

UNIVERZITA KARLOVA

Fakulta tělesné výchovy a sportu

Katedra sportů v přírodě

**Trvalé osobnostní rysy studentů specializace výchova v přírodě na
UK FTVS ve srovnání s běžnou populací**

Bakalářská práce

Vypracoval: Šimon Hančovský

Vedoucí práce: Mgr. Lukáš Psohlavec

Konzultanti: doc. Jiří Baláš, Ph.D.

Praha, duben 2022

Prohlašuji, že jsem závěrečnou bakalářskou práci zpracoval samostatně a že jsem uvedl všechny použité informační zdroje a literaturu. Tato práce ani její podstatná část nebyla předložena k získání jiného nebo stejného akademického titulu.

V Praze, dne

.....

podpis diplomanta

Evidenční list

Souhlasím se zapůjčením své diplomové práce ke studijním účelům. Uživatel svým podpisem stvrzuje, že tuto diplomovou práci použil ke studiu a prohlašuje, že ji uvede mezi použitými prameny.

Jméno a příjmení:

Fakulta / katedra:

Datum vypůjčení:

Podpis:

Poděkování

Tímto bych rád poděkoval především vedoucímu mé práce, Mgr. Lukáši Psohlavcovi, za neutuchající vstřícnost a trpělivost, ale také za odbornou pomoc. Dále bych zde rád zmínil svou rodinu a blízké přátele, kteří mě po nejen při psaní závěrečné práce, ale po celou dobu studia věrně podporovali.

Abstrakt

Název: Trvalé osobnostní rysy studentů specializace výchova v přírodě na UK FTVS ve srovnání s širokou populací

Cíle: Porovnat osobnostní rysy studentů specializace výchova v přírodě na UK FTVS s osobnostními rysy populační normy.

Metody: Pomocí dotazníků BFI-44 byly u 33 účastníků zjištěny osobnostní rysy, které byly následně porovnány s rysy populační normy.

Výsledky: Studenti, kteří se zúčastnili tohoto výzkumu, měli oproti populační normě průměrně zdatně vyšší skóry ve škálách neuroticismus (o 11,7 %), otevřenost (o 11,3%) a svědomitost (10,1%). Ve škálách extraverte a přívětivost nebyl zaznamenán výraznější rozdíl, i když minimální rozdíl se objevil v obou z nich.

Závěry: Studenti specializace výchova v přírodě jsou oproti běžné populaci otevřenější a svědomitější, zároveň ale mají větší předpoklad k neurotickému chování.

Klíčová slova: Osobnost, outdoor, psychika, Big Five

Abstract

Title: Permanent personality traits of students specialising in nature education at UK FTVS compared to the general population.

Objectives: To compare personality traits of students specialising in nature education at UK FTVS with personality traits of population norms.

Methods: With questionnaire BFI-44 were found personality traits of 33 participants which were compared with traits of population norms.

Results: Students who took part in this research had, on average, noticeably higher scores on neuroticism (11,7% more), openness (11,3% more) and conscientiousness (10,1 more) than the population norm. There was no significant difference on the extraversion and friendliness ranges, although there was minimal difference on both.

Conclusion: Students specializing in outdoor education are more open and conscientious than the general population, but they are also more predisposed to neurotic behavior.

Keywords: Personality, outdoor, psyche, Big Five

1 Obsah

ÚVOD.....	8
1. TEORETICKÁ ČÁST.....	9
1.1 Osobnost	9
1.1.1 Dělení osobnosti.....	9
1.1.2 5 komponent osobnosti	10
1.1.3 Osobnost studentů obecně	12
1.2 Aktivity v přírodě	13
1.2.1 Outdoor	13
1.2.2 Aktivity v přírodě	14
1.2.3 Specializace výchova v přírodě.....	18
1.3 Osobnost u lidí se zájmem o aktivity v přírodě	18
1.4 Shrnutí a vědecká otázka.....	20
2 PRAKTICKÁ ČÁST.....	22
2.1 Cíl.....	22
2.2 Metodika výzkumu	22
2.2.1 Design	22
2.2.2 Výzkumný soubor	22
2.2.3 Dotazník.....	22
2.2.4 Analýza dat	23
2.3 Výsledky práce.....	24
2.4 Diskuze.....	25
3 ZÁVĚR.....	27
4 Bibliografie.....	28
5 SEZNAM OBRÁZKŮ A TABULEK	33

ÚVOD

V průběhu let již na vědecké půdě proběhlo mnoho psychologických výzkumů a průzkumů na jednu konkrétní oblast, a to sice na osobnost studentů. Osobnostní charakteristika studentů ve vysokoškolském věku může skýtat mnoho zajímavých údajů, které jsou využitelné z mnoha různých pohledů a pro mnoho různých účelů. Existují studie spojené s osobnostní charakteristikou, které například poukazují na problém prokrastinace u studentů, jejich motivaci k cestování, předpoklady pro budoucí povolání a mnoho dalších.

V této specifické sociální sféře studentů existuje jedna konkrétní, docela malá skupina studenstva. Tato skupina studuje aktivity v přírodě. Ať už jde o jakýkoliv název oboru napříč univerzitami u nás i ve světě, studenti tohoto oboru bývají svým způsobem jedineční. Tato odlišnost od jiných studentů dle mých zkušeností spočívá v trochu jiném náhledu na svět, který zprostředkovává láska k přírodě a blízké spojení s ní. Toto spojení bývá často spojeno s nějakou aktivitou nebo sportem, provozovaným právě v přírodním prostředí. Studenti našeho oboru jsou často dobrodruzi, cestovatelé, nebo třeba provozují některý z extrémních sportů. Při studiu tohoto oboru napříč univerzitami se často setkáme s kurzovní výukou, která má za cíl pobyt v přírodě, rozvoj osobních dovedností, stejně tak jako rozvoj osobnosti účastníků. Tyto kurzy nejsou však určené jen pro studenty tohoto oboru, nýbrž obecně panuje názor, že jsou skvělým nástrojem pro komplexní rozvoj u všech skupin lidí napříč populací. Častým nebo dlouhým pobytem v přírodě u lidí vzniká jakási forma psychické i fyzické odolnosti. Je to dáno hlavně vlivem okolních podmínek, jako je hlavně počasí, terén nebo živelné prostředí. Častý pobyt v přírodě bývá v populaci například často spojován s méně častým onemocněním, právě díky vyšší odolnosti organismu proti vnějším vlivům. Mám za to, že z dlouhodobého hlediska se tato resilience promítne i do trvalých osobnostních rysů člověka, jelikož fyzické zdraví má neoddiskutovatelně vliv na to psychické.

1. TEORETICKÁ ČÁST

1.1 Osobnost

Obecně je známo, že osobnost má v psychologii více významů:

- 1) Osobnost, jakožto významná osoba, vynikající a vyčnívající mezi ostatními.
- 2) Osobnost, jako synonymum pro slovo osobitost, tj. odlišnost od ostatních, běžných standardů.
- 3) Pro naše účely potřebný výklad, může být chápána jako struktura uspořádání psychiky člověka. Jedná se o rozdělení lidské psychiky na poměrně menší a nezávislé struktury (Říčan, 2010).

