

UNIVERZITA KARLOVA

Fakulta tělesné výchovy a sportu

DIPLOMOVÁ PRÁCE

**Vztah osobnostní struktury k úspěšnosti ve výkonu
v triatlonu**

Zpracovala: Kateřina Marková

Vedoucí diplomové práce: PaedDr. Josef Horčic, Ph.D.

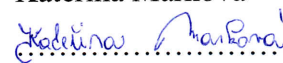
květen 2009

Za odborné vedení, pomoc a podporu při psaní diplomové práce bych chtěla vyjádřit své poděkování vedoucímu diplomové práce PaedDr. J. Horčicovi, Ph.D. Děkuji také Prof. PhDr. O. Mikšíkovi, DrSc. za pomoc a poskytnutí dat pro statistické zpracování SPARO a dále všem triatlonistům, kteří se účastnili výzkumu.

Prohlašuji, že jsem tuto práci vypracovala samostatně a pouze na základě uvedené literatury, s asistencí PaedDr. Josefa Horčice, Ph.D. a Prof. PhDr. Oldřicha Mikšíka, DrSc.

V Praze 15.4.2009

Kateřina Marková

.....

Abstrakt

Název práce: Vztah osobnostní struktury k úspěšnosti ve výkonu v triatlonu

Cíl práce: Cílem této práce je ověřit osobnostním testem, zda jsou rozdíly v bazální psychické osobnostní struktuře mezi triatlonisty a obecnou populací a také mezi triatlonisty jednotlivých výkonnostních úrovní.

Metoda: Byl použit osobnostní dotazník SPARO z testovací baterie Diaros. Výsledky byly vyhodnoceny pomocí speciálního počítačového programu. Poměřovaly se výsledky triatlonistů vzhledem k obecné populaci. Také byli triatlonisté rozděleni do tří výkonnostních skupin, které se srovnávaly navzájem. Vždy navíc byla skupina rozdělena dle pohlaví.

Výsledky: Výzkum ukázal, že jsou statisticky významné rozdíly mezi triatlonisty a obecnou populací. Triatlonisté se projevují tendencí tíhnout k dynamickým interakcím, spojeným s intenzivním psychickým nabuzováním a vysokou situační vzrušivostí. Mají sklon prožívat situační napětí, vyhledávají situační dynamiku. Byly pozorovatelné i statisticky významné rozdíly v některých dimenzích osobnostní struktury mezi výkonnostními skupinami triatlonistů navzájem.

Klíčová slova: triatlon, výkonnostní skupina, bazální autoregulace a integrovanost osobnosti, SPARO, kognitivní, emocionální, regulační, adjustační variabilita

Abstract

Title: The influence of personality structure on the success in triathlon performance

Aim: The main purpose of this thesis is to verify in the personal report if there are any differences in the basic physical personality structure among triathlonists and common population and also among triathlonists of single performance levels.

Metod: For the collection of needed data it was used questionnaire SPARO from the testing battery Diaros. Results were evaluated via special computing program. There were compared results of triathlonists with results of common population. There were also triathlonists separated into three main performance groups and these were mutually compared as well.

Results: Research shows there are statistically significant differences among triathlonists and common population. Triathlonists tend to dynamical interactions connected with a intensive mental energizing with a high situation excitement. They tend to go trough situation pension, they search for situation dynamic. There was also possible to observe statistically significant differences in some dimensions of personality structures among performance groups of triathlonists.

Key words: triathlon, performance group, basic self-regulation and integrated personality, SPARO, cognitive, emotional, regulatory, adjustion variability

OBSAH

I. TEORETICKÁ ČÁST	9
1. Úvod	9
2. Osobnost triatlonisty	13
2.1. Proč poznávat	13
2.2. Psychologie osobnosti	14
2.3. Psychika, její vývoj a determinanty	16
2.4. Struktura osobnosti	18
3. Sebepojetí, sebehodnocení	20
4. Aspirace, motivace	25
5. Kognitivní variabilnost	27
5.1. Poznávací (kognitivní) procesy	27
5.2. Pozornost	27
5.3. Rozhodování	28
6. Emocionální variabilnost	30
6.1. Dimenze emocí	30
6.2. Emocionální zpracování situace	31
6.3. Závislost emocí na průběhu a úspěšnosti myšlení	31
7. Regulační variabilnost	32
7.1. Roviny regulace činnosti	32
7.2. Autoregulační ovlivňování	33
8. Adjustační variabilnost	33
8.1. Adaptace	33
II. EMPIRICKÁ ČÁST	35
1. Cíl výzkumu	35
2. Úkoly výzkumu	35
3. Charakteristika souboru	36
4. Použitá metoda	37
4.1. Sparo	37
4.2. Základní komponenty bazální psychické integrovanosti	38

4.3. Bazálnější škály obecné variability.....	39
4.4. Osobnostní profily.....	40
4.5. Další testované osobnostní rysy.....	45
4.5.1. Dimenze N rysy normality osobnosti.....	45
4.5.2. Dimenze S optimální hladina stimulace.....	45
4.5.3. Dimenze R individuální tendence riskovat.....	47
4.5.4. Dimenze I účinná integrovanost osobnosti.....	48
4.5.5. Dimenze V interpersonální vazby a vztahy.....	49
4.5.6. Dimenze K vnitřní korekce, regulovanost interakcí.....	50
4.5.7. Dimenze P sebeprosazování.....	51
5. Porovnání vzhledem k obecné populaci.....	53
5.1. Muži profesionálové.....	53
5.2. Muži výkonnostní.....	56
5.3. Muži hobby.....	59
5.4. Muži celkem.....	62
5.5. Ženy – závodně (profesionálové a výkonnostní).....	65
5.6. Ženy celkem.....	67
6. Porovnání vzhledem k sebranému vzorku triatlonistů.....	69
6.1. Muži závodně (profesionálové a výkonnostní) versus hobby.....	69
6.2. Ženy závodně (profesionálové a výkonnostní) versus hobby.....	73
7. Závěr.....	76
8. Diskuse.....	79
 III. SEZNAM LITERATURY.....	 80

I. TEORETICKÁ ČÁST

1. Úvod

Sportovní výkon se dnes posouvá daleko za hranice možností našich předchůdců. Výkon je ovlivňován mj. schopnostmi, povahovými vlastnostmi, systémem vloh, motivací, podmínkami subjektivně vnímanými, trénovaností. Dovedeme-li každý faktor k té nejvyšší dokonalosti, můžeme pomýšlet na vysoké světové příčky. Ovšem tento obzor možností se dostává i k naší konkurenci. Vystává tedy zásadní otázka a to, co je ještě nepoznané, co je třeba vylepšovat a být o krok před soupeři?

