Mayer in Rouff 1984). Mladi športniki morajo biti pripravljene na udeležbo v športu in na tekmovanja. Vdani morajo biti pravilom, ki jih zahteva šport, ustvariti si morajo svojo lastno športno identiteto in biti pripravljene na delo trenerja. Ko se znajdejo med igro in monotonim treningom, dobijo novo socialno vlogo »športnika«. Njihova športna pot je determinirana s pripravljenostjo po udeležbi in podporo s strani staršev. Zelo pomembna je njihova psihološka pripravljenost, da je mlad športnik dosegel neko stopnjo zrelosti, ki mu dovoljuje nadaljevanje kariere in dobre možnosti za uspeh. Motivacija je ena izmed glavnih psiholoških značilnosti, da mladi športniki postanejo in ostanejo športniki.

2.2.2. PREHOD MLADIH ŠPORTNIKOV V VRHUNSKI ŠPORT

Kot smo že zapisali, športniki izkusijo veliko prehodov v svojih športnih karierah. O tem pišejo Bruner, Monroe-Chandler in Spink (2008). En izmed prehodov, kateremu je do zdaj bilo v literaturi posvečeno premalo pozornosti, je prehod v vrhunski oziroma elitni šport. Največ pozornosti so do zdaj namenjali prehodu na konec športne kariere.

Sodelovanje in prehod v vrhunski šport lahko spremeni športnika tako fizično, kakor tudi psiho-fizično.

V Nacionalnem programu športa v Republiki Sloveniji (marec, 2000) je zapisano, da je vrhunski šport priprava in tekmovanje športnikov, ki so dosegli status svetovnega, mednarodnega in perspektivnega razreda. Košarkarska društva, ki nastopajo v mednarodnih tekmovanjih, so neposredno odgovorna za razvoj kakovosti slovenske košarke in razvoj najperspektivnejših igralcev in igralk. Na ta nivo se morajo košarkarska društva uvrstiti na podlagi doseženih rezultatov na državnem prvenstvu.

Ti klubi oz. društva bi naj (Smernice razvoza slovenske košarka, 2003):

- imeli moštvo B vključeno v republiško tekmovanje ali imeli svoje zelo nadarjene, vendar še neoblikovane igralce ali igralko v drugih društvih, v katerih se bodo igralsko urili;
- imeli registrirano dvorano za redno treniranje in igranje tekem;
- imeli vsaj tri profesionalne trenerje (eden od njih bi moral skrbeti izključno za delo z mlajšimi kategorijami), profesionalnega direktorja (menedžerja), sekretarja in fizioterapevta;
- bili sposobni (organizacijsko) zagotoviti bivanje, šolanje in redno treniranje najperspektivnejšim in najkakovostnejšim igralcem oziroma igralkam iz drugih krajev Slovenije in tujine;
- omogočili najmanj desetkrat tedensko treniranje pionirskemu, kadetskemu, mladinskemu in članskemu moštvu;
- opravili vse obveznosti do perspektivnih in kategoriziranih igralcev, ki jih bo določil strokovni svet KZS;

- bili sposobni pokriti vse finančne obveznosti do igralcev, strokovnih in drugih delavcev v društvu.

V Smernicah razvoja slovenske košarke (2003) je zapisano, da so klubi oziroma društva odgovorni za delo s podmladkom. Izkoristiti morajo sredstva, ki jih razpisuje država za nacionalne panožne športne šole. Nadzor nad njihovim delovanjem in kakovostjo, pa vrši Košarkarska zveza Slovenije. Izkušnje kažejo tudi, da za normalni osebni in košarkarski razvoj nadarjenih igralcev ni dovolj samo kakovostni trening (samo z njim oblikujemo čustveno hladne igralce), zelo pomembna je tudi ustrezna vzgoja. Trenerji morajo večji poudarek dajati tudi oblikovanju igralčevih ustreznih pozitivnih vrednot, motivov in čustev do samega sebe, šole, športa, košarke, države, društva in moštva. Tako vzgojeni igralci bodo potem lahko izkoristili maksimalni potencial, ki ga imajo v sebi. »Te vrednote, motive in čustva lahko mladi igralci osvojijo le v klubu oz. društvu z jasno oblikovano strategijo igralnega, čustvenega in socialnega razvoja nadarjenih igralcev ter v ustrezno strukturiranem kakovostnem moštvu s primerno konkurenco na posameznih igralnih mestih. Tako moštvo mora imeti tudi ustrezno visoke moštvene in posamične tekmovalne in druge ambicije, ki aktivirajo celotno osebnost igralcev.«

Vendar moramo biti pazljivi, da pri tovrstnem kadrovanju nadarjenih igralcev iz drugih slovenskih košarkarskih klubov oziroma društev ne smemo pretiravati. Preveliko število kakovostnih igralcev oziroma igralk namreč zmanjšuje njihov čas igranja in hkrati konkurenco v drugih klubih oziroma društvih, ter negativno vpliva na celostni razvoj kakovosti nadarjenih igralcev ali igralk.

Poleg tega pa športniki v adolescenci in zgodnji odraslosti zaradi velike želje po dokazovanju povečujejo število športnih dogodkov in s tem tudi težav, kot so izgorelost in poškodbe, kar jih potem pripelje do bolj težavnega napredka v njihovih športnih karierah (Bruner, Monroe-Chandler in Spink, 2008). Avtorji tudi navajajo, da je ta prehod v vrhunski šport eno izmed najbolj kritičnih obdobj v športnikovi karieri.

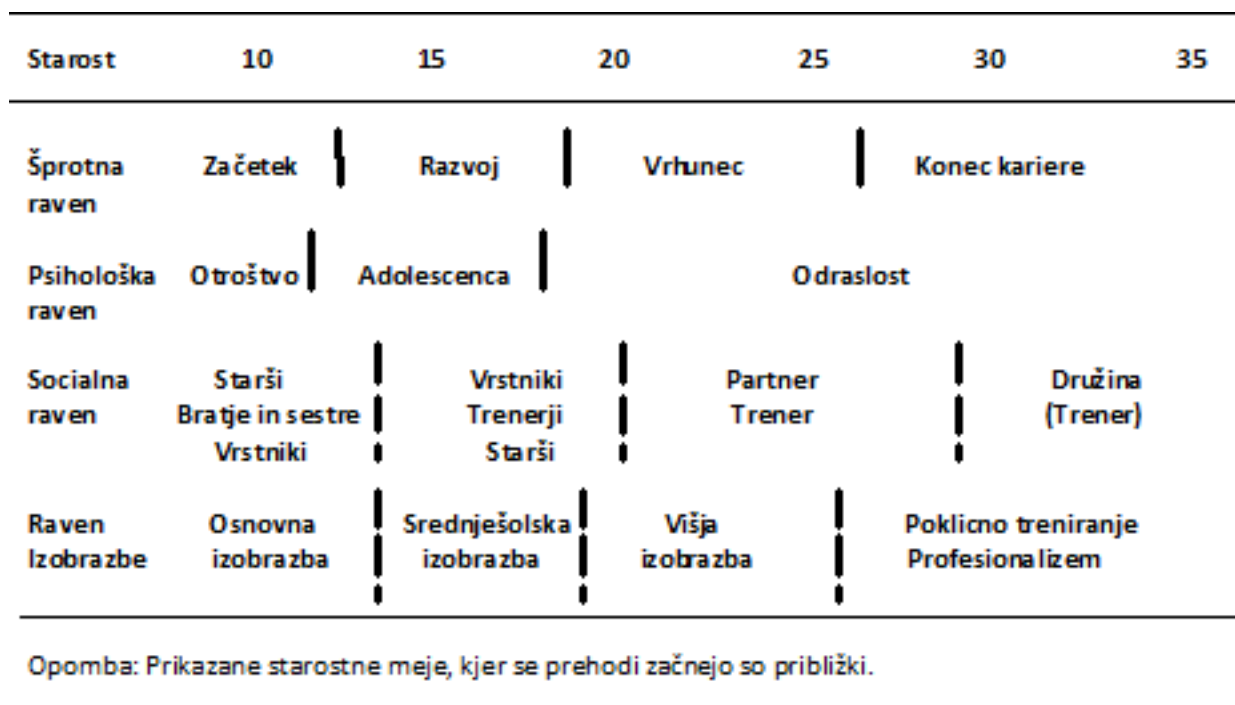
Blom (1985) navaja, da se športniki morajo soočiti pri navajanju na vrhunski šport s čisto novim obnašanjem in verovanjem vase. V tem procesu se športnik začne soočati z osebnimi in družinskimi odrekani (odrekanja v odnosih s partnerjem in družino, odrekanje prostemu času). To je posledica povečane intenzitete treniranja, trdega dela in dejavnikov, ki so

povezani ter nujni v tej razvojni fazi športnika. Podobno razmišlja tudi Cote (1999), ki pravi, da se športniki na prehodu v vrhunski šport začnejo identificirati z razvojno fazo, kjer morajo narediti veliko naložbo v šport, s katerim se ukvarjajo.

Tudi Stambulova (1994, 2000) verjame, da je kariera športnika sestavljena iz šestih predvidljivih stopenj in tranzicij. Največ poudarka je dala na drugo stopnjo tranzicije, kjer športnik prehaja v intenziven trening v izbranem športu. Ta stopnja pomeni, da športniku ob prehajanju v vrhunski šport, postaneta trening in tekmovanje prioriteta v njegovem življenju.

Znaten prispevek k teoriji tranzicije v elitni oziroma vrhunski šport sta dodala tudi Wylleman in Lavallee (2000, 1999), ki razlagata koncept tranzicije v holističnem pogledu življenjske perspektive. To se odraža v športnikovem športnem življenju in pošportnem življenju ali karieri. Wylleman in Alfermann (2004) sta bila zaslužna za razvijanje modela, ki temelji na normativni tranziciji športnika, s katero se lahko sooči skozi njegovo športno kariero. Normativna tranzicija je značilna za splošno predvidene in pričakovane tranzicije športnika, ko prehaja iz ene stopnje in vstopa v drugo stopnjo njegovega razvoja. Na primer, ko športnik prehaja iz amaterskega v profesionalni status ali iz regionalne v nacionalno stopnjo tekmovanja (Schlossberg 1984; Wylleman in Lavallee 2004). Alternativa tej normativni tranziciji je nenormativna tranzicija, ki opisuje splošno nepričakovane, nepredvidene in neprostovoljne tranzicije v športnikovi karieri. Rezultat teh tranzicij pa se lahko odraža v izgubi osebnega trenerja, ob končanju sezone zaradi poškodbe, z izpadom iz ekipe (Wylleman in Lavallee 2004).

Razvojni model Wyllemana in Lavalleeja (2004) sestavlja štiri interakcijske plasti, ki so prikazane na sliki 2, in sicer: športna, psihološka, psihosocialna in akademsko-poklicna.



Slika 2. Razvojni model Wyllemana in Lavallega (2004).

Specifično je prva plast športna, tako kot jo navaja tudi Bloom (1985) in je sestavljena iz začetka, razvoja, vrhunca in prekinitve športne poti. Druga plast Wyllemanovega in Lavallegevega modela vsebuje faze in tranzicije športnika na psihološki stopnji, ki obsega otroštvo (od rojstva pa do 12. leta starosti), adolescenco (od 13. do 18. leta starosti) in odraslost (od 19. leta starosti naprej). Tretja plast modela prikazuje razlike v športnikovem socialnem razvoju, ki so relativne njegovemu športnemu razvoju. Plast podrobneje prikazuje športnikove medosebne odnose z vrstniki, trenerji in starši. Zadnja, četrta plast, pa govori o tem, kako poteka športnikova tranzicija na akademsko-poklicnem področju, in sicer od osnovne do srednje šole in naprej, do višje izobrazbe in profesionalnega poklica oziroma službe.

Obstoječa raziskava je medtem (Bloom 1985; Wylleman in Lavallega, 2004) potrdila, da je prehod v vrhunski šport za mlade športnike potencialno zelo pomembno obdobje in je do zdaj relativno malo znanega o izkušnjah športnikov v tem kritičnem času. Razumevanje teh dejavnikov med prehodom športnikov v vrhunski šport ima mnogo neposrednih in prihodnjih posledic za športnike, trenerje in ostale, ki sodelujejo v športu.

2.2.3. VSAKDAN MLADEGA ŠPORTNIKA

Fišerjeva (2003) je ugotovila, da mladi športniki trenirajo večinoma vsak dan. Le izjemoma je en dan v tednu treninga prost. V povprečju je čas treninga 2–3 ure na dan, k temu je potrebo prišteti tudi čas, ki je potreben za prevoz na trening in nenazadnje tudi čas, ki je namenjen preoblačenju in tuširanju. Včasih se zgodi tudi, da se treningi zavlečejo z raznovrstnimi sestanki. Misel, da veliko vrhunski športnikov prihaja iz velikih mest, kjer imajo dobre pogoje za trening, večinoma ne drži.

Raziskava (Kaminski, Mayer in Rouff, 1984) je pokazala, da je večina mladih nemških športnikov (56 %) oddaljenih več kot 10 km, 21 % do 20 km, 14 % do 50 km, več kot 50 km pa 3 %. Le 6 % jih stanuje v istem kraju, kjer trenirajo.

Isti avtorji so ugotovili tudi, da se v povprečju športnik vsak tretji konec tedna v letu udeležuje tekmovanja. Pri tem pa je po besedah Fišerjeve (2003) ugotovljeno, da se športniki poleg samih treningov in tekmovanj še tri do štirikrat letno udeležujejo skupnih priprav. Običajno gre za skupne reprezentančne priprave v športnih središčih. Le dva tedna sta treninga prosta, in sicer med sezono, kadar je premor.

Zato se strinjamo s Fišerjevo (2003), ki pravi, da mora biti celoten ritem življenja mladega športnika podrejen športu (časovni raspored, dolgoročne obveznosti, načrtovanje treningov in tekem, omejitve drugih interesov).

2.3. KONEC KARIERE MLADIH VRHUNSKIH ŠPORTNIKOV

Za konec kariere se odloča vedno več mladih vrhunskih športnikov. Cecić Erpičeva (1998, 2000) piše, da se vse pogosteje pojavlja, da se med vrhunskimi športniki nahajajo mladi in zelo mladi tekmovalci. Posledica tega je, da se zaradi hitrega začetka njihove kariere pojavlja tudi zelo zgodnji konec. Značilno je, da se predvsem pri tekmovalkah kaže težnja k zniževanju starostne meje samih športnic. Zato se pojavlja, da se tekmovalke odločajo, da bodo svojo kariero končale še pred vstopom v članske vrste. V Sloveniji (najbrž tudi drugje) je opaziti upad števila vrhunskih športnikov pri prestopu v članske vrste. Ta fenomen, povezan s športom, je relativno slabo raziskan. Na to temo sta bili v Sloveniji narejeni le dve raziskavi pri odraslih športnikih (Cecić Erpič, 1998, 2000).