K popisu osobnosti jsou využívány různé výkladové modely, které se zakládají na tom, že osobnost lze charakterizovat prostřednictvím základních dimenzí. Ty pak určují tendence k určitému způsobu chování a prožívání. Z hlediska stability lze rozlišovat trvalejší osobnostní vlastnosti a aktuální stavy. Pro náš pohled jsou důležité právě první zmíněné. Zjednodušeně řečeno je zřejmé, že uspořádání osobnostních vlastností má hierarchickou strukturu. Existují i faktory druhého řádu, což jsou specifická seskupení několika osobnostních vlastností, které se obvykle vyskytují pohromadě a jsou zároveň ve vzájemné interakci. Struktura osobnostních vlastností je individuálně specifická, a tím odlišuje lidi jednoho od druhého. „Mezi osobnostními vlastnostmi a faktory konkrétní situace dochází k interakci, jejímž výsledkem je určitý projev chování. To znamená, že lidé se budou chovat přibližně stejně v podobných situacích, ale za jiných okolností mohou reagovat odlišně.“ (Vágnerová, 2004, str. 216)

„Osobnost je individualizovaný systém (integrace) psychických procesů, stavů a vlastností, které vznikají jednak socializací (působením výchovy a prostředí), jednak přetvářením vrozených vnitřních podmínek bytí a determinují a řídí předmětné činnosti jedince, jeho sociální styky a duchovní stavy.“ (Smékal, 2004, str. 27)

1.1.1 Dělení osobnosti

Novodobá psychologie dělí osobnost několika způsoby podle různých autorů. Například jednou z nejznámějších teorií je tzv. MBTI, která tvrdí, že existuje 16 typů osobnosti. Tuto teorii představili C. Jung, C. Briggsová a I. B. Myersová. Teorie je postavená na tom, že člověk preferuje vždy jednu z těchto dvojic kategorií: extroverze x introverze, smysly x intuice, myšlení x cítění, usuzování x vnímání. Na základě kombinací upřednostňovaných kategorií je definováno těchto 16 typů osobnosti: bavič, dobyvatel, ochránce, reportér, podnikatel,

řemeslník, umělec, analytik, soudce, strůjce, vědec, pečovatel, učitel, snílek, skladatel a správce (Čakrt, 2009).

Další moderní teorií dělení osobnosti je dle Bělohlávka (2010) teorie, která se zakládá na tom, jak člověk dokáže potlačovat své slabé stránky a naopak využívat ty silné. Své myšlenky popsal v knize, kde rozdělil lidské charakteristiky dle své teorie na 15 typů: specialista, nepostradatelný, přátelský, plachý, arogantní, pohodový, intrikán, impulzivní, perfekcionista, lehkomyšlný, nepružný, snílek, neschopný a snaživý, schopný a náročný, hochštapler.

V posledních 20 letech se ale zdá být nejstabilnější a zároveň jeden z nejjednodušších způsobů dělení osobnosti tzv. pětifaktorový model. Ten byl poprvé pojmenován Goldbergem (1990) jako „Big Five“, ale celý model se formoval postupem desetiletí napříč celou druhou polovinou minulého století a zásluhu na jeho vývoji má nemálo předních psychologů té doby (McCrae, Costa, John a další). Historie tohoto modelu sahá až do 30 let 20 století, avšak obstála ve zkoušce časem a vyvinula se do dnešní velmi používané formy. Stalo se tak díky již zmíněné jednoduchosti, rychlosti, ale také spolehlivosti dostupných měřících prostředků. To jsou také důvody, proč jsme pro tuto práci zvolili právě tento přístup charakteristiky osobnosti.

1.1.2 5 komponent osobnosti

Goldberg (1990) pojmenoval základních 5 komponent, dimenzí, či škál osobnosti následovně: *Extraverze, Přívětivost, Svědomitost, Neuroticismus, Otevřenost*.

1.1.2.1 *Extraverze*

Zahrnuje nemalou škálu osobních odlišností a stala se veřejností diskutovaným tématem. Lidé, kteří skórují v této škále vysoko, bývají přátelští, upovídaní, veselí, ale také sebejistí, aktivní a optimističtí. Mají rádi společnost, práci ve skupině a jsou často baviči. S extraverzí se pojí i pojem introverze, který se jeví jako opak. To ale není úplně pravda, podle Costy (1992) by introverze měla být chápána spíše jako absence extraverze, než jako její opak. To, že je člověk introvert, může znamenat zdrženlivost, nezávislost a samostatnost. Tito lidé často bývají rádi o samotě, což ale nutně nemusí znamenat, že by byli nepřátelští, nešťastní nebo pesimističtí (Hřebíčková, 2011).

1.1.2.2 *Přívětivost*

Je komponent, který charakterizuje spíše mezilidské chování, podobně jako extraverze. Lidé skórující vysoko na této škále bývají soucitní, laskaví, vlídní a mají rádi společnost druhých. Rádi pomáhají druhým a to samé očekávají od ostatních. Naopak osoby s nízkým skórem přívětivosti se jeví jako sobečtí, necitelní, někdy dokonce až hrubí k ostatním. Jsou často

nedůvěřiví k ostatním, díky čemuž rádi pracují sami a spoléhají se jen sami na sebe. Extrémně nízká míra přívětivosti může značit antisociální, paranoidní nebo narcistickou poruchu osobnosti (Hřebíčková, 2011, McCrae a Costa, 1996).

1.1.2.3 Svědomitost

Je dle Hřebíčkové (2011) druh sebekontroly, který se vztahuje k aktivnímu procesu plánování, organizování a realizace plánů. Lidé skórující vysoko v této škále jsou charakterizováni jako: spolehliví, přesní, cílevědomí, ctižádostiví, vytrvalí, s pevnou vůlí. Naopak nízký skór ukazuje na nedbalost, lhostejnost, apatii, nepořádnost, nesystematičnost. V našem případě může svědomitost hrát roli, především kvůli subkomponentu *způsobilost*. Lidé s vyšším skórem konkrétně v tomto subkomponentu, ale i obecně v celé škále mají vyšší pravděpodobnost pro splnění úkolu, protože jsou na něj lépe psychicky připraveni. Naopak lidé s nižší způsobilostí tolik nevěří svým schopnostem a je pravděpodobnější, že by se mohli dostat do stresové situace (Hřebíčková, 2011, McCrae a Costa, 1996,).

1.1.2.4 Neuroticismus

Popisuje rozdíly mezi emocionální stabilitou a labilitou. Často je toto slovo na veřejnosti používáno jako psychická porucha, což je podle Hřebíčkové (2011) špatně. Míra neuroticismu úzce ovlivňuje prožívání negativních emocí, jako je například strach nebo stres. Dle Costy a McCrae (1987) je neuroticismus obtížné vyrovnávání se s problémy každodenního života, jehož prvkem je impulzivita, kterou vnímají jako neschopnost kontrolovat své touhy a nutkání.

Lidé s vysokým skórem v neuroticismu jsou charakterističtí psychickou nestabilitou a nevyrovnaností. Často dávají najevo své negativní pocity, obavy. Typická je úzkost, strach z neúspěchu nebo smutek. Jejich představy bývají daleko od reality, což jim komplikuje kontrolu nad sebou samým a tedy i nad zvládnutím stresu. Naopak nízké skórující lidé jsou vyrovnaní, psychicky stabilní a klidní. Obecně se velmi zřídka nechají něčím vystresovat.

Hned první subkomponent dle Hřebíčkové (2011) – *úzkostnost* – je prekurzorem pro fobie. Ve své knize tvrdí, že úzkostní lidé mají tendence mít fobie z nejrůznějších věcí.

1.1.2.5 Otevřenost

Někdy také uváděna jako *otevřenost ke zkušenosti*, je komponent, který vyjadřuje míru živé představivosti, stejně jako například citlivost k emocionálním prožitkům a prožitkům vlastních emocí celkově. Další subkomponenty této škály popisují zvědavost, otevřenost vůči novým zážitkům, upřednostňování rozmanitosti nebo naopak osvědčených a stejných postupů. Lidé s vysokou mírou otevřenosti jsou podnikaví, rádi zkusí nové věci, hledají způsoby, jak dělat

věci jinak. S tím je spojena i vysoká míra představivosti. Výzkum Ostendorfa a Angleitnera (2000) ukázal, že existuje jasná spojitost mezi mírou otevřenosti a inteligencí (měřenou IQ testy), potažmo dosaženým vzděláním. Na druhou stranu nelze tvrdit, že tato spojitost platí univerzálně na všechny (Hřebíčková, 2011, McCrae a Costa, 1996).

