

UNIVERZA V LJUBLJANI  
FAKULTETA ZA ŠPORT

# **OSEBNOSTNE LASTNOSTI PLESNIH UČITELJEV**

DIPLOMSKO DELO

MENTORICA

doc. dr. Meta Zagorc, prof. šp. vzg.

SOMENTORICA

asist. dr. Petra Zaletel, prof. šp. vzg.

RECENZENT

prof. dr. Matej Tušak, univ. dipl. psih.

Avtorica

ANA RAVBAR

Ljubljana, 2014



UNIVERZA V LJUBLJANI  
FAKULTETA ZA ŠPORT  
Športna vzgoja

# **OSEBNOSTNE LASTNOSTI PLESNIH UČITELJEV**

DIPLOMSKO DELO

MENTORICA

doc. dr. Meta Zagorc, prof. šp. vzg.

SOMENTORICA

asist. dr. Petra Zaletel, prof. šp. vzg.

RECENZENT

prof. dr. Matej Tušak, univ. dipl. psih.

Avtorica

ANA RAVBAR

Ljubljana, 2014

## ZAHVALA

*Rada bi se zahvalila mentorici, doc. dr. Meti Zagorc, za vso pomoč pri pisanju diplomskega dela.*

*Zahvaljujem se tudi somentorici, dr. Petri Zaletel, ter recenzentu, dr. Mateju Tušku, za vso usmerjanje, potrpežljivost ter potrebne pripomočke, brez katerih analiza te raziskave ne bi bila mogoča.*

*Prav tako hvala vsem anketirancem za sodelovanje pri raziskavi. Vi ste temelj mojega diplomskega dela.*

*Rada bi se zahvalila tudi moji mami Zvonki in bratu Janu, za brezpogojno ljubezen ter podporo skozi vse moje življenje.*

*Nenazadnje pa gre zahvala tudi vsem mojim najbližjim prijateljem in vsem, ki so izoblikovali mojo izkušnjo študija.*

*Rok, Živa in Maša, brez vas življenje ne bi bilo enako. Hvala za vsak trenutek, ki smo ga preživeli skupaj, kajti prav vsak je neprecenljiv. Hvala vam tudi za vso pomoč in spodbudo pri pisanju diplomske naloge.*

*Luis, Felix ter vsi "Erasmus" prijatelji, še enkrat hvala za najboljših nekaj mesecev izmenjave v Las Palmasu in za nasvete, ki me bodo spremljali vse življenje. Čeprav se nahajate po vsem svetu, imate vsi v mojem srcu eno skupno mesto.*

*Najlepša hvala vsem!*

**Ključne besede:** osebnost, osebnostne lastnosti, plesni učitelji.

## **NASLOV DIPLOMSKEGA DELA**

Osebnostne lastnosti plesnih učiteljev

**Ana Ravbar**

## **IZVLEČEK**

Namen naloge je bil raziskati osebnostni profil plesnih učiteljev v primerjavi s študenti Fakultete za šport. Vzorec merjencev je obsegal 21 plesnih učiteljic in 9 učiteljev, vključenih v usposabljanje za plesnega učitelja Plesne zveze Slovenije, v starosti od 20 do 45 let ter 18 študentk, in 12 študentov Fakultete za šport, v starosti od 21 do 25 let. Struktura osebnostnih lastnosti je bila merjena s srednjo verzijo Freiburškega osebnostnega vprašalnika FPI, ki je pri nas standardiziran. Vprašalnik je sestavljen iz 114 vprašanj in meri devet osebnostnih lastnosti prvega reda (nevrotičnost, impulzivnost, depresivnost, razdražljivost, družabnost, mirnost, dominantnost, zavrtost in iskrenost) ter tri osebnostne lastnosti drugega reda (ekstravertiranost, emocionalna labilnost in maskulinost). Raziskava je pokazala, da pri osebnostnih lastnostih plesnih učiteljic najbolj izstopata družabnost in ekstravertiranost. Med najmanj izraženimi osebnostnimi lastnostmi učiteljic najdemo dominantnost. Najpomembnejše statistične razlike med študenti Fakultete za šport in plesnimi učitelji so se pokazale pri impulzivnosti, družabnosti ter ekstravertiranosti. Študenti so dosegli višje vrednosti pri impulzivnosti ter ekstravertiranosti, plesni učitelji pa pri družabnosti. Glede na spol so razlike med plesnimi učiteljicami in učitelji minimalne, največja statistična razlika se pokaže pri razdražljivosti ter iskrenosti, kjer so moški dosegli višje vrednosti.

**Keywords:** personality, personality characteristics, dance, teachers.

## **TITLE OF THESIS**

Personality Characteristics of Dance Teachers

**Ana Ravbar**

## **ABSTRACT**

The aim of the study was to research the personality profile of a dance teachers in comparison with students of the Faculty of Sports. The sample consisted of 21 female dance teachers and 9 male dance teachers, who are training to become dance teachers at Slovenian Dance Federation, at the age of 20 to 45, and 18 female students and 12 male students of the Faculty of Sports, aged 21 to 25. The structure of personality characteristics was measured with a medium version of the FPI (Freiburg Personality Inventory) adapted and standardized in Slovenia. The version consists of 114 questions and the criteria of nine first-order personality characteristics (neuroticism, impulsivity, depression, irritability, sociability, calmness, dominance, suppression and sincerity) and three second-order personality characteristics (extraversion, emotional instability, and masculinity). Research has shown, that the most exposed personality characteristics of dance teachers are sociability and extraversion. Their most expressed personality characteristic is sociability, but less exposed is dominance. The most important statistical differences among personality characteristics of dance teachers and students of Faculty of Sports have showed among impulsivity, sociability and extraversion. Students have reached higher values at impulsivity and extraversion, dance teachers have reached higher values at sociability. Given the gender differences between dance teachers are minimal, the biggest statistical difference appears among irritability and sincerity, where men have reached the higher values.

## Kazalo

1. Uvod	8
1.1. Osebnost	8
1. 2. Teorije osebnosti	11
1. 3. Osebnostne značilnosti športnika	14
1. 4. Namen oziroma problem naloge	18
2. 1. Preizkušanci	19
2. 2. Pripomočki	19
2. 3. Postopek	20
3. Rezultati in razprava	21
3.1. Razlike v osebnostnih lastnostih med imi plesnimi učitelji in študenti	21
3.2. Razlike med plesnimi učiteljicami in učitelji (po spolu)	26
4. Sklep	28
5. Viri	30

## Kazalo slik

Slika 1. Grafični prikaz odnosa med tremi osebnostnimi dejavniki (Trstenjak, 1976, v Valant Velepec, 2009). .....	9
Slika 2. Razporeditev teorij osebnosti glede na dimenzije človekove narave (biološko, duhovno in socialno) in glede na lokacijo izvora (notranje, zunanje) (Musek, 1999).....	12

## Kazalo tabel

Tabela 1. T-test: primerjava osebnostnih lastnosti plesnih učiteljev in študentov.....	21
Tabela 2. Primerjava osnovnih statističnih značilnosti osebnostnih lastnosti plesnih učiteljic in učiteljev .....	26

## 1. Uvod

“Plesna vzgoja zajema čustveni, razumski in telesni vidik ter s tem prispeva k širšim vzgojnim ciljem, ki težijo k vsestranskemu razvoju osebnosti... Od vseh umetnosti je ples za takšno popolno osebnostno rast še posebej primeren: pomaga pri telesnem razvoju, oživlja domišljijo, postavlja zahteve razumu, pomaga brusiti estetsko tenkočutenje, pogloblja in bogati čustveno doživljanje” (Kos, 1982, str. 103).

S plesom posameznik pridobi podobo o sebi, se zave edinstvenosti svojega telesa in oblikuje svojo telesno sliko. Gibanje spremljajo občutki in zaznave ter navadno prav občutki sprožajo gibanje. Še pogosteje pa se gibamo pod vplivom svojih misli. Ples povečuje samozavest, občutek za delo v skupini, za sočloveka in doseganje skupnih ciljev. Prek plesa postajamo bolj dovzetni za dogajanje v okolju. Ples nam pomaga sklepati nova prijateljstva, nas uči strpnosti in prilagajanja. Ples vzpodbuja kulturno vedenje in gibanje, družabnost, povezanost z drugim spolom ter športno kulturo (Zagorc, 2006).

### 1.1. Osebnost

Izraz “osebnost” se je oblikoval v daljšem obdobju iz pogovornih pojmov, ki v našem in drugih jezikih označujejo osebnost. Naš, slovenski izraz “osebnost”, je izpeljan iz starejšega izraza “oseba”. Ta dva izraza izvorno pomenita “to, kar je svoje” oziroma “to, kar je v sebi”. Nanašata se na človeka in izražata njegovo “dobro” notranjo vsebino (Musek, 1988). Nasprotno pa nekateri drugi narodi (Rusija, Srbija, Hrvaška) uporabljajo izraz “ličnost”, kar izraža zunanji videz oziroma podobo. Še večji odmik od osebnostne notranjosti nakazuje izraz “persona”, ki ga uporabljajo v romanskih in germanskih jezikih. Ta izvorno pomeni masko (Musek, 1977). Tako ugotovimo, da izraz osebnost poudarja notranjo vsebino, izraza ličnost in persona pa predvsem telesni ali umetno ustvarjeni videz človeka. Na prvi pogled bi našli med temi izrazi nasprotje ali celo razhajanje, vendar ni tako. Izrazi se v resnici med sabo prepletajo in povezujejo (Musek, 1977). Tako je osebnost razmeroma trajna in edinstvena celota duševnih, vedenjskih ter telesnih značilnosti, po katerih se posameznik razlikuje od drugih ljudi (Babšek, 2009).