Právě oblast sportovní psychologie je tím doposud ne zcela prozkoumaným polem. Dokonalý materiál závodního dresu, lehké kolo, promyšlený tréninkový plán, vyvážená strava i různorodá regenerace je dnešnímu triatletovi dostupná. Ano, velkou roli zde hrají finance, ale podstatné je, že tyto možnosti tu jsou.

Co se tedy stane, potkají-li se dva závodníci se stejně kvalitní výbavou jak materiální, tak výkonnostní v jeden čas na jednom místě k překonání vzdálenosti mezi startem a cílem? Triatlonový závod je otázkou desítek minut působení podnětů na závodníky. Čelí neustálému tlaku z okolí, postihují a zpracovávají komplex situačních proměnných, dynamicky prožívají interakce s prostředím a situační změny, cílesměrně regulují chování a neustále se vpravují do nových podmínek. Takový tlak na psychiku závodníka vyžaduje pečlivou přípravu. Abychom se ale mohli připravovat, musíme nejprve vědět, co je třeba vylepšit, na co se zaměřit. Je tedy potřeba znát ideální strukturu bazální psychické autoregulace osobnosti triatlonisty.

Struktura osobnosti rozhoduje o tom, pro koho jsou jaké požadavky na činnost řešitelné a které stojí mimo hranice jeho schopností. Struktura osobnosti je integrovaná slitina vrozených a osvojených strategií, jimiž se subjekt v procesu reálné životní praxe dynamicky vyrovnává s různorodými variantami situačních komplexů. Na ní závisí, které životní

podmínky, okolnosti a nároky jsou pro daného jedince optimální a pro které není dostatečně psychicky disponován. (Mikšík, 2004)

Východiskem je analýza předpokladů a tendencí vyrovnávat se s typy situací, které kladou na psychiku specifické nároky. Nároky vystupující na schopnosti jsou především požadavky na výkonnost, problémové situace, překážky v dosažení cílů, konfliktové a stresové situace.

Klíčové jsou ty schopnosti, které rozhodují o tom, jaké situace jsou pro člověka zvladatelné a jaké už ne. Jsou to hlavně schopnosti orientovat se v situaci, psychická odolnost, schopnost přizpůsobovat se, aktivně a tvořivě se vpravovat, schopnost rozhodovat se v situacích mnohoznačné povahy, schopnost regulovat svoji vnitřní a vnější aktivitu.

Vraťme se tedy k dvěma zdánlivě stejně připraveným triatlonistům, kteří čekají na startovní výstřel. Již teď, chvíli před startem, podstoupili a podstupují nepřeborným množstvím situačních tlaků, které ovlivní jejich výkon. Budeme-li uvažovat v extréměch, můžeme se zeptat - zvítězí závodník schopen komplexně postihnout a zpracovat proměnlivost podnětů, emocionálně stabilní, schopný anticipace regulace jednání a chování s účelným vpravením se do situace nebo závodník těžce zpracovávající situačně proměnné, vysoce vzrušivý se sklonem prožívat situační napětí, s nízkým sebeovládáním, s tendencí setrvale se podřizovat vlastním přístupům, schématům chování? Jednoznačně se nabízí výhra prvního závodníka.

Z tohoto popisu vyplývají čtyři základní složky – komponenty bazální psychické integrovanosti, kterými se budeme zabývat a to tedy: kognitivní, emocionální, regulační a adjustační variabilnost.

Kognitivní variabilnost týkající se kognitivních funkcí, postihování a zpracovávání komplexu situačních proměnných. Výrazná variabilnost je příznačná tendencí ke změně, k vysoké kvantitě, dynamice a proměnlivosti podnětů při jejich komplexním postihování a zpracovávání, invariabilnost pak trendem k interakcím s prostředím stabilnějším, kognitivně chudý, resp. nízkou kognitivní kapacitou pro dynamické postihování a zpracovávání situačních proměnných.

Triatlon je vytrvalostním vícebojem, multisportem, kombinujícím tři sporty v jejich vytrvalostní podobě s mimořádnými požadavky na vytrvalostní schopnosti sportovce. Oproti některým jiným vícebojům založeným na „sčítání“ výsledků jednotlivých disciplín má triatlon charakter homogenního sportu, ve kterém výkon začíná okamžikem startu a končí okamžikem cíle a pouze se v jeho průběhu mění charakter zatížení. Nejde o závod v jednotlivých disciplínách, ale triatlon a jeho druhy jsou disciplínami sami o sobě. Závodník musí absolvovat plaveckou, cyklistickou a běžeckou část v uvedeném pořadí bezprostředně za sebou. Měří se čas od startu plavání do cíle běhu. Stanovené délky tratí pro jednotlivé disciplíny triatlonu pro dospělé sportovce (sprint TT, krátký TT – olympijský, dlouhý TT) určují časové rozmezí závodního zatížení od 50-70 minut u sprint TT, 1:45-2:30 hodin u krátkého TT a 8:30 – 11:00 hodin u dlouhého TT.

Trénink triatlonu přináší vysoké nároky především na práci a rozvoj funkčních systémů organismu. Jde především o fyziologické nároky na srdeční a oběhovou soustavu, na dýchání a přenos kyslíku. Všechny disciplíny triatlonu tedy vyžadují vysokou úroveň dlouhodobé vytrvalosti, která je ale u jednotlivých disciplín odlišná především v intenzitě a aerobních procesů, v úrovni vytrvalostní síly a schopností optimálně využívat zdroje energie charakteristické pro dobu trvání jednotlivých disciplín.

Dlouhodobé zatížení klade i vysoké nároky na regulační funkce organismu. Vzhledem k nutnosti technického zvládnutí plavání, cyklistiky a běhu přináší i vysoké nároky na nervosvalovou koordinaci. (Formánek, Horčic, 2003)

Tato sportovní činnost tedy s sebou přináší znatelné nároky na psychiku osobnosti triatlonisty a to nejen v samotném závodě či tréninku, ale i v celém uspořádání života triatlonisty vůbec.