V další kapitole se budeme zabývat osobnostmi studentů s ohledem na pětifaktorové rozdělení osobnosti a různými proměnnými, které se objevují v této fázi života.

1.1.3 Osobnost studentů obecně

V této kapitole si přiblížíme osobnostní charakteristiky vysokoškolských studentů, kterých se výzkum týká. V odborných zdrojích je toto období popisováno a nazýváno jako adolescence a raná dospělost, proto se v následujících odstavcích budou objevovat právě tyto dva pojmy.

Obecně platí, že většina vysokoškolských studentů spadá do věkové kategorie 19-26 let. Období rané dospělosti plynule navazuje na období adolescence, což je období, kdy se zásadně formuje osobnost jedince. Některé otázky dospívání a tudíž i nabírání z velké části finální podoby osobnosti se prolínají napříč těmito obdobími. Díky tomu jsou pozorovatelné rozdíly mezi samotnými studenty, a to hlavně z pohledu mentální vyspělosti, nebo chcete-li „dospělosti“ (Hainealut in Kaprová, 2018). Dospívání je fází rozvoje identity a sebepojetí. Je pozorovatelná velká míra otevřenosti k novým zkušenostem, stejně tak jako i k novým postupům. Osobnost se také často začíná formovat do směru introverze. Více, než kdy jindy je pro jedince v tomto věku důležité patřit do určité skupiny. Dalším typickým znakem u dospívajících je kolísající svědomitost, přičemž je při plnění úkolu důležitý význam pro daného jedince. Pakliže význam pro něj není dostatečně velký, plní úkol méně svědomitě. V tomto procesu jde u mladých lidí hlavně o to, aby si určili životní priority, mezi které rozloží své úsilí a um. Při tom u některých dochází k jakémusi sociálnímu šoku, jelikož začínají čelit situacím jiného charakteru, než na jaké byli zvyklí doposud (Hainealut in Kaprová, 2018).

Z hlediska vývojové psychologie se podle řady autorů (Říčan 2014, Vágnerová 2007) studentská léta řadí do zmíněných dvou vývojových období (adolescence a raná dospělost). Nicméně je zajímavý názor Macka (2003), který upozorňuje na to, že studentská léta se dají považovat za samostatné, plnohodnotné vývojové období. Eriksen (in Vágnerová, 2005) zase popisuje jev, zvaný „*adolescentní psychosociální moratorium*“, který v podstatě znamená strach studentů přejmout povinnosti a zodpovědnosti dospělého života. Díky tomuto jevu se pak uchylují k prodlužování studentského života, a tudíž k částečnému oddalování úplné

dospělosti. Podle Vašutové (2002) jsou studenti významná subkultura, jejíž hlavními znaky jsou otevřenost, kritičnost, asertivní chování a sebevědomí, ale zároveň tvrdí, že dnešní studentstvo postrádá více zodpovědnosti a samostatnosti.

Vágnerová a Lisá (2021) ve své knize poukazují na několik jevů spojených s adolescencí a vývojem osobnosti. Za prvé mluví o tom, že extraverte v počátku adolescence klesá, ale postupem času se stabilizuje a nabývá finální podoby. Dále také popisují, jak otevřenost k novým zkušenostem počátkem tohoto období klesá, ale postupně zase začíná stoupat, v knize je to přisouzeno rozvoji kreativity a rozumových schopností. Potvrzují, že období dospívání a mladé dospělosti je spojeno s emoční nestabilitou (neuroticismem). Tuto skutečnost vysvětlují nerovnoměrným zráním mozku a jeho částí, ale také novým a vyšším požadavkům, kterým musí jedinec čelit. K emoční nestabilitě mají dle autorek větší sklony dívky.

„Adolescence je důležitou vývojovou fází, která vytváří základy pro další životní směřování a může je významným způsobem predeterminovat. Mnohé problémy lze vyřešit i později, ale některá rozhodnutí mohou další život daného jedince ovlivnit dost radikálně, (např. rezignace na profesní přípravu, předčasné rodičovství, vytvoření závislosti na psychoaktivních látkách atd.). Jde o to, zda nakonec převáží snaha něco dokázat a převzít zodpovědnost za svůj život, nebo rezignace na další úsilí, která je sice pohodlná, ale nic nepřináší.“ (Vágnerová a Lisá, 2021, str. 462)

U studentů se také objevuje například problém s prokrastinací, což je někdy až chorobné odkládání důležitých povinností. Tento problém ve své závěrečné práci zkoumala Kaprová (2018), kde se snažila nastínit podle pětifaktorového modelu osobnostní predispozice pro tento jev u studentů. Výsledky ukázaly, že největší vliv z pětifaktorového systému má na prokrastinaci dimenze *svědomitost*. Studenti s vyšším skórem svědomitosti měli prokazatelně menší sklony k prokrastinaci. Práce také poukazuje na další zahraniční výzkumy, kde byla zjištěna spojitost i s další dimenzí – *neuroticismus*. U ostatních dimenzí nebyly dle Kaprové zaznamenány významnější vlivy.

1.2 Aktivity v přírodě

1.2.1 Outdoor

Tento pojem je v dnešní době již poměrně známý. Jak je vidno, slovo pochází z anglického jazyka a v doslovném překladu bychom použili slova „venku z dveří“. Outdoor lze chápat za jakékoliv prostředí, které není ohraničeno zdmi a zastřešeno, nebo jinými slovy, venkovní prostředí. Pro člověka je naprosto přirozené, pohybovat se ve venkovním prostředí a má to na

něj bezpochyby pozitivní účinky a to jak po fyzické, tak i psychické stránce, což potvrdila nejedna studie. Nicméně s příchodem nové doby a rozvojem technologií se také zmenšil zájem lidí o trávení volného času venku. Na druhou stranu, v posledních letech je vidět, že se trend trávení v času v přírodě vrací, jistou zásluhu na tom má například i pandemie Covid-19, kdy kvůli vládním nařízením vyměnily desítky tisíc lidí prostředí kin a hospod za čas strávený právě v přírodě.

1.2.2 Aktivity v přírodě

Neboli Outdoorové aktivity (v angličtině „Outdoor activities“) je souhrnný název pro skupinu činností, nebo chcete-li aktivit, které jsou provozovány v přírodním nebo venkovním prostředí. Někdy bývají popisovány jako dobrodružství pod širým nebem. Při těchto aktivitách dochází ke krystalizaci osobních dovedností člověka a také jeho propojení s přírodou. Pro mnoho lidí je však pobyt ve venkovním prostředí, například čelení proměnám počasí, teploty vzduchu, terénu apod., vystoupením z jejich tzv. komfortní zóny. Proto je důležité, aby vše proběhlo v rámci bezpečnosti a zachování zdraví. Faktory, na které je potřeba hledět, jsou určitě fyzická a psychická připravenost jedinců, volba správného a nepoškozeného vybavení, dodržování pitného režimu a stravy a v neposlední řadě znalost první pomoci (Mikoška, 2006; Neuman et al., 2000).

Do outdoorových aktivit patří mnoho činností a sportů, proto je důležité je přehledně rozdělit. Velmi známé je rozdělení Neumana et al. (2000) na 3 základní skupiny: *sporty v přírodě*, *turistika a rekreace v přírodě*.