Osebnost zajema notranje ali psihične in zunanje ali telesne in vedenjske vidike. Vključuje telesni videz in obnašanje, hkrati pa tudi posameznikove doživljajske vidike, individualnost, čustva, motivacijo, vrednote in misli. Ne smemo zanemariti niti posameznikove samopodobe, ki predstavlja filter v zaznavanju in komuniciranju z okoljem (Tušak in Tušak, 1997). Tušak in Tušak (1997) osebnostno strukturo delita na:

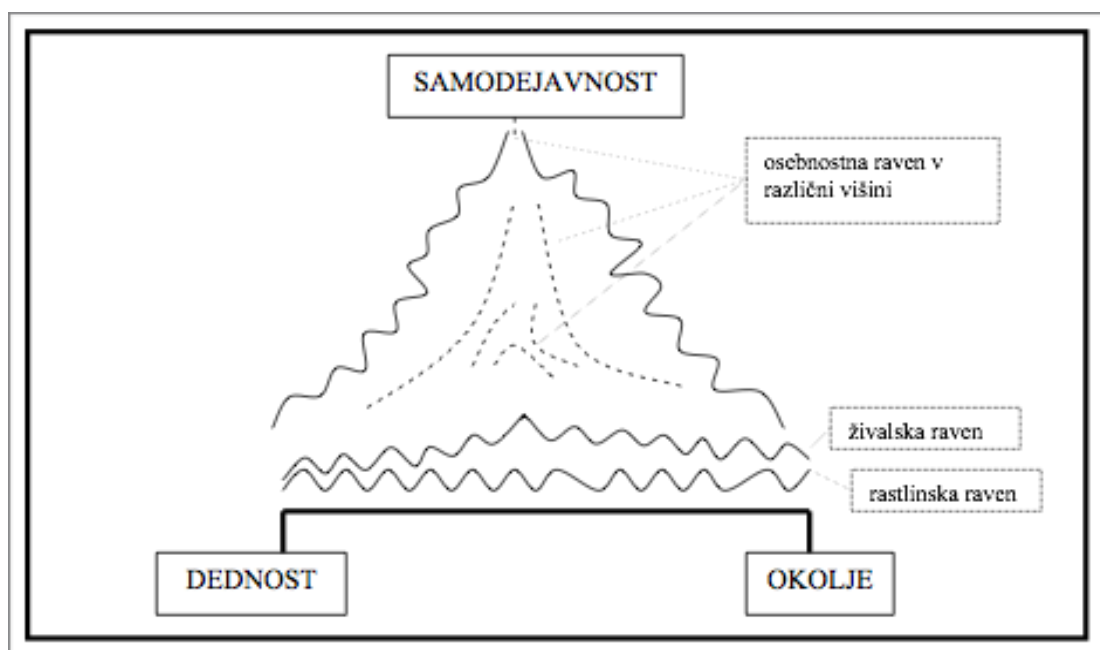
- konstitucijske lastnosti (telesne značilnosti),
- značilnosti temperamenta (načini in kakovost vedenja, odzivanja na dražljaje),
- značaj in karakterne lastnosti (voljne in etično moralne značilnosti vedenja in doživljanja),
- dinamične poteze (motivacijske značilnosti, želje, interesi, stališča, predsodki, vrednote) in
- sposobnosti (različne zmožnosti, spretnosti, kapacitete, storilnost in dispozicije za dosežke).



Musek (1982) določa šest temeljnih karakteristik ali vsebinskih dimenzij osebnosti, ki jih posamezne definicije poudarjajo in h katerim se usmerjajo:

- Prva skupina definicij poudarja "jedro" človeka, njegovo substanco, njegove temeljne dispozicije in kapacitete; notranje bistvo človeka,
- Druga skupina definicij opredeli kot bistveno predvsem posebnost, enkratnost, kvaliteto, specifičnost osebnosti,
- Tretja skupina definicij poudarja strukturo, gradnjo in sistemskost osebnosti, njeno sestavljenost,
- Četrta skupina definicij izpostavi celovitost osebnosti,
- Peta skupina definicij poudarja dinamičnost, razvojnost in procesualni vidik osebnosti,
- Šesta skupina definicij naglašča odnos osebnosti do okolja, zlasti do družbenega in kulturnega.

Človek se ne rodi že kot oblikovana osebnost, ampak se razvija skozi proces življenja. Na razvoj vplivajo različni dejavniki. V psihologiji razvrščamo temeljne osebnostne dejavnike v tri velike skupine (Musek, 1988). Prvo skupino sestavljajo dedni in biološki dejavniki osebnosti. Ti po eni strani zajemajo dedne zasnove in dispozicije, iz katerih se kasneje pod vplivom okolja ter lastne dejavnosti razvije posameznikova osebnost. Po drugi strani pa zajemajo tudi biološko, fiziološko in materialno podlago osebnosti. Drugo skupino tvorijo dejavniki okolja. Ti dajo posamezniku temeljno spodbudo za razvoj osebnosti. Okolje nastopa kot pobudnik osebnostnega razvoja, hkrati vnaša nove, naučene in pridobljene vsebine, ki omogočajo človeku, da preseže naravo zgolj instinktivnega bitja. Med vsemi vplivi okolja so najpomembnejši vplivi socialnega okolja. Tretji, zelo pomemben dejavnik, je posameznikova lastna, avtonomna dejavnost. Brez lastne, samoiniciativne in avtonomne dejavnosti človek ne more sam upravljati svoje lastne usode. Prav predstavlja dimenzijo, po kateri se človekovo ravnanje loči od živalskega in rastlinskega.



Slika 1. Grafični prikaz odnosa med tremi osebnostnimi dejavniki (Trstenjak, 1976, v Valant Velepec, 2009).

Na Sliki 1 je prikazan odnos med tremi osebnostnimi dejavniki; dednimi in biološkimi dejavniki, okoljem in samodejavnostjo.

Musek (1993) je definiriral pet značilnosti, ki označujejo osebnost in omogočajo njeno znanstveno razumevanje:

- *trajnost in spremenljivost*, kjer posameznik ohranja relativno identičnost s samim seboj in to tako v vedenju kot tudi (in to še bolj) v doživljanju. Osebnostna trajnost in stabilnost se razodevata v mišljenju, kjer je bistvo osebnosti v neki trajni in nespremenljivi podstati. Vendar naša samoidentiteta ni absolutna in popolna, človekova osebnost se razvija in se pri tem tudi spreminja;
- *splošnost in individualnost*, saj je po eni strani jasno razvidna splošna narava osebnosti, na drugi strani pa najdemo njeno svojskost in individualnost. Vsak posameznik je kot osebnost kvaliteta zase, niti dve osebi ne moreta biti identični. Za človeka kot vrsto so "navzven" značilne in opredeljujoče generične osebnostne prvine, "navznoter" pa je zanj značilna osebna individualnost. Vsaka osebnost nosi v sebi poleg generičnih prvin tudi individualno svojskost;
- *sledita sestavljenost in celovitost*, osebnost je namreč navznoter kompleksen sistem značilnosti in lastnosti, navzven pa deluje kot celota. Tako v vedenju in doživljanju posameznika lahko odkrijemo mnogoterost, ki je podrejena integralnemu, celostnemu delovanju. Integralnost je bistveno določilo osebnosti, ki pomeni, da so posamezne lastnosti naše dejavnosti povezane v celostni sklop. Ta navznoter razčlenjena celota omogoča skupno in organizirano delovanje sestavnih delov;
- *določenost in avtonomnost* označujeta osebnost, ki se razvija pod vplivom določenih sistemskih zakonitosti, hkrati pa je tudi izvor človekovega avtonomnega delovanja. Stvarnost zelo determinira naše delovanje, vendar lahko človek z lastno aktivnostjo to stvarnost spreminja, si jo podreja in prireja glede na svoje cilje in namene;
- med značilnostmi najdemo še *objektivnost in subjektivnost*, saj se osebnost pojavlja tako v subjektivni kot objektivni obliki. Človek obstaja kot objektivno bitje, vendar je bistveni vidik njegovega objektivnega obstoja to, da obstaja tudi kot subjekt. Kot subjekt je človek neposredno udeležen v lastnem izkustvu, medtem ko naj bi bil v izkustvu drugih zaznan kot objekt.

## 1. 2. Teorije osebnosti

Po Musku (1999) je oblikovanje osebnosti eden izmed temeljnih ciljev vzgoje. V psihologiji so se razvili različni pogledi na človekovo osebnost, zaradi različnih pojmovanj, teorij in predstav o človekovi naravi. Teorij osebnosti je veliko, a Musek (1999) jih razvršča v nekaj večjih skupin:

### - Strukturne teorije

Osebnost sestavljajo dispozicije, ki se izražajo v osebnostnih tipih, potezah in dimenzijah. Pri tej teoriji človekovo osebnost najbolje opišemo s strukturnimi lastnostmi (lastnostmi temperamenta, značaja, sposobnosti in konstitucije): npr. introvertnost, poštenost, inteligentnost ... Hipokratov nauk o štirih temperamentih (koleričnem, sangviničnem, flegmatičnem in melanholičnem) sodi med najstarejše strukturne teorije osebnosti. Nemški psihiater Kretschmer je opisal tri konstitucijske tipe (astenični, piknični, atletski), ki jim ustrezajo shizotimni, ciklotimni in viskozni temperament. Novejše strukturne teorije osebnosti pa izpostavljajo temeljne poteze in dimenzije osebnosti, kot so introvertnost – ekstravertnost, čustvena stabilnost – čustvena labilnost (nevroticizem), blagost – gospodovalnost, vestnost – nevestnost, umska odprtost – zaprtost in druge.

### - Funkcionalne teorije

Osebnost se oblikuje na podlagi psihofizičnih funkcij in njihove koristnosti. Temelj razvoja človeške vrste in razvoja posameznika je prilagajanje. Pri tem se razvijajo sposobnosti in spretnosti. Te omogočajo uspeh na različnih življenjskih področjih (motorične spretnosti, inteligentnost, ustvarjalnost ...). Funkcionalne teorije osebnosti so vplivale na razvoj raziskovanja sposobnosti, zlasti inteligentnosti ter ustvarjalnosti. Najpomembnejši predstavnik te teorije je Charles Darwin z evolucionizmom. Darwinistični in evolucionistični pogledi so vplivali tudi na razumevanje osebnosti in osebnostnih lastnosti.

### - Vedenjske teorije

Na osebnost gledajo strogo s objektivne strani. Temeljni vir predstavljajo zunanji dražljaji. Ne zanimata jih niti zavestno doživljanje, niti nezavedni duševni procesi. Osebnost je vedenjski sistem, ki se oblikuje z zvezami med dražljaji in odzivi. Oblikuje se s pomočjo pogojevanja in drugih oblik učenja. Iz tega vzorca vrojenih odzivov na dražljaje se postopno oblikujejo in razvijajo vsi vzorci obnašanj, ki se jih v življenju naučimo – naše navade, lastnosti, vedenjski sklopi. Od izkušenj in učenja je nato odvisno, v kakšno osebnost se bo posameznik razvil.

### - Socialne teorije

Glavni vir osebnosti so socialni vplivi. Osebnost se oblikuje pod vplivom delovanja zunanjih dražljajev oziroma dejavnikov (družina, vrstniki, šola ...). Posameznik preko njih sprejema kulturne vzorce in norme. Končni rezultat teh vplivov je posameznikova osebnost. Z njihovo pomočjo človek oblikuje svoje lastne poglede na svet in tako razvija svojo osebnost.

### - Humanistične teorije

Pojavile so se kot nadgradnja in reakcija na zgodnja pojmovanja osebnosti. Najpomembnejši predstavnik je Maslow. Predstavniki te teorije so v ospredje postavili lastnosti človekove narave, ki so značilne le za človeka, ne pa tudi za predstavnike manj razvite vrste. Bistvena je hierarhija potreb in motivov; ko človek

zadovolji nižje, temeljne potrebe, začno prevladovati višji motivi v njegovem duševnem območju. Človek je bitje svobode in odločanja ter smisla.