2. Osobnost triatlonisty

2.1. Proč poznávat

Otázka rozdílů mezi osobnostmi se vnučuje od samého začátku snah o poznání a pochopení člověka, o orientaci v nepřehledném množství forem osobnosti. (Čáp, 2007). Zájem o poznání osobnosti panuje i na poli sportovním. Různé osobnosti různě reagují, ale také týž jedinec reaguje různě v podobných situacích (např. vůči svému trenérovi se chová podřídivě, vůči svému soupeři opovržlivě, v určitých situacích je agresivní, v jiných, podobných, nikoli) a že týž způsob chování vychází u různých jedinců z různých motivů (např. tréninková píle je u někoho motivována strachem z trestu, u jiného radostí z pohybu, vyhlídkou na odměnu, podřídivostí vůči trenérovi atd.).

Na zemi žije téměř šest miliard lidí, ale přitom ani dva nejsou zcela stejnou osobností. Při obdobném základě a struktuře variujícího bio-psycho-sociálních předpokladů existuje výrazná divergence v hodnotách, aspiracích, životním stylu lidí různých i totožných kultur, založení, životních zkušeností, postojů, přístupů i sportovních disciplín.

Pro poznání osobnosti triatlonisty nepostačí proniknout do skupinově příznačných, diferencujících charakteristik, ale je nezbytné odhalit, proč daný jedinec je právě takovým, jakým je, jakým vlastně je, čím je determinován a dále determinovatelný, co a jak na něho působilo, působí a může účinně působit. (Mikšík, 1999)

Různí závodníci reagují různě, a psychické reakce nelze vysvětlovat jen jako odpovědi na vnější podněty. Tato interindividuální odlišnost psychických vlastností osobnosti triatlonisty je přirozeným důsledkem odlišnosti vrozených vloh a zejména pak odlišných zkušeností (vrozené rozdíly v reagování lze pozorovat již u novorozenců). Existence individuálních odlišností je biologický fakt. (Nakonečný, 1997)

2.2. Psychologie osobnosti

V psychologii osobnosti řešíme kvalitativně novou, integrovanou úroveň uvažování vnitřního neoddělitelného sepětí všech pro daného člověka příznačných psychických jevů. Na rozdíl od analytického pohledu na jednotlivé psychické fenomény zde vystupuje úsilí o syntetický pohled na psychiku lidského subjektu, o komplexní, celostní, integrované pochopení a postižení podstaty, povahy a zákonitostí utváření, rozvíjení a projevů člověka jako neopakovatelné individuality – jako individuálně příznačné, specifickým způsobem integrované a v aktivní interakci s reálnými podmínkami života se rozvíjející a prosazující osobnosti.

Předmět psychologie osobnosti: odhalování zákonitostí subjektivního ztvárnění vnějšího světa do příznačných kvalit psychické regulace aktivit (v komplexu jejich biopsychické a psychosociální podstaty a povahy), promítajících se do příznačné struktury a dynamiky individuálního „JÁ“ člověka jako osobnosti, s ohledem na konkrétní podmínky jeho životní historie.(Mikšík, 1999)

Existují mnohé definice osobnosti např. Watson (1924) vymezuje osobnost jako „konečný produkt našeho systému zvyků“. Cattell uvádí: „Osobnost je to, co determinuje chování v definované situaci a v definovaném naladění.“ V klasické definici G. W. Allporta (1937) je osobnost chápána jako „vnitřní dynamická organizace psychofyzických systémů“, které „determinují jedinečné adjustace individua jeho prostředí“.

V psychologii pak vystupuje osobnost jako hypotetický konstrukt, tj. jako pojem vyjadřující a vysvětlující fakt, že duševní život člověka vykazuje určitou vnitřní organizaci, jednotu a dynamiku, která se projevuje navenek chováním a která funguje v závislosti na změnách organismu subjektu na jedné a změnách jeho životního prostředí na druhé straně. (Nakonečný, 1997)

Obecně lze lidského jedince vyznačit nejpodstatnějšími, nejpriznačnějšími charakteristikami:

1. Individualita či rozlišitelnost: osobnost prezentují ty kvality, jež ji odlišují od ostatních, jen studiem individuálních rozdílů speciálních kvalit či konfigurací kvalit odlišujících jednu osobnost od jiných jí můžeme porozumět.
2. Osobnost jako určitá struktura či organizace založená na závěrech odvozených z jejích projevů – veškeré projevy jsou organizované a integrované osobností, vyjevují ji.
3. Osobnost z hlediska její životní historie či vývojové perspektivy – osobnost představuje vývojový proces podmíněný vlnou vnitřních a vnějších vlivů, zahrnující genetické a biologické sklony, sociální zkušenosti i změny okolností v prostředí
4. Osobnost jako reprezentaci těch rysů jedince, jež odpovídají konsistentním vzorcům jeho chování: osobnost je relativně stálá a stabilní napříč časem a situacemi.

Osobností rozumíme určitou úroveň interakční aktivity, zobrazujících a řídicích funkcí psychiky, psychických vlastností a zvláštností subjektu činnosti, jejíž dosažení je funkcí psychosociálních kontextů. Osobnost se svými individuálně příznačnými vlastnostmi je produktem aktivní interakce mezi subjektem a sociálními podmínkami jeho existence. U osobnosti triatlonisty tím máme na mysli hlavně interakci takových vlastností, které se výrazně projevují a podílejí na sportovní činnosti (např. ctízádnost, bojovnost, vůle) a to hlavně v závodních podmínkách a s nimi spojených nepředvídatelných situacích.

Pro osobnost triatlonisty je určující:

a) je-li jedinec integrován kolem hodnot týkajících se sportovního života, je-li zaměřen směrem k závodní atmosféře, touze po srovnávání či vítězství, jsou-li vytvořené vztahy, schopnosti a cíle pro sportovní činnost,

b) nakolik je schopen tuto zaměřenost projevovat a prosazovat i v závodních podmínkách, tzn. ve vyhořelejších situacích, odolávat vůči emociogenním účinkům po delší časový úsek.