Obrázek 1 - Rozdělení aktivit v přírodě podle Neumana a spol. (2000)

Sporty v přírodě	Turistika	Rekreace (pobyty) v přírodě
Horolezectví Orientační běh Lehká atletika Speleoalpinismus	vysokohorská pěší (běh, chůze) krasová	rekreační provádění sportů v přírodě
Běh na lyžích Sjezdové lyžování Skialpinismus	lyžařská	táboření průzkumnictví poznávání a pozorování přírody cvičení v přírodě
Silniční cyklistika MTB – horská kola Cyklokros	cykloturistika	hry v přírodě kulturní a umělecké programy procházky
Rychlostní kanoistika Vodní slalom a sjezd Veslování	vodní	houbaření rybaření myslivost
Motocyklový sport Automobilový sport Vodní motorismus	mototuristika	
Jachting Surfing Windsurfing Jezdectví	jiné druhy turistiky (turistika na koních, plachetnicích apod.)	
Skiboby Sáně a boby Bruslení Plavání Potápění Bezmotorové létání Golf Lukostřelba		

1.2.2.1 Sporty v přírodě

Patří sem sportovní disciplíny, jež jsou spjaty s přírodním prostředím. V dnešní době už to nemusí být pravidlem, jelikož spousta původně přírodních sportů se přesunula do hal a tělocvičen, aby se mohla provádět celoročně, jedná se například o horolezectví, lyžování, nebo cyklistiku. Dalšími typickými sporty jsou tzv. „boardové“ sporty, jako snowboardnig, surfing, kiteboarding, windsurfing apod. Všechny tyto sporty, vyčteny i na obrázku výše, jsou význačné trochu jinou formou soutěže, a to snahou o dosažení co nejlepšího výkonu – celkově nebo ve vztahu k určitému okruhu lidí (Neuman et al., 2000).

Podle Neumana et al. (2000) je kladen důraz na rozvoj kondice, pohybových schopností a zapojení všech smyslů. Důležitá je taky podpora neobyčejných zážitků a zkušeností, aktivace celé osobnosti v okamžiku jednání, ať už jako jednotlivec, nebo ve skupině. Mluví také o snaze vést kurzy k tomu, aby účastníci objevovali sebe sama a zároveň posilovali mezilidské vazby při práci ve skupině, dále aby je kurzy vedly k poznání přírody a naučily je, jak se v přírodě správně chovat a jak ji chránit.

Zajímavý výzkum provedl v roce 2011 Tok, který porovnával osobnostní charakteristiky Big Five lidí, kteří pravidelně provozují extrémní adrenalinové sporty s lidmi, kteří ne. Výzkumu se zúčastnilo 328 lidí ve věku 18-53 let. Tento výzkum jasně prokázal vyšší skórování v dimenzi otevřenost u pravidelných provozovatelů adrenalinových sportů, jako například hloubkové potápění, free diving, paragliding, sportovní lezení, lyžování apod.

1.2.2.2 Turistika

Neuman et al. (2000) popisují turistiku jako soubor činností spojených s aktivním putováním a pobytem v přírodě. Toto odvětví aktivit v přírodě je také důležité chápat z hlediska edukativního, jelikož turistika v sobě zahrnuje velké množství informací, které je potřeba znát. Tyto znalosti jsou rozsáhlé díky rozmanitosti prostředí, kde je možné turistiku vykonávat (Viz. Obrázek 1). Jedná se také o nezbytné dovednosti, které se s putováním přírodou a různými prostředími pojí.

1.2.2.3 „Survival“ aktivity

Tento pojem zahrnuje ty aktivity, které se odehrávají takřikajíc „V divočině“, neboli v divoké nebo alespoň zdánlivě divoké přírodě. Často se jedná o hraniční situace, kdy je potřeba překonat nějakou přírodní překážku. Historicky prvními provozovateli těchto nyní známých a oblíbených aktivit byli nevědomky cestovatelé, příslušníci speciálních jednotek v armádě, ale po tisíce let také domorodci v různých koutech světa. V dnešní době se podoba survival aktivit vyvinula do

mnohých podob, jako je vojenské přežití, zimní přežití v horách, nebo třeba postapokalyptické přežití. Tyto aktivity jsou provozovány množstvím firem, ale i jednotlivců více, či méně způsobilých. Mnoho lidí bere tyto aktivity jako jistou formu sebetestování, při kterých čelí náročným situacím a když uspějí, často to vede ke zvýšení sebedůvěry nejen při konkrétní činnosti, ale i v jiných aspektech normálního života (Neuman et al., 2000).

1.2.2.4 Pobyť v přírodě a táboření

Často a také logicky bývají tyto dva pojmy spojeny s turistikou, hlavně když se jedná o několikadenní akce. Je ale také patrné propojení se survival aktivitami. Je těžké napsat konkrétní charakteristiku, jedná se zase spíše o soubor technik, dovedností a aktivit, spojených s přírodním prostředím. Táboření lze chápat jako stálé (příměstské tábory, letní tábory apod.) nebo spojené s putováním a turistikou. Do základních tábornických dovedností patří umění rozdělávat a udržet oheň, vaření v přírodě, výběr místa pro stavbu přístřešku nebo stanu, ale také rušení tábořiště a úklid po sobě. Tyto aktivity pozitivně ovlivňují tvořivost a zručnost (Neuman et al., 2000).

1.2.2.5 Hry v přírodě a iniciativní týmové hry

Patří mezi ně široké spektrum typů her: seznamovací, kooperativní, problémové, společenské, psychohry, ekohry, hry na důvěru a další. Hry jsou obecně uznávané jako prostředek pro rozvoj osobnosti (Neuman et al., 2000, Vecheta, 2009). Ze zkušeností z naší fakulty vím, že studenty nejoblíbenější volitelný kurz je jednoznačně Kurz kooperativních a dobrodružných her, který se koná každoročně ve výcvikovém středisku FTVS na Ovčíně. Tento kurz zanechává v účastnících často hlubokou stopu.

1.2.2.6 Poznávání, pozorování a ochrana přírody

„Při poznávání a pozorování přírody se stále promítá dávná touha člověka poznávat sebe i své okolí. Tyto činnosti jsou prostředkem, pomocí něhož vstupujeme do kontaktu s přírodou a podporujeme uvědomělé pochopení role přírodního prostředí v našem životě.“ Patří sem aktivity jako houbaření, sběr plodů, rybaření nebo myslivost (Neuman et al., 2000, str. 29).

1.2.2.7 Cvičení v přírodě a lanové překážky

Jsou to tělesná cvičení, které rozvíjejí základní pohybovou základnu člověka – jak schopnosti, tak dovednosti. Zároveň přispívají rozvoji osobnosti díky tomu, že zejména při absolvování lanových překážek je často zapotřebí překonat sebe sama a postavit se strachu a nepohodlí (Neuman et al., 2000).

1.2.3 Specializace výchova v přírodě

Jedná se o specializaci, kterou si můžou zvolit studenti UK FTVS, studující obor Tělesná výchova a sport. Tato specializace je zaměřená na přípravu a vedení dobrodružných a výchovných programů v přírodě, stejně jako na znalost a ovládání dovedností nutných k provozování sportů v přírodě. V různých obměnách názvů se na UK FTVS tato specializace vyučuje už od roku 1965. Jedním z hlavních výukových prostředků je kurzovní výuka, studenti během studia absolvují rozmanitou škálu kurzů, které je učí celkové přípravě takových kurzů, stejně jako roli vedoucího a organizátora (Internetové stránky FTVS, 2022).

Charakter studia taktéž dobře vystihuje text, zveřejněný přímo na stránkách katedry sportů v přírodě při FTVS: „Při studiu poznáte lidi ze svého okolí z jiného úhlu, budete muset řešit svízelné situace, které pro Vás vyučující připraví. Poznáte hory, vody, budete si hrát, ale také se budete muset něco naučit.“ (Internetové stránky FTVS, 2022)

1.3 Osobnost u lidí se zájmem o aktivity v přírodě

„Lidé v běhu života, v nemoci, ve zdraví, v dobrých i špatných časech, nalézají v přírodě něco, co je činí spokojenější a silnější. Posilující a obnovný vliv přírody (prožitky a zkušenosti) je možné pozorovat na všech jedincích, kteří pracují na zahrádkách, putují po horách, pozorují ptáky, táboří a provádějí mnoho dalších aktivit v přírodě.“ (Neuman, 2011, str. 7)

Sheard a Golby (2006) uvedli studii, která byla zaměřena na efektivitu tříletého studijního programu se zaměřením na výchovu dobrodružstvím – jeden z konceptů aktivit v přírodě. Jejich cílem bylo zjistit, jak studium ovlivnilo studenty v pozitivním rozvoji osobnosti. Výsledkem byly výsledky, které poukázaly na zlepšení celkové psychické odolnosti v návaznosti na řešení různých náročných situací. Zároveň neobjevili žádné rozdíly mezi účastníky ženského a mužského pohlaví.