– Kognitivne teorije

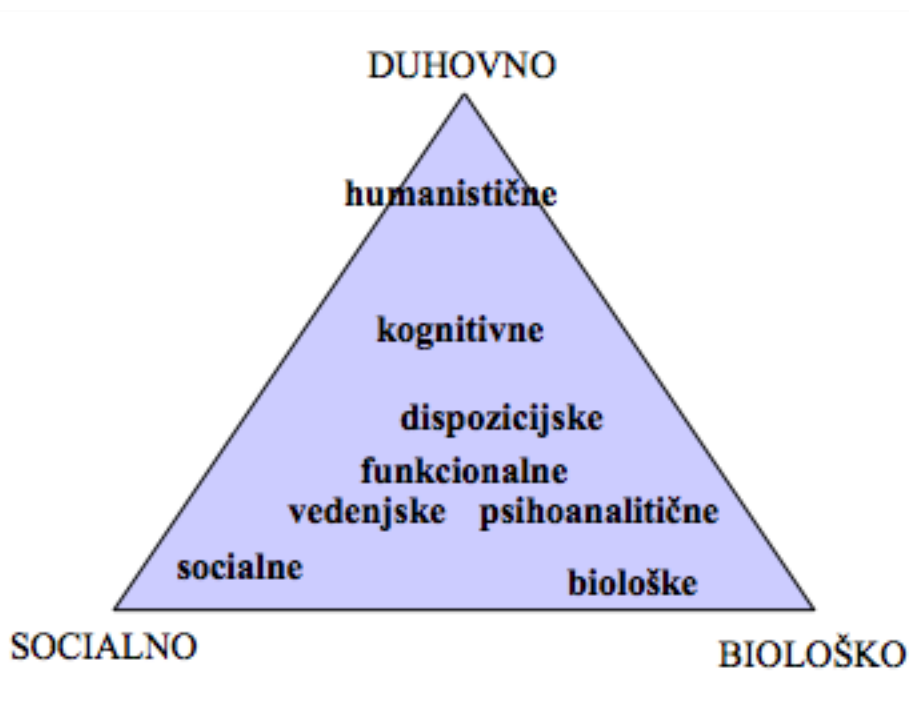
Človek je bitje, ki neprestano sprejema in predeluje informacije ter razmišlja. Ustvarja si svoje lastne predstave o sebi, drugih in o svetu, v katerem živi. Po teh predstavah si posameznik tudi kroji življenje. Od tega, kako človek vidi stvari, je odvisen tudi njegov čustveni odziv, cilji, odnos z drugimi in podobno.

– Psihodinamske teorije

Ukvarjajo se predvsem z gibalni, motivacijsko stranjo osebnosti. Največja predstavnik sta Freud in Jung.

– Teorije osebnosti

Teorije osebnosti so utemeljeni in izdelani ter opredeljeni pogledi na človekovo naravo. Razlikujejo se v mnogih načelih; glede na prvine človekove narave, glede na to, kako jih ocenjujejo, glede na lokacijo izvora osebnosti in podobno. Zanimiva je razporeditev, ki upošteva dimenzije človekove narave in lokacije izvora osebnosti.



Slika 2. Razporeditev teorij osebnosti glede na dimenzije človekove narave (biološko, duhovno in socialno) in glede na lokacijo izvora (notranje, zunanje) (Musek, 1999).

Na Sliki 2 je prikazana razporeditev teorij osebnosti glede na dimenzije človekove narave in lokacijo izvora.

Musek (1988) piše, da je začetnik psihologije osebnosti v modernem smislu in predstavnik psihodinamične teorije osebnosti *Sigmund Freud*. Freud ni pomemben le zaradi novih pojmov, ki jih je vnesel v psihologijo, temveč tudi zato, ker je prvi uveljavil dinamično pojmovanje osebnosti in ker je zgradil prvo koherentno psihološko razvojno teorijo. Sigmund Freud je v svojih številnih delih načel vse temeljne probleme, s katerimi se je kasneje ukvarjala psihologija osebnosti in začrtal smeri, po katerih se kasneje razvijale psihodinamične in druge osebnostne teorije.

Njegova razvojna teorija je pomemben del njegove obče osebnotne teorije. Po Freudu naj bi bil spolni nagon temeljno gibalno človekovega delovanja. Energija spolnega nagona, *libido* (iz lat. libido - poželenje, strast), naj bi bila osnovni vir energije, ki uravnava duševno delovanje. Nagonska dejavnost pa ni enaka že od samega začetka, temveč poteka v zaporednih, biološko določenih razvojnih fazah. Libido se v vsaki razvojni fazi usmerja na novo področje, dokler ni dosežena normalna heteroseksualna usmeritev pri normalni odrasli osebi. Vendar nagonski razvoj ne poteka neovirano. Vplivi okolja se začnejo že kmalu po rojstvu upirati nagonskim težnjam. Po Freudovem prepričanju ti vplivi ne zavrejo v celoti nagonskih teženj, lahko pa vplivajo na nagonski in hkrati tudi osebnotni razvoj. Dejansko okolje določa hitrost, uspešnost in popolnost posameznikove poti skozi posamezne faze psihoseksualnega razvoja. Ta "boj" med nagonskimi silami in okoljem se kaže tudi v osebnotni strukturi posameznika. Pri novorojenčku je osebnotna struktura le skupek nagonskih teženj in impulzov. Šele kasneje začne otrok spoznavati delovanje okolja, predvsem socialnega. Prav med tem spoznavanjem se počasi izoblikuje zavestni del osebnoti, t. i. "ego" (iz lat. ego - jaz). Ego skrbi za ravnotežje med nagonskimi težnjami in zahtevami okolja. Nagonske težnje, ki jih okolje ne odobrava, posameznikov ego potiska in izriva z zavestnega področja, na področje *id* (iz lat. id - ono). V duševni notranjosti pa se izoblikuje še ena struktura t. i. superego (iz lat. super - nad in ego - jaz; "nadjaz"), ki jo sestavljajo najbolj ostre zapovedi okolja, katere se "ponotranjijo" že v zgodnjem otroštvu in postanejo posameznikova notranja vest. Osebnotni razvoj je po Freudu posledica in splet treh temeljnih dejavnikov:

1. delovanja spolnega nagona, ki se oblikuje v fazah posameznikovega razvoja;
2. vplivov okolja, predvsem socialnega in zgodnjega okolja ter
3. dinamike znotraj strukture osebnoti, konfliktov in interakcije med tremi osnovnimi podstrukturami osebnoti; egom, idom in superegom.

Teorije osebnotne rasti poudarjajo vlogo lastne, avtonomne dejavnosti in vlogo "jaza" ter "samega sebe" kot osrednje osebnotne funkcije in strukture, iz katere ta dejavnost izhaja. Pojmovanja osebnotne rasti se med avtorji včasih razlikujejo, pogosteje pa dopolnjujejo. *Carl Gustav Jung* je bil eden izmed predstavnikov te teorije. Po Jungu se oblikujeta dve temeljni strukturi, najprej podzavestni del (deloma oblikovan kot "kolektivna" podzavest), nato pa pod vplivom učenja in spoznavnega razvoja še zavestni del. Kot osrednji del zavestne osebnoti se pri tem formira posameznikov "jaz". Med zavestnim in podzavestnim delom prihaja do nasprotij in, če prevlada zavestni del, pride do premočnega potlačevanja v podzavest, do nevrotičnih pojavov. Če prevladajo podzavestne sile, lahko pride do duševnih pojavov. V najboljšem primeru, v stanju ravnovesja, posameznik poenoti lastno osebnot in vzpostavi njeno delovanje na višji ravni. Sčasoma se po Jungu razvije posebna struktura, ki omogoča preseganje notranjih nasprotij. To je poimenoval "sam sebe". To je dejanski center celotne osebnoti. Ne smemo ga zamenjati z "jazom", ki je le zavestni center. Iz samega sebe pa poleg težnje po zavestnem razvoju izhaja tudi težnja po podzavestnem razvoju in je izvor zmožnosti, da preseže nasprotja med zavestnim ter nezavednim. V procesu individualizacije vsaka oseba teži k temu, da dopolni podobo samega sebe, podobo "popolnega" in "celostnega" človeka (homo totus, totalni človek). Vendar pa mora človek do te podobe priti prek posameznih razvojnih faz. Po Jungu bi lahko večje število razvojnih stopenj razdelili na dva stadija. Meja med njima poteka okoli štiridesetega leta. V prvem prevladujejo zunanji dejavniki in vidiki razvoja, torej predvsem soočanje s svetom, razvoj zavestnega jaza in premagovanje konfliktov iz preteklosti. V drugem stadiju pa je značilna

usmerjenost k individualizaciji, samouresničevanju, kjer se posameznik sooča s "samim seboj", z bistvom osebnosti. V tem delu se "skriva" celovita, totalna osebnost. Na tej stopnji posameznik preseže osebnostna nasprotja in postane "homo totus" (Musek, 1988).

### 1. 3. Osebnostne značilnosti športnika

Raziskav na temo osebnosti športnikov je precej. Nekatere si med seboj sicer nasprotujejo, vendar je to posledica različnih vzorcev uporabljenih v raziskavah (Tušak in Tušak, 1997). Vealey (2002) in McKelvie ter Lemieux in Stout (2003) niso ugotovili razlik v ekstravertiranosti med športniki in nešportniki, medtem ko sta Egloff in Gruhn (1996) pri športnikih ugotovila konstantno večjo ekstravertiranost (Malinauskas in drugi, 2014). Nasprotujoče raziskave so se pojavljale tudi pri raziskovanju razlik v osebnostnih lastnostih med športniki ekipnih in individualnih športov ter med športniki, ki tekmujejo na različnih ravneh tekmovanj (Malinauskas in drugi, 2014).

Vseeno pa lahko govorimo o nekaj konsistentnih ugotovitvah. Tako je bilo ugotovljeno, da so športniki praviloma (Tušak in Tušak, 1997):

- bolj ekstravertirani oziroma odprti navzven v komunikaciji z okoljem (Eysenck s sod., 1982),
- imajo višjo potrebo po storilnosti (Davis in Mogk, 1994; Tušak, 1995),
- imajo močnejšo potrebo po dražljajih in stimulaciji (Cratty, 1989),
- so bolj agresivni (Tušak in Petrovič, 1994) in
- bolj psihično stabilni (Hašek in sod., 1976; Kane, 1978),
- imajo boljšo emocionalno samokontrolo (Ogilvie, in Tutko, 1966) in so bolj čustveno stabilni (Butt, 1987),
- so manj anksiozni (Martens in Gill, 1976; Highlem in Bennet, 1979),
- bolj samozavestni in izražajo več zaupanja vase (Ogilvie, 1968 idr.),
- hkrati so bolj dominantni (Thakur in Thakur, 1980),
- in izražajo večjo stopnjo odgovornosti (Bruner, 1969).