Jestliže do nitra osobnosti triatlonisty pronikáme jedině zprostředkovaně, tj. analýzou jeho vnějších projevů, pak musí být neoddelitelnou součástí tohoto modelu specificky lidská úroveň projevů subjektu, kterou označujeme jako činnost, v našem případě se jedná hlavně o samotný závod nebo trénink. I sportovní činnost vypovídá o psychice jejího nositele, pokud bereme v úvahu následující skutečnosti:

1. Vše, co se týká sportovní činnosti triatlonisty, je spojeno s jeho psychikou, je projevem psychiky, odráží se v ní psychické vlastnosti daného jedince,
2. Psychické jevy, postižitelné (vnitřní i vnější) činností, nevznikají nahodile, mají své určité příčiny.
3. Psychické jevy a příznačné vlastnosti osobnosti triatlonisty se nejen projevují, ale i utvářejí jedině v procesu aktivní interakce triatlonisty s podmínkami existence, zvláště pak v konkrétní sportovní činnosti. (Mikšík, 1999)

2.3. Psychika, její vývoj a determinanty

V psychologii osobnosti usilujeme o pochopení psychiky:

1. jako dynamického interakčního systému, systému cílesměrné regulace aktivit lidského subjektu,
2. jako účinný interakční prostředek a produkt realizace životní existence konkrétního individua v konkrétních reálných sociálních kontextech.

Psychika osobnosti triatlonisty se realizuje (tzn. rozvíjí, projevuje i uplatňuje) v procesu aktivní interakce závodníka s podmínkami jeho existence, tzn. hlavně v závodních podmínkách a sportovních činnostech s nimi spojených. Všechny psychické jevy jsou:

1. co do obsahu výsledkem vzájemné aktivní interakce mezi vnitřními podmínkami a vnějšími podněty, a
2. co do své formy různými stránkami odražení této interakce.

Proto musíme brát v úvahu, že úroveň, resp. kvalita této interakce je vždy funkcí kvalitativních aspektů obou uvedených činitelů (tj. vnitřních i vnějších podmínek).

Osobnost triatlonisty se rozvíjí do určité úrovně interakcí a psychických regulací jako produkt určitých společenskohistorických podmínek a kontextů hlavně konkrétního sportovního prostředí, tzn. pod vlivem závodního klubu, trenéra, sportovních kolegů i soupeřů, a to díky fylogeneticky dosažené a ontogeneticky specifikované úrovni vnitřních předpokladů.

Postihnout a vysvětlit tak složitý, komplexní a dynamický systém psychické regulace vnitřních a vnějších aktivit lidského subjektu, který je vlastní člověku jako osobnosti, lze jediné za předpokladu, že pochopíme a postihneme rozhodující vazby a souvislosti mezi proměnnými:

subjekt (osobnost triatlonisty) < --- > podstat a povaha aktivit (tréninky, závody a s nimi spojená atmosféra průběhu) < --- > podmínky jeho existence (možnost vykonávání sportovní činnosti, možnosti členství v určitém klubu i materiálního vybavení) < --- > subjekt (osobnost triatlonisty)

jako různými, ale přitom neoddělitelnými atributy pohledu na tentýž interakční proces a na cestu k proniknutí do psychologických zákonitostí utváření a fungování studovaného systému – tj. psychiky osobnosti triatlonisty.

Vydeme-li z bio-psycho-sociální podmíněnosti psychické regulace vnitřních a vnějších aktivit subjektu, pak na úrovni osobnosti uvažujeme specifickou integraci přírodního a společenského v její psychice:

1. Osobností se člověk nerodí, ale stává. Stejně tak se triatlonista nenarodí s čapkou na hlavě a tretry na nohou, ani s nepřekonatelnou vůlí závodit a tvrdě trénovat. Ve své vrozené bázi má nezbytné předpoklady pro osvojování si obsahů a způsobů života toho společenství, do něhož se rodí, v němž si osvojuje společenské poznání a individuální zkušenosti i zaměřenost, v němž se socializuje i individualizuje, tzn. jako osobnost se v aktivním sociálním styku v procesu reálné společenské činnosti utváří a realizuje. Můžeme tedy tvrdit, že snazší podmínky bude mít narozený v prostředí blízkém k triatlonu, tzn. v rodině je někdo, kdo má k triatlonu kladný vztah nebo také se pohybuje v oblasti, kde jsou dostupné triatlonové kluby a vhodné klimatické podmínky. Obzvláště v období pubescence je pak důležitá vrstevnická skupina, která může přístup k triatlonu buď usnadnit, nebo naopak úplně zavrhnout.

Rozhodujícím činitelem formování osobnosti je socioekonomická skutečnost. Její odraz v psychice má pro člověka základní životní význam – orientuje obsah jeho vědomí, aktivity osobnosti. V reálném dopadu do psychiky (vědomí) jedince jako osobnosti je pak tento vliv vždy modifikován:

- specifickými vnitřními předpoklady v substrátu psychické činnosti

- zvláštními kontexty životní existence daného jedince, ale vždy v souvislosti existujících obsahů a způsobů společenského bytí a vědomí, sociálních vztahů a styků.

2. Úroveň osobnosti znamená vědomé řízené vnitřní a vnější aktivity subjektu: osobnost spojujeme s vědomím jako svérázným nástrojem a neustále se rozvíjejícím produktem vzájemné interakce triatlonisty s podmínkami závodní činnosti, ale i existence vůbec, v reálných sociálních kontextech a závodních podmínkách. Vědomí je vývojově nejvyšší, specificky lidskou etází psychické regulace životních aktivit subjektu. (Mikšík, 1999)

2.4. Struktura osobnosti

Poznatky o struktuře osobnosti a o rozdílech v psychických vlastnostech jsou pro trenéra nástrojem lepšího poznání svých svěřenců a následným zvýšením efektivity spolupráce trenér – sportovec.

Pojem struktura osobnosti vyjadřuje v psychologii uspořádání dispozic tvořících osobnost, resp. uspořádání vnitřního celku duševního života člověka. „Strukturou rozumíme členěný a v sobě relativně uzavřený dispoziční celek“ (Krueger, 1931). Podobně se vyjadřuje Tardy (1965): Struktura osobnosti je něco dispozičního, co se podle situací různě aktualizuje.“ (Nakonečný, 1997)

Osobnost triatlonisty je dynamická struktura, tj. proměnlivé uspořádání celku duševního života člověka, které se navenek projevuje určitým chováním nejen v závodním prostředí. Strukturu tvoří určité komponenty, resp. jednotlivé dispozice jako je postihování a zpracování proměnlivosti podnětů, emocionální stabilita, anticipace regulace jednání a vpravování se do situace. Za takové prvky struktury osobnosti, vystupující jako jednotlivé dispozice a jejich třídy, se považují psychické vlastnosti osobnosti.