V tuji literaturi Alfermann (1995, v Cecić Erpič 1998, 2000, 2002) ugotavlja, da vsak drugi športnik, ki doseže dobre rezultate že v mladinskih kategorijah, prekine kariero še pred člansko kategorijo, torej v času, ko bi se moral najbolj dokazovati. Pri odločitvi o končanju športne kariere večinoma ne prevladuje en sam vzrok, ampak jih k temu pripomore več in se medseboj prepletajo.

Cecić Erpičeva (2002) je v svoji knjigi navedla raziskavo Kreima in Mayera (1985), ki sta naredila raziskavo, ki je govorila o zgodnjem zaključku kariere mladih talentiranih športnikov. Raziskava je zajemala 99 športnikov, ki so se že v zgodnjem otroštvu resneje začeli ukvarjati s športom in so z načrtovanimi treningi hitro dosegali izjemne rezultate. Pri dekletih jih je kar polovica zgodaj zaključila kariero, medtem ko delež fantov znaša 30 %. Povprečna starost pri koncu kariere je znašala 16,7 let. Najpogostejši vzroki za prekinitev pa so bili novi interesi in drugi hobiji ter ostale dejavnosti v prostem času. Mladi so pričakovali več prostega časa po končani karieri.

Podobne ugotovitve je dobil tudi Holz (1988, v Cecić Erpič, 2002), ki je naredil raziskavo na 1500 nemških športnikih. Kar 50 % jih je končala s športno kariero, pri čemer so kot najpogostejši vzroki bili navedeni prednost šole/študija, pomanjkanje prostega časa in upad motivacije. Vendar je isti avtor ugotovil, da je 76 % športnikov ostalo v športu, vendar v drugih vlogah: vaditelji, trenerji, sodniki, funkcionarji ali rekreativni športniki.

Do podobnih rezultatov sta prišla tudi Cahill in Pearl (1993, v Cecić Erpič 2002) v svoji raziskavi, ki sta jo naredila v okviru Michigan Youth Sport inštituta. Ugotovila sta, da so druge zanimivosti in negativne športne izkušnje pomembno vplivale na njihov konec karier. Med negativne športne izkušnje sta spadala prevelika tekmovalnost in poudarek na zmagah. Prav tako sta ugotovila, da je kar 50 % športnikov nadaljevalo svojo športno pot na nižji rekreativni ravni.

Rezultati iz raziskave avtorice Cecić Erpič (2000, 2002) na odraslih slovenskih športnikih, so pa pokazali, da so bili najpomembnejši razlogi za konec aktivne kariere poškodbe in težave z zdravjem. Druga najpogostejša vzroka pa sta še naveličanost nad športom ter finančni razlog.

2.4. DEJAVNIKI, KI VPLIVAJO NA KONEC ŠPORTNE KARIERE

Dejavnike, ki vplivajo na konec športne kariere, opisuje konceptualni model Taylorja in Oglivieja (1994, 1998; v Cecić Erpič, 2002). Prilagajanje posameznika na pošportno življenje je proces, na katerega vplivajo številni dejavniki, ki so v medsebojni interakciji.

Na konec športne kariere vplivajo dejavniki, ki ji delimo na vzorčne, mediacijske in posledične (Ogilvie in Taylor 1993b; v Cecić Erpič 2002). Sam model identificira kronološko starost, selekcijo, poškodbe in posameznikovo lastno izbiro kot vzorčne dejavnike. Zraven tega so na prilagajanje na pošportno življenje vključeni še naslednji dejavniki: »identiteta, socialna identiteta, mesto nadzora oz. percepcija kontrole nad koncem kariere, finančna odvisnost od športa, družinski status, zdravje, starost, izobrazbeni status in subjektivna vrednost športnih dosežkov.« Na podlagi teh dejavnikov lahko ugotovimo, kako težaven konec kariere so športniki dejansko imeli. Za športnike, ki so bili finančno odvisni od športa, je konec kariere zagotovo težaven. Prenehanje ukvarjanja s športom namreč v tem primeru posledično pomeni tudi konec denarnih prilivov. Mediacijski dejavniki se pojavljajo med samim procesom konca kariere in med njih se uvrščajo socialna opora, načrtovanje pošportnega življenja in strategija spoprijemanja s težavami (Ogilvie in Taylor 1993b; Taylor in Oglivie 1994, 1998, v Cecić Erpič, 2002). Ostali so nam še posledični dejavniki, ki so opisani v prej omenjenem modelu in se nanašajo na psihične težave, težave na poklicnem, družinskem in socialnem področju. Ti dejansko opisujejo, kako se športniki spopadajo s težavami, kadar se spremeni njihov način življenja.

2.4.1. VZORČNI DEJAVNIKI KONCA ŠPORTNE KARIERE

Na konec športne kariere ne vpliva samo en vzorčni dejavnik. Kot smo že omenili jih je več in so v medsebojni interakciji. Tudi študije iz drugih področij psihologije (npr. Schlossberg 1981, v Cecić Erpič, 2002) govorijo o tem, da prehoda ne sproži samo eden, ampak kombinacija več dejavnikov. Po razvrstitvi vzorčnih dejavnikov po Taylorju in Oglivieju (1994, 1998; Ogilvie in Taylor 1993b; Wylleman, Lavalley in Alferman 1999, v Cecić Erpič, 2002) sem spadajo kronološka starost, proces selekcije, poškodbe in posameznikova lastna izbira.

KRONOLOŠKA STAROST

Kronološka starost je eden najpomembnejših vzrokov za konec kariere, saj se temu noben športnik ne more izogniti. Cecić Erpičeva (2002) piše, da na športno kariero proces staranja deluje zavirajoče. Avtorica govori o tem, da spremembe fizičnih in telesnih sposobnosti, ki so znak razvoja in napredovanja, dejansko zavirajo motorične sposobnosti in športne nastope v nekaterih športnih panogah in se tem lahko pride do zaključevanja aktivnega športnega udejstvovanja.

Tudi avtorja Taylor in Ogilvie (1994) ugotavljata, da v nekaterih športih tekmovalci dosegajo vrhunske rezultate še pred začetkom adolescence, nato pa zaradi hitre in neproporcionalne telesne rasti pride do zgodnjega zaključevanja športne kariere. To bi lahko povezali s teorijo Cecić Erpičeve (2002), da najverjetneje prav zaradi te rasti in sprememb prihaja do porušitve motoričnih sposobnosti. To je najbolj značilno za gimnastiko, ritmično gimnastiko in umetnostno drsanje. To pa pomeni, da ti dejavniki ne bi smeli vplivati na zgoden konec kariere pri košarkarjih ali košarkaricah.

PROCES SELEKCIJE

Proces selekcije je eden izmed pomembnih dejavnikov v ekipnih športih. Tu namreč ves čas poteka proces selekcije, ko trenerji sestavljajo najboljše ekipe ali reprezentance. Izbirajo se najboljši igralci in igralke, zato nekateri morajo izpasti. Proces selekcije je po besedah Svobode in Vaneka (1982) sicer značilen tudi za vsako drugo športno udejstvovanje in sledi Darwinovemu načelu ter je na žalost vzrok za prenehanje aktivne kariere nekaterih športnikov. Tudi avtorja Pearson in Petitpas (1990) navajata, da se športniki srečujejo s procesom selekcije vsakodnevno ob sestavljanju ekipe ali na kvalifikacijah za kakšno tekmovanje, kar pomembno vpliva na športnika ter na nadaljevanje njegove športne kariere. Taylor in Ogilvie (1993, v Cecić Erpič, 2002) navajata dober primer selekcije, ki izhaja iz nabornega procesa selekcije v ameriški profesionalni ligi NBA, kjer povabijo samo najboljše univerzitetne košarkarje in jim omogočijo možnost nadaljevanja kariere v ligi NBA. Tisti, ki

niso izbrani med to selekcijo, pa ne morajo nadaljevati svojih karier v najboljši ligi in je čisto verjetno, da nekateri izmed njih končajo kariero še pred člansko kategorijo.

Natančno sicer ni znano, kolikšen je odstotek teh športnikov, ki bi končali kariero zaradi procesa selekcije. Je pa Mihovilović (1968, v Cecić Erpič, 2002) v svoji raziskavi ugotovil, da je kot primarni vzrok za zaključek kariere, le-ta dejavnik navedlo zgolj 7 % udeležencev.

Avtorja Ogilvie in Howe (1983; v Cecić Erpič, 2002) sta ugotovila, da proces selekcije lahko vpliva na nekatere psihološke značilnosti športnikov. Med te spadajo: »posameznikova samozavest, medosebni odnosi in življenjske možnosti športnikov, ki jim uspe oz. ne uspe priti skozi proces selekcije.«

POŠKODBE IN ZDRAVSTVENE TEŽAVE

Poškodbe in zdravstvene težave so pogosti dejavnik, ki vpliva na konec športne kariere in so tudi sestavni del samega športa piše Cecić Erpičeva (2002). Športniki, ki so zaradi poškodbe morali končati svojo športno kariero, se lahko znajdejo v položaju, da se težko prilagodijo na njihovo pošportno življenje. Po navedbah tujih avtorjev (Ogilvie in Howe 1983, 1986; Rotella in Heyman 1986; Werthner in Orlick 1986, v Cecić Erpič, 2002) se športniki lahko pogosto soočajo s psihičnimi težavami ob koncu svojih karier. Težave se pojavijo zaradi tega, ker športnik zaradi poškodbe spremeni koncept o samem sebi, lahko izgubi emocionalno ravnotežje. Pride tudi do porušanja vrednostnega sistema ter do motenj v poklicnem in socialnem funkcioniranju, navajajo tuji avtorji. Zaradi tega se lahko znajdejo v težavah povezanih z akutno depresijo, zlorabo alkohola in drog ter samomorilnostjo (Ogilvie in Howe 1983; Pearson in Petitpas 1990; Werthner in Orlick 1986; v Cecić Erpič 2002). Kriza identitete (Ogilvie in Taylor 1993b; Taylor in Ogilvie 1998, v Cecić Erpič, 2002), socialni umik (Ogilvie in Taylor 1993a, 1993b, v Cecić Erpič, 2002) ter strah, anksioznost in upad samozaupanja pa so opredeljene kot posledice konca športne kariere zaradi poškodb.

Po ugotovitvah Ogilvieja in Howaja (1986) se poškodbe ligamentov, živcev, kosti, artritis in revma večinoma prisotne pri vseh športnikih, ki končajo kariero.

Po navedbah Cecić Erpičeve (2002) se lahko zgodi, da se nekateri športniki zelo težko poškodujejo, tako, da ne morejo nadaljevati svoje kariere na rekreativni ravni ali celo ne v

službi, ki so si jo želeli. Zato lahko pride do prej navedenih negativnih posledic in psihičnih težav po končani karieri. Na primer, če je nekdo bil vrhunski košarkar in je hotel postati učitelj športne vzgoje, ga lahko poškodba omeji tako, da te službe ne more nikoli več opravljati.

POSAMEZNIKOVA LASTNA IZBIRA

Najboljši konec športne kariere pri športnikih je seveda posameznikova lastna izbira. Športnik ima pri tem najmanj težav s prilagajanjem na pošportno življenje. Oglilvie in Taylor (1993a, 1993b, v Cecić, Erpič, 2002) navajata, da: » /.../ na športnikovo prostovoljno odločitev o koncu športne kariere vplivajo številni osebni, športni in socialni dejavniki«. Prostovoljnost športne kariere je pogojena z upadom motivacije na nadaljnje treniranje in tekmovanje. Športno udejstvovanje pa lahko postane neprijetno in ne zadovoljujoče za samega športnika, zato prostovoljno konča s kariero in se posveti drugim stvarem (Alfermann 2000; Cecić Erpič 1988; Sinclair in Orlick 1994, Werthner in Orlick 1986). Pomemben dejavnik je po besedah Werthnerja in Orlicka (1983, 1986, v Cecić Erpič, 2002) tudi ta, da na prostovoljnost konca kariere pomembno vpliva občutek, da športnik doseže večino svojih zadanih ciljev.

2.4.2. DRUGI VZORČNI DEJAVNIKI KONCA ŠPORTNE KARIERE

Poleg že naštetih vzorčnih dejavnikov, spadajo sem še nekateri drugi vzorčni dejavniki. To so npr. finančni dejavniki, ki prav tako pomembno vplivajo na športnikovo odločitev o koncu njegove kariere. V tuji literaturi zasledimo (Koukouris 1991; Mihovilovič 1968; Werthner in Orlick 1983, 1986; Wylleman idr. 1991, v Cecić Erpič, 2002), da sem spada le manjši delež športnikov, ki so neposredno končali kariero zaradi finančnih težav. Vendar avtorji ugotavljajo, da če so ti športniki že imeli finančne težave med samo kariero, jih imajo tudi v pošportnem življenju.

Poleg finančnih težav vtorja Brown in Singer (2000, v Alfermann 2000) navajata še dejavnike, ki so povezani s socialno oporo športnikov, mednje pa štejemo pomanjkanje opore v družinskem krogu, med prijatelji in pri trenerjih. Zelo velik vpliv Werthner in Orlick (1986) pripisujeta prav opori trenerja. Če te ni, so pogosto prisotni slabi odnosi in konflikti s trenerji,

upravami v klubih oziroma društvih ter nasploh s krovnimi športnimi zvezami in organizacijami (Mihovilovič 1982; Werthner in Orlick 1986; Wylleman idr. 1991). Športniki pa lahko končajo kariero tudi zaradi slabih odnosov s svojimi soigralci oziroma sotekmovalci ali kom drugim v športnem okolju. Vsaj v ekipnih športih pogosto lahko pride do težav, če v ekipi ni kemije med igralci in pride do tega, da se nekateri več ne počutijo kot del ekipe in prenehajo s sodelovanjem.

2.4.3. MEDIACIJSKI DEJAVNIKI KONCA ŠPORTNE KARIERE

Mediacijski dejavniki so značilni za prilagoditev na pošportno življenje po končani karieri in značilno vplivajo na posameznika, okolja in prehod (Wyllwman, Lavallo in Alfermann 1999). V tuji literaturi avtorja Taylor in Ogilvie (1994, 1998, v Cecić Erpič, 2002) navajata: »Da na prilagajanje na pošportno življenje vplivajo naslednji dejavniki: identiteta, prostovoljnost konca športne kariere oz. percepcija kontrole nad koncem kariere, finančna odvisnost od športa, družinski status, zdravstveno stanje, starost, socialno-izobrazbeni status in subjektivna vrednost športnih dosežkov. Proces prilagajanja medirajo tudi socialna opora, načrtovanje pošportnega življenja in strategije spoprijemanja s težavami.«

IDENTITETA

Športnik si med samo dolgotrajno aktivno športno kariero pridobi določeno identiteto, ki pomembno vpliva na razvoj in spreminjanje posameznikovih psiholoških značilnosti (Hale, James in Stambulova 1999). Športnik doseže identiteto (ang. Athletic identity), ki jo definiramo po besedah avtorjev Brewer, Van Raalte in Linder (1993) kot stopnjo, do katere športnik vidi samega sebe skozi njegove športne dosežke. Če ima športnik zelo visoko športno identiteto, lahko ima težave s prilagajanjem na pošportno življenje.