Tušak in Tušak (2003, v Tušak 2012) sta tudi ugotovila, da ukvarjanje s športom pomaga otrokom pri postavitvi ciljev, jih motivira, podaljšuje potrpežljivost ter dviguje frustracijsko mejo. Razlike v osebnosti športnikov povzročajo tudi vpliv športne panoge. Glavne razlike izhajajo med športniki ekipnih in individualnih športnih panog.

Tako so za športnike ekipnih športnih panog pomembne:

- dobre socialne lastnosti,
- socialna inteligentnost,
- sposobnost učinkovitega komuniciranja,
- vodenje,
- reševanje konfliktov in
- frustracijska toleranca ter
- občutljivost na lastne in probleme drugih (Tušak in Tušak, 1997).

Pri športnikih individualnih športnih panog pa so v ospredju:

- dominantnost,
- težnja po individualnosti, ki včasih meji že na sebičnost,
- vztrajnost,
- sposobnost samokontrole in samomotivacije,
- samoodgovornost itd (Tušak in Tušak, 1997).

Pri plesu Zaletelova (2002) ugotavlja, da se pri posamezniku med procesom treninga športnega plesa razvija komunikativna osebnost, ki je do drugih odprta, takšna, ki zna uveljaviti svojo voljo in interese ter stališča, hkrati pa jih zna tudi usklajevati tudi s stališči drugih. Na osebnostne lastnosti športnikov vpliva tudi spol. Ženske so praviloma:

- bolj nevrotične,
- manj mirne oziroma sposobne obvladovanja,
- manj dominantne (bolj obzirne in zmerne, tolerantne in popustljive ter razumevajoče),
- bolj zavrte (plahe, z več strahovi, negotovost pri odločanju, zavrtost v navezovanju stikov),
- manj čustveno stabilne (bolj labilno razpoloženje, depresivna in slaba počutja) in
- izražajo manj moškosti (aktivnost, uveljavljanje, samozavest, podjetnost ipd.),
- manj tekmovalne (Tušak in Tušak, 1997).

Številne raziskave nakazujejo na obojestranski vpliv med športom in osebnostjo. Ugotovili so, da šport zahteva določene osebnostne lastnosti posameznika, ki so specifičnega značaja. Hkrati pa tudi sam šport prav tako pripomore k razvoju novih osebnostnih značilnosti. To nas privede do zaključka, da obstaja obojestranska zveza med športnikovo osebnostjo ter športno in tekmovalno aktivnostjo (Tušak in Tušak, 2001, v Milič 2009).

Pri raziskovanju osebnostnih lastnosti so raziskovalci največkrat uporabili osebnostna vprašalnika Eysencka in Cattella. Cattellova teorija (1957) predpostavlja strukturo osebnosti, ki jo sestavljajo sposobnosti oziroma kognitivne poteze, poteze temperamenta in motivacijske oziroma dinamične poteze. Njegov vprašalnik meri šestnajst faktorjev osebnosti prvega reda in štiri faktorje drugega reda. Eysenck je v svoji hierarhični teoriji osebnosti (1953, 1981) identificiral najmanjše možno število osebnostnih tipov. Trije glavni tipi so: ekstravertnost introvertnost, nevrotizem in psihotizem. Strukturo osebnosti sestavljajo ti trije glavni tipi, pod njimi je nivo potez oziroma skupinski faktorji, sledijo pa jim habitualne reakcije in navade, na najbolj specializiranem nivoju najdemo specifične reakcije. Njegov vprašalnik MPI meri dva med seboj neodvisna tipa: ekstravertnost - introvertnost in nevrotizem (Tušak in Tušak, 1997).

Tušak in Tušak (1997) pišeta, da je pri nas bila večina raziskav narejena z vprašalnikom FPI, ki meri devet osebnostnih lastnosti prvega reda in tri bolj splošne osebnostne lastnosti. Naslov njegovega originala je Das Freiburger Persönlichkeitsinventar, njegovi avtorji pa so Jochen Fahrenberg, Herbert Selg in Rainer Hampel. Oblikovali so ga na podlagi angloameriških vprašalnikov. Obsega osebnostne dimenzije, ki so pomembne pri psihološkem praktičnem in raziskovalnem

delu ter omogoča primerjavo posameznikov z "normalnozdravega" in "kliničnega" področja. Vprašalnik je omejen predvsem na odkrivanje psihične in vegetativne labilnosti, ekstravertnosti in agresivnosti. Je relativno dolg in primeren za posameznike, ki znajo brati, razumeti in odgovoriti na obsežen niz postavk. Obravnavane osebnostne dimenzije so nevrotičnost, spontana agresivnost, depresivnost, razdražljivost, družabnost, obvladanost, reaktivna agresivnost, zavrtost in odkritost. Tri dodatne lestvice so še ekstravertiranost, emocionalna labilnost in maskulinitet, ki jih sestavljajo postavke iz osnovnih lestvic. Bele-Potočnik (1984) v priročniku navaja značilnosti lestvic, sami pa smo dodali tudi prisotnost teh značilnosti pri športnikih oziroma plesalcih:

*FPI 1 - nevrotičnost:* Odraža se z motnjami na vegetativni (krvni obtok, dihala, prebavila) in psihosomatski (motnje spanja, utrudljivost, občutljivost, razdražljivost, nemirnost) ravni. Pogoste so tudi motnje motorike, (ne)občutenje bolečin in močno telesno odzivnost na čustvena stanja. Na nevrotičnost vpliva spol, saj imajo ženske ponavadi izrazito višje vrednosti. To je potrdila tudi Zaletelova (1998), saj je v svoji raziskavi ugotovila, da so plesalke bolj razdražljive.

*FPI 2 - impulzivnost (spontana agresivnost):* Impulzivnost se izraža preko spontanih agresivnih dejanj (telesna, verbalna, fantazijska). Nanjo pa vpliva starost. Mlajši imajo višje vrednosti FPI 2. Impulzivnost v plesu je odvisna od plesne zvrsti (Livescience, 2011).

*FPI 3 - depresivnost:* Opisuje nerazpoloženost (potrtost, pesimizem, slabo voljo, tudi razdražljivost, nezadovoljstvo, čemernost), strah pred nedoločeno nevarnostjo, osamljenost, pomanjkanje koncentracije, občutek manjvrednosti. Puertz (1978) ter Gurely, Neuringer in Massee (1984) so zapisali, da je s plesom možno povečati občutek dobrega počutja in zmanjšati anksioznost ter depresivna razpoloženja (Zaletel, 2002).

*FPI 4 - razdražljivost:* Razdražljive osebe so vzdražljive, imajo nizko frustracijsko toleranco že pri vsakdanjih težavah, so nepotrpežljive, nemirne in hitro pobesniijo ter postanejo agresivne z nepremišljenimi izjavami. Vzkipljive so v afektu. V raziskavah opravljenih na področju plesa je bilo ugotovljeno, da so plesalke bolj razdražljive od plesalcev, saj so bolj čustveno dojemljive (Jarc Šifrar, 2010; Zaletel, 1998).

*FPI 5 - družabnost:* Družabne osebe so tiste, ki imajo potrebo po stikih z ljudmi, so družabne, hitro sklepajo prijateljstva in imajo širok krog znancev. Zanje so značilne živahnost, podjetnost, zgovornost. Družabnost je na splošno značilna za vse, ki se ukvarjajo s športom (Tušak in Tušak, 1997), hkrati pa enako velja tudi za športne pedagoge (Cecić Erpič, 2002, v Caprara in dr., 1997), kamor uvrščamo tudi plesne učitelje.

*FPI 6 - mirnost:* Opisuje samozaupanje, takšne osebe ni lahko razburiti, prenese obremenitve in pretrese. Je dobre volje, zaupljiva, optimistična, zmožna dejanj, rada hitro ukrepa. Nanjo vpliva spol, moški imajo višje srednje vrednosti. Pri plesu so moški plesalci mirnejši in posledično lažje prenašajo stres (Zaletel, 1998).

*FPI 7 - dominantnost (reaktivna agresivnost):* Dominantne osebe uveljavljajo lastne interese, imajo egocentričen pogled na svet in so sumničave. Nagnjene so k avtoritarno- konformističnemu mišljenju. Višje vrednosti dosegajo moški in osebe z



osnovnošolsko izobrazbo. Nasprotno pa je v športu, kjer ne prihaja do velikih razlik med spoloma v dominantnosti (Cox, 1994, v Jugovec, 2005).

*FPI 8 - zavrtost:* Zavrte osebe imajo strah pred javnim nastopanjem in s tem povezane telesne težave (nemir, trepetanje, mehka kolena, prebledevanje, zardevanje, jecljanje). So slabo dejavne, negotove pri odločanju, bojazljive, močno razdražljive, če jih kdo opazuje. Odvisna je od spola, saj ženske dosegajo višje srednje vrednosti. Vendar pa ta odvisnost od spola ne velja v športu, saj so raziskovalci ugotovili, da je za športnice značilna nižja zavrtost (Cox, 1994, v Jugovec, 2005)

*FPI 9 - iskrenost:* Iskrene osebe priznavajo slabosti in napak, ki jih ima vsak, so samokritične, včasih brezskrbne. Nanjo vplivata starost in spol: mlajše osebe, predvsem mlajši moški, imajo nižje srednje vrednosti.

*FPI-E - ekstravertiranost:* Lestvico sestavljajo postavke iz petih lestvic FPI, predvsem iz družabnosti ter impulzivnosti. Visoka vrednost označuje družabnost (potrebo in iskanje stikov z ljudmi, sposobnost njihovega vzpostavljanja, hitro sklepanje prijateljstev), živahnost (neprisiljenost, impulzivnost, zgovornost, oseba ima rada spremembe in zabavo), aktivnost in vznurljivost (podjetnost, oseba vodi, usmerja, doseže svoje, je razdražljiva, včasih neobvladana). Nanjo ima vpliv starost, saj mlajši dosegajo višje srednje vrednosti. Za osebe, ki se ukvarjajo s plesom, je bilo ugotovljeno, da so bolj ekstravertirane kakor tiste, ki se s plesom ne ukvarjajo (Rust, 1969, v Pound, 2007).