Stabilita osobnosti triatlonisty je pokládána za trvalejší, ale nikoli neměnnou strukturu. Vlivem závodních zkušeností se mění, a to se projevuje i změnami jeho psychických osobnostních vlastností, schopnostech zvládat náročné situace. Na stabilitu osobnosti se usuzuje z konzistence jejího chování, jak odlišné jsou projevy v tréninku od projevů

v náročných závodech. Otázka stability osobnosti je otázka změn, resp. stálosti chování jedince v čase.

Kelly vytvořil koncept „osobního konstruktů“ na bázi kognitivistického pojetí psychologického vztahu ke světu: člověk se řídí předpovědí a z událostí abstrahuje podobnosti a kontrasty, aby si vytvořil „konstrukty“, jimiž by „mapoval“ své prostředí. Např. konstrukt fair play vytváří člověk na základě poznání osob s fair play chováním, avšak musí tu být i zkušenosti kontrastní, tedy s nefér chovajícími se jedinci, aby se vytvořil určitý obraz o něčem. Konstrukty nemusí mít vědomý, verbální charakter. Na jejich základě se utvářejí anticipace událostí a kontrola chování v anticipovaných situacích. Lze pak říci, že zkušenosti jedince jsou tvořeny konstrukcí a rekonstrukcí událostí, vlastností atd. Osobní konstrukty ukazují, jak jedinec pojímá okolní svět a zejména druhé lidi. Např. jestli na soupeře, který se v balíku snaží nastoupit do čela, pohlíží jako na zrádce, který chce skupině uniknout nebo jako na pomocníka – obětavce, který se rozhodl skupinu „táhnout“.

Schmid (1994): „Předmětem diferenciatní psychologie jsou pozorovatelné a vyjádřené rozdíly (diference) v prožívání a chování individuí a skupin. Problémem tedy je, čím je způsobována variabilita psychických rysů osobnosti a chování, přičemž se nabízí odpověď především v konceptech dědičnosti a zkušenosti.

Základním pojmem diferenciatního hlediska v psychologii osobnosti, která se zabývá psychickými vlastnostmi osobnosti, je pojem individualita (osobitost), vyjadřující psychickou svéráznost, jedinečnost každého člověka, s níž již přichází na svět a která se s věkem zvětšuje, protože se v interindividuálních rozdílech uplatňuje také interindividuálně odlišná zkušenost. (Nakonečný, 1997)

Osobnost triatlonisty se v průběhu kariéry vyvíjí zráním určitých tělesných struktur (jako jsou schopnosti obratnosti, rychlosti, silové i dlouhodobá vytrvalost) a procesem sociálního učení, tj. s vlivem zkušenosti získávaných hlavně vlivem sociálních interakcí mezi soupeři, kolegy, s trenérem. Pro mladého závodníka je podstatný zejména vliv zkušeností získaných v průběhu tréninků i závodů, jež vedou k fixaci určitých vlastností nebo jejich změnám.

Za základní faktory rozdílů v psychice člověka se pokládají dědičnost, příslušnost k určité kultuře, k určité rase, skupině a pohlaví. Za obsahové koncepty diferenciálně psychologického přístupu se považují vlastnosti chování, zvyky (habits), vlastnosti dispozic, tedy psychické vlastnosti osobnosti, či rysy (traits) a typy.

Dědičností se rozumí přenos tělesných a psychických vlastností, resp. dispozic, z jedné generace na druhou, obvykle z rodičů na děti.

Kulturní a rasové rozdíly – Jsou-li lidé tříděni podle takových kritérií, jako jsou společenské postavení, povolání, městské a venkovské bydliště a národnost, lze najít často významné skupinové rozdíly ve výchovných praktikách, v sexuálních chování, v emočních reakcích, zájmech a postojích, jakož i ve výkonech v různých testech, „neboť každá kultura nebo subkultura upřednostňuje vývoj svých vlastních vzorců schopností a vlastností“ (Anastasiová, 1987)

Pohlavní rozdíly: žena se dožívá v průměru o několik let více než muž, více mrtvě narozených dětí je mužského pohlaví, muž se vyznačuje spíše jen větší svalovou silou. Rozdíly v biologické konstituci mužů a žen nejsou absolutní, neboť v krvi žen je určité množství mužských pohlavních hormonů, a naopak v krvi mužů zase určité množství ženských pohlavních hormonů, při jejich disproporci vzniká virilní typ ženy a femininní typ muže, vyznačující se nejen charakteristickým vzezřením, ale i chováním, které však může mít původ i ve výchově. (Nakonečný, 1997)

3. Sebepojetí, sebehodnocení

V psychologii druhé poloviny dvacátého století se nejčastěji osobnost vyjadřuje termínem já, koncepce já, sebepojetí a sebehodnocení, popř. identita. I když je to moment sjednocující složitost osobnosti, je to opět složitý subsystém osobnosti s mnoha aspekty. Zahrnuje zejména aspekty:

1. biologické, psychologické, sociální (moje tělo a somatické vlastnosti – psychické vlastnosti příslušnost k sociálním skupinám),

2. časové: jednotu minulého vývoje, přítomného okamžiku a předpokládané budoucnosti (např. já jsem nejen ten dospělý v přítomném okamžiku, ale také to dítě prožívající kdysi radosti i starosti v rodině, ve škole, mezi kamarády a také ten člověk v budoucnosti, kterým se stane, s jinými úspěchy a nezdary, radostmi a starostmi, než byly ty dřívější, v průběhu let se mění společnosti, způsob života i já, a přece jsem to stále já bez ohledu na změny somatické a sociální, i některé vlastnosti, problémy, cíle a hodnotové orientace ve mně trvají),
3. poznávací, emočně-hodnotící, volní (jaké mám o sobě názory, jak sebe hodnotím, jak jedním),
4. jednotící moment v mém prožívání událostí a vlivů na mne působících (jsou to události mého života, vlivy působící na mne) a jednotící moment mého vlivu (vše, co já dělám, na co a jak já působím). (Čáp, Mareš, 2007)

Poznávací aspekty já, sebepojetí vyjadřují mé sebepoznání, jak sám sebe vidím, za koho se považuji. Takové charakteristiky vyjadřující jedincovo přesvědčení, že odpovídají skutečnosti, ve svém souhrnu vytvářejí reálné já. Reálné já se formuje pod vlivem zrcadlového (popřípadě sociálního) já, to vyjadřuje názory jedince na to, jak ho vidí druzí lidé.