Cecić Erpičeva (1998) in Stambulova (1998) govorita o tem, da se športniki morajo skozi svojo športno kariero osredotočiti samo na šport, saj le tako lahko dosežajo optimalne rezultate na tekmovanjih in v športu, s katerim se ukvarjajo. Do tega pride zato, ker bi se v primeru zavzetosti bolj posvečali drugim dejavnostim in tako ne bi mogli ostati osredotočeni na uspehe, ki jih od njih pričakujejo trenerji in drugi sodelujoči v športu. Zato velik del njihove identitete postaja športen in se ne vidijo nikjer drugje kot v športu in zmanjšujejo

število drugih vlog v življenju, ki bi sicer lahko ogrozile njihovo športno identiteto. Nekaterim mladim športnikom se dogaja tudi to, da je ta športna identiteta dokaj hitro zelo izražena in posamezniki posledično niso imeli priložnosti za spoznavanje različnih drugih socialnih vlog ter vedenj.

Tuji avtorji Grove, Lavallo in Gordon (1997) poročajo, da je velika športna identiteta, ki je izražena v športnikih, negativen dejavnik na njihovo prilagajanje na pošportno življenje in lahko zaradi tega imajo zelo težaven konec kariere. Podobno je ugotovila tudi Cecič Erpičeva (2002), ki piše o tem: »Da je posameznikova športna identiteta ob zaključevanju športne kariere pozitivno povezana s stopnjo emocionalne in socialne prilagoditve ter s časom, ki ga je posameznik potreboval, da se je emocionalno in socialno prilagodil na pošportno življenje.«

Športniki bi verjetno imeli manj težav s koncem kariere, če bi ob koncu bili osredotočeni še na druga področja in bi zaradi tega prišlo do upada pomembnosti športne identitete. Tako bi imeli prav zaradi preusmeritve pozornosti še na druga področja, kjer bi lahko bili uspešni, lažji prehod iz športa v pošportno življenje, pišejo tuji avtorji (Baillie, 1993; Brewer Van Raalte in Petitpas 2000; Lavallo, Gordon in Grove 1997; Schmid in Schilling 1997; Sinclair in Orlick 1993).

Kot smo že omenili, lahko povemo, da se težave, po besedah tujih avtorjev (Brewer, Van Raalte in Petitpas 2000), ki jih je Cecič Erpičeva (2002) povzela v svoji knjigi, začnejo takrat, ko športniki ob koncu kariere doživljajo to kot izgubo svoje dosedanje močno izražene športne identitete. Celo življenje do tedaj so bili namreč predani treningom in tekmam, potem pa to kar naenkrat izgubijo. Niso več pomembni kot športniki in zaradi tega pride do pomembnega znižanja njihove športne identitete.

PROSTOVOLJNOST KONCA ŠPORTNE KARIERE

Za prostovoljnost kariere se po besedah Cecič Erpičeve (2002) uporabljata sinonima percepcije kontrole nad koncem športne kariere in subjektivnim občutkom prostovoljnosti izbire. To pomeni, da je prostovoljnost športne kariere pomemben dejavnik, ki vpliva na športnika ob koncu kariere in na njegovo prilagajanje na pošportno življenje, ki športniku omogoča, da preneha z aktivno kariero po lastni izbiri in ne doživlja težav, da je moral narediti konec, zaradi drugih dejavnikov, ki niso bili v njegovi moči.. Nekateri tuji avtorji,

predvsem Ogilvie in Taylor, ga uvrščajo tudi med vzorčne dejavniki, medtem ko jih pa sodobnejši uvrščajo med mediacijske dejavnike.

Pravo nasprotje prostovoljnemu koncu pa je neprostovoljni konec kariere, na katerega športniki nimajo velikega vpliva (Ogilvie in Taylor 1993a, 1993b; Taylor in Ogilvie 1998, v Cecić Erpič, 2002). Če nekoliko bolj natančno interpretiramo neprostovoljni konec kariere, bi sem sodili dejavniki, kot so zdravstvene težave, proces selekcije in kronološka starost. Kot vemo, se na te dejavnike ne da vplivati oziroma jih ne moremo spreminjati po lastni želji. Kljub temu pa obstajajo dejavniki zaradi katerih se športniki odločijo za konec kariere. Ti dejavniki so osebni (npr. slabo finančno stanje), socialni (npr. posameznik se posveti družini, partnerskemu odnosu) in psihološki (npr. upad subjektivnega zadovoljstva).

Če povzamemo, je prostovoljnost konca kariere to, da posameznik zazna nadzor in se sam odloči za prekinitev. S tem njegova prilagoditev na pošportno življenje lažja, saj si je to sam želel (Alfermann 2000; Alfermann in Gross 1997; Sussman 1972, v Cecić Erpič 2002). Ob tem bodo športnika po besedah Alfermanna (2000, v Cecić Erpič 2002) spremljala pozitivna čustva in emocije, kot so olajšanje, radovednost in zadovoljstvo.

Nasprotno pa neprostovoljni umik prinaša negativna čustva in emocionalna stanja, ki se prikazujejo kot razočaranje, praznina, žalost in občutek negotovosti, pišeta Alfermann in Gross (1997, v Cecić Erpič, 2002). Ti dejavniki športniku ob prilagajanju na pošportno življenje prinesejo psihološke težave.

2.4.4. DRUGI MEDIACIJSKI DEJAVNIKI KONCA ŠPORTNE KARIERE

V slovenski literaturi med drugimi mediacijskimi dejavniki avtorica Cecić Erpičeva (2002) navaja še »finančno (ne)odvisnost od športa, postopnost konca športne kariere, zdravstveno stanje, izobrazbeni in družinski status, spol in starost posameznika ob koncu športne kariere.«

Ista avtorica opozarja, da je finančna odvisnost dejavnik, ki ga lahko uvrstimo med vse tri kategorije dejavnikov, in sicer: vzorčne, mediacijske in posledične dejavnike. To lahko razložimo tako, da so finančne težave lahko pobuda h koncu športnikove kariere ali pa

spremljajo težave pri prilagajanju na pošportno življenje. Med posledične dejavnike pa spada zato, ker je lahko prekinitev finančnih prihodkov po končani karieri, težava za nadaljnje pošportno življenja posameznika, saj si mora najti nov način za zaslužek.

Največ težav prilagajanje prinese prav tistim športnikom, ki so bili najbolj odvisni od finančnih dohodkov v športu. Tako menijo številni slovenski in tuji avtorji (npr. Cecić Erpič 1998; McPherson 1980; Ogilvie in Taylor 1993b; Taylor in Ogilvie 1998; Werthner in Orlick 1986; Wylleman idr. 1993). Športniki, ki so imeli med kariero stalen in reden vir dohodka, se namreč ob končanju kariere soočajo s finančnimi težavami. Kot smo omenili, si morajo zaradi socialne varnosti, zagotoviti nov vir dohodkov, kar lahko doživljajo kot strah pred njihovo prihodnostjo.

Med druge mediacijske dejavnike spada tudi postopnost konca aktivne tekmovalne kariere. Werthner in Orlick (1986, v Cecić Erpič, 2002) to predstavljata kot občutek nadzora nad samim zaključevanjem športne kariere. To pomeni, da zaključujejo s kariero bolj postopno, kar jim prinaša manjše število težav s prilagajanjem na pošportno življenje.

Tudi subjektivna vrednost športnih dosežkov spada med mediacijske dejavnike, ugotavlja Cecić Erpičeva (2002). To bi lahko razložili tako, da se tisti športniki, ki so večinoma dosegli začrtane cilje, oziroma vsaj večino izmed njih, lažje prilagodijo na pošportno življenje. Težave s tem pa so običajno prisotne tam, kjer so športniki morali končati kariero preden so dosegli uspeh.

»Na proces konca športne kariere in prilagoditve na pošportno življenje vpliva tudi družinski status posameznika,« navaja Cecić Erpičeva (2002). Tudi Svoboda in Vanek (1982) sta mnenja, da je opora družine povezana s pozitivnim vplivom na celoten proces prilagajanja.

Cecić Erpičeva (2002) ugotavlja, da so prisotne tudi razlike med spoloma med prilagajanjem na pošportno življenje, vendar so nepojasnjene. To sta preučevali Greendorferjeva in Blindejeva (v Cecić Erpič, 2002), pri čemer sta ugotovili, da se: »Športniki obeh spolov ne razlikujejo v osredotočenosti na športno vlogo, pripravi na pošportno življenje, poklicnem in izobraževalnem vidiku priprave, socialnih oziroma družbenih interesih in v prilagoditvi na pošportno življenje«.

2.5. TEORETIČNI MODELI KONCA ŠPORTNE KARIERE

Ogilvie in Howe (1986; v Cecić Erpič, 2002a) sta naredila zgodnje študije konca športne kariere, ki so temeljile na hipotezi, da je treba športniku ob zaključku športne kariere nuditi različne oblike psihološke pomoči. Vendar je po sodobnih teoretičnih izhodiščih več avtorjev (Cecić Erpič, 2002) ugotovilo, da je konec kariere potrebno pojmovati kot življenjski dogodek, ki se mu posameznik mora prilagoditi. Ni namreč nujno, da športnik ob tem doživlja negativne spremembe, lahko so tudi pozitivne. Rezultati študij Cecić Erpičeve (2002) navajajo, da se športniki, ki so doživeli pozitivne spremembe ob koncu športne kariere, nič kaj dosti ne razlikujejo od svojih vrstnikov nešportnikov. Tudi raziskava prej omenjene avtorice (Cecić Erpič, 1998) kaže, da na podlagi vzorca vrhunskih slovenskih športnikov, ki so končali kariero, ti sedaj doživljajo uspehe na različnih področjih pošportnega življenja, najpogosteje na poklicnem.

Wylleman in Lavellee (2014) raziskujeta prehode športnika v športni karieri. Razvila sta tudi teorijo o koncu športnikove kariere, ki je predstavljen kot prehod iz športno aktivnega življenja v pošportno življenje. Njune analize govorijo, da je ta prehod trenutno gledan kot holističen in vsebuje aktivno športnikovo življenje in pošportno življenje. Se pravi, da ga avtorja obravnavata kot neko življenjsko dobo. Konec športne kariere predstavljata kot razvijajoči model, ki govori o fizični stopnji športnika, individualni, psihosocialni in akademski oziroma poklicni stopnji. Analize priporočajo, da bi se ob koncu športne kariere morali spremeniti tradicionalni pristopi pri soočanju s koncem kariere v spoprijemanje z možnimi travmatičnimi konci že pred samim koncem kariere. Športniki bi se tako, tekom njihovih karier učili in spoznavali različne prehode v življenju, ki so ali niso povezani s športom. Zgoraj omenjena avtorja predlagata, da bi morali razširiti znanja o tem problemu, karakteristike in specifičnost različnih prehodov, kot so nenormativni prehodi in medkarierni prehodi športnika. Prav tako bi se morali, da bi bili ti prehodi bolj kvalitetni, prilagoditi spolu, kulturnim razlikam, različnim športom. Priporočena je tudi prijaznost do športnikov in zmožnost intervencij pri težavah med prehodi športnikov v vseh športih.

3. CILJI RAZISKAVE

V skladu s predmetom in problemom so cilji raziskave naslednji:

- ugotoviti, kakšen je bil upad igralk glede na igralni položaj (tip igralke).
- Ugotoviti, kakšen je bil upad igralk po letnikih rojstva (posameznih generacijah).
- Ugotoviti, ali je upad igralk večji pri igralkah, ki niso dosegle članske kategorije.
- Ugotoviti, ali je upad odvisen od dela trenerja in nerazumevanja igralk z njim.
- Ugotoviti, ali je finančno stanje razlog konca športne kariere.
- Ugotoviti, kakšen je bil konec kariere po težavnosti in kateri dejavniki so najbolj vplivali na njihov konec.

4. HIPOTEZE

Skladno s cilji raziskave smo oblikovali naslednje hipoteze:

H1: Več kot 50 % igralk navaja kot delni razlog za zaključek košarke kariere šolske obveznosti in oddaljenost kraja šolanja.

H2: Manj kot 10 % igralk navaja kot delni razlog za zaključek košarke kariere nepripravljenost podrejanja življenja izključno košarki.

H3: Več kot 15 % igralk navaja kot delni razlog za zaključek košarke kariere poškodbo.

H4: Več kot 15 % igralk navaja kot delni razlog za zaključek košarke kariere nerazumevanje s trenerjem.

H5: 50 % igralk zaključi košarko kariero zaradi slabih finančnih prilivov v klubih.

5. METODE DE LA

5.1. VZOREC PREIZKUŠANK

Vse preizkušanke v naši raziskavi so bile ženske, bivše aktivne košarkarice (državne kadetske reprezentantke). Njihova povprečna starost v času, ko se je izvajala raziskava (anketiranje) je bila 23,6 let.

V vzorec preizkušank smo zajeli košarkarice rojene leta 1987, 1988, 1989, 1990, 1991 in 1992. Vse igralke so bile v času aktivne kariere stare 16 let ali manj in so bile v širšem izboru Slovenske ženske kadetske reprezentance (U16). Seznam igralk smo pridobili v javni bazi na Košarkarski zvezi Slovenije. Na seznamu je bilo skupaj 116 igralk, ki so pri 16 letih še aktivno igrale in so v svoji generaciji predstavljale najbolj kakovostne in nadarjene košarkarice v Sloveniji.

Zanimalo nas je, koliko igralk je končalo kariero (prenehalo z aktivnim igranjem košarke) pred prehodom v člansko kategorijo (starost 19 let ali manj) in koliko jih je končalo po prehodu v člansko kategorijo (po 19. letu starosti). V nadaljevanju so nas zanimali tudi dejavniki, ki so vplivali na njihov konec športne kariere in če je težavnost le-teh. Osredotočili smo se na igralke, ki so predstavljale vrhunski del slovenske ženske košarke v starostni kategoriji kadetinj, v obdobju od leta 2002 do 2008, se pravi šest generacij igralk, ki so zastopale Slovenijo na najbolj kakovostnih tekmovanjih za to starostno kategorijo kadetinj (U16). V našem primeru so to bile kvalifikacije za evropsko prvenstvo leta 2002 (reprezentanca letnika 1987 in mlajše) ter pet evropskih prvenstev za divizije B.

V vzorec preizkušank smo zato vključili dve skupini igralk, ki so končale kariero in so sodelovale pri vprašalniku o koncu športne kariere. V prvi skupini je bilo 21 igralk, ki je odgovorilo na vprašalnik in so končale kariero v članski starostni kategoriji. Igralke so bile stare od 19 do 24 let. Drugo skupino je sestavljalo 19 igralk, ki so odgovorile na vprašalnik in so končale kariero pred vstopom v člansko starostno kategorijo oz. do 19. leta starosti. Te podatke lahko izberemo iz tabele 9. Skupaj je vprašalnik izpolnilo 40 od 116 igralk, kar

predstavlja 34 % delež oz. odziv. Preostale igralko niso izpolnile vprašalnika oziroma se niso odzvale na naš poziv k izpolnitvi vprašalnika.