Bakalářská práce Doleželové (2019) z Masarykovy univerzity v Brně popisuje rozdíl mezi norským a českým pojetím výuky na vysokých školách v oboru výchovy v přírodě. Kromě velmi zajímavých popisů kurzovní výuky v Norsku a tamějšího systému je součástí práce i rozhovor s bývalou studentkou, která absolvovala půlroční studium na University of South-Eastern Norway v rámci programu Erasmus+. Následující odpověď na otázku, proč si studentka vybrala právě tuto zemi, je celkem výstižným příkladem toho, jak lidé s touto zvolenou specializací uvažují: „Byla to příroda, životní styl, skandinávský styl výuky, vysoký životní standart díky ekonomicky vyspělé zemi, filosofie a kultura, zimní sporty, adrenalinové sporty,

neskutečně mnoho možností k cestování a objevování nových míst a dobrodružství. To vše zapříčinilo výběr právě této země (Šimková in Doleželová, 2019).“ Je patrné, že studentka, odpovídající na otázku je velmi otevřená novým zkušenostem, ba skoro po nich dychtí. Zároveň je v práci výstižně popsáno, jak je v norském vzdělávacím systému důležitý kladný vztah k přírodě – tzv. “friluftsliv“. Tento přístup k výchově v přírodě se zdá být v Evropě jedinečný a ne nadarmo se říká, že norská příroda je jednou z nejkrásnějších a nejchráněnějších vůbec.

V roce 2017 Lai Yin Carmen Leong provedla hned několik pokusů se zaměřením na to, jak jsou lidé ovlivněni přírodním prostředím. Zkoumala studenty a změny v určitých aspektech jejich chování po pravidelném kontaktu s přírodním prostředím. Hlavním zkoumaným aspektem byla kreativita/tvořivost. Její výsledky ukazují, že studenti prokazovali vyšší míru kreativity a tvůrčího myšlení právě kvůli posílení pocitu propojení s přírodou – tzn., když se sami osobně cítili s přírodou propojeni. Na druhou stranu zdůrazňuje fakt, že to není univerzální klíč pro zvýšení kreativity u všech jedinců a za všech podmínek. Z její práce také vyplývá, že aktivity v přírodě ovlivňují účastníky i v jiných oblastech: efektivita života, zápal/nasazení a spolupráce ve skupině.

Horálek (in Kalkusová, 2005) ve své práci dokázal, že program aktivit v přírodě má pozitivní vliv na prevenci před patologickým chováním u problémové skupiny dospívajících chlapců. Z jeho výsledků vyplývá, že program měl kladný vliv na stabilizaci jejich osobnosti.

Kladný vliv mají aktivity v přírodě i na další důležitou složku osobnosti – sebedůvěru. Dle Eliáše (2002) měli účastníci dobrodružného programu před jeho zahájením značně nižší míru sebedůvěry, než po jeho skončení.

Ardahan a Mert (2013) uveřejnili studii, kde zkoumali vliv několika typů aktivit v přírodě na lidskou osobnost, konkrétně na životní spokojenost. Zkoumaní byli pravidelnými provozovateli jedné z následujících aktivit: cykloturistika, horolezectví, trekking. Kontrolní skupina aktivně neprovozovala žádnou z aktivit v přírodě. Výsledky výzkumu ukázaly, že lidé, kteří pravidelně provozují jednu ze zmíněných aktivit, jsou se svým životem více spokojeni, než lidé z kontrolní skupiny. Zároveň tvrdí, že různé aktivity mají různou míru dopadu, studie zjistila, že horolezectví a trekking mají větší vliv, než cykloturistika. Zajímavý výsledek je také to, že na ženy měly ve studii zmíněné aktivity v ohledu na životní spokojenost větší vliv, než na muže.

Řada dalších výzkumů jednoznačně prokazuje, že aktivity v přírodě mají pozitivní dopad na rozvoj sociálních vztahů jedince a skupin stejně jako na překonávání sebe sama. Autoři (Purdie et. al., 2002, Thom, 2002, in Rickinson, 2004) uvádějí také zlepšení ve schopnosti vést skupinu

a s tím také spojenou schopnost rozhodování. Doslovný výčet dalších studií by mohl být několikastránkový, ale pro náš účel je to příliš, i když některé z nich jsou vskutku zajímavé (Kalkusová, 2009).

Vlivem aktivit v přírodě se zabývá také občanské sdružení GO!, které pořádá kurzy pro mládež ve věku okolo 15 let, nastupujících do prvního ročníku na střední škole. I zde se prokázal značný pozitivní vliv na účastníky a to konkrétně ve zlepšení sebereflexe, vzájemné spolupráce a zvládnutí stresových situací. Také je zmíněno nastavení lepší atmosféry mezi nastupujícími studenty a jejich novými učiteli. Vzájemné poznání mimo učebnu má pozitivní vliv na budování hlubšího a důvěrnějšího vztahu k učiteli (Hanuš, 2004).

Krásným příkladem rozvoje důvěry a spolupráce je role jističe a lezce při horolezení. Dle Neumana (2000) zde vzniká specifické pouto mezi dvěma lidmi, kdy jeden leze a soustředí se na každý svůj pohyb, aby nedošlo k pádu, zatímco druhý ho jistí a sleduje každý jeho pohyb, aby byl připraven kdykoliv reagovat. Lezec tak vkládá svůj život do rukou svého jističe, což je znakem pokročilejšího stádia rozvoje důvěry mezi subjekty.

Velmi silným prostředkem, který působí na rozvoj osobnosti, je hra. O hrách se zmiňuje mnoho autorů (Neuman, 1999; Hanuš, 2004; Vecheta, 2009) a všichni se shodují na tom, že hry rozvíjí osobnost ve smyslu poznání sebe sama, ale i druhých. Skrze to, že si vyzkouší různé role, si může vyzkoušet spoustu věcí, které v běžném životě nezkusí, což může být jistým vodičem pro budoucí chování.

Často jsou v osobnostním rozvoji využívány outdoorové aktivity, zejména oblast outdoorových aktivit ve firemním vzdělávání potvrdila, že koncept výchovy prožitkem má praktické výsledky a dopady. Tím si tento koncept vysloužil pozornost komerčního vzdělávání a stal se použitelným a inspirativním pro další pedagogickou praxi (Hanuš in Baumgartnerová, 2009).

1.4 Shrnutí a vědecká otázka

Existuje několik teorií dělení osobnosti, všechny však naznačují, že ve studentském věku stále dochází k dokončování jejího vývoje. Z teorie vyplývá, že na tento vývoj má vliv spousta faktorů. Jedním takovým faktorem může být přírodní prostředí, respektive pravidelný pobyt v něm, případně provozování různých aktivit v něm – aktivit v přírodě. Zajímavé může být, jak je tento rozdíl v trávení času promítnut do osobnostních charakteristik studentů, kteří jsou aktivitami v přírodě přímo a často ovlivněni, to nás přivádí k otázce:

Jaký je rozdíl studentů specializace výchova v přírodě a populační normou v dimenzích pětifaktorového modelu osobnosti?

2 PRAKTICKÁ ČÁST

2.1 Cíl

Cílem práce je posoudit osobnostní charakteristiky studentů aktivit v přírodě na UK FTVS.