Další aspekt či subsystém se nazývá ideální já – jaký bych chtěl být, jak se chovat a jednat i prožívat, jaké vlastnosti mít, kým se stát, kterými hodnotovými orientacemi se řídit apod. Záleží i na vztahu mezi reálným a ideálním já, na rozdílu mezi nimi. Rozdíl může být veliký a hluboce frustrující, zvláště když je ideální já nepřiměřeně vysoké, perfekcionista, když neodpovídá jedincovým předpokladům ani vnějším podmínkám, jestliže má jedinec příliš silnou výkonovou motivaci a vysokou úroveň aspirací nebo když se značně podceňuje, vidí své reálné já horší, než je skutečnost.

Značný rozdíl mezi ideálním a reálným já bývá u labilních osob či u neurotiků. Ideální já může být také velmi nízké, nenáročné – u osob s nízkou výkonovou motivací, s nerozvinutými volními vlastnostmi apod.

Poznávací aspekty já přecházejí do emočně-hodnotících, do sebehodnocení. Závisí do značné míry na tom, jak jedinec hodnotí druhé, a také na tom, k jakým skupinám jedinec patří a jak hodnotí tyto skupiny – příslušností k takovým skupinám si zvyšuje své sebehodnocení

Reykowski (1976) uvádí: „Kontrolní vliv pocitu vlastní hodnoty v chování se spojuje s tím, že činitelé, kteří jej zvyšují, jsou zdrojem velmi silných příjemných emocí a činitelé, kteří jej snižují, naopak vzbuzují negativní emoce značné síly, a to ve formě úzkosti, studu, pocitu viny.“ Pak tedy cílem trenéra je stát se činitelem, který je zdrojem zvláště pozitivních emocí. Toho je možné dosáhnout, když i při hodnocení chybných situací dokáže najít a vyzdvihnout něco pozitivního.

Sebeoceňování souvisí s mírou sebevědomí a s úrovní aspirace a celá tato triáda funkčně propojených fenoménů vytváří důležitý motivační komplex. (Nakonečný, 1997)

Vliv sebepojetí na chování jedince (Wylie, 1968):

1. Jedinec vnímá a osvojuje si takové obsahy, které souhlasí s jeho sebepojetím, a odmítá takové, které s jeho sebepojetím nejsou v souladu.
2. Jedinec s nepřiměřeným a nepravým pojetím sebe sama je lehce zranitelný, neboť musí stále počítat s možností, že bude konfrontován s neočekávanými reakcemi druhých lidí, z toho pak resultují úzkost a obranné reakce.
3. Hodnocení sociálního okolí jedincem závisí ve velké míře na vztahu tohoto okolí k jeho osobě. Úroveň sebevědomí jedince je dána poměrem obrazu jeho reálného a ideálního já, tj., toho, za koho se považuje, a toho, kým by chtěl být, čím menší je rozdíl, tím je jeho sebevědomí větší. Vyjadřuje to pojem síla ega, podle Cattella (1950, 1967) primární faktor osobnosti, který se projevuje jako zralost, stálost, emoční klid, realistický vztah k problémům a absence neurotické únavy, slabé ego se naopak projevuje jako neschopnost snášet frustraci, nestálost, emoční impulzivnost, vyhýbání se rozhodnutím a neurotická únavnost doprovázená nereálným úsilím.

4. Aspirace, motivace

Podle Hilgarda (1962) se motiv výkonu váže především na to, jak člověk vnímá sám sebe, tj. na jeho sebepojetí (reálné a ideální já), které souvisí s určitou úrovní sebevědomí (silou ega). Úroveň aspirace vyjadřuje intenzitu ctižádostivosti.

Důležitou charakteristikou činností jedince jsou jeho aspirace, tj. životní cíle a s nimi spojená míra úsilí potřebného k jejich dosažení. Obecně lze říci, že prožívání úspěchu úroveň aspirace zvyšuje, zatímco prožívání neúspěchu ji snižuje. Gouldová a. Escalonová (1939, 1940) zjistily dva typy osob vystupujících ve výzkumech úrovně aspirace:

1. jedinci snažící se o dosažení úspěchu (ti budou více motivováni častěji se účastnit závodů) a
2. jedinci snažící se vyhnout se neúspěchu (ti při vidině zklamání raději vymyslí důvod, proč se závodů nezúčastnit).

Zážitek úspěchu či neúspěchu je však ovlivňován řadou činitelů, např. lehkostí či těžkostí úkolu. Je-li úkol příliš lehký, není jeho splnění provázeno dostatečně silným pocitem úspěchu, a je-li příliš těžký, není jeho nesplnění doprovázeno dostatečně silným pocitem neúspěchu. Z toho plyne potřeba kladení postupných cílů, které jsou vždy o stupeň vyšší než ty předchozí, např. přiměřené snížení časového limitu pro určitý běžecký úsek, který je pro triatleta dosažitelný, ale zároveň si je vědom, že musí vynaložit dostatečné úsilí, aby dosáhl nové „mety“.

Atkinsonova teorie motivace dosahování vznikla na základě pozorování reakcí studentů na úspěch, resp. na neúspěch. Lidé s vysokou potřebou dosahovat (PD) považují úspěch za čest. Jiní, s nižší potřebou dosahovat věnují spíše pozornost tomu, jak se vyhnout nezdaru. Atkinson postuluje, že motivace je funkcí očekávání úspěchu a očekávání nezdaru. Je-li očekávání úspěchu větší než očekávání nezdaru činnosti se uskuteční: Weiner (1972) dospěl k zajímavým zobecněním:

- neúspěch zvyšuje motivaci lidí s vysokou PD
- neúspěch tlumí motivaci lidí s nízkou PD
- úspěch tlumí motivaci lidí s vysokou PD
- úspěch zvyšuje motivaci lidí s nízkou PD.

