

Abstrakt

Tato bakalářská práce se zabývá dosud opomíjenou oblastí sportovní psychologie, konkrétně obdobím poúrazové rehabilitace u sportovců, s hlubším zaměřením na vliv stresu. Literárně přehledová část je rozdělena na dvě kapitoly. Na začátku první kapitoly jsou stručně popsány modely psychologické odpovědi na sportovní zranění. Dále je zde věnován prostor roli stresu ve vazbě na imunitní systém a hojení ran. Uvedeny jsou i stěžejní stresory v období poúrazové rehabilitace. Následně práce poskytuje úvod do problematiky adherence k rehabilitaci a emocí v poúrazové rehabilitaci. V druhé kapitole jsou popsány některé psychologické intervence vhodné pro období poúrazové rehabilitace u sportovců. Větší prostor je v souvislosti s možnostmi redukce stresu věnován relaxačním technikám. Navazující návrh výzkumného projektu si pak klade za cíl prozkoumat sílu vztahu mezi mírou sportovcem vnímaného stresu v prvním měsíci po zranění a délkou rehabilitace. Současně je cílem projektu získat základní informace o obeznámenosti českých sportovců s psychologickými intervencemi vhodnými pro období poúrazové rehabilitace.

Klíčová slova

sportovní psychologie; sportovní zranění; rehabilitace; stres; imunitní systém; adherence; psychologické intervence; relaxační techniky