*FPI-N - emocionalna labilnost:* Lestvico sestavljajo postavke iz štirih lestvic FPI, predvsem iz depresivnosti in razdražljivosti. Emocionalno labilni so tisti, ki so nerazpoloženi (labilno, pretežno depresivno razpoloženi, potrti, slabe volje), vzdražljivi (hitro prizadeti, vzkipljivi, občutljivi, čemerni, se hitro razjezijo), tuhtajo (izgubijo se v mislih, so raztreseni, sanjarijo, skrbijo) in imajo motnje v kontaktiranju (pogosto občutijo, da jih drugi ne razumejo in jih nepravilno obravnavajo).

*FPI-M - maskulinitet:* Lestvico sestavljajo postavke iz sedmih lestvic FPI, predvsem iz nevrotičnosti in zavrtosti. Visoke vrednosti lestvice predstavljajo aktivno (včasih tudi telesno) uveljavljanje (samozavest, podjetnost, zanesljivost), uravnovešenost razpoloženja in malo telesnih težav. Odvisna je od spola, kjer moški dosegajo višje srednje vrednosti. Plesalci imajo bolj izraženo maskulinitet, so bolj samozavestni in zanesljivi (Zaletel, 1998).

#### 1. 4. Namen oziroma problem naloge

V diplomskem delu nas je zanimal predvsem osebnostni profil plesnega učitelja. Zastavili smo si vprašanje, katere osebnostne lastnosti so najbolj izražene pri plesnih učiteljih. Skupino plesnih učiteljev smo primerjali z vzorcem študentov Fakultete za šport in ugotavljali razlike v njihovih osebnostnih lastnostih. Študenti Fakultete za šport se ukvarjajo z različnimi športi, nekateri tudi s plesom, vsem pa je skupen predmet Ples na fakulteti. Želeli smo ugotoviti tudi razlike v osebnostnih lastnostih med spoloma pri plesnih učiteljih.

Osebnostne lastnosti plesalcev so nekateri že raziskovali in pokazalo se je, da je ena izmed najbolj vplivnih plasti, ki sestavljajo plesalčevo osebnostno strukturo, njegov pogled na prihodnost (Winkelheis, 2001, v Jugovec, 2005). Winkelheis (2001, v Jugovec, 2005) osebnostne lastnosti razvršča v sedem večjih skupin, in sicer glede na cilje in motivacijo ter vrednost. Vsaka posebej označuje specifične značajske lastnosti, ki določajo posameznikovo osebnost. Plesalce lahko glede na njihove prevladujoče osebnostne lastnosti razvrstimo v le-te skupine. Trener lahko s pomočjo te razvrstitve izbere najprimernejši način pristopa do svojih varovancev (Jugovec, 2005).

1. *Len, brezdelen* - nima nobenih ciljev, ne želi si tekmovati, raje se ukvarja z rekreativnim plesom.
2. *Večno nezadovoljen* - trdo trenira, vendar ni nikdar zadovoljen s svojim delom, misli, da ne bo nikdar dosegel uspeha in tudi če ga, je še vedno nesrečen.
3. *Povprečen* - rad ima varnost, prilagodi se vsem pravilom in v skladu z njimi tudi ravna. S plesom ustvarja nova poznanstva in nima pretirane potrebe po zmagi.
4. *Ambiciozen* - ples mu predstavlja izziv in statusni simbol. Želi zmagovati in svoj plesni stil prilagodi splošnemu mnenju, ker je to najboljša možnost za uspeh. Uspeh je pogoj za njegovo srečo.
5. *Zmagovalec* - ima veliko skupnega z ambicioznim, s to razliko, da se uspeha zaveda in želi imeti vse pod nadzorom. Zaveda se tudi, da je za uspeh potreben dober ples, zato se zna izogniti vsem stresnim okoliščinam.
6. *Reformator, ustvarjalec* - rad krši pravila in se ravna po notranjem občutku, kaj je zanj dobro in kaj ne. Rad eksperimentira s plesom in ustvarja nove koreografije. Uspeh ni pogoj za njegovo srečo. Skozi ples želi izraziti svoje občutke, želje in hotenja. Ima moč, da se v ključnem trenutku uravnovesi in usmeri svojo pozornost k doseganju višjih vrednot, ki mu jih prinaša ples.

Cilji raziskave so bili:

- ugotoviti osebnostni profil plesnega učitelja,
- ugotoviti razlike v osebnostnih lastnostih med plesnimi učitelji in učiteljicami.

Na osnovi postavljenih ciljev smo zastavili naslednje hipoteze:

H<sub>01</sub>: Med najbolj izraženo osebnostno lastnostjo plesnih učiteljev in študentov Fakultete za šport ni razlik.

H<sub>02</sub>: Med osebnostnimi lastnostmi plesnih učiteljev in študentov FŠ ni statistično značilnih razlik.

H<sub>3</sub>: Med plesnimi učiteljicami in učitelji prihaja do statistično značilnih razlik pri nevrotičnosti.

## **2. Metode dela**

### **2. 1. Preizkušanci**

Vzorec merjencev je sestavljalo 9 udeležencev in 21 udeleženk usposabljanja za plesnega učitelja Plesne zveze Slovenije v starosti od 20 do 45 let (AS = 30,1 let in std.O = 6,14 leta) in 12 študentov ter 18 študentk Fakultete za šport v starosti od 21 do 25 let (AS = 22,17 in std.O = 1.26 leta).

### **2. 2. Pripomočki**

Uporabili smo Freiburški FPI vprašalnik osebnosti (Bele-Potočnik in drugi, 1984), ki meri dvanajst osebnostnih dimenzij (devet dimenzij prvega in tri dimenzije drugega reda). Vprašalnik je bil oblikovan tako, da so ga študenti in študentke Fakultete za šport izpolnjevali neposredno na list, kjer so bile napisane postavke, udeleženci usposabljanja za plesnega učitelja pa so izpolnjevali elektronsko različico vprašalnika, predvsem zaradi lažjega pridobivanja podatkov. Pri tiskani različici so morali študenti na prvi strani navesti starost in spol. Osebe so morale pri vsaki trditvi označiti odgovor DA ali NE, in sicer glede na svoje vedenje, stališča, stanja ter znake telesnega počutja. Vprašalnik je bil sestavljen iz 114 postavk (srednja verzija vprašalnika), ki so merile devet osebnostnih dimenzij (lestvice FPI-1 do FPI-9):

- nevrotičnost,
- spontano agresivnost,
- depresivnost,
- razdražljivost,
- družabnost,
- mirnost,
- reaktivno agresivnost,
- zavrtost,
- odkritost

in tri dodatne dimenzije (lestvice FPI- E, FPI- N in FPI- M):

- ekstravertiranost,
- emocionalno labilnost,
- maskulinitet.

### **2. 3. Postopek**

Anketiranje je potekalo oktobra 2013. Vprašalniki so bili razdeljeni med študente med predavanji pri predmetu Ples. Anketiranje udeležencev usposabljanja za plesnega učitelja pa je potekalo elektronsko s pomočjo spletne aplikacije MojaAnketa.si, zaradi lažjega pridobivanja podatkov.

Podatke smo obdelali s programom Numbers 3.0.1 for Apple in s statističnim paketom SPSS. S programom SPSS smo izvedli t-test za neodvisne vzorce, da bi ugotovili statistične razlike v osebnostnih lastnostih med plesnimi učitelji in študenti Fakultete za šport ter razlike v osebnostnih lastnostih med plesnimi učiteljicami in učitelji, po spolu.

### 3. Rezultati in razprava

#### 3.1. Razlike v osebnostnih lastnostih med imi plesnimi učitelji in študenti

S pomočjo statističnega paketa SPSS smo naredili t-test neodvisnih vzorcev za primerjavo med osebnostnimi lastnostmi plesnih učiteljic in učiteljev ter študentk in študentov Fakultete za šport. Uporabili smo 95% interval zaupanja. Lastnosti, kjer prihaja do pomembnih razlik imajo vrednost  $p < 0,05$ .

Tabela 1. T-test: primerjava osebnostnih lastnosti plesnih učiteljev in študentov

	PLESNI UČITELJI		ŠTUDENTI		Sig.	t
	AS	SO	AS	SO		
nevrotičnost	5,10	3,17	5,87	2,89	0,266	0,980
impulzivnost	3,60	1,59	5,87	2,33	0,039 *	4,402
depresivnost	4,47	3,06	6,5	2,90	0,522	2,643
razdražljivost	3,17	1,91	5,1	2,34	0,264	3,504
družabnost	11,2	1,86	9,9	2,76	0,046 *	-2,139
mirnost	5,7	2,12	4,9	2,07	0,370	-1,478
dominantnost	2,73	1,76	4,6	2,28	0,165	3,546
zavrtost	3,6	1,69	4,57	1,83	0,627	2,122
iskrenost	7,87	2,76	9,07	2,29	0,433	1,832
ekstravertiranost	8,2	1,67	8,27	2,32	0,049 *	0,128
emocionalna labilnost	4,63	2,89	7,17	2,76	0,924	3,472
maskulnost	7,23	1,89	7,83	2,04	0,478	1,184

\* Obarvane vrstice prikazujejo postavke pri katerih prihaja do pomembnih razlik

V Tabeli 1 je predstavljen t-test pri primerjavi osebnostnih lastnosti med plesnimi učitelji in študenti.

Ugotovili smo, da imajo plesni učitelji med osebnostnimi lastnostmi izpostavljene družabnost, iskrenost, ekstravertiranost in maskulnost (Tabela 1). Do podobnih rezultatov je prišel tudi Devjak (2002).

Devjak (2002) namreč piše, da dobrega učitelja opredeljujejo številne lastnosti, med katerimi so učenci na splošno izpostavili, da je le-ta (prav tam):

- velikodušen,
- zna prisluhni,
- te vzpodbuja,
- verjame vate in mu lahko zaupaš,

- rad te uči oziroma rad uči svoj predmet,
- ti pomaga vzljubiti predmet, ki ga poučuje,
- si vzame čas, da snov dobro razloži,
- ti pomaga, ko se ti zatika,
- ti pove, kako ti gre,
- ti dovoli, da poveš svoje mnenje,
- daje ti občutek, da si pameten,
- z vsemi ravna enako,
- se postavi zate,
- dovoljuje določene spremembe,
- je iskren in je zanesljiv.

Devjak (2002) še dodaja, da so med učenci najbolj cenjene osebnostne lastnosti, ki učitelja definirajo kot:

- strokovnjaka na svojem področju,
- eksperta v vlogi učitelja, ki je dobro organiziran, dobro pripravljen,
- samozavestnega učitelja, odprtega za predloge, drugačne vidike, prilagodljivega in dostopnega,
- učitelj naj se zanima za posamezne učence in preživlja čas z njimi,
- je dosleden v ravnanju z vsakim posameznikom,
- prav tako je dosleden v vedenju (vedno pravičen, vedno enako razpoložen),
- je prijazen, ima smisel za humor,
- seznanj učence z učnimi cilji in zahtevami,
- pozna učence kot individualne osebe, njihove moči in šibkosti,
- zna dobro komunicirati,
- zna voditi razred,
- je prilagodljiv in pripravljen spreminiti prijem in
- poda povratne informacije v primernem časovnem roku.

