

TEST: jesi li EGO usmjeren sportaš ili sportaš usmjeren na ZADATAK?

Kada se osjećaš najuspješnijim u sportu? Drugim riječima, kada osjećaš da je \_\_\_\_\_ (tvoj sport) prava stvar za tebe? Kada se zbog vježbanja i treninga osjećaš dobro?

Označi znakom **X** koliko se slažeš s pojedinom tvrdnjom: (**1**= uopće se ne slažem, **2** = uglavnom se slažem, **3** = nisam siguran, **4** = uglavnom se slažem, **5** = potpuno se slažem)

Osjećam se nauspješnijim u svojem sportu kada....

	1	2	3	4	5
1. ... sam ja jedini koji može dobro izvesti zadatak i pokazati vještinu					
2. ... učim nove vještine i to me tjera da još više vježbam					
3. ... mogu vježbati bolje od mojih prijatelja/suigrača					
4. ... ostali ne mogu tako dobro izvoditi zadatke kao ja					
5. ... trenirajući učim mnoge zabavne stvari					
6. ... ostali zabrljaju, a ja ne					
7. ... učim nove vještine ulažući mnogo truda i napora					
8. ... naporno vježbam i trudim se					

9. ... ja postićem najviše pogodaka/najbolje rezultate					
10. ... me nešto što naučim tjera da želim još više vježbati					
11. ... sam ja najbolji					
12. ... se osjećam dobro zbog vještina koje učim					
13. ... dajem sve od sebe					

Upute za rješenje:

Za usmjerenost na **zadatak** zbroji brojeve iz pitanja 2,5,7,8,10,12 i 13 te podijeli ukupan rezultat s brojem 7.

Za usmjerenost na ishod i rezultat (**ego**) zbroji brojeve iz pitanja 1,3,4,6,9 i 11 te podijeli ukupan rezultat s brojem 6.

Usporedi dva dobivena broja, veći broj označava tvoj dominantan motiv za postignućem.