2.2 Metodika výzkumu

1. Design
2. Výzkumný soubor
3. Dotazník
4. Analýza dat

2.2.1 Design

Sběr dat proběhl metodou „tužka-papír“. Dotazníky byly rozdány na kurzu „Přírodní a umělé překážky“ na Ovčíně, v prostorech jídelny, kde měl každý z respondentů dostatek klidu pro jeho vyplňování. Dotazníky byly rozdány poslední večer kurzu, tedy 9.4 2022. Před rozdáním byli respondenti seznámeni s pravidly pro vyplňování a s celkovým kontextem s prací. Po celou dobu průběhu, což bylo přibližně 7-12 minut, jsem byl k dispozici pro případné dotazy respondentů.

2.2.2 Výzkumný soubor

Výzkumný soubor byl tvořen studenty UK FTVS se zvolenou specializací Aktivity v přírodě/Výchova v přírodě. Tyto dva názvy proto, že se v nedávné době měnil název specializace, tudíž část souboru studuje Aktivity v přírodě a část Výchovu v přírodě. V podstatě to ale nemá vliv, jelikož náplň výuky je u obou totožná. Všichni dotazovaní byli účastníky kurzu „Přírodní a umělé překážky“, pořádaným také FTVS, konkrétně ještě katedrou sportů v přírodě. Tento kurz se již tradičně konal ve výcvikovém středisku FTVS Ovčín ve Stráži nad Nežárkou.

Celkový počet dotazovaných byl 33, z toho 13 mužů a 20 žen, ve věkovém rozmezí 21-25 let.

2.2.3 Dotazník

Dotazník BFI-44 vytvořil John se svými spolupracovníky (2008). Dotazník je složen ze 44 položek, které pokrývají všech 5 dimenzí osobnosti. Tento dotazník vznikl zkrácením

dlouhodobě používaného 60 položkového dotazníku NEO-FFI. Psychometrické vlastnosti přeložené verze BFI-44 ověřili Hřebíčková et al. (2016). Ke každé položce dotazníku respondent přiřadí hodnotu na pětistupňové Likertově škále, do jaké míry s daným tvrzením souhlasí, kdy nejnižší je hodnota 1 (= zcela nesouhlasím), 2 (= spíše nesouhlasím), 3 (= ani nesouhlasím ani souhlasím), 4 (= spíše souhlasím) a nejvyšší hodnota 5 (= zcela souhlasím). Při vyhodnocování dotazníků bylo potřeba dle instrukcí některé odpovědi přepólovat.

Pro odhad reliability škál dotazníku BFI-44 byl použit Cronbachův koeficient alfa. Škály BFI-44 mají přiměřenou reliabilitu, napříč třemi soubory se reliabilita pohybuje od 0,65 do 0,83, mdn. 0,73. Průměrná test-retest stabilita BFI-44 po dvou měsících napříč dimenzemi byla $r = 0,79$ (Hřebíčková et al., 2016).

2.2.4 Analýza dat

Ač se populační norma, stanovená Hřebíčkovou a Urbánkem (2001), vztahuje k pětifaktorovému rozdělení osobnosti, nebyla vytvořena pro dotazník BFI-44, nýbrž pro 60 položkový NEO-FFI. V něm je každá škála zastoupena 12 otázkami, přičemž maximální možný počet získaných bodů v každé škále je 48. V BFI-44 je rozložení počtu otázek trochu odlišné, tudíž i maximální možný počet získaných bodů je odlišný. Aby bylo možné srovnat skórování z dotazníku BFI-44 s populační normou pro NEO-FFI, byly sečtené body vždy pro každou škálu zvlášť a vyděleny maximálním počtem bodů, který na dané škále lze získat. Vyjde desetinné číslo, které udává, kolik % z maximálního počtu bodů na škále dosáhl. To samé bylo potřeba udělat i s hodnotami populační normy, které jsme všechny shodně vydělily číslem 48, tedy maximálním možným počtem bodů, který jde získat na každé škále. Takto přepočítané skóry byly vloženy do programu SPSS, kde se pomocí jednooborového t-testu srovnaly.

Hladina významnosti byla stanovena na hodnotu 0,05.

2.3 Výsledky práce

T-test v případě extraverze neprokázal významný rozdíl mezi průměrnou hodnotou studentů a hodnotou, stanovenou jako populační norma. Průměrný skór studentů byl 28,5 bodu z maximálních možných 40, kdežto populační norma je 32 ze 48 možných. Z tabulky lze vyčíst, že studenti skórovali průměrně pouze o 4% výše, než je daná populační norma. V dimenzi přívětivost t-test prokázal významný rozdíl mezi průměrnou hodnotou skóru studentů a populační normou. Studenti měli průměrný skór 32,6 bodů ze 45 možných, populační norma byla stanovena na 30 ze 48 možných. Průměr studentského skóru v této škále je o 10% vyšší, než je populační norma pro českou populaci. V případě dimenze svědomitost se prokázal mírný rozdíl mezi průměrným skórem studentů a populační normou. Průměrný skór studentů byl 30,3 bodů ze 45 možných, populační norma byla stanovena na 29 bodů ze 48 možných. Dle výsledků studenti průměrně skórovali o necelých 7% výše, než je populační norma. U neuroticismu t-test prokázal, že studenti skórují průměrně o 11,7% výše, než je populační norma. Studentský průměrný skór byl 23 ze 40 možných, kdežto populační norma byla stanovena na 22 ze 48 možných. V případě poslední dimenze – otevřenosti, jednooborový t-test opět prokázal, že studenti specializace výchovy v přírodě nespádají do populační normy. Studenti skórovali průměrně 34,8 bodů z 50 možných, populační norma byla stanovena na 28 bodů z 50 možných. Rozdíl mezi průměrným skórem studentů a populační normou činí přibližně 11%.

Tabulka 1 – přepočítaný procentuální hrubý skór, stejně tak i populační norma a rozdíly pro každou z pěti škál ve významnosti a v procentech

Škály	Průměrný procentuální hrubý skór	Populační norma	Procentuální rozdíl	Rozdíl významnosti (p)
Extraverze	71,10%	66,70%	4,40%	0,064
Přívětivost	72,60%	62,50%	10,10%	<0,001
Svědomitost	67,30%	60,40%	6,90%	0,003
Neuroticismus	57,50%	45,80%	11,70%	<0,001
Otevřenost	69,60%	58,30%	11,30%	<0,001

2.4 Diskuze

Studie z Malajsie, z roku 2010 ukázala, že výchova v přírodě má velký dopad na změny chování účastníků. Tohoto výzkumu se zúčastnilo 671 tamějších studentů, studujících bakalářské programy se zaměřením na tělesnou výchovu. Ukázalo se, že studenti, kteří se zúčastnili programu výchovy v přírodě, měli oproti kontrolní skupině lepší výsledky v kooperaci, vyrovnáváním se se změnami, sebedůvěře a vůdčích schopnostech (Harun a Salamuddin, 2010). Ve srovnání s naším výzkumem se výsledky v podstatě neliší, spíše si odpovídají. Jelikož škála otevřenost je propojena s čelením novým okolnostem a změnám a náš výzkum odhalil vyšší míru zastoupení této škály v osobnostech studentů specializace výchova v přírodě. Škála přívětivost zase obsahuje mimo jiné zvládnání komunikace a kooperace s ostatními, na pětiprocentní hladině významnosti byl objeven významný rozdíl, tudíž studenti aktivit v přírodě, kteří se jsou často ovlivňováni pobytem v přírodě, by měli dle pětifaktorového modelu osobnosti lépe zvládat kooperaci a komunikaci s ostatními. Zmíněný Malajský výzkum taktéž ukázal, že absolvovaný program výchovy v přírodě má vliv na osobnost studentů i po jeho skončení.