Od konca kariere preizkušank in prejetih odgovorov vprašalnika julija 2014 je minilo v povprečju 44,35 meseca za preizkušanke, ki so končale s kariero v članski kategoriji in 43,18 meseca za tiste, ki so končale pred člansko kategorijo.

Tabela 2

Prikaz povprečne starosti ob koncu športne kariere

<i>Vprašanje:</i>	<i>N</i>	<i>Min</i>	<i>Max</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>
Starost pred čl. kat.	19	17	19	18,42	1,17
Starost v čl. kat.	21	19	24	20,58	2,09

Iz tabele 3 lahko razberemo, da je bila povprečna starost deklet, ki so končale kariero pred člansko kategorijo, 18,42 leta. Povprečna starost deklet, ki pa so končale v članski kategoriji, pa je bila 20,58 let.

Preizkušanke smo razvrstili tudi po rangih kategorizacije pri Olimpijskem komiteju Slovenije in sicer v vzorcu enaindvajsetih, ki so končale kariero v članski kategoriji:

- 5 brez kategorizacije,
- 4 državni razred,
- 3 mladinski razred,
- 5 perspektivni razred,
- 4 mednarodni razred.

V vzorcu devetnajstih igralk, ki so končale kariero pred člansko kategorijo:

- 10 brez kategorizacije,
- 3 državni razred,
- 2 mladinski razred,
- 1 perspektivni razred,
- 3 mednarodni razred.

5.2. INŠTRUMENTI IN POSTOPEK

Za preučevanje konca kariere košarkaric, smo uporabili modificirani vprašalnik o koncu športne kariere SCTQ-II (Cecić Erpič, 2000) z nekaj dodanimi specifičnimi predpostavkami, ki se navezujejo na košarko in specifikke ženskega spola. Anketni vprašalnik je bil sestavljen iz vprašanj, ki se nanašajo na (a) začetek športnikove kariere, izobrazbo, status, ter potek njihove kariere; (b) življenje športnika v času kariere; (c) konec športne kariere in počutje ob koncu tem; (d) organizacija pošportnega življenja in e) primerjava težavnosti konca kariere med obema skupinama preizkušank. Pri vprašanjih a, b, c in d smo opravili metodo deskriptivne statistike, pri zadnjem pa enosmerno analizo variance (ANOVA).

(a) Začetek športne kariere

Na začetek športne kariere in njene značilnosti se nanaša 19 vprašanj s podvprašanji. Vprašanja se večinoma nanašajo na doseženo izobrazbo, bivalne razmere, kdaj so začele z aktivnim treniranjem in igranjem košarke, če so bile v slovenski državni reprezentanci. Zanimalo nas je tudi, v katerem razredu kategorizacije olimpijskega komiteja so se takrat nahajale in na katerih igralnih mestih so igrale od kadetske pa vse do članske kategorije.

(b) Življenje športnika v času kariere

16 vprašanj z nekaterimi podvprašanji, se je nanašalo na življenje športnika v času njihove kariere. S tem delom smo želeli ugotoviti, kako je vplivalo na njihovo kariero šolanje, vrstniki, starši, družina in partnerji. Prav tako so se vprašanja še nanašala na finančni status: kako/koliko so športnice bile znane v javnosti, kakšen status so imele med vrstniki in odraslimi ter kako je šport takrat vplival na njihovo življenje. Preverjali smo tudi počutje pri sodelovanju v reprezentančnih akcijah in izraženost njihove športne identitete.

(c) Konec športne kariere in počutje ob tem

Pri koncu športne kariere je bilo 21 vprašanj in nekaj podvprašanj, vsebinsko pa so se vprašanja nanašala na to, kako pomembno so različni dejavniki vplivali na konec njihove športne kariere. Ostala vprašanja se nanašajo na značilnosti konca športne kariere, na njihovo počutje ob koncu kariere in spremembe, ki jih ta prinaša. Tu so tudi vključena čustva in posledice ob taki spremembi. Nekaj vprašanj se nanaša še na to, kdaj so zaključile kariero, če so igrale za več starostnih kategorij hkrati ter kje so kariero zaključile.

(d) Organizacija pošportnega življenja

Na koncu je še 9 vprašanj in nekaj podvprašanj o organizaciji pošportnega življenja. Vprašanja se nanašajo na to, kako so se igralke prilagodile na konec kariere in če je bil le-ta negativen ali pozitiven. Nekaj vprašanj je še na temo trenutnega pokariernega udejstvovanja ter počutja in življenja.

(e) Primerjava težavnosti konca kariere med igralkami, ki so končale kariero pred člansko in v članski kategoriji

Vprašalnik SCTQ-II (Cecić Erpič, 2000) vsebuje pet lestvic, in sicer ga sestavljajo lestvice: psiholoških težav ob koncu kariere, socialne opore, organizacije pošportnega življenja, težavnosti konca športne kariere in športne identitete. Podatke pridobljene z vprašalnikom, smo primerjali z metodo za ugotavljanje razlik med skupinama, enosmerno analizo variance (ANOVO).

Dodatno smo naredili še analizo osipa igralk po kakovostnih skupinah in tipih igralk (igralnih mestih).

Najprej smo jih razdelili na štiri različne kakovostne skupine:

- na četrto skupino, ki je predstavlja igralk, ki so bile na širšem izboru za reprezentanco;
- tretjo skupino so predstavljale igralk, ki so za tekmovanje bile registrirane pri FIBI;
- druga kakovostna skupina je obsegala spisek igralk, ki so odpotovale na tekmovanje (Evropsko prvenstvo ali na kvalifikacije za Evropsko prvenstvo tistega leta);
- v najboljšo kakovostno skupino pa je bilo razporejenih pet najboljših igralk, ki so na tekmah igrale najdlje.

Druga analiza je bila narejena na podlagi osipa po igralnih mestih, in sicer smo prikazali deleže upada igralk po različnih tipih igralnega mesta.

5.3. ORGANIZACIJA ZBIRANJA PODATKOV

Raziskava je potekala od aprila do sredine junija 2014. Podatke o igralkah, ki so bile poklicane v širše izbore reprezentanc, smo dobili na Košarkarski zvezi Slovenije. Prav tako smo dostopali do baze podatkov o igralkah, ki so že končale svojo kariero. Iz baze smo lahko razbrali tudi letnico o končanju kariere določene košarkarice. Prav tako smo na KZS dobili spisek igralk, ki so bile registrirane na FIBI, in spisek 12 igralk, ki so se udeležile evropskih prvenstev. Za najboljših pet na prvenstvu po odigranih minutah, smo podatke pridobili iz uradne statistike na spletni strani Fibe Europe (Fibaeurope, 2014).

Na družabnem omrežju (Facebook) smo navezali stike z igralkami, ki so končale kariero. Teh je bilo 75. Vsaki smo poslali zasebno sporočilo, v katerem smo razložili namen raziskave ter pojasnili, da nas zanimajo razlogi in dejavniki, zakaj pride do tako velikega upada igralk v ženski košarki v slovenskem prostoru. Priložili smo anketo v elektronski obliki preko programa mojaanketa.si (Moja anketa, 2014).

Na voljo smo jim podali dovolj časa, da so lahko izpolnile anketo. K sodelovanju se je odzvalo 40 od 75 izbranih igralk, kar v našem primeru pomeni 53 % odziv.

6. REZULTATI

Na podlagi odgovorov nekdanjih košarkaric, ki so končale kariero, na Vprašalnik o koncu športne kariere SCTQ-II (Cecić Erpič, 2000), smo analizirali podatke s pomočjo deskriptivne statistike. Rezultate smo interpretirali na podlagi kronološkega zaporedja vprašalnika od začetka njihove kariere, do življenja športnika v času kariere, ter do konca športnikove kariere in počutja ob tem ter potek organizacije pošportnega življenja. Poleg podatkov, ki so se povezovali s športno kariero na splošno, nas je zanimalo, kakšne so bile košarkarske specifikke. Podatkov ne bomo mogli interpretirati kot objektivnih, ampak kot subjektivno videnje nekdanjih košarkaric.

6.1. ZAČETEK ŠPORTNE KARIERE

Dekleta, ki so končala s košarkarsko kariero v članski kategoriji (15 od 21), so začele z rednimi treningi v svoji športni panogi med 8. in 11. letom starosti. Podobno velja tudi za nekaj več kot polovico deklet (11 od 19), ki so končale kariero pred člansko kategorijo.

Vse igralko, ki so bile zajete v študijo, so bile v eni izmed treh reprezentanc (kadetska, mladinska, članska), dve igralki (2 od 21), ki sta končali kariero v članski kategoriji, sta bili celo v vseh treh reprezentancah, medtem ko ostale niso bile. V članski reprezentanci so zaigrale le tiste igralko, katere so prej že sodelovale v kadetski ali mladinski reprezentanci. Pri igralkah, ki so končale kariero pred člansko kategorijo, so tri (3 od 19) igralko tako v kadetski, kot v mladinski reprezentanci. Igralko obeh skupin so trenirale v povprečju 5,4 krat na teden (SD = 1,4). Najvišji rezultat je bil 10 treningov na teden, najnižji pa 2 treninga na teden. Igralko so v povprečju tekmovali v košarki od 7 do 9 let.

6.2. ŽIVLJENJE ŠPORTNICE V ČASU AKTIVNE TEKMOVALNE KARIERE

Vse igralko so se med košarkarsko kariero šolale, tako da so ob treningih in tekmah imele še druge obveznosti. Večina igralk se je šolala redno (31 od 40). Nekaj jih je imelo poseben status med šolanjem (8 od 40). Med šolanjem jih je nekaj manj od polovice imelo status športnika (22 od 40). Druge pa so obiskovale športni razred (8 od 40) ali športno gimnazijo (8 od 40). Precejšen delež igralk je šolanje končalo (31 od 40), ostale pa se še vedno šolajo (9 od 40). Njihova dosežena izobrazba je do sedaj srednješolska (23 od 40), visokošolsko izobrazbo je zaenkrat dosegla četrtnina igralk (9 od 40). Preizkušanke ocenjujejo, da jih med športno kariero šolanje ni oviralo. Vse so se poleg aktivnega igranja redno šolale, končale ali nadaljevale s šolanjem po srednji šoli.

V tem času je resno partnersko zvezo imelo 14 igralk.

Preizkušanke so prejemale za igranje finančna sredstva. Zato nas je zanimala ocena, koliko finančnih sredstev so zaslužile med športnim udejstvovanjem. Preizkušanke so v povprečju ocenile, da so med aktivno kariero zaslužile bolj malo finančnih sredstev ($M=1,23$; $SD=0,577$). Le ena igralka je zaslužila dovolj denarja, da si je iz tega zagotovila pošportno življenje. Druge niso zaslužile toliko denarja, da bi lahko od tega živele po koncu kariere.

V času vrhunske kariere je bila večina športnic javnosti neznana ($M = 1,65$; $SD = 0,736$), med vrstniki pa je imelo nekaj igralk poseben status športnika (16 od 40), ostale tega niso imele. Med odraslimi je poseben status imelo majhno število (12 od 40), druge ga sploh niso imele. Dekleta so se v večini rade udeleževale reprezentančnih akcij (29 od 40) in so bile zadovoljne z igranjem za slovenski grb.

Preizkušanke so v povprečju ocenile, da med aktivno kariero niso zanemarile drugih področij v življenju, ki niso bila vezana na šport ($M=3,25$; $SD=1,256$). Enako ocenjujejo tudi osredotočenost, na izpustitev ter lahko zamudo nekaterih pomembnih dogodkov ($M = 2,90$; $S=1,172$). Preizkušanke so v večini bile mnenja, da zaradi napornega ritma treningov in tekem niso zanemarila druga področja svojega življenja. Med doseganjem najboljših rezultatov so imele v povprečju več prijateljev izven športa ($M = 3,68$; $SD = 0,917$) kot v svetu

športa ($M = 2,50$; $SD = 1,240$). Poleg prijateljev so imele dobre odnose s starši in družino ($M = 4,35$; $SD = 0,893$), ki so jim nudili močno podporo med potekom športne kariere ($M = 4,48$; $SD = 0,960$). Preizkušanke ocenjujejo, da so starši vložili razmeroma veliko finančnih sredstev ($M = 3,45$; $SD = 0,959$) v njihovo športno kariero.

Zanimalo nas je tudi, koliko drugih življenjskih znanj in izkušenj so si pridobile v primerjavi z njihovimi vrstniki, ki niso bili športniki. To smo ugotavljali z desetimi postavkami, ki so prikazane v tabeli 3.

Tabela 3
Primerjava z vrstniki, ki niso bili športniki

Vprašanje:	N	Min.	Max.	M	SD
Akadska znanja	40	1	5	2,48	1,086
Življenjskih izkušenj	40	2	5	4,05	0,815
Prijatelj	40	2	5	3,65	0,834
Izkušenj s partnerskim odnosom	40	1	4	2,50	0,906
Poklicnih izkušenj	40	1	5	2,40	1,057
Odnose s starši	40	2	5	3,68	0,859
Težav s preходом na višjo stopnjo šolanja	40	1	5	2,60	1,128
Šolske dosežke	40	1	5	3,40	1,057
Finančno stanje	40	1	5	2,75	0,870
Izhodišče za odraslo življenje	40	2	5	3,65	0,893

Posamezne postavke so bile ovrednotene s petstopenjsko Likertovo lestvico, kjer je odgovor 1 pomenil veliko manj, odgovor 5 pa veliko več. Športnice so si pridobile več življenjskih izkušenj zaradi številnih ovir med športnim življenjem in prilagajanjem ter usklajevanjem športa z drugimi zadevami. Prav tako so imele, v primerjavi z vrstniki, nekoliko več prijateljev ter boljše odnose s starši. Anketiranke ocenjujejo, da so, v primerjavi z njihovimi vrstnicami, ki se niso ukvarjale z aktivnim igranjem, imele boljše izhodišče za odraslo življenje.

Očitno so nekatere igralke, vsaj v manjši meri, razmišljale o koncu kariere že med aktivnim igranjem košarke ($M = 2,83$; $SD = 1,218$), hkrati pa so v določeni meri tudi načrtovale, kaj bodo delale po koncu svoje športne poti ($M = 3,28$; $SD = 1,414$).

Dekleta so na vprašanje, če so sebe videla predvsem kot športnico, izrazile s povprečno oceno ($M = 2,63$; $SD=1,10$), so se pa bolj strinjale z identiteto športnika, kar je bilo pričakovano. Prav tako so se v določeni meri strinjale, da so bili njihovi cilji v življenju povezani s športom ($M = 2,80$; $SD=1,324$). Dekleta so se v povprečju zelo strinjala s trditvijo, da je bil šport najbolj pomembno področje njihovega življenja ($M = 1,93$; $SD=1,095$) in da so jih drugi ljudje v času aktivne kariere videli predvsem kot športnico ($M = 1,93$; $SD=0,888$).