Bandura věnoval pozornost rovněž autoregulaci a motivaci prostřednictvím cílových systémů. Bylo zjištěno, že cíle mají motivační efekty, vyvolávají zájem o uspokojení zejména tehdy, když slouží spíše jako výzvy než jako úkoly. Obecně platí, že cíle nepůsobí automaticky jako motivy. K tomu, aby působily motivačně, jsou nutné kromě výzovosti ještě další atributy. Jedním z nich je jasnost, určitost. Určité cíle jsou jasným vodítkem pro výkon a jeho hodnocení. Cílová motivace vyžaduje závazek k jasnému cíli a zpětnou informaci o výsledcích. Dalším atributem je blízkost. Blízkost cílů podněcuje úsilí o jejich dosažení. (Štikar a kol., 1996)

Dalším důležitým činitelem je mínění o kauzálních souvislostech výkonu, tzv. atribuce, jde o přisuzování úspěchu či neúspěchu určitým příčinám stojícím mimo subjekt (štěstí, náhoda, pomoc druhých), nebo jeho přisuzování sobě samému, svým schopnostem, námaze atd. Je-li neúspěch atribuován vnějším příčinám (smůle, zavinění cizí osobou), je to v podstatě obranná reakce a neúspěch je zastírán, resp. prožíván s menší intenzitou. (Nakonečný, 1997)

Teorie místa kontroly (locus of control) byla publikována Rotterem (1966) jako pokus vysvětlit dlouhodobý vliv posilování při vyrovnávání se s požadavky vnějšího prostředí. Rotter rozlišuje jedince s převahou vnější a vnitřní kontroly. Jedinci s převahou vnitřní kontroly věří ve svou schopnost ovlivňovat a řídit jak běh světa, tak svůj vlastní osud. Lidé s převahou kontroly vnější věří v moc vnějších okolností, které nelze ovlivňovat. (Štikar a kol., 1996)

V životních aspiracích se uplatňuje motiv výkonu, jehož síla je dána poměrem potřeby úspěchu k potřebě vyhnutí se neúspěchu. Je-li potřeba vyhnutí se neúspěchu silná (důsledek četných zakoušených neúspěchů), je síla motivu výkonu slabá, což vede k vyhýbání se činnosti, resp. plnění úkolů, jejich přejímání. Existují jednak lidé, kteří mají především tendenci dosáhnout úspěchu, osoby zaměřené na úspěch, které si kladou realistické cíle a úkoly o středním stupni obtížnosti, a jednak osoby zaměřené na vyhnutí se neúspěchu, které si kladou nerealistické cíle (buď nízké, nebo příliš vysoké – splnění lehkého úkolu je snadné a nesplnění těžkého úkolu není deprimující). Na úspěch zaměřeni jedinci vykazují menší pohotovost k riskantnímu jednání a další rozdíly ve srovnání s jedinci, kteří jsou zaměřeni na vyhnutí se neúspěchu. (Nakonečný, 1997)

5. Kognitivní variabilnost

5.1. Poznávací (kognitivní) procesy

1. vnímání, počitky a vjemy,
2. procesy učení a paměti,
3. imaginativní procesy, představy a fantazie
4. myšlení spjaté zejména s řečí a myšlenkové řešení problémů.

Sám název zdůrazňuje, že jde o procesy zúčastněné v poznávání skutečnosti. Zároveň tyto procesy plní i další důležité úkoly v lidském životě. Souhrnně lze říci, že životní funkce poznávacích procesů jsou zejména:

1. v poznávání,
2. v řízení činností,
3. v sociální komunikaci,

ale také v uvědomování si emocí, v řešení konfliktů mezi motivy, v rozhodování a v realizaci vytčených cílů. (Čáp, Mareš, 2007)

5.2. Pozornost

Pozornost je psychická funkce, která je úzce spojena s vůlí. Zajišťuje zaměření a soustředění různých psychických činností na určité předměty nebo cíle. Tato funkce se nejzřetelněji uplatňuje při dobře známé psychické činnosti zvané pozorování. Pozornost může být zaměřena na předměty mimo nás stejně dobře jako na vlastní tělo a na vjemy, které z něj přicházejí, např. vjemy bolesti, nebo na vlastní mysl, ve které probíhají psychické procesy.

Pozornost znamená výběr. Z představ, citů, myšlenek, především však vjemů nejružnějšího druhu, jež jsou v dané chvíli v naší mysli, zaměříme pozornost na některé z nich, jež budou v důsledku toho v centru vědomí, zatímco ostatní se dostávají na jeho periferii.

Můžeme si všimnout, jak se při soustředění pozornosti na něco, co je pro nás důležité, ostatní obsahy myslí dostanou na okraj našeho vědomí nebo úplně mimo ně. Například to, co jsme do určité chvíle vnímali jasně, vnímáme teď jen matně, případně vůbec ne. Naprosté soustředění pozornosti na jedinou věc vydržíme obvykle jen krátkou chvíli. Většinou svou pozornost pružně rozdělujeme a střídáme. (Říčan, 2005)

Jednání je zaměřeno na cíl a je úmyslně prováděno na základě kognitivního přístupu a využívajícího mechanismů regulace. Jednání je hierarchicky strukturované a každá úroveň má své vlastní mechanismy. Činnosti jsou regulovány vědomými motivy, úkoly jsou regulovány cíli, operace jsou regulovány konkrétními situacemi, úkony, elementy úkonů a neurofyziologické reakce jsou regulovány podněty. (Štikar a kol., 1996)

5.3. Rozhodování

Rozhodování je proces výběru cíle a prostředků, který končí rozhodnutím. Steck (1987) je chápe jako „závěrečnou část volního aktu, z níž bezprostředně plyne pohotovost k jednání“. Tento proces lze v tomto smyslu chápat jako vědomý výběr či vědomou volbu, jeho protikladem je „nevědomý boj motivů“ v konfliktní situaci. Kozielceki (1976) rozlišuje dvojí druh rozhodování: 1. v konfliktní situaci, 2. v rizikové situaci. Konflikt definuje jako „situaci neshody“, jako rizikovou chápe takovou situaci, v níž lze očekávat ztrátu, poškození, trest atd.

Při rozhodování v konfliktních situacích se uplatňuje kognitivní analýza alternativ, přičemž síla konfliktu, a tedy i obtížnost rozhodování je dána množstvím alternativ a jejich hodnotami. Obecně platí, že:

1. čím více je alternativ, tím je konflikt, a tedy i rozhodování těžší,
2. volba mezi dvěma důležitými alternativami je těžší než volba mezi dvěma nedůležitými alternativami.