Glede na dejstvo, da so plesni učitelji delavci v športu in učence učijo športnih vsebin, jih lahko umestimo tudi med športne pedagoge. Pri športnih pedagogih so Cecić Erpič in drugi (2002, v Caprara in dr., 1997) ugotovili, da bi idealen športni pedagog moral biti ekstravertiran in družaben, imeti mora predispozicije vodje, hkrati pa naj bi bil zgovoren oziroma komunikativen posameznik, ki se zna sproščeno vesti v različnih situacijah. Morali bi ga zanimati problemi in težave drugih, poleg tega bi moral biti vljuden, se držati pravil in časovnih rokov ter biti visoko motiviran za delo. Znati bi moral nadzorovati svojo tesnobo ter ohraniti čustveno stabilnost. Hkrati bi moral biti izviren in ustvarjalen ter splošno razgledan in informiran. Visoke vrednosti aritmetičnih sredin ih plesnih učiteljev kažejo (Tabela 1), da so v povprečju družabni, iskreni (odkriti), ekstravertirani ter maskulini. Skupek teh osebnostnih lastnosti pomeni, da hitro sklepajo prijateljstva, so živahni in zgovorni. Imajo širok krog znancev, so samokritični in včasih brezskrbni. Ponavadi so družabni, živahni, aktivni in vzburljivji ter se aktivno uveljavljajo. Poleg tega je njihovo razpoloženje uravnovešeno in imajo malo telesnih težav. Nizke vrednosti aritmetičnih sredin prikazujejo, da plesni učitelji v povprečju niso impulzivni (spontano agresivni), razdražljivi, dominantni (reaktivna agresivnost) ter zavrti. Za njih niso značilna spontana agresivna dejanja, se obvladajo, so potrpežljivi in mirni ter v afektu niso vzkipljivi. Ne uveljavljajo lastnih interesov, nimajo egocentričnega pogleda na svet ter ne izražajo svoje agresivnosti (telesne, verbalne, fantazijske) in sumničavosti.

Nagnjeni so k demokratičnemu razmišljanju. Pri komuniciranju niso plahi in zadržani ter nimajo težav in strahu pred javnim nastopanjem. Znajo pa korektno sprejemati odločitve.

Med vsemi analiziranimi osebnostnimi lastnostmi velja izpostaviti družabnost in ekstravertiranost, saj ti dve osebnostni lastnosti pri plesnih učiteljih najbolj izstopata. Luck in drugi (2009, v Luck, 2012) namreč pravijo, da se prav ekstravertiranost najbolj izraža skozi gibanje telesa. Dodaja, da je najbolj povezana s hitrimi gibi glave, rok in centra telesa. Avtorji so (prav tam) tudi zapisali, da se ekstravertiranost močno odraža v povečanem "lokalnem" gibanju, "globalnem" gibanju, tekočem gibanju rok, hitrosti glave in razdalji med rokami. Ti vzorci obnašanja so bili zaznani med tipičnem obnašanjem visoko ekstarvertiranih oseb, ki so ponavadi polne pozitivnih čustev, energične ter pogosto iščejo požitve. Te trditve se ujemajo z ugotovitvijo raziskovalca Petridesa (2006), ki zatrjuje, da so plesalci baleta nasprotno povečini bolj introvertirani. Ugotovitev lahko pojasnimo s tehniko baleta, saj so za balet značilne točno določene pozicije, iz katerih je sestavljeno gibanje. Zanimiva je tudi ugotovitev, ki pravi, da družabnost ni bistveno povezana z zmožnostjo plesanja. Ta ugotovitev nas nadalje pripelje do vprašanja ali se posamezniki začnejo ukvarjati s plesom, ker so družabni in ali si to lastnost oblikujejo med procesom treninga (Petrides in drugi, 2006).

Zaletelova (1998) je ugotovila, da je družabnost poleg ekstravertiranosti najbolj izražena osebnostna lastnost pri plesalkah in plesalcih sodobnega - jazz plesa in rokenrola. Ta značilnost izhaja iz njihovega načina treniranja, saj trenirajo skupinsko. Jugovec (2005) dodaja, da plesalci in plesalke morda sploh niso pozorni oziroma nimajo posebne potrebe po družabnosti, saj se neprestano nahajajo v skupini. Tako so na druženje navajeni in se jim to zdi normalno. Nasprotno pa plesalci baleta nimajo toliko telesnega stika med seboj, čeprav najverjetneje tudi oni trenirajo skupaj in so, kot so ugotovili Petrides in drugi (2006), bolj introvertirani. Introvertiranost je značilna tudi za športnike drugih panog, kjer udeleženci nimajo neposrednega in neprestanega stika z drugimi osebami (npr. plezalci) (Tušak in Tušak, 1997). Tušak in Tušak (1997) še ugotavljata, da športniki, pri katerih je družabnost visoko na lestvici osebnostnih lastnosti, vidijo v tekmovanju in športu možnost navezovanja medsebojnih stikov. Zanje je izredno pomembno, da so sprejeti, cenjeni med ostalimi ter da uživajo v skupnem tekmovanju in zabavi z drugimi udeleženci. Prav tako je tudi v svoji raziskavi ugotovila Zaletelova (1998), ki je dokazala, da plesalci v plesu najdejo svoj življenjski cilj in preko plesa navežejo prijateljske in osebne stike.

Od plesnega učitelja je odvisno ali bo pritegnil ali odvrnil učence od plesa. Dober plesni učitelj bo učenca spodbujal pri njegovih močnih točkah, pri šibkih pa mu bo postavljajl dosegljive cilje. Tako bo učencu vzpodbudil zaupanje v lastne sposobnosti, samospoštovanje in občutek lastne vrednosti. Dober plesni učitelj zna učenca poslušati, zna obdržati zaupne stvari, učenca spoštovati in se mu približati. Tako pri vadečem pridobi zaupanje in učenec dobi občutek varnosti, pripadnosti in povezanosti. Plesni učitelj mora znati nadzorovati lastno vedenje v različnih situacijah, je optimističen, zaupa vase in je potrpežljiv. Hkrati pa je tudi zanesljiv, komunikativen, razumevajoč, prijazen, poln energije, prilagodljiv in vztrajen ter ljubezniv (Kotnik, 2013). Van Rossum (2004) je ugotovil, da spol pri vlogi idealnega plesnega učitelja ne igra nobene pomembne vloge. V njegovi raziskavi se je izkazalo, da spol učitelja za učence ni pomemben, zato je lahko idealni plesni učitelj tako ženskega kot tudi moškega spola.

Trditve avtorjev smo potrdili tudi z lastno raziskavo, kjer smo ugotovili, da tak profil plesnega učitelja ustreza stereotipu, kakšen naj bi pedagog bil. Glede na naravo njegovega dela je nujno, da ima učitelj navedene osebnostne lastnosti, saj mora v svojem učnem okolju ustvariti pozitivno klimo. Plesni učitelji imajo visoko izražene vse osebnostne lastnosti, ki so pomembne za uspešno učno klimo in dobro počutje učencev. Najbolj izražena osebnostna lastnost plesnih učiteljev je družabnost, najmanj izražena pa dominantnost.

Analizirali smo tudi aritmetične sredine študentov. Visoke vrednosti aritmetičnih sredin študentov kažejo (Tabela 1), da so v povprečju družabni, hitro sklepajo prijateljstva, so živahni in zgovorni ter imajo širok krog znancev. Običajno so iskreni (odkriti), ekstravertirani, emocionalno labilni ter maskulini. Te osebnostne lastnosti nam povejo, da priznavajo svoje napake, so samokritični in včasih brezskrbni. Največ časa so družabni, živahni in aktivni. Včasih so nerazpoloženi, vzdražljivi ter veliko tuhtajo oziroma premišljujejo. Pogosto občutijo, da so nerazumljeni. Študenti se aktivno uveljavljajo, njihovo razpoloženje je uravnovešeno in imajo malo telesnih težav. Nizke vrednosti aritmetičnih sredin nam prikazujejo, da študenti v povprečju niti niso zavrti niti dominantni (reaktivna agresivnost). Pri komuniciranju niso plahi in zadržani ter nimajo težav oziroma strahu pred javnim nastopanjem. Odločni so pri odločanju, pogosto ne uveljavljajo lastnih interesov, nimajo egocentričnega pogleda na svet ter ne izražajo svoje agresivnosti in sumničavosti. Nagnjeni k demokratičnemu razmišljanju.

Ugotovili smo, da je ena izmed najbolj izraženih osebnostnih lastnosti študentov Fakultete za šport ekstravertiranost, vendar pa med vsemi najbolj prevladuje družabnost. Iz rezultatov lahko tako zaključimo, da imajo tako plesni učitelji tako kot študenti najbolj izraženo osebnostno lastnost, družabnost.

**Na osnovi teh rezultatov lahko prvo hipotezo  $H_{01}$  potrdimo, saj je družabnost najbolj izražena osebnostna lastnost tako plesnih učiteljev, kakor tudi študentov.**

Poleg primerjave aritmetičnih sredin smo izvedli tudi t-test (Tabela 1), pri katerem so se pokazale statistično pomembne razlike v osebnostnih lastnostih med plesnimi učitelji ter študenti. Statistične razlike v osebnostnih lastnostih med plesnimi učitelji in študenti so se pokazale pri:

- impulzivnosti,
- družabnosti
- in ekstravertiranosti.

Pri razlagi in interpretaciji vrednosti posameznih postavk smo se opirali na priročnik za uporabo Freiburškega vprašalnika (Bele-Potočnik in drugi, 1984). V priročniku za uporabo Freiburškega vprašalnika (Bele-Potočnik in drugi, 1984) so avtorji zapisali, da na visok rezultat pri postavki impulzivnosti vpliva starost. Povprečna starost študentov v naši raziskavi je 22,17 let, plesnih učiteljev pa 30,1 let. Tako je bila razlika pri impulzivnosti pričakovana, saj so študenti v povprečju mlajši in višje vrednosti pri tej postavki dosegajo prav mlajše osebe. To je potrdila tudi statistična razlika, ki smo jo pridobili s statistično obdelavo (Tabela 1). Poleg starosti študente razlikuje od plesnih učiteljev tudi različen nabor športov, s katerimi se ukvarjajo.