6.3. KONEC ŠPORTNE KARIERE IN POČUTJE OB TEM

Od 116 igralk je s športno kariero končalo 75 igralk, ki smo jih zajeli v začetni vzorec, pridobljen iz javne baze Košarkarske zveze Slovenije z namenom ugotovitve deleža osipa. V naslednji tabeli 2, so predstavljeni podatki, ki govorijo o številu igralk, ki je končalo kariero pred in med člansko kategorijo, ter njihov delež (%).

Tabela 4

Razpored igralk, glede na konec kariere pred ali v članski kategoriji

LETNIK (roj.)	ŠTEVILO IGRALK POKLICANIH V REPREZENTANCO	ŠTEVILO IGRALK, KI JE KONČALO PRED ČLANSKO KATEGORIJU	ŠTEVILO IGRALK, KI JE KONČALO V ČLANSKI KATEGORIJU	DELEŽ (%) PRED ČLANSKO KATEGORIJU	DELEŽ (%) V ČLANSKI KATEGORIJU
1987	16	7	3	43,8	18,8
1988	17	6	9	35,3	52,9
1989	15	5	9	33,3	60,0
1990	18	6	2	33,3	11,1
1991	17	3	8	17,6	47,1
1992	18	9	2	50,0	11,1
1993	12	5	1	41,7	8,3
1994	3	0	0	0,0	0,0
SKUPAJ	116	41	34	35,3	29,3

V tabeli 4 lahko vidimo, da je 41 igralk končalo pred člansko kategorijo, 34 igralk pa v članski kategoriji. Delež igralk, ki so končale pred člansko kategorijo, je 35,5 %, 29,3 % pa jih je končalo med člansko kategorijo.

V tabeli 5 je predstavljeno število igralk, glede na razporeditev po kakovostnih skupinah, število igralk, ki so končale kariero in kakšen je delež osipa glede na razred. V vzorec

omenjenih skupin je zajeto celotno število igralk iz šestih reprezentanc, ki so igrale v posameznem letniku reprezentance. Nekatere mlajše igralko so igrale tudi v reprezentancah starejših letnikov, tako da je iz podatkov razvidno samo kolikšen je osip igralk po kakovostnih skupinah, glede na spiske posamezne reprezentance.

Tabela 5

Osip igralk po kakovostnih skupinah

KAKOVOSTNE SKUPINE	ŠTEVILO IGRALK V SKUPINI	ŠTEVILO NEAKTIVNIH IGRALK	DELEŽ NEAKTIVNIH IGRALK (%)
1.SKUPINA	30	17	11,2
2.SKUPINA	42	23	15,1
3.SKUPINA	64	44	28,9
4.SKUPINA	16	11	7,2
SKUPAJ	152	95	62,5

Iz rezultatov tabele 5 lahko ugotovimo, da je bil največji osip igralk, v 3. skupini igralk. Celoten delež osipa igralk po skupinah pa je 62,5 %. Ta delež prikazuje vsoto osipa igralk iz posameznih letnikov reprezentanc.

V tabeli 6 so predstavljeni deleži tipov igralk, ki so končale športno kariero.

Tabela 6

Delež osipa igralk po igralnih mestih

Igralni tip/delež	Vse igralko	Igralko, ki so končale kariero	Delež (%)
Organizatorica (1)	20	14	70,0
Branilka (2)	32	18	56,3
Krilo (3)	31	20	64,5
Krilni center (4)	27	20	74,1
Center (5)	6	3	50,0
Skupaj:	116	75	64,7

Iz tabele 6 lahko ugotovimo, da je bil največji delež osipa na igralnem tipu organizatorke igre (70 %) in krilnega centra (74,1 %). Nato sledita igralni mesti krila in branilke, najmanjši osip pa je bil na igralnem mestu centra (50 %).

O koncu kariere so dekleta, ki so končala s svojo kariero pred člansko kategorijo, začela v večini razmišljati med 16. in 18. letom starosti (10 od 19), nekatere pa nekoliko kasneje, med 18. in 20. letom (8 od 19). V skupini igralk, ki so končale s svojo športno kariero v članski kategoriji, se je ta meja v povprečju nahajala med 18. in 22. letom starosti (13 od 21). Niti ena od igralk pa ni začela razmišljati o koncu svoje kariere pred 16. letom starosti. Športno pot so igralk, ki so zaključile kariero pred člansko kategorijo, končale v večini v domačem klubu (16 od 19). Približno polovica igralk, ki so končale v članski kategoriji, je odgovorila, da so končale v domačem klubu (12 od 21). Igralke (39 od 40) so pritrdile, da so igrale v več starostnih kategorijah hkrati (kadetinja, mladinke in članice). Igralke, ki pa po starosti niso dosegle članske kategorije, so v veliki večini kljub temu že igrale za članice (16 od 19). Športne kariere so igralk v veliki meri zaključile na koncu (22 od 40) ali sredi tekmovalne sezone (10 od 40).

Rezultati so predstavljeni v tabeli 7.

Tabela 7

Kako pomembno so na njihovo odločitev o koncu kariere vplivali naslednji dejavniki

Vprašanje	N	Min.	Max.	M	SD
Dosegli ste večino pomembnih ciljev v športu	40	1	5	2,48	1,414
Naveličani ste bili življenja športnika	40	1	5	2,78	1,527
Dobili ste priložnost izven svoje športne kariere	40	1	5	2,70	1,418
Posvetili ste se šolanju, izobraževanju	40	1	5	3,43	1,720
Oddaljenost kraja, kjer živite	40	1	4	1,70	1,114
Našli ste službo	40	1	5	1,50	1,109
Posvetili ste se družini	40	1	4	1,33	0,694
Več časa ste želeli posvetiti partnerju	40	1	4	1,53	0,847
Težave s trenerjem, trenerskim kadrom	40	1	5	2,03	1,459
Premajhna dolžina (minutaža)	40	1	5	1,90	1,374

Sprememba igralnega mesta	40	1	5	1,15	0,662
Podrejenost ekipi	40	1	4	1,23	0,660
Težave s panožno zvezo, klubom, OKS	40	1	5	1,30	0,939
Poškodbe, težave z zdravjem	40	1	5	2,55	1,753
Slabi medosebni odnosi s sotekmovalci v ekipi	40	1	4	1,30	0,687
Finančni razlogi	40	1	5	1,93	1,403
Slabi pogoji za trening in delo	40	1	5	1,65	1,122
Niste se uvrstili v reprezentanco ali na tekmovanje	40	1	2	1,10	0,304
Starost	40	1	4	1,23	0,660
Sprememba tekmovalnih pravil	40	1	2	1,03	0,158
Upad tekmovalnih dosežkov	40	1	5	1,83	1,299
Pomanjkanje opore v družini in/ali prijateljih	40	1	5	1,45	1,108
Pritisk staršev	40	1	5	1,38	1,024
Nosečnost	40	1	2	1,03	0,158
Drugi hobiji	40	1	5	2,15	1,331
Težave z menstrualnimi cikli	40	1	2	1,03	0,158
Drugo	40	1	5	1,68	1,347

Iz rezultatov v tabeli 7 je razvidno, da noben dejavnik ni izrazito vplival na njihovo odločitev o koncu kariere, razen dejavnika posvečanje šolanju in izobraževanju ($M = 3,43$; $SD = 1,720$). Vsi ostali dejavniki so imeli vrednost M pod 3. Kljub temu pa so na konec kariere nekoliko manj izrazito vplivali številni dejavniki, kot so npr.: naveličanost življenja športnika ($M = 2,78$; $SD = 1,527$), priložnost izven kariere športnice ($M = 2,70$; $SD = 1,418$) uresničitve vseh pomembnejših ciljev v športu ($M = 2,48$; $SD = 1,414$), poškodbe in težave z zdravjem ($M = 2,55$; $SD = 1,753$), drugi hobiji ($M = 2,15$; $SD = 1,331$), težave s trenerjem ali trenerskim kadrom ($M = 2,03$; $SD = 1,459$), premajhna minutaža ($M = 1,90$; $SD = 1,374$), finančni razlogi ($M = 1,93$; $SD = 1,403$) in upad tekmovalnih dosežkov ($M = 1,83$; $SD = 1,299$). Po oceni preizkušank, so na njih v manjši meri vplivali dejavniki, kot so oddaljenost kraja, kjer so živele

($M = 1,70$; $SD = 1,114$), nova služba ($M = 1,50$; $SD = 1,109$), slabi pogoji za trening ($M = 1,65$; $SD = 1,122$), posvetitev partnerju ($M = 1,53$; $SD = 0,847$), pomanjkanje opore v družini ($M = 1,45$; $SD = 1,108$). Ostalo dejavniki pa po ocenah preizkušank, niso vplivali na njihov konec športne kariere.

Preizkušanke so prenehale z igranjem košarke v veliki meri prostovoljno ($M = 4,45$; $SD = 0,904$). Igralke so s povprečno oceno 2,95 ($SD = 1,39$) ocenile, da bi bil konec njihove športne kariere postopen. Velika večina bi kariero nadaljevala (29 od 40), če bi jim klub uredil stanovanje in službo, kar pomeni, da bi imele dodaten vir financ in plačano prebivališče. Trditev, da so svojo športno končale takrat, ko so njihovi športni dosežki in rezultati začeli upadati, so v povprečju ovrednotile z oceno 2,43 ($SD = 0,813$). Polovica vseh igralk je mnenja, da so še vedno sposobne igrati košarko na tako visoki ravni (20 od 40), čeprav so že enkrat prenehale z igranjem.

Za dokončni zaključek svoje kariere se je odločila velika večina igralk (30 od 40), nekatere pa še ne vedo, če bodo nadaljevale s kariero v prihodnosti (8 od 40). Igralke se zato v povprečju nekoliko bolj nagibajo k oceni, da niso dvomile o koncu svoje kariere ($M = 2,63$; $SD = 1,213$).

Kakšna čustva so doživljale ob koncu kariere, nam prikazujejo rezultati v tabeli 8, kjer so igralke podale oceno, kako so doživljale čustva, ki so spremljala njihov konec kariere.

Tabela 8
Čustva, ki so jih spremljala ob koncu športne kariere

<i>Vprašanje</i>	<i>N</i>	<i>Min.</i>	<i>Max.</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>
Nezadovoljstvo	40	1	5	2,53	1,450
Ne morete se sprijazniti s koncem kariere	40	1	5	1,88	1,090
Žalost	40	1	5	2,85	1,442
Strah pred prihodnostjo	40	1	5	1,78	1,143
Veselje	40	1	5	2,30	1,344
Drugo	40	1	5	2,08	0,986

Iz tabele 8 je v povprečju razvidno, da igralke niso izrazito doživljale čustev, ki so jih spremljala ob koncu njihove športne kariere. Rahlo so ob koncu doživljale žalost ($M = 2,85$;

SD=1,442), nezadovoljstvo (M = 2,53; SD=1,450) in veselje (M = 2,30; SD=1,344). Ocenile so, da so se v veliki meri sprijaznile s koncem kariere (M = 1,88; SD=1,090), da jih ni bilo strah prihodnosti (M = 1,78; SD=1,143).

V večji meri je konec aktivnega športnega udejstvovanja spremenil njihovo življenje (M = 3,45; SD=0,986) in to bolj v negativnem kot pozitivnem smislu (M = 2,43; SD=0,747). Zato nas je tudi zanimalo, s kakšnimi težavami so se soočale preizkušanke ob koncu njihove kariere. Z njihovimi ocenami smo dobili podatke o težavah, s katerimi so se v povprečju najbolj spopadale. Rezultati so predstavljeni v tabeli 9.

Tabela 9
Težave ob koncu športne kariere

<i>Vprašanje</i>	<i>N</i>	<i>Min.</i>	<i>Max.</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>
Težave z zdravjem (poškodbe)	40	1	5	2,20	1,539
Težave z odvajanjem telesa od fizičnih naporov	40	1	5	2,10	1,128
Težave s telesno težo	40	1	5	1,88	1,305
Povečano uživanje alkohola	40	1	5	1,48	0,987
Uživanje drog	40	1	2	1,05	0,221
Pogrešali ste prijatelje iz športnega okolja	40	1	5	3,48	1,154
Pogrešali ste družabni vidik športa (druženje)	40	1	5	3,70	1,181
Težave pri navezovanju stikov z ljudmi	40	1	4	1,45	0,714
Pogrešali ste življenje športnika	40	1	5	3,00	1,281
Občutek, da v športu niste dosegli vseh ciljev	40	1	5	2,50	1,281
Izguba statusa znane osebe v javnosti	40	1	4	1,28	0,679
Izguba občudovanja s strani javnosti	40	1	4	1,30	0,723
Finančne težave	40	1	4	1,18	0,594
Iskanje zaposlitve	40	1	4	1,38	0,838
Težave pri prilagajanju na poklic, zaposlitev	40	1	3	1,18	0,549
Težave pri prilagajanju na redno šolanje	40	1	4	1,30	0,723
V dejavnostih, ki niso povezane s športom, ste se počutili nesposobne	40	1	4	1,40	0,778
Pomanjkanje poklicnih, profesionalnih znanj	40	1	5	1,55	1,085
Pritisk v poklicu/šolanju	40	1	3	1,43	0,747

Težave pri načrtovanju prihodnosti	40	1	5	1,58	1,059
Pomanjkanje samozavesti	40	1	5	1,70	0,992
Znižan občutek lastne vrednosti	40	1	5	1,55	0,986
Pomanjkanje samonadzora	40	1	4	1,43	0,844
Težave v odnosih s starši, družino	40	1	4	1,20	0,648
Težave v odnosih s partnerjem	40	1	4	1,13	0,516
Težave v odnosih s trenerjem, šp. zvezo, klubom	40	1	5	1,48	1,012
Pomanjkanje samospoštovanja	40	1	4	1,43	0,874
Strah pred neznano prihodnostjo	40	1	5	1,48	1,012
Drugo	40	1	5	1,25	0,840

Igralke ob koncu svojih športnih kariere niso imele izrazitih težav, ki so navedene v tabeli 9. V povprečju so ocenile, da so nekoliko bolj izrazito pogrešale družabni vidik športa ($M = 3,70$; $SD=1,181$), prijatelje iz športa ($M = 3,48$; $SD=1,154$) in malo pa tudi življenje športnika ($M = 3,00$; $SD=1,281$).

Preizkušanke v povprečju niso imele velikega občutka, da v športu niso dosegle vseh ciljev ($M = 2,50$; $SD=1,281$).

Preizkušanke so imele zelo malo težav z zdravjem ($M = 2,20$; $SD=1,539$), odvajanjem telesa od fizičnih naporov ($M = 2,10$; $SD=1,128$), prekomerno telesno težo ($M = 1,88$; $SD=1,305$), prav tako niso imele težav s pomanjkanjem samozavesti ($M = 1,70$; $SD=0,992$), poklicnih oz. profesionalnih znanj ($M = 1,55$; $SD=1,085$), načrtovanjem prihodnosti ($M = 1,58$; $SD=1,059$) in znižanim občutkom lastne vrednosti ($M = 1,55$; $SD=0,986$).