Za základní fáze rozhodování lze pak považovat následující:

1. Vznikne situace s alternativními možnostmi jednání vyvolávající vnitřní napětí.
2. Kognitivně emotivní zpracování daných alternativ vyústí ve volbu jedné z nich.

3. Poté, co bylo rozhodnutí učiněno, vznikají pochybnosti o jeho správnosti, vzniká stav kognitivní disonance a snaha redukovat jej racionalizací původního rozhodnutí, tj. ujistit se o správnosti volby.

Ve druhé fázi si subjekt vybírá to, co je nejatraktivnější, resp. to, co představuje nejmenší zlo, případně se rozhoduje pro náhradní objekt.

Ve třetí fázi se subjekt ujišťuje o správnosti volby, jestliže volil mezi alternativami přibližně stejné hodnoty. Jestliže se např. triatlonista rozhoduje mezi startovním místem A a B a rozhodl se posléze pro místo A, uvažoval o výhodách a nevýhodách obou míst a rozhodl se pro to, které mělo větší pozitiva a menší negativa. Jakmile se rozhodl a zvolil místo, vznikla kognitivní disonance, protože se rozhodl i pro negativní vlastnosti startovního místa A a odmítl pozitivní vlastnosti místa B. Redukce této disonance a ujištění se o správnosti volby nyní spočívá v tom, že triatlonista přecení pozitivní vlastnosti místa A podcení jeho negativní vlastnosti, a naopak podcení pozitivní vlastnosti místa B a přecení jeho vlastnosti negativní.

Disonance je redukována tím, že se mění kognitivní elementy objektů, tj. dochází k jejich přehodnocování: to, co bylo považováno za dobré, je nyní ještě lepší a to, co bylo považováno za horší, je nyní ještě horší, naopak to, co bylo u odmítnutého objektu dobré, je nyní spíše zanedbatelné nebo „ne tak dobré, jak se zdálo“.

Disonance je tím větší, čím méně se alternativy liší svou atraktivitou. Jinak probíhá rozhodování v rizikové situaci, která je riziková proto, že je neurčitá, protože subjekt nemá k dispozici dost informací pro předvídaní výsledků svého jednání a výsledek, který si přeje, není jistý. Rozhodování v takové situaci vytváří dilema (nutnost volby mezi vylučujícími se alternativami), přičemž se uplatňují dva základní činitele:

1. hodnocení chtěného výsledku,
2. subjektivní pravděpodobnost jeho dosažení. (Nakonečný, 1997)

Konečným aspektem každého rozhodnutí je emoce, která je v jeho pozadí a vyznačuje subjektivní užitečnost rozhodnutí. Sama užitečnost je velmi relativní, neboť cíl získává hodnotu svou vztažností k momentálnímu stavu subjektu a jeho situaci (např. naléhavá potřeba něčeho). Snaha člověka uniknout vysokým trestům je silnější než snaha po získání vysokých odměn (Kozielicki). Různí lidé mají různý průměr k riziku. Zdá se, že je to jedna z vlastností osobnosti, někteří podstupují riziko lehce, jiní těžce a odmítají je. Zásadně platí,

že užitečnost, která je spojována s rizikem, záleží na jeho velikosti, od určité míry se užitečnost rizika s jeho přibýváním zmenšuje (Coombs a Huang, 1968).

6. Emocionální variabilitnost

Duševní život člověka tvoří funkční celek, uvědomovaný jako prožívání, jehož cílem je regulace chování. Z tohoto celku lze vyabstrahovat různé prožitkové modalities a jednu z nich tvoří citění.

Emoce jsou psychickým prafenoménem, který má zásadní význam pro regulaci chování, neboť jsou podstatou jeho motivace (mají povahu pohnutek) i jeho organizace na základě individuálních zkušeností (učení), určují vzorce apetencí a averzí, tedy toho, co nás přitahuje a co odpuzuje, toho, co bude naučeno, a co nikoli. Jako takové mají podstatný vliv na duševní život člověka, jemuž citění dává jedinečný zážitkový akcent. (Nakonečný, 2000)

6.1. Dimenze emocí

Emoce mají dvě základní dimenze: míru vzrušení a určitou míru libosti či nelibosti. Stav vzrušení (excitace) vyjadřuje určitou úroveň funkční pohotovosti individua. Významově ekvivalentní je pojem aktivace, vyjadřující připravenost k činnosti, připravenost, která je odstupňována. Připraveností k činnosti nebo funkční pohotovostí se zde rozumí psychofyzický či neurosomatický stav individua vcelku, který vedle pohybové disponibility zahrnuje i disponibilitu percepční a další, primárně jde o úroveň funkčního stavu nervové soustavy. Úroveň aktivace se projevuje různými symptomy tělesnými (svalové napětí), nervovými (excitabilita neuronů) a psychickými (stav vědomí, psychická reaktivita, resp. behaviorální znaky).

Nejvyšší úroveň aktivace reprezentují afekty jako výbuchy silných emocí, které mohou mít chaotický vliv na jednání, myšlení a další kognitivní funkce („jednání v afektu“ znamená vždy zkratkovitě, impulzivní jednání nedostatečně kontrolované). Silná aktivace (její vysoká úroveň) znamená tedy mnohdy dezorganizujícím způsobem působící afekt a může být

vyvolána různými afektogenními situacemi, ale i vnitřními stavy nadměrné motivace. (Nakonečný, 2000)

6.2. Emocionální zpracování situace

Psychická činnost vychází ze zpracování informací z vnějšího prostředí individua a z vnitřního prostředí jeho organismu. Informace jsou zakódovány v nervových procesech, vyvolávaných vnější a vnitřní stimulací. Různé informace mají různý význam a rovněž táž informace může mít různý význam za různých okolností. Účast určitého závodníka – soupeře v závodě se může zdát jako významná, ohrožující, ale po zkušenostech z předešlého závodu jako zcela nevýznamná, nepodstatná. Může vyvolat vzrušení, rozhořčení a nebo také lhostejnost. Informace umožňují rozlišování a redukují nejistotu v poznávání, ale důležitý je také jejich význam pro život subjektu, a proto podléhají hodnocení, které je funkcí emocí, informace jsou nositeli poznání a významu, jsou pro život jedince významné, nebo nevýznamné, významné informace jsou emociogenní. Kognitivní procesy zpracovávají instrumentální význam informací, emocioální procesy jejich význam subjektivní, jejich subjektivní hodnotu