Dle výzkumu Yildize (2022), který je jeden z nejnovějších na téma outdoor education vůbec, je jako největší přínos aktivit v přírodě a výchovy v přírodě zvětšení povědomí o přírodním prostředí, vnitřních vztazích a také výchova prožitkem. Tvrdí, že výchova v přírodě má přímý vliv na jak na osobní, tak i sociální rozvoj. Aktivity v přírodě mají rovněž pozitivní vliv na sebedůvěru, sebepoznání, socializaci, týmovou spolupráci a vědění v oblasti lidského těla. Zároveň však tvrdí, že aby došlo ke kýženému vlivu na účastníky, je zapotřebí použít efektivních výukových nástrojů. Tento výzkum nás opět vrací k již zmíněným faktům a prakticky také potvrzuje můj výzkum, který ukázal odlišnosti v osobnostních charakteristikách právě v dimenzích, determinujících tyto vlastnosti.

Vespestad a Mehmetoglu (2017) dospěli k závěru, že osobnostní rysy a psychologická omezení mají vliv na účast na dobrodružných aktivitách. Odhalili, že neuroticismus negativně ovlivňuje pravděpodobnost účasti na náročnějších dobrodružných aktivitách, jako jsou například aktivity typu survival. Tato informace se v našem výzkumu překvapivě nepotvrdila, jelikož studenti naší specializace dosahovali průměrně vyšších skóre v této škále, než je populační norma, což by jednoduše znamenalo, že nemají zájem účastnit se náročnějších dobrodružných aktivit. Tuto anomálii bych však přiřazoval spíše stále probíhajícímu osobnostnímu vývoji a tudíž i nestabilitě, která v podstatě náš výzkumný soubor charakterizuje, jak je popsáno v teoretické části. Zároveň bych tento jev označil i za jeden z limitů výzkumu.

Dalším limitem je určitě počet účastníků, který byl 33 a který byl omezen počtem účastníků kurzu, kde byly vyplněny dotazníky. Za limit lze také považovat fakt, že populační norma, jež byla ve výzkumu použita pro srovnání, byla vytvořena pro dospělé populaci, nikoliv pro studentskou. Jak víme z teoretických podkladů, osobnost v tomto věku, oproti dospělým jedincům, ještě nemusí být plně vyvinutá a stabilní. Jako limit bych považoval i malou konkrétnost, co se týče aktivit, provozovaných studenty, možná by bylo dobré ještě pár otázkami doplnit, jaký druh aktivity provozují nejčastěji. Detailnější verzi dotazníku, například verzi NEO-FFI, která má 60 položek, lze také dosáhnout přesnějších výsledků a také náznak subdimenzí osobnosti, které jsou detailnějšími popisy těch pěti základních.

Dle výzkumu Toka (2011), který zkoumal rozdíly v osobnostních charakteristikách podle Big Five modelu u aktivních provozovatelů některých sportů v přírodě, jako jsou hloubkové potápění, free diving nebo lyžování, a lidí bez aktivního zapojení do těchto aktivit. Vyšlo najevo, že aktivní sportovci vykazují mnohem vyšší skóre zejména ve škále otevřenost vůči zkušenostem. To prakticky koresponduje s naším výzkumem, i když je potřeba říci, že ve zkoumané skupině není jasně dané, jakou aktivitu v přírodě pravidelně účastníci vykonávají, oproti výzkumu Toka, kde jde konkrétně o provozovatele sportovních odvětví. Nicméně i naše zkoumaná skupina na škále otevřenost skórovala výše, než stanovila populační norma.

3 ZÁVĚR

Z mého výzkumu vyplývá, že studenti specializace výchova v přírodě mají oproti běžné populaci rozdílné výsledky v dimenzích otevřenost, přívětivost a neuroticismus. Ve škálách svědomitost a extraverte naopak nebyl nalezen významný rozdíl. Z toho lze usoudit, že studenti, kteří si zvolili tuto specializaci, jsou přátelští, otevření k novým zkušenostem a zážitkům, mají předpoklady k dobré spolupráci ve skupině. Zároveň vyšší průměrný skóre v dimenzi neuroticismus u studentů může predikovat projevy chování, jako je nevyrovnanost, horší zvládnání stresu a nižší sebevědomí.

4 Bibliografie

ALLIN, Linda a Barbara HUMBERSTONE. Exploring careership in outdoor education and the lives of women outdoor educators. *Sport, Education and Society* [online]. 2006, 11(2), 135-153 [cit. 2022-05-27]. ISSN 1357-3322. Dostupné z: doi:10.1080/1357332060064067.

ANDERSON, Neal, Dave HARVEY a John CROSBIE. Describing Outdoor Learning. *Horizons* [online]. 2021, 2021(94), 19-23 [cit. 2022-05-28]. Dostupné z: <https://www.outdoor-learning.org/Portals/0/IOL%20Documents/About%20Outdoor%20Learning/H94-summer-PM.pdf?ver=20>.

ARDAHAN, Faik a Mehmet MERT. Impacts of Outdoor Activities, Demographic Variables and Emotional Intelligence on Life Satisfaction: An Econometric Application of a Case in Turkey. *Social Indicators Research* [online]. 2013, 113(3), 887-901 [cit. 2022-06-29]. ISSN 0303-8300. Dostupné z: doi:10.1007/s11205-012-0118-5

BAUMGARTNEROVÁ, bc. Zuzana. Outdoorové aktivity jako nástroj rozvoje osobnosti: analýza komerčních nabídek. Brno, 2009. Diplomová práce. Vedoucí práce Doc. PhDr. Bohumíra Lazarová, Ph.D.

BĚLOHLÁVEK, František. 15 typů lidí: jak s nimi jednat, jak je vést a motivovat. Praha: Grada, 2010. Komunikace (Grada). ISBN 978-80-247-3001-1.

ČAKRT, Michal. Typologie osobnosti pro manažery: manažerské styly, rozhodování, komunikace, konflikty, týmová práce, time management a změny. 2., rozš. a přeprac. vyd. Praha: Management Press, 2009. ISBN 978-80-7261-201-7.

DANIA, Tomáš. Osobnost studentů managementu ve vztahu k výkonové motivaci. Brno, 2020. Bakalářská práce. Masarykova Univerzita v Brně. Vedoucí práce PhDr. Katarína Millová, Ph.D.

DOLEŽELOVÁ, Kateřina. Pojetí výuky outdoorových aktivit na University of South-Eastern Norway ve srovnání s Masarykovou univerzitou. Brno, 2019. Bakalářská práce. Masarykova Univerzita v Brně. Vedoucí práce Mgr. Jan Škoda.

ELIÁŠ, P. Působení dobrodružných programů v přírodě na mládež s výchovnými problémy. Diplomová práce. Praha: UK FTVS, 2002. Vedoucí práce Jan Neuman.

ERCAN, Hulya. The Relationship between Resilience and the Big Five Personality Traits in Emerging Adulthood. *Eurasian Journal of Educational Research* [online]. 2017, 15.7.2017, 2017(70), 83-103 [cit. 2022-05-16]. Dostupné z: doi:<http://dx.doi.org/10.14689>.

FÄGERSTAM, Emilia. High school teachers' experience of the educational potential of outdoor teaching and learning. *Journal of Adventure Education and Outdoor Learning* [online]. 2013, 14(1), 56-81 [cit. 2022-05-18]. ISSN 1472-9679. Dostupné z: doi:10.1080/.

HANUŠ, R. Probudit se a jít - Hnutí GO!. *Gymnasion*. Praha: PŠL, 2004, č.1. s. 55-60. ISSN 1214-603X.

HARUN, Mohd Taib a Norlena SALAMUDDIN. Cultivating personality development through outdoor education programme: the Malaysia experience. *Procedia - Social and Behavioral Sciences* [online]. 2010, 9, 228-234 [cit. 2022-05-27]. ISSN 18770428. Dostupné z: doi.

HŘEBÍČKOVÁ, M., URBÁNEK, T. NEO pětifaktorový osobnostní inventář. Praha: Testcentrum Praha, 2001. ISBN 80-86471-06-3.