V povprečju niso imele težav s povečanim uživanjem alkohola ($M = 1,48$; $SD=0,987$), pri navezovanju stikov z ljudmi ($M = 1,45$; $SD=0,714$), pritisku v poklicu ali šoli ($M = 1,43$; $SD=0,747$), pomanjkanju samonadzora ($M = 1,43$; $SD=0,844$) in samospoštovanja ($M = 1,43$; $SD=0,874$). Zato tudi z izgubo statusa znane osebe v javnosti ($M = 1,28$; $SD=0,697$) ter občudovanja s strani javnosti ($M = 1,30$; $SD=0,723$), težav niso imele.

Prav tako ne navajajo težav v odnosih s starši ali družino ($M = 1,20$; $SD=0,684$), s partnerjem ($M = 1,13$; $SD=0,516$) in s trenerjem, klubom ali športno zvezo ($M = 1,48$; $SD=1,012$).

Tudi z financami ($M = 1,18$; $SD=0,594$), iskanjem zaposlitve ($M=1,38$, $SD=0,838$) in prilagajanjem na redno šolanje ($M = 1,30$; $SD=0,723$), ni bilo težav pri preizkušankah.

Igralke v povprečju niso niti pozitivno niti negativno ocenile, da so v življenju dosegle vse svoje zastavljene cilje ($M = 3,03$; $SD=0,974$).

Preizkušanke so tudi ocenile, da niso bile finančno odvisne od športa ($M = 1,53$; $SD=1,062$).

Tabela 10 prikazuje šest postavk, ki se nanašajo na vire socialno emocionalne opore ob zaključevanju kariere.

Tabela 10

V kolikšni meri so vam bili v oporo naslednji ljudje (npr. čustveno, finančno)

Vprašanje	N	Min.	Max.	M	SD
Partner	40	1	5	3,28	1,536
Starši	40	1	5	4,45	0,846
Drugi družinski člani	40	1	5	3,78	1,310
Sotekmovalci iz kluba, reprezentance	40	1	5	3,28	1,281
Prijatelji	40	1	5	4,10	1,057
Državna panožna zveza	40	1	4	1,20	0,564
Trener	40	1	5	2,28	1,414
Olimpijski komite Slovenije	40	1	3	1,15	0,483
Športni psiholog	40	1	5	1,25	0,776
Učitelji	40	1	4	1,35	0,770
Drugi	40	1	4	1,30	0,758

Iz tabele 10 lahko ugotovimo, da so igralko največ podpore prejemale od staršev ($M = 4,45$; $SD=0,846$), prijateljev ($M = 4,10$; $SD=1,057$) in drugih družinskih članov ($M = 3,78$; $SD=1,310$). Po ocenah preizkušank, so nekoliko manj opore prejemale od partnerja ($M = 3,28$; $SD=1,536$), sotekmovalcev iz kluba ($M = 3,28$; $SD=1,281$) in trenerja ($M = 2,28$; $SD=1,414$). Opore pa v povprečju niso prejemale od državne panožne zveze ($M = 1,20$; $SD=0,546$), Olimpijskega komiteja Slovenije ($M = 1,15$; $SD=0,483$), športnega psihologa ($M = 1,25$; $SD=0,776$) in učitelja ($M = 1,35$; $SD=0,770$).

V tabeli 11, so prikazani rezultati glede na vprašanje »koliko te opore so ob zaključevanju kariere pričakovali od drugih ljudi«.

Tabela 11
Pričakovana socialno-emocionalna opora ob zaključevanju športne kariere

<i>Vprašanje</i>	<i>N</i>	<i>Min.</i>	<i>Max.</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>
Partner	40	1	5	3,13	1,652
Starši	40	1	5	4,23	1,000
Drugi družinski člani	40	1	5	3,53	1,240
Sotekmovalci iz kluba, reprezentance	40	1	5	3,20	1,305
Prijatelji	40	1	5	3,80	1,203
Državna panožna zveza	40	1	5	1,50	1,132
Trener	40	1	5	2,25	1,463
Olimpijski komite Slovenije	40	1	5	1,40	0,982
Športni psiholog	40	1	5	1,50	1,177
Učitelji	40	1	5	1,55	1,108
Drugi	40	1	5	1,43	1,083

Iz rezultatov v tabeli 11 je razvidno, da so največ opore pričakovale od staršev, partnerjev, prijateljev, trenerja, sotekmovalk iz kluba ali reprezentance in drugih družinskih članov. Od ostalih pa opore niso pričakovale. Rezultati so podobni v primerjavi s tabelo 10, kjer smo spraševali o tem, v kolikšni meri so oporo dejansko dobili od drugih ljudi.

6.4. ORGANIZACIJA POŠPORTNEGA ŽIVLJENJA

Pri organizaciji pošportnega življenja nas je zanimalo, kako so se dekleta privadila in kako so se počutila po končani karieri. Med drugim pa tudi to, kakšne razlike so opazile v pošportnem življenju, kako so si ga organizirale in če pogrešajo šport v svojem vsakdanu.

Dekleta so se morala prilagoditi na nove zahteve in vloge v svojem pošportnem življenju. Malo več kot polovica (23 od 40) športnic ocenjuje, da so se na pošportno življenje prilagodile skoraj takoj, to je v enem oziroma dveh mesecih po zaključku športne kariere. Tri igralke ocenjujejo, da se v času študije na konec športne kariere še niso popolnoma prilagodile. V povprečju ocenjujejo, da je bil zaključek športne kariere bolj negativen kot pozitiven ($M = 2,33$; $SD=0,917$).

Po končani karieri so se preizkušanke v večini (35 od 40) takoj posvetile drugim dejavnostim.

Šport in življenje športnika so preizkušanke po koncu svoje kariere pogrešale ($M = 3,98$; $\pm 0,920$), vendar jih nekaj manj kot polovica (17 od 40) v športu ni več aktivnih, nekaj manj kot tretjina pa se jih je odločila, da nadaljuje tekmovanje na rekreativni ravni (14 od 40), ostale pa se s športom ukvarjajo samo amatersko (kot hobi) (11 od 40).

Nekaj deklet se je odločilo, da bo s tekmovanji nadaljevalo, vendar na amaterski, nižji ravni (6 od 40), dve igralki pa se ukvarjata s športom poklicno, vendar ne kot igralki.

Preizkušanke so ocenile, da se jim življenje po končani športni karieri zdi manj pomembno ($M = 1,85$; $SD=0,802$) kot med samo kariero.

Večina igralk je kljub vsemu zadovoljnih s pošportnim življenjem ($M = 4,20$; $SD=0,883$). Dekleta se na splošno dobro spoprijemajo s prilagajanjem na pošportno življenje, saj jih je večina izbrala odgovor dobro ali zelo dobro ($M = 4,40$; $SD=0,841$). Preizkušanke pa se na vprašanje o tem, da bi bila vloga nekdanjega športnika za njih pomembna ($M = 2,70$; $SD=1,137$) in da bi bil šport še vedno njihov najpomembnejši dejavnik v življenju ($M = 2,90$; $SD=1,236$), niso opredelile ne pozitivno ne negativno.

6.5. PRIMERJAVA TEŽAVNOSTI KONCA KARIERE IGRALK, KI SO KONČALE KARIERO PRED ČLANSKO KATEGORIJU IN TISTIMI, KI SO JO KONČALE V ČLANSKI KATEGORIJU

Z metodo Enosmerne analize variance (ANOVA) smo primerjali obe skupini preizkušank, da bi ugotovili, če obstajajo razlike glede težavnosti konca kariere, izražanja športne identitete, psihološke težave, socialno emocionalne opore ter organizacije pošportnega življenja.

V tabeli 12 so statistično predstavljene F vrednosti primerjave med skupinama za izraženo športno identiteto, psihološke težave, socialnočustveno oporo in organizacijo pošportnega življenja.

Tabela 12
Primerjava med skupinama

<i>Primerjava med skupinama</i>	<i>df</i>	<i>F</i>	<i>Sig.</i>
Športna identiteta	1	0,461	0,501
Psihološke težave	1	0,234	0,631
Socialnočustvena opora	1	0,009	0,927
Organizacija pošportnega življenja	1	0,048	0,828

Ker so F vrednosti pri vseh dejavnikih večje od 0,005 lahko z 95 % intervalom zaupnosti potrdimo, da razlike med skupinama ne obstajajo.

7. RAZPRAVA

Z našo raziskavo osipa in koncem kariere perspektivnih slovenskih košarkaric smo dobili vpogled, kaj so igralko doživljale med njihovo kariero in ob končevanju kariere. Prav tako smo raziskali, ali obstajajo statistične razlike med obema skupinama preizkušank. Ugotovili smo, da je s kariero končalo 75 igralk od 116, ki so bile zajete v vzorec. Od tega jih je 41 končalo kariero pred člansko kategorijo in 34 med člansko kategorijo. Iz tega vzorca jih je 40 odgovorilo na vprašalnik o koncu športne kariere SCTQ (Cecić Erpič, 2000). Do sedaj še ni bilo

narejene podobne primerjalne študije v košarki, zato jo lahko primerjamo samo s študijami iz drugih športov.

Iz vzorca igralk, ki smo proučevali, smo ugotovili, da je bil največji delež osipa na igralnih tipi organizatorke igre in krilnega centra. V vzorcu je bilo 32 branilk, 31 krilnih igralk, 27 igralk na krilnih centru, 20 organizatorok iger in 6 igralk centrov. Največ igralk po številu (20) je končalo kariero na igralnih mestih krila in krilnega centra, nato jim sledi 18 branilk, 14 organizatorok igre in trije centri. Kot smo že prej omenili, je bil največji delež osipa, in sicer 74,1 % pri krilnih centrih in najmanjši 50 % pri centrih. Iz prakse vemo, da je v ekipah najmanjše število igralk na igralnem tipu centra, največje pa na tipih branilke in krila. V našem vzorcu je bilo dokaj veliko število igralk tudi na igralnem mestu krilnega centra, nekoliko manj pa na mestu organizatorke igre.

Razvrstili smo jih po vzorcu kakovostnih skupin in prišli do ugotovitve, da je bil največji osip igralk v tretji skupini. Ta skupina je zajemala igralke, ki so bile registrirane na FIBI in so imele možnost igrati na evropskih prvenstvih, vendar niso prišle med dvanajst najboljših.

Igralke, ki so kariero končale pred člansko kategorijo, so bile stare v povprečju nekaj čez 18 let. Igralke, ki so končale kariero med člansko kategorijo, pa nekaj čez 20 let. S tem lahko trdimo, da so igralke hitro zaključile s svojo športno potjo. To je kar nekaj let pred vrhuncem, ki bi ga igralke lahko dosegle v svoji karieri.

Nekaj več kot polovica igralk je začela svojo športno kariero med 8. in 11. letom starosti in so v povprečju opravile 5,4 treninge na teden. Igralke so trenirale vsak dan in poleg tega igrale še tekme. Enako tudi ugotavlja Fišerjeva (2003), da športnice v ostalih športih trenirajo skoraj vsak dan.

Med športno kariero so se preizkušanke redno šolale, kar jim ni predstavljalo ovire. Večina jih je dosegla srednješolsko izobrazbo, nekaj tudi visokošolsko izobrazbo. Nekatere so se odločile za nadaljevanje šolanja, vendar to za njih ni predstavljalo ovire za športno kariero. To je v nasprotju z nekaterimi dognanji starejših študij, piše S. Cecić Erpičeva (2002), kajti igralke šolanja niso prekinile in so dosegle relativno visoko izobrazbo. Precej igral se namreč še naprej izobražuje, kar je v nasprotju z teorijo, ki govori, da vrhunski športniki zaradi kariere pustijo šolanje in imajo po koncu športne kariere slabšo izobrazbo. Nasprotno pa

govori tudi raziskava Erčulja in sod. (2006) v kateri je največ vprašanih menilo (38,3 %), da so prenehale z aktivnim igranjem zaradi šolskih oziroma študijskih obveznosti. Precej igralk je imelo tudi kategorizacijo Olimpijskega komiteja Slovenije, kar jim je omogočilo, da so imele status športnika na fakultetah in so lahko lažje nadaljevale športno kariero. Tako da lahko rečemo, da so v naši raziskavi preizkušanke dobro izobražene.

Njihova javna podoba v večini ni bila izstopajoča, pa vendarle jih je nekaj imelo poseben status med vrstniki in odraslimi. Med samo kariero so imele majhne finančne dohodke iz strani športa. Posledično od tega niso mogle živeti. Saša Cecić Erpič (2002) piše, da ima manjše število športnikov težaven konec kariere zaradi finančnih problemov. Tisti, ki jih imajo, pogosto pustijo šolanje in izobraževanje za pošportno življenje. Zaradi tega imajo ob koncu kariere nižjo in slabšo izobrazbo, kot njihovi nešportni vrstniki. Če primerjamo to z našo študijo, lahko ugotovimo, da so se dekleta šolala in šolanje končala. Nekatera se pa šolajo še dalje. Anketiranke, ki so zaključile šolanje, imajo službo oziroma opravljajo svoj poklic. Najdemo le dve izjemi, ki sta nezaposleni, vendar imata zaključeno šolanje. Iz tega bi lahko predvidevali, da niso imele težav z organizacijo pošportnega življenja. To potrjujejo sodobna teoretična izhodišča, pravi S. Cecić Erpič (2002), tako da lahko konec kariere pojmuje kot življenjski dogodek, ki se mu mora posameznik prilagoditi, vendar lahko temu dogodku sledijo pozitivne spremembe. Pridobljene rezultate lahko primerjamo z analizo Greendorferjeve in Blindejeve (1985; v Cecić Erpič, 2002), ki sta ugotovili, da je bilo 57 % moških in 55 % žensk zelo zadovoljnih s seboj in s svojo odločitvijo.

Težavnega konca kariere zaradi finančnih dohodkov niso imele, saj so se morale že med samo kariero financirati same s pomočjo staršev ali družine. So pa v veliki meri pritrdilno odgovorile na vprašanje, da če bi jim klub, v katerem so igrale, uredil stanovanje in službo, bi nadaljevale svojo športno pot. Iz Nacionalnega programa športa v Republiki Sloveniji (2000) lahko razberemo, da so košarkarska društva v Sloveniji odgovorna za razvoj mladih perspektivnih igralk in igralcev in bi morala biti sposobna zagotoviti bivanje, šolanje in redno treniranje najperspektivnejšim in najkakovostnejšim igralcem oziroma igralkam iz drugih krajev Slovenije in tujine. Lahko rečemo, da je v ženski košarki to prej izjema kot pravilo. Podobno je ugotovila v svoji raziskavi tudi S. Cecić Erpič (2002), ki piše, da o dobrih finančnih zaslužkih poroča manj kot desetina udeležencev.