Raziskave so pokazale (Hickmann, 2004), da so športniki po naravi bolj impulzivni in ta lastnost jim služi za funkcionalne namene. Hickmann (2004) je v svojem raziskovanju impulzivnega vedenja igralcev ameriškega nogometa ugotovila, da so igralci s povečano impulzivnostjo uspešnejši na tekmah ter posledično tudi v svoji profesionalni karieri. Nasprotno pa so tisti, ki ne reagirajo v trenutku, v svojem početju slabši. Coles (1997) piše tudi o impulzivnosti med borilnimi veščinami, kjer ugotavlja, da športniki dolga leta trenirajo svojo tehniko na bazi akcije-reakcije, da bi zagotovili popolni odziv brez razmišljanja. Znanstveniki iz Avstrije so primerjali plesalce modernega plesa, baleta in jazz-a ter ugotovili, da so plesalci jazz-a bolj impulzivni, v primerjavi z drugima dvema skupinama (Livescience, 2011). Plesalci modernega plesa morajo na odru večkrat improvizirati, nasprotno pa so baletniki bolj vezani na koreografijo in prav to naj bi pojasnilo povečano impulzivnost (Livescience, 2011). Na splošno v plesu, v primerjavi z športi, ki smo jih prej navedli (ameriški nogomet, borilne veščine), okoliščine niso tako spremenljive. Primarna naloga plesalcev na treningih je izpiliti tehniko in koreografijo, ki jo predstavijo na tekmovanjih. Zato, tudi impulzivnost za vse plesalce nima bistvenega pomena, se pa razlikuje glede na vrsto plesa, s katero se plesalci ukvarjajo.

Ena izmed najpomembnejših osebnostnih lastnosti v naši raziskavi je vsekakor družabnost. Dils (2007) pravi, da ima družabnost v plesu velik pomen. Deklice se pridružijo plesni dejavnosti (npr. ljudskemu plesu) zaradi potrebe po združevanju in ker to omogoča posamezniku, da lahko nastopa pred javnostjo brez izpostavljanja. Prav ta želja po spoznavanju drugih ljudi, biti del skupine, je pri plesu pomembna. Pri plesu prihaja do fizičnega kontakta, vendar ne agresivnega, temveč usklajenega. Pri družabnosti so najvišje vrednosti dosegali plesni učitelji, vendar tudi študenti niso veliko zaostajali. Glede na to, da se plesni učitelji ukvarjajo z enako dejavnostjo, je logično, da bodo dosegli višje vrednosti v nasprotju s študenti, saj ti prihajajo iz različnih športnih panog, tudi takih pri katerih ta lastnost ni najvišje rangirana.

Pri raziskovanju ekstravertiranosti je značilno, da mlajši dosegajo višje vrednosti (Bele-Potočnik in drugi, 1984). To se je pokazalo tudi v naši raziskavi, vendar plesni učitelji ne zaostajajo veliko za študenti. Glede ekstravertiranosti Zaletelova (1998) ugotavlja, da se prek športnega plesa razvija komunikativna, odprta osebnost, takšna, ki zna uveljaviti tako sebe, kot tudi svoje interese in stališča. Hkrati pa jih zna usklajevati z drugimi. Pound in drugi (2007) nadalje dodajajo, da je ekstarvertnost zelo povezana z dejavnostjo dvorjenja, kot je npr. ples. Posamezniki, ki se ukvarjajo s plesom, so dejansko bolj ekstarvertirani kakor tisti, ki se s plesom ne ukvarjajo (Rust, 1969, v Pound in drugi, 2007). Rezultati teh raziskav nam pomagajo razložiti tudi naše rezultate. Plesni učitelji v naši raziskavi imajo statistično manj izraženo ekstravertiranost kakor študenti. Ker vemo, da pri ekstravertiranosti mlajši dosegajo višje vrednosti (Bele-Potočnik in drugi, 1984), lahko rečemo, da so plesni učitelji zelo ekstravertirani, kar je dokazal že Rust (1969, v Pound in drugi, 2007), s trditvijo, da so osebe, ki se ukvarjajo s plesom bolj ekstravertirane kakor tiste, ki se s plesom ne ukvarjajo. Baker (1991, v Alexandrovich, 2014) pravi, da plesalce iste plesne zvrsti združujejo enake osebnostne lastnosti, npr. baletna subkultura privlači osebe s posebnimi osebnostnimi lastnostmi. Alexandrovich (2014) je ugotovila, da profesionalni ples baleta privlači visoko ekstravertirane osebe, ta lastnost naj bi se razvijala tudi med procesom nastopanja. Pravi, da morajo biti plesalci polni energije, navdušenja ter sposobni usmerjanja pozornosti na sebe. Ugotovitev

Alexandrovicheve (2014) pa se ne sklada z ugotovitvami raziskovalcev, ki so dognali, da so prav baletniki bolj introvertrane osebe (Petrides in drugi, 2006).

**Na osnovi pridobljenih rezultatov lahko drugo hipotezo  $H_{02}$  ovržemo, saj je med plesnimi učitelji in študenti Fakultete za šport prišlo do statistično značilnih razlik in sicer pri impulzivnosti, družabnosti ter ekstravertiranosti. Izmed teh treh postavk, so plesni učitelji dosegli višje vrednosti le pri družabnosti.**

### 3.2. Razlike med plesnimi učiteljicami in učitelji (po spolu)

Študije, ki so se ukvarjale s primerjavo med spoloma, so pokazale, da so športnice po osebnosti zelo podobne športnikom, saj izražajo nekatere tipično moške osebnostne lastnosti, npr. tekmovalnost, visoka dominantnost, čustveno stabilnost, nižjo nevrotičnost ter zavrtost. Te izražene lastnosti otežujejo športnicam normalno zasebno življenje, saj so v nasprotju s tradicionalnim pojmom ženske, kot zavrti, plahe in netekmovalne (Cox, 1994, v Jugovec, 2005). Plesalke pritegnejo pozornost okolice s svojo plesno sposobnostjo ter estetiko videza in plesanja. Prav prek tega skušajo dati vtis samozavesti. Skušajo zadovoljiti pričakovanja okolice ter si tako ustvariti idealen jaz, ki pa je največkrat v nasprotju z njihovim privatnim jazom in to pogosto pripelje do konfliktnih situacij (Zagorc, Simončič, Zaletel in Tušak, 2002, v Jugovec, 2005).

Tabela 2. Primerjava osnovnih statističnih značilnosti osebnostnih lastnosti plesnih učiteljic in učiteljev

	PLESNE UČITELJICE		PLESNI UČITELJI		Sig.	t
	AS	SO	AS	SO		
nevrotičnost	5,14	3,18	5,00	3,32	0,932	0,111 0,109
impulzivnost	3,38	1,56	4,11	1,62	0,964	-1,160 -1,145
depresivnost	4,29	3,07	4,89	3,18	0,596	-0,488 -0,481
<b>razdražljivost</b>	<b>3,14</b>	<b>2,17</b>	<b>3,22</b>	<b>1,20</b>	<b>0,031 *</b>	<b>-0,102</b> <b>-0,128</b>
družabnost	11,19	2,06	11,22	1,39	0,614	-0,42 -0,49
mirnost	5,57	2,13	6,00	2,18	0,914	-0,501 -0,497
dominantnost	2,67	1,71	2,89	1,96	0,443	-0,312 -0,295
zavrtost	3,57	1,69	3,67	1,80	0,931	-0,139 -0,135
<b>iskrenost</b>	<b>7,38</b>	<b>3,02</b>	<b>9,00</b>	<b>1,66</b>	<b>0,048 *</b>	<b>-1,502</b> <b>-1,881</b>
ekstravertiranost	7,86	1,71	9,00	1,32	0,428	-1,782 -1,978
emocionalna labilnost	4,86	3,21	4,11	2,03	0,103	0,640 0,766
maskulnost	7,14	1,85	7,44	2,07	0,769	-0,395 -0,377

\* Obarvane vrstice prikazujejo postavke pri katerih prihaja do pomembnih razlik

V Tabeli 2 je predstavljen t-test pri primerjavi osebnostnih lastnosti plesnih učiteljic in učiteljev po spolu, iz tabele pa lahko razberemo pomembne razlike v osebnostnih lastnostih med plesnimi učiteljicami in učitelji.

Statistično pomembne razlike med plesnimi učiteljicami in učitelji po spolu so se pokazale pri razdražljivosti in iskrenosti (Tabela 2). Razdražljivost ni odvisna od spola, je pa povezana z iskrenostjo (Bele-Potočnik in drugi, 1984). Ta povezava se je pokazala tudi v naši raziskavi. Zaletelova (1998) je ugotovila, da so plesalke, v nasprotju s plesalci, bolj razdražljive in zaskrbljene. Domneva, da dajo plesalke prevelik poudarek pričakovanjem okolice - družine, trenerjev, prijateljev. Vsi simptomi so še močnejše prisotni, kadar je plesalka pod pritiskom javnosti, trenerja ali lastnih pričakovanj. Prav tako je do podobnih ugotovitev prišla Jarc Šifrar (2010), ki plesalce opisuje kot osebe z večjo čustveno kontrolo in večjo kontrolo impulzov, v primerjavi s plesalkami. Jarc Šifrar je zapisala tudi, da so plesalci bolj čustveno stabilni ter manj impulzivni kakor plesalke. Plesalke so se izkazale za čustveno ranljivejše ter osebe s slabšo kontrolo svojih čustev. Jarc Šifrar (2010) je čustveno stabilnost pri plesalcih povezala s stresnimi situacijami. Pravi, da plesalci lažje prenašajo čustvene ter stresne situacije, ki so pogojene s fizično utrujenostjo. Ravno nasprotno pa smo ugotovili v naši raziskavi. Izkazalo se je, da razdražljivost prevladuje pri moškem spolu. To pomeni, da so plesni učitelji ponavadi bolj vzkipljivi, nemirni ter nepotrpežljivi. To si lahko razlagamo z ugotovitvijo, ki pravi, da tako moški kot ženske v stresnih situacijah izkusijo močan dotok kemijskih snovi in hormonov ter zaradi tega moški običajno reagirajo takoj, saj so njihove poti za agresivnost bolj neposredne od ženskih (Brizendine, 2008, v Šifrar, 2010).

Razlike so se pokazale tudi pri iskrenosti. Tu bi morale ženske dosegati višje vrednosti, saj je nizka vrednost te postavke značilna predvsem za mlajše moške (Bele-Potočnik in drugi, 1984). Naši rezultati so pokazali ravno nasprotno. Nižje vrednosti pri ženskemu spolu lahko povežemo z raziskavo Zaletelove (1998), v kateri je ugotovila, da so plesalke bolj zaskrbljene v nasprotju z moškimi, ki so bolj brezskrbni. Vzrok je pritisk in pričakovanja okolice in ljudi, s katerimi je plesalka v procesu treniranja. Tako ugotavlja, da so plesalci in plesalke družabni in socialni, v pozitivnem odnosu do okolice in v večji meri od nje odvisni ter tudi pripravljeni, da se ji podredijo. Tudi zahteve občinstva po lepoti plesalk in dominantnosti plesalcev usmerjajo vedenje plesalcev in plesalk. Ta vzorec se najverjetneje nadaljuje tudi naprej v karieri plesalk, pri plesnem poučevanju, saj se veliko plesalk po končani plesni karieri posveti poučevanju.