HŘEBÍČKOVÁ, Martina, M. JELÍNEK, M. BLATNÝ a další. Základní psychometrické vlastnosti české verze BFI-44 a BFI-10. *Československá psychologie*. 2016, 6(60), 567-583.

HŘEBÍČKOVÁ, Martina. Pětifaktorový model v psychologii osobnosti: přístupy, diagnostika, uplatnění. Praha: Grada, 2011. *Psyché* (Grada). ISBN 978-80-247-3380-7.

JANÁČKOVÁ, Zuzana. Osobnostní charakteristiky a cestovní motivace u vysokoškolských studentů. Brno, 2018. Diplomová práce. Masarykova Univerzita v Brně. Vedoucí práce PhDr. Jaroslava Dosedlová, Dr.

KALKUSOVÁ, Lucie. Role a význam aktivit v přírodě v období puberty. Praha, 2009. Bakalářská práce. Univerzita Karlova, Fakulta tělesné výchovy a sportu.

KAPROVÁ, Aneta. Prokrastinace vysokoškolských studentů ve vztahu k Big Five modelu osobnosti. České Budějovice, 2018. Bakalářská práce. Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích. Vedoucí práce Mgr. Bc. Tomáš Mrhálek.

KORVAS, Pavel. Aktivní formy cestovního ruchu. Brno: Masarykova univerzita, 2007. ISBN 978-80-210-4361-9.

LEONG, Lai Ying Carmen. Exploring the effects of outdoor activities and connectedness with nature on cognitive styles and creativity. Wellington, New Zealand, 2017. Diplomová práce. Massey University.

LISTIANDI AD, BAKHRI RS, et al (2021): Outdoor education: Influence on selfconfidence, personal and social responsibility, *Ann Trop Med & Public Health* a <http://doi.org/10.36295/ASRO.2021.24352>, 24(S03): SP24352. DOI:.

LOUV, Richard. Last child in the woods: saving our children from nature-deficit disorder. London: Atlantic, 2009. ISBN 9781848870826.

MACEK, Petr. Adolescence. Vyd. 2., upr. Praha: Portál, 2003. ISBN 80-7178-747-7.

MCCRAE, R. R., & COSTA JR, P. T. (1992). Discriminant validity of NEO-PIR facet scales. *Educational and Psychological Measurement*, 52(1), 229-237.

MCCRAE, R. R., & COSTA, P. T. (2005). Personality in adulthood: A five-factor theory perspective. Guilford Press.

MCCRAE, R. R., COSTA, PT. Toward a new generation of personality theories: Theoretical context for the five-factor model. In WIGGINS, J. S. (Ed.). *The five-factor model of personality: Theoretical perspectives*. New York : Guilford Press, 1996, s. 51–87.

MCCRAE, Robert R. a Oliver P. JOHN. An Introduction to the Five-Factor Model and Its Applications. *Journal of Personality* [online]. 1992, 60(2), 175-215 [cit. 2022-05-28]. ISSN 0022-3506. Dostupné z: doi:10.1111/j.1467-6494.1992.tb00970.x.

MIKOŠKA, Jaroslav. Outdoorové sporty. Brno: Computer Press, 2006. ISBN 80-251-0896-1.

NEUMAN, Jan. Turistika a sporty v přírodě: [přehled základních znalostí a dovedností pro výchovu v přírodě]. Praha: Portál, 2000. ISBN 80-7178-391-9.

NEUMAN, Jan. *Dobrodružné hry a cvičení v přírodě*. Vyd. 6. Praha: Portál, 2011. ISBN 978-80-7367-910-1.

OSTENDORF, F., ANGLEITNER, F., (2000). Personality differences between Austrians, Swiss, east and west Germans as measured by revised the NEO Personality Inventory. Contribution to the Symposium at the 10th European Conference on Personality, Cracow.

PURDIE, Nola, John HATTIE a Annemaree CARROLL. A Review of the Research on Interventions for Attention Deficit Hyperactivity Disorder: What Works Best?. *Review of*

Educational Research [online]. 2002, 72(1), 61-99 [cit. 2022-06-26]. ISSN 0034-6543. Dostupné z: doi:10.3102/00346543072001061

Prázdninová škola Lipnice. River Adventure. Outward Bound [online]. Praha: PŠL, 2022 [cit. 2022-05-28]. Dostupné z: <https://outwardbound.cz/2020/05/18/river-adventure-o-zazitcich-z-lonska-a-teseni-se-na-dalsi-kurz/>.

RICKINSON, M., et al. Review of Research on Outdoor Learning. 1st ed. 2004. ISBN 1-85153-893-3.

SMÉKAL, Vladimír. Pozvání do psychologie osobnosti: člověk v zrcadle vědomí a jednání. 2., opr. vyd. Brno: Barrister & Principal, 2004. Studium (Barrister & Principal). ISBN 80-86598-65-9.

Specializace výchova v přírodě [online]. Praha: FTVS, 2022 [cit. 2022-05-20]. Dostupné z: <https://ftvs.cuni.cz/FTVS-1073.html>.

ŠIMÍČKOVÁ-ČÍŽKOVÁ, Jitka. Osobnost a její rozvoj. Ostrava: Ostravská univerzita v Ostravě, 2008. ISBN 978-80-7368-620-8.

TOK, Serdar. The Big Five Personality Traits And Risky Sport Participation. *Social Behavior and Personality: an international journal* [online]. 2011, 39(8), 1105-1111 [cit. 2022-05-28]. ISSN 0301-2212. Dostupné z: doi:10.2224/sbp.2011.39.8.1105.

VÁGNEROVÁ, Marie a Lidka LISÁ. Vývojová psychologie: dětství a dospívání. Vydání třetí, přepracované a doplněné. Praha: Univerzita Karlova, nakladatelství Karolinum, 2021. ISBN 978-80-246-4961-0.

VÁGNEROVÁ, Marie. Psychopatologie pro pomáhající profese / Marie Vágnerová. Vyd. 3., rozš. a přeprac. Praha: Portál, 2004. ISBN 80-7178-802-3.

VÁGNEROVÁ, Marie. Vývojová psychologie II.: dospělost a stáří. Praha: Karolinum, 2007. ISBN 978-80-246-1318-5.

VAŠUTOVÁ, Jaroslava. Být učitelem: co by měl učitel vědět o své profesi : [podkladový materiál pro studenty kombinované formy doplňujícího pedagogického studia]. Praha: Univerzita Karlova, 2002. Texty pro distanční studium. ISBN 80-7290-077-3.

VECHETA, Vladimír. Indoor aktivity: 50 her a aktivit pro trénink, školení i zábavu. Brno: Computer Press, 2009. Edice aktivit a her. ISBN 978-80-251-2561-8.

VESPESTAD, May K. a Mehmet MEHMETOGLU. The Interrelationship between Personality Traits and Psychological Constraints on Adventure Activity Participation. CHEN, Joseph S., ed. *Advances in Hospitality and Leisure* [online]. Emerald Publishing Limited, 2017, 2017-08-22, s. 79-98 [cit. 2022-06-24]. *Advances in Hospitality and Leisure*. ISBN 978-1-78743-488-2. Dostupné z: doi:10.1108/S1745-354220170000013007

YILDIZ, Kadir. Experiential learning from the perspective of outdoor education leaders. *Journal of Hospitality, Leisure, Sport & Tourism Education* [online]. 2022, 30 [cit. 2022-05-28]. ISSN 14738376. Dostupné z: doi:10.1016/j.jhlste.2021.100343.

Tabulka 2 - Použité zkratky v textu

UK FTVS	Fakulta tělesné výchovy a sportu Univerzity Karlovy
---------	---

5 SEZNAM OBRÁZKŮ A TABULEK

Obrázek 1 - Rozdělení aktivit v přírodě podle Neumana a spol. (2000)..... 15

Tabulka 1 – Přepočítané hodnoty 24

Tabulka 2 - Použité zkratky v textu..... 32