Preizkušanke so bile v javnosti nepoznane, nekaj več kot tretjina jih je imela poseben status športnika med prijatelji in slaba tretjina med odraslimi. Šport je bil v času aktivnega igranja za večino preizkušank njihovo najpomembnejše življenjsko. Avtorica S. Cecić Erpič (2002) je v svoji raziskavi ugotovila, da obstajajo vrhunske slovenske športnice in športniki, ki jih je socialna okolica zaznavala predvsem kot športnike, kar je podobno tudi v naši raziskavi. Prav tako je ugotovila, da je to bilo njihovo najpomembnejše življenjsko področje. Kljub temu, da je bil šport njihovo najpomembnejše področje, preizkušanke ocenjujejo, da niso zamudile drugih pomembnih življenjskih dogodkov, kar je tudi ugotovila tudi S. Cecić Erpič (2002) v svoji raziskavi.

Preizkušanke tudi ocenjujejo, da so imele nekoliko več prijateljev, kot vrstniki iz ne športnega sveta in boljše izhodišče za pošportno življenje. Imele so tudi boljše odnose s starši in boljši uspeh v šoli. Torej lahko primerjamo trditev, da so imele boljše uspehe v šoli, s podatkom, da so se redno šolale in šolanje končale. V času aktivne kariere so imele močno podporo s strani staršev in družine ter prijateljev.

Iz rezultatov je razvidno, da se je večina preizkušank v svoji aktivni športni karieri identificirala s svojo športno vlogo, o tem govori tudi S. Cecić Erpič (2002) v svoji raziskavi. Pravi, da so bivši vrhunski športniki imeli močno športno identiteto. Preizkušanke so s prevladovanjem svoje športne identitete močno vplivale na svoja športna udejstvovanja in uspehe, ki so jih dosegle.

Ugotovili smo, da preizkušanke niso začele razmišljati o koncu njihove športne kariere pred 16. letom starosti. Preizkušanke, ki so končale s kariero pred člansko kategorijo, so razmišljale o koncu med 16. in 19. letom, tiste ki so končale v članski kategoriji pa med 18. in 22. letom starosti. Večina igralk je pritrdila, da je igrala za vse starostne kategorije v svoji karieri. Večina igralk, ki po starostni klasifikaciji ni dosegla članske ekipe, je kljub temu igrala za člansko ekipo. Približno polovica igralk je zaključila kariero na koncu sezone, slaba tretjina pa med košarkarsko sezono.

Na konec kariere pa ne vpliva samo en dejavnik, ampak jih je vedno več, piše S. Cecić Erpič (2002). V naš vprašalnik smo vključili 19 dejavnikov. Analiza aritmetičnih sredin je pokazala, da so dejavniki zmerno vplivali na odločitev o koncu aktivne športne kariere.

Preizkušanke so ocenile, da je bila posvetitev šolanju in izobraževanju nekoliko bolj izrazit dejavnik za konec njihove kariere. Ostali dejavniki, kot so naveličanost življenja športnika, priložnost izven kariere športnice, uresničitev vseh pomembnih ciljev v karieri, poškodbe in težave z zdravjem ter drugi hobiji, so le zmerno vplivali na njihovo odločitev. Tudi težave s trenerjem ali trenerskim kadrom, premajhna minutaža, finančni razlogi ali upad tekmovalnih dosežkov so le rahlo vplivali na odločitev o koncu kariere, saj se njihove vrednosti gibljejo od $M = 2,03$ in $M = 1,83$, kar pomeni da niso izrazito vplivale na preizkušanke.

S. Cecić Erpič (2002) je dobila podobne rezultate kot v naši študiji, saj so tudi tam vrednosti kazale na to, da so dejavniki v povprečju le zmerno vplivali na odločitev o koncu kariere. V njeni študiji so športniki govorili, da so na njih še najpomembneje vplivale poškodbe in težave z zdravjem, kar v našem primeru ne predstavlja izrazitega dejavnika. Drugi najpomembnejši dejavnik, ki je bil v naši in njeni raziskavi dokaj izrazit, je bil naveličanost nad športnim načinom življenja. Medtem ko avtorica v svoji študiji navaja finančne razloge kot tretji najpomembnejši dejavnik, je pri nas ta dejavnik ne izrazit.

Preizkušanke so v povprečju ocenile, da so kariero končale popolnoma prostovoljno, kar se odraža v visoki aritmetični sredini vrednosti te postavke. Tudi S. Cecić Erpič (2002) omenja, da je več kot tri četrtine slovenskih vrhunskih športnikov v njeni raziskavi ocenilo, da so kariero končali prostovoljno. Tuji avtorji sicer poročajo o večjem deležu neprostovoljnega konca kariere, vendar avtorica opozarja, da je to posledica nekaterih metodoloških pomanjkljivosti raziskav.

Večina preizkušank se na vprašanje ali je bil njihov konec kariere postopen ni opredelila ne negativno ne pozitivno. Za konec so se v povprečju odločile takrat, ko so njihovi dosežki in rezultati začeli upadati, hkrati pa je še polovica igralk vedno mnenja, da so še vedno sposobne igrati košarko na tako visokem nivoju. Nekaj več kot dve tretjini jih je pritrdilo, da bi nadaljevale z igranjem košarke, če bi jim klub zagotovil dodaten vir financ in plačano prebivališče.

Večina igralk se je dokončno odločila o zaključku svoje športne kariere, le 8 jih je ostalo v nevednosti ali bodo še kdaj nadaljevale v športu. V povprečju so se vse preizkušanke tudi nagibale k oceni, da o koncu kariere niso dvomile.

Preizkušanke, ki so sodelovale v raziskavi so ocenjevale tudi katere težave so spremljale konec športne kariere in prilagajanje na pošportno življenje ter kako intenzivne so bile težave. Zanimiv je podatek, da so vrednosti aritmetičnih sredin zelo nizke in je to preizkušankam predstavljalo le zmerno težavo. Največ težav so imele s pogrešanjem družabnega vidika športa ($M = 3,70; \pm 1,181$). Druga najtežja posledica je bila, da so pogrešale prijatelje in življenje športnika.

Med manj pomembne posledice so spadale težave z zdravjem, odvajanjem telesa od fizičnih naporov, prekomerno telesno težo. Tudi pomanjkanje samozavesti, poklicnih in profesionalnih znanj ter načrtovanje prihodnosti jim ni predstavljalo težavnih posledic.

Na podlagi rezultatov lahko sklepamo, da preizkušanke ob koncu športne kariere niso imele intenzivnih težav. Do podobnih sklepov je prišla tudi S. Cecić Erpič (2002) v svoji raziskavi. Tudi življenje po športni karieri njim ni bilo težavno. To lahko potrdimo tudi z ocenami preizkušank, ki govorijo, da po koncu kariere niso imele težav z financami, iskanjem zaposlitve in prilagajanjem na redno šolanje. Preizkušanke niso bile finančno odvisne od športa.

Na igralke so ob koncu kariere in začetku pošportnega življenja vplivala različna čustva in odzivi. Nas je zanimalo, katera so bila ta čustva in kako intenzivna so bila. Po ocenah preizkušank lahko spet ugotovimo, da so aritmetične sredine dokaj nizke, kar pomeni, da preizkušanke niso doživljale izrazitih čustev. Še najbolj so občutile čustva žalosti in nezadovoljstva. Hkrati pa so v povprečju ocenile, da so se sprijaznile s koncem kariere in jih ni bilo strah prihodnosti. Nekatere so občutile celo rahlo veselje ob koncu kariere. Je pa konec športne kariere spremenil njihovo doseganje življenje.

Konec športne kariere predstavlja za športnike velik življenjski dogodek. Zato nas je zanimalo, kakšna je bila dejanska in pričakovana opora preizkušankam po končani športni poti. Dejansko so največ podpore prejemale od staršev, prijateljev in ostalih družinskih članov. Nekoliko manj od sotekmovalcev, trenerja in partnerja. Če te podatke primerjamo z njihovo pričakovano oporo, lahko opazimo, da so aritmetične sredinske vrednosti višje v dejanskih, kot pa v pričakovanih. Tako lahko trdimo, da so dobile takšno oporo, kot so pričakovale. Njihova pričakovanja so bila realna. Vrednosti, ki so nižje v dejanski opori, kot v

pričakovani pa pomenijo, da so igralkе prejele manjšo podporo kot so pričakovale. V tem primeru pri državni panožni zvezi, športnemu psihologu in učitelju.

Nekaj več kot polovica preizkušank se je na pošportno življenje privadila takoj, ostale pa so rabile še nekaj časa. Ocenjujejo, da je bil njihov konec kariere nekoliko bolj negativen in da so se takoj po koncu posvetile drugim dejavnostim. Šport so pogrešale vse preizkušanke in kar nekaj jih še vedno tekmuje ali se ukvarja s športom na nižji ravni. Tudi S. Cecić Erpič (2002) je ugotovila, da se je polovica njenih športnikov v raziskavi takoj privadilo na pošportno življenje, ostali pa so rabili še več časa. Prav tako so se v večini (81 od 85) posvetili drugim dejavnostim izven športa. Preizkušanke so v povprečju ocenile, da so se dobro prilagodile na pošportno življenje in so z njim zadovoljne. Ne morejo pa trditi, da je bila vloga športnice za njih pomembna in da je to bilo njihovo najpomembnejše življenjsko obdobje. Moramo razumeti, da so ta dekleta dokaj hitro zaključila s svojimi karierami in so mogoče našla nove cilje izven športa, ki jim verjetno pomenijo več, kot pa njihova pretekla športna kariera.

Vrednosti enosmerne analize variance so pokazale, da ni bilo statističnih razlik med skupinama pri identiteti športnice, socialnočustveni podpore, psiholoških težavah in organizaciji pošportnega življenja.

Zato lahko trdimo, da se težavnost konca kariere med skupinama igralk, ki so končale kariero pred člansko kategorijo ali po med seboj ne razlikuje. Obe skupini igralk sta imeli glede na F vrednosti podobno težaven konec karier. To pomeni, da na težavnost konca kariere igralk ni vplivala starostna meja in so ga igralkе v povprečju podobno doživljale.

7.1. ANALIZA HIPOTEZ

V nadaljevanju smo na osnovi dobljenih rezultatov preverili postavljene hipoteze.

H1: Več kot 50 % igralk navaja kot delni razlog za prenehanje s košarko šolske obveznosti in oddaljenost kraja šolanja.

Hipotezo H1 lahko zavrnamo, saj je večina udeleženk (27 od 40 ali 67,5 %) v odgovorih navedla, da na konec kariere to sploh ni vplivalo.

H2: Manj kot 10 % igralk navaja kot delni razlog za prenehanje ukvarjanja s košarko nepripravljenost podrejanja življenja izključno košarki.

Tudi to hipotezo lahko zavrnamo, kajti 7 od 40 (17,5 %) igralk navaja, da je bil to delni razlog za prenehanje ukvarjanja s košarko.

H3: Več kot 15 % navaja kot delni razlog za prenehanje ukvarjanja s košarko nerazumevanje s trenerjem.

To hipotezo lahko potrdimo, saj je 15 od 40 (37,5 %) igralk navedlo, da je nerazumevanje s trenerjem v večji ali manjši meri vplivalo na zaključek njihove kariere.

H4: Več kot 15 % igralk navaja kot delni razlog za prenehanje ukvarjanja s košarko poškodbo.

Hipotezo H3 lahko sprejmemo, kajti 15 od 40 igralk (37,5 %) je potrdilo, da so končale kariero tudi in vsaj delno zaradi poškodbe.

H5: 50 % jih preneha zaradi slabih finančnih prilivov v ženskih klubih.

Hipotezo H5 zavrnamo, saj v našem primeru finančni razlogi niso v večji meri vplivali na odločitev o koncu kariere. Zelo malo igralk (3 od 40 ali 7,5 %), je navedlo, da so finance zelo vplivale na njihov konec športne kariere, še 7 pa jih navaja, da so finančni razlogi v manjši meri vplivali na zaključek njihove kariere.

8. ZAKLJUČKI

Namen naloge je bil raziskati, kolikšen je bil osip nadarjenih slovenskih športnic in ugotoviti razloge, ki so vplivali na (pre)zgodnji zaključek njihove športne kariere. V vzorec merjenk smo izbrali košarkarice, ki so predstavljale vrhunski del slovenske ženske košarke v starostni kategoriji kadetinj. Predvsem nas je zanimalo, kakšni so razlogi, da so tako talentirane igralko prenehale s svojo kariero. Ločili smo dve skupini igralk, in sicer igralko, ki so končale kariero pred vstopom v člansko kategorijo, in tiste, ki so končale v starostni kategoriji članic. Želeli smo ugotoviti, ali obstajajo statistično značilne razlike v težavnosti konca športne kariere med omenjenima skupinama. Ugotovili smo, da razlik ni bilo in da sta si skupini v tem pogledu zelo podobni. Poleg tega nas je še zanimalo, na katerih igralnih mestih je prišlo do največjega osipa igralk. Večina igralk ni končala s košarko zaradi šolskih obveznosti in oddaljenosti od kraja šolanja. To bi lahko razumeli tako, da so igralko dosegle vse svoje cilje že pred odhodom na študij in je bila to za njih lahka odločitev. Presenetilo nas je, da je bilo glede na predvidevanja več igralk naveličanih s košarko. Kar polovica je namreč takšnih, ki so naveličanost navajale kot delni razlog za konec košarkarske kariere. Menimo, da so to bila v večini dekleta, ki niso imela velikih košarkarskih ambicij. O tem govori tudi podatek, da so zadovoljne s svojim pošportnim življenjem in nimajo velikih težav po končani karieri. Zaskrbljujoč pa je podatek, ki govori o tem, da je kar nekaj deklet končalo s kariero zaradi nerazumevanja s trenerjem. V prihodnje bi morali biti bolj pozorni na to, da do takih težav ne bi prišlo. Menimo, da je najboljša motivacija za mlade košarkarice, da imajo svoje vzornice v slovenskih košarkaricah in njihovih uspehih na mednarodni ravni. Tukaj je moška košarka v veliki prednosti. Dekleta so verjetno z veseljem začela igrati košarko, a ko pridejo do stopnje, da prerastejo klubske okvire ali dobijo slabega trenerja, spremenijo svoje mišljenje o nadaljevanju. Kot primer lahko navedemo, da iz Prekmurja prihaja pet igralk, ki so sodelovale v raziskavi. Rekle so, da nimajo več motiva za nadaljevanje s košarko med študijem. Tudi ženske članske ekipe v Prekmurju nimamo več. So pa vse srečne z njihovim pošportnim življenjem in pridno študirajo v Ljubljani. Motivacije za nadaljnje igranje v drugem kraju pa nimajo.

Po našem mnenju le dobro delo v prihodnosti in uspehi članske reprezentance lahko preprečijo takšen osip igralk, kot smo mu priča. Posledice slabše kakovosti ženske košarke so

tudi v tem, se pokrovitelji ne odločajo za financiranje ženskih klubov. V Sloveniji sta dva kluba, ki imata morda boljše finančno ozadje, drugi pa delujejo tako, da preživijo. Konec koncev, bi bil denar mogoče en izmed motivov, da dekleta ne bi končala s kariero.

Iz raziskave lahko povzamemo, da so igralke igrale košarko z veseljem, imele so seveda talent, ki so ga izkoristile, da so igrale v reprezentancah ali pa prišle vsaj na širše izbore. Financirali so jih starši oziroma družina. Ker se pa v nekaterih klubih dela tako, da igralke trenirajo s slabšimi soigralkami in nimajo konkurence, je tudi to verjetno eden od razlogov, da izgubijo motivacijo do nadaljevanja kariere. Odločijo se za študij, kar prinaša finančne stroške, zato si ne morejo privoščiti izgube študijskega leta na račun košarke.

Sicer pogrešajo košarko, a očitno ne v takšni meri, da bi nadaljevale kariero na visoki ravni. Nekatere zato še naprej igrajo košarko na nižji rekreativni ravni in bolj za veselje in rekreacijo, kar pa seveda znižuje kvaliteten nivo slovenske ženske košarke.

9. LITERATURA

- Alfermann, D. (1995) Career transitions of elite athletes: Drop-out retirement. V S. Ceci Erpič (ur). *Konec športne kariere*. Ljubljana: Fakulteta za šport.
- Alfermann, D. (1995) Karriereverlauf und Karriereende im Leistungssport. LSB 36 (2), 1-22. V Fišer, P. (2003) *Konec kariere mladih vrhunskih športnikov* (str. 4). Ljubljana: Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport.
- Alfermann, D., (2000). Causes and consequences of sport career termination. V S. Ceci Erpič (ur). *Konec športne kariere*. Ljubljana: Fakulteta za šport.
- Alfermann, D. in Gross, A. (1997). Coping with career termination: It all depends on freedom of choice. V R. Lidor in M. Bar-Eli (ur.), *Innovations in sport psychology: Linking theory and practice. Proceedings, Part I* (str. 65–67). Netanya, Israel: Wingate Institute for Physical Education and Sport.
- Allison, M.T. in Meyer, C. (1988). Career problems and retirement among elite athletes: The female tennis professional. *Sociology of Sport Journal*, 5, 212–222.
- Baillie, P.H.F. (1993). Understanding retirement from sports: Therapeutic ideas for helping athletes in transition. *The Counseling Psychologist*, 21 (3), 399–410.
- Brewer, B.W., Van Raalte, J.L. in Linder, D.E. (1993). Athletic identity. Hercules' muscles of Achilles heel?. *International Journal of Sport Psychology*, 24, 237–254.
- Bruner, M.W., Monroe-Chandler, K.J. in Spink, K.S. (2008) Entry into elite sport: A preliminary investigation into the transition experiences of rookie athletes. V *Journal of applied sport psychology*, 20, (str. 236–252).
- Bloom, B. (1985) *Developing talent in young people*. New York, NY:Ballantine
- Ceci Erpič, S. (1998). *Spremljanje razvoja življenjskih struktur in življenjskega zadovoljstva v zgodnji odraslosti: primerjava med bivšimi vrhunskimi športniki in ne športniki*. Neobjavljena magistrska naloga, Ljubljana: Filozofska fakulteta, Oddelek za psihologijo.
- Ceci Erpič, S. (2002). *Konec športne kariere*. Ljubljana: Fakulteta za šport

- Đorđević, D. (1984). *Razvojna psihologija*. Gornji Milanovac: Dečje novine. V P. Fišer (ur.) *Konec kariere mladih vrhunskih športnikov*. Diplomsko delo, Ljubljana: Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport, (str.19–22).
- Danish, S.J., Petitpas, A.J. in Hale, B.D. (1993). Life development intervencion for athltets: Life skills through sports. *The Counseling Psychlogoist*, 21 (3), 352–385.
- Doupona Topič, M., Pajer, S. in Erčulj, F. (2006) *Kako izboljšati položaj ženske košarke v Sloveniji?* Šport, 54 (4), 40–43.
- Erčulj, F. (2012). Košarka, igra za različne generacije. *Za srce*.
- Erčulj, F. in Dežman, B. (2005). Nekateri vidiki dela z mladimi košarkarji v slovenskih košarkarskih društvih. *Šport*, 53 (4), 58–64.
- *FibaEurope (2014.) U16 European championship women, divison B*. Pridobljeno 5.5.2014 iz <http://u16women.fibaeurope.com/enDivB/default.asp>
- Fišer, P. (2003). *Konec kariere mladih vrhunskih športnikov*. Diplomsko delo, Ljubljana: Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport.
- Greendorfer, S.L. in Blinde, E.M. (1985). »Retirement« from intercollegiate sport: Theoretical and empirical considerations. *Sociology of Sport Journal*, 2, 101–110.
- Grove, J.R. Lavallee, D. in Gordon, S. (1997). Coping with retirement from sport: The influence of athletic identity. *Journal of Applied Sport Psychology*, 9, 191–203.
- Hollander, D., Meyers, D. in LeUnes, A. (1995). Psychological factors associated with overtraining: Impilactions for youth aport coaches. *Journal of Sport Behavior*, 18(1), 3–20
- Horvat, L. in Magajna, L. (1989). *Razvojna psihologija*. Ljubljana: Državna založba Slovenije. V P. Fišer (ur.) *Konec kariere mladih vrhunskih športnikov*. Diplomsko delo, Ljubljana: Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport, (str.19–22).

- Koukouris, K. (1991). Disengagement of advanced and elite Greek male athletes from organized competitive sport. *International Review for Sociology of Sport*, vol. 26, 4. 289–306.
- Kaminski, G., Mayer, R., in Ruoff, B.A. (1984) *Kinder und Jugendliche im Hochleistungssport*.Schorndorf. V P. Fišer (ur.), *Konec kariere mladih vrhunskih športnikov*.(str. 19-20) Diplomsko delo, Ljubljana: Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport.
- Lavalley, D. (2000). Theoretical perspectives on career transitions in sport. V D. Lavalley in P. Wylleman (ur.), *Career transitions in sport: International perspective* (str. 1–27). Morgantown: Fitness Information Technology.
- Lavalley D., Gordon, S. in Grove, J.R. (1997). Retirement from sport and the loss of athletic identity. *Journal of Personal and Interpersonal Loss*, 2, 129–147.
- Majer, B., Krump, T., Jurjavčič, M. in Trifunovič, R. (2013) *Pregled in analiza strokovnih vidikov takmovalnega pordočja Košarkarske zveze Slovenije*. Neobjavljeno delo.
- *MojaAnketa.si* (2014). Oblikuj svojo anketo. Pridobljeno 11.6.2014 iz <http://www.mojaanketa.si/>
- *Nacionalni program športa* (2000) Pravno-informacijski sistem. V *Smernice razvoja košarke v Sloveniji*. Pridobljeno 10.6.2014, iz http://www.kzs.si/fileadmin/user_upload/dokumenti2/Smernice_razvoja.pdf
- McPherson, B.P. (1980). Retirement from professional sport: The process and problems of occupational and psychological adjustmen. *Sociological Symposium*, 30, 126–143.
- Mihovilović, M.A. (1968). The status of former sportsmen. *International Review of Sport Sociology*, 3, 73–96. V S. Cecić Erpič (ur). *Konec športne kariere*. (str.57) Ljubljana: Fakulteta za šport.

- Murphy, G.M., Petitpas, A.J. in Brewer, B.W. (1996). Identity foreclosure, athletic identity and career maturity in intercollegiate athletes. *The Sport Psychologist*, 10, 239-246. V S. Cecić Erpič (ur). *Konec športne kariere*. Ljubljana: Fakulteta za šport.
- Noble, K.D., Subotnik, R.F., in Arnold, K.D. (1999). To thine own self be true: A new model of female talent development. *Gifted Child Quarterly*, 43 (3), 140–149.
- Noble, K.D., Subotnik, R.F. in Arnold, K.D. (1996). A new model for adult female talent development: A synthesis of perspectives from *remarkable women*. V K.D. Arnold, K.D. Noble in R.F. Subotnik (ur.) *Remarkable Women: Perspectives on female talent development*. Cresskill, NJ: Hampton Press.
- Ogilvie, B.C. in Howe, M.A. (1983). Career crisis in sport. V S. Cecić Erpič (ur). *Konec športne kariere*. (str.57) Ljubljana: Fakulteta za šport.
- Ogilvie, B.C. in Howe, M.A. (1986). The trauma of termination from athletics. V S. Cecić Erpič (ur). *Konec športne kariere*. (str.57) Ljubljana: Fakulteta za šport.
- Ogilvie, B.C. in Taylor, J. (1993a). Career termination in sports: When the dreams dies. V S. Cecić Erpič (ur). *Konec športne kariere*. (str. 8) Ljubljana: Fakulteta za šport
- Ogilvie, B.C. in Taylor, J. (1993b) Career termination issues among elite athletes. V V S. Cecić Erpič (ur). *Konec športne kariere*. (str.56) Ljubljana: Fakulteta za šport.
- Pearson, R. in Petitpas, A. (1990). Transitions of athletes: Developmental and preventative perspectives. *Journal of Counseling and Development*, 69, 7–10.
- Ravnikar, M. (2003). *Vzorčni dejavniki zgodnjega zaključka športne kariere slovenskih jadrancev*. Diplomsko delo, Ljubljana. Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport.
- Reis, S.M. (1995). Older women's reflections on eminence: Obstacles and opportunities. *Roeper Review*, 18(1), 66–72.
- Remer, R., in Watson, J. (1978). Athletes: Counseling for the overprivileged minority. *The personnel and Guidance Journal*, 56, 622–629.

- Rottela, R.J. in Heyman, S.R. (1986). Stress, injury and the psychological rehabilitation of athletes. V S. Cecić Erpič (ur). *Konec športne kariere*. (str.57) Ljubljana: Fakulteta za šport.
- Schlossberg, N.K. (1981) A model for analyzing human adaptation to transition. *The Counseling psychologist*, 9 (2), 2–18 V S. Cecić Erpič (ur). *Konec športne kariere*. (str.55) Ljubljana: Fakulteta za šport.
- Schmid, J. in Schilling, G. (1997). Self-identity and adjustment to the transition out of sport. V R. Lidor in M. Bar-Eli (ur.), *Innovation in sports psychology: Linking theory and practice. Proceedings, Part II* (str.) 608–610). Netanya, Israel: Wingate Institute for Physical Education and Sport.
- Schmidt, U. (1998). Gedanken zum Leistungssport im Kindes- und Jugendalter. *Sport Praxis*, 39, (3), 16-19. V P. Fišer (ur.) *Konec kariere mladih vrhunskih športnikov*. Diplomsko delo, Ljubljana: Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport, (str.19–22).
- Sinclair, D.A. in Orlick, T. (1993). Positive transitions from high-performance sport. *The Sport Psychologist*, 7, 138–150.
- Sinclair, D.A. in Orlick, T. (1994). The effects of transition on high performance sport. V D. Hackfort (ur.). *Psycho-social issues and interventions in elite sport* (str. 29–55). Frankfurt: Lang.
- Smernice razvoja košarke v Sloveniji (2003). Košarkarska zveza Slovenije. Pridobljeno 10.6.2014, iz http://www.kzs.si/fileadmin/user_upload/dokumenti2/Smernice_razvoja.pdf
- Stambulova, N.B. (1993). Two ways of sport career psychological description. V S. Serpa, J. Alves, V. Ferreira in A. Paula-Brito (ur.), *Proceedings of the 8th World Congress Sport Psychology* (str. 762–764). Lisboa, Portugal: Universidade Tecnica de Lisboa.
- Stambulova, N.B. (1998). Sports career transitions of Russian athletes: Summary of studies (1991–97). Prispevek predstavljen na 24th Congress of the International Association of Applied Psychology, San Francisco, ZDA.

- Sussman, M.B. (1972). An analytical model for the sociological study of retirement. V F.M. Carp (ur.), *Retirement* (str. 29–74). New York: Human Sciences.
- Svoboda, B. in Vanek, M. (1982). Retirement from high level competition. V T. Orlick, J.T. Partington in J.H. Salmela (ur.), *Proceedings of the Fifth World Congress of Sport Psychology* (str. 166–175). Ottawa, Canada: Coaching Association of Canada.
- Swain, D.A. (1991). Withdrawal from sport and Schlossberg's model of transitions. *Sociology of Sport Journal*, 8, 152–160.
- Taylor, J. in Ogilvie, B. C. (1994). *A conceptual model of adaptation to retirement among athletes*. *Journal of Applied Sport Psychology*, (str. 1–20). V S. Cecić Erpič (ur). *Konec športne kariere*. (str. 56) Ljubljana: Fakulteta za šport.
- Taylor, J. in Ogilvie, B.C. (1998). Career transition among elite athletes: Is there life after sports. V S. Cecić Erpič (ur). *Konec športne kariere*. (str. 56) Ljubljana: Fakulteta za šport.
- Werhner, P. in Orlick, T. (1983). Transition from sport: Coping with the end. V S. Cecić Erpič (ur). *Konec športne kariere*. (str.58) Ljubljana: Fakulteta za šport.
- Wylleman, P., Alfermann, D. in Lavalley, D. (2004) Career transitions in sport: European perspectives. V M.W. Bruner idr. (ur.) *Entry into Elite Sport: A Preliminary Investigation into the Transition Experiences of Rookie Athletes*. *Journal of applied sport psychology*, 20, (str. 236–252)
- Werthner, P. in Orlick, T. (1986). Retirement experiences of successful Olympic athletes. *International Journal of Sport Psychology*, 17, 337–363.
- Wylleman P., De Knop, P., De Martelaer, K. in Terlynck, P. (1991). Combining top-level sport and university studies: Problems, possible solutions and the need for international perspective. V *Proceedings of CESU Conference* (str. 399–410) Sheffield.
- Wylleman, P. and Lavalley, D. in Alfermann, D. (1999). *Career transitions in competitive sports*. Biel, Switzerland: FEPSAC. V S. Cecić Erpič (ur). *Konec športne kariere*. (str.55) Ljubljana: Fakulteta za šport.

- Wylleman, P. in Lavallee, D. (2004). A developmental perspective on transitions faceb by athletes. V P. Fišer (ur.) *Konec kariere mladih vrhunskih športnikov*. Diplomsko delo, Ljubljana: Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport, (str.19).
- Wylleman, P., Lavallee, D. in Alfermann, D. (2014). Career transitions in sports:European perspective. *SportScience, Psychology of Sport and Exercise*, Pridobljeno 5.11.2014, iz <http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1469029202000493#>
- Zrinski, B., Drvarič, J., Erčulj, F., Jakše, B., Bračič, M. in Hadžič, V. (2008). *Pomembnost tekem za mlade igralce in igralke*. *Trener košarke*, 7 (1), 5–7. Ljubljana: Združenje košarkarskih trenerjev Slovenije.
- Zupančič, M. (1996). *Izbrane teme iz predmeta Razvojna psihologija II*. Ljubljana: Filozofska fakulteta-oddelek za psihologijo. V P. Fišer (ur.) *Konec kariere mladih vrhunskih športnikov*. Diplomsko delo, Ljubljana: Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport, (str.19–22).
- Žibrat, M. (1996). *Košarka od začetka do danes*. Maribor: Miha Žibrat.