**Na osnovi pridobljenih rezultatov lahko tretjo hipotezo H<sub>3</sub> ovržemo, saj so se statistično značilne razlike pokazale pri razdražljivosti in iskrenosti.**

#### 4. Sklep

V diplomski nalogi smo se osredotočili na osebnostne lastnosti plesnih učiteljev, ki smo jih primerjali z osebnostnimi lastnostmi študentov Fakultete za šport. V raziskavo je bilo vključenih 21 plesnih učiteljic in 9 učiteljev usposabljanja za plesnega učitelja Plesne zveze Slovenije, starih od 20 do 45 let ter 18 študentov in 12 študentk Fakultete za šport v starosti od 21 do 25 let. Da bi ugotovili njihove osebnostne lastnosti smo uporabili srednjo verzijo Freiburškega vprašalnika s 114 postavkami. Dobljene podatke smo statistično obdelali in izračunali osnovne statistične karakteristike.

Izračuni aritmetičnih sredin so nam pokazali, da je plesni učitelj družaben, iskren, ekstravertiran in maskulin ter se ne nagiba k impulzivnosti, razdražljivosti, dominantnosti ter zavrtosti. Te osebnostne lastnosti nam kažejo, da profil, ki se je pokazal v naši raziskavi, ustreza stereotipu dobrega pedagoga. S temi lastnostmi lahko plesni učitelj ustvari ugodno klimo za poučevanje, v kateri se učenec lahko sprosti, se dobro počuti in je dojemljiv za učenje. Pri analizi povprečnih vrednosti osebnostnih lastnosti študentov smo ugotovili, da so študentje družabni, iskreni, ekstravertirani, emocionalno labilni ter maskulini. Nasprotno so študenti dosegali nizke vrednosti pri zavrtosti in dominantnosti, kar nam pokaže, da se k tema dvema lastnostima ne nagibajo.

Po primerjavi aritmetičnih sredin osebnostnih lastnosti plesnih učiteljev in študentov smo razbrali, da imata obe skupini, tako plesni učitelji kakor tudi študenti, izmed raziskovanih osebnostnih lastnosti najbolj izraženo družabnost. S tem smo potrdili prvo hipotezo  $H_{01}$ , kjer smo zapisali, da je najbolj izražena osebnostna lastnost pri študentih in pri plesnih učiteljih, enaka.

Pri analizi statistično značilnih razlik med plesnimi učitelji ter študenti smo ugotovili, da do njih prihaja pri impulzivnosti, družabnosti in ekstravertiranosti. Pokazalo se je, da so plesni učitelji družabnejši, študenti pa impulzivnejši ter bolj ekstravertirani. S to ugotovitvijo smo ovrgli drugo hipotezo  $H_{02}$ , ki pravi, da med plesnimi učitelji ter študenti ni statistično značilnih razlik. To kaže na raznolikost športnih področij, s katerimi se ukvarjajo študenti. Nasprotno pa so plesni učitelji družabnejši, kar je posledica ukvarjanja z enako dejavnostjo. Seveda je to ena najpomembnejših lastnosti učitelja na splošno, kar so potrdile tudi visoke vrednosti te postavke pri študentih. Nižje vrednosti družabnosti pri študentih v primerjavi s plesnimi učitelji, si lahko razložimo kot posledico velikega spektra različnih športnih aktivnosti. Rezultati naše raziskave so se ujemali z trditvami priročnika za analizo Freiburškega vprašalnika, avtorjev Bele-Potočnik in drugih (1984).

Primerjali smo tudi rezultate plesnih učiteljic in učiteljev. Pričakovali smo, da bodo pri postavkah odvisnih od spola odstopanja večja, vendar se je izkazalo, da so vse razlike minimalne oziroma jih sploh ni. Ta ugotovitev se ujema tudi z drugimi raziskavami. Največji statistično značilni razliki sta se pokazali v razdražljivosti in iskrenosti. Tu so moški dosegli višje vrednosti. S to ugotovitvijo smo ovrgli tretjo hipotezo  $H_3$ , ki pravi, da se statistično značilne razlike pokažejo pri nevrotičnosti.

Diplomsko delo bi bilo lahko zanimiva iztočnica in pomoč pri nadaljnjih raziskavah osebnostnih lastnosti na področju plesa, še posebno v smeri poučevanja plesa. V nadaljnje bi utegnilo biti zanimivo raziskavo tudi bolj razširiti in razčleniti ter preučiti

razlike in podobnosti osebnostnih lastnosti plesnih učiteljev različnih starostnih skupin, zvrsti plesa ter trenerskega dela.

## 5. Viri

- Alexandrovich, M. (2014). Man and women like to dance... V M. Jarecka-Zyluk in O. Holz (ur.), *Gender and education from different angles* (str. 11-26). Münster: LIT Verlag
- Babšek, B. (2009). *Osnove psihologije: skrivnosti sveta v nas*. Celje: Celjska Mohorjeva družba: Društvo Mohorjeva družba.
- Bele-Potočnik, Ž., Hruševar-Bobek, B. in Tušak, M. (1984). *Freiburški osebnostni vprašalnik, FPI: priročnik: dopolnjena oblika*. Ljubljana, Zavod SR Slovenije za produktivnost dela, Center za psihodiagnostična sredstva.
- Cecić Erpič, S., Boben, D., Zabukovec, V. in Škof, B. (2002). Dejanske in želene osebnostne lastnosti športnih pedagogov. *Psihološka obzorja*, 11(4), 87-102
- Coles, M. (1997). Impulsivity in major mental disorder. V C.D. Webster in M.A. Jackson (ur.), *Impulsivity: Theory, Assessment and Treatment* (str. 180-194). New York: The Guilford press.
- Devjak, T. (2002). *Etična in državljanska vzgoja v osnovni šoli*. Ljubljana: Zavod RS za šolstvo
- Dils, A., (2007). Social history and dance as education. V L. Bresler (ur.), *International Handbook of Research in Arts Education* (str. 103-112). Illinois: Springer.
- Hickmann, S. (2004). *Impulsivity as a predictor of athletic success and negative consequences in NFL football players* (Doktorska disertacija, University of Massachusetts Amherst). Pridobljeno iz <http://www.proquest.com>
- Jarc Šifrar, T. (2010). *Ujemanje osebnostnih dimenzij, emocionalne inteligentnosti in socialnih spretnosti med plesalko in plesalcem v športnem plesu*. (Magisterska naloga, Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport). Pridobljeno iz <http://www.fsp.uni-lj.si/COBISS/Mag/Magisterij22M00150JarcSifrarTina.pdf>
- Jugovec, T. (2005). *Osebnostne lastnosti slovenskih plesalk*. (Diplomsko delo). Ljubljana: Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport.
- Kos, N. (1982). *Ples - od kod in kam*. Ljubljana: Zveza kulturnih organizacij Slovenije.
- Kotnik, K. (2013). *Ples v predšolskem obdobju*. (Diplomsko delo). Fakulteta za šport, Ljubljana.
- Luck, G., Saarikallio, S., Thompson, M., Burger, B. in Toiviainen, P. (Julij, 2012). Do Opposites Attract? Personality and Seduction on the Dance Floor. V E. Cambouropoulos, C. Tsougras, P. Mavromatis in K. Pastiadis (ur.), *Proceedings of the 12th international conference on music perception and cognition and the 8th triennial conference of european society of the cognitive sciences of music* (str. 626-629). Thessaloniki

- Malinauskas, R., Dumciene, A., Mamkus, G., & Venckunas, T. (2014). Personality Traits and Exercise Capacity in Male Athletes and Non-athletes. *Perceptual & Motor Skills*, 118(1), 145-161.
- Milič, M. (2009). *Psihološki dejavniki v namiznoteniški igri in tehnike izboljšave le-teh* (Diplomsko delo, Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport). Pridobljeno iz <http://www.fsp.uni-lj.si/cobiss/diplome/Diploma22057490MilicMartina.pdf>
- Modern dancers more creative than others.* (13.9.2011). Livescience. Pridobljeno iz <http://www.livescience.com/16025-modern-dancers-creative.html>
- Petrides, K. V., Niven, L. in Mouskounti, T. (2006). The trait emotional intelligence of ballet dancers and musicians. *Psicothema*, 18(Suplem.1), 101-107. Pridobljeno iz <http://www.psicothema.com>
- Pound, N., Penton-Voak, I.S. in Brown, W. M. (2007). Facial symmetry is positively associated with self-reported extraversion. *Personality & Individual Differences*, 43(6), 572- 1582.
- Trstenjak, A. (1976). *Problemi psihologije*. Ljubljana: Slovenska matica.
- Tušak, M. (marec, 2012). Vloga športa pri vzgoji in odraščanju [The role of sport in children's upbringing and growing]. V Senekovič M., Dečman Dobrnjič O., Ferik J. in Macura D. (ur.), *Modeli vzgoje v globalni družbi [Models of education in global society]* (str. 16-19). Ljubljana: Društvo vzgojiteljev dijaških domov Slovenije
- Tušak, M. [Maks] & Tušak, M. [Matej]. (1997). *Psihologija športa*. Ljubljana: Znanstveni inštitut Filozofske fakultete.
- Musek, J. (1977). *Psihologija osebnosti*. Ljubljana: Univerzum.
- Musek, J. (1982). *Osebnost*. Ljubljana: Univerzum.
- Musek, J. (1999). Teorije osebnosti kot podlaga šolskega svetovalnega dela. V *Svetovalno delo v vrtcih, osnovnih in srednjih šolah* (str. 43-65). Ljubljana: Zavod Republike Slovenije za šolstvo.
- Van Rossum, J. H. A. (2004). The dance teacher: The ideal case and daily reality. *Journal for the Education of the Gifted*, 28(1), 36-55.
- Velepec Valant, A. (2009). *Analiza povezanosti osebnostnih lastnosti in gibalnih sposobnosti pri vojaki slovenske vojske v bojni enoti.* (Doktorska dizertacija). Ljubljana: Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport.
- Zagorc, M. (2006). *Ples v sodobni šoli - prvo triletnje I.* Ljubljana: Fakulteta za šport, Inštitut za šport.
- Zaletel, P. (1998). *Struktura osebnostnih lastnosti in motivacije plesalk in plesalcev različnih plesnih zvrst.* (Magisterska naloga). Ljubljana: Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport.

Zaletel, P. (2002). *Pomen samopodobe, vrednot in medosebnih odnosov v športnem plesu*. (Doktorska dizertacija). Ljubljana: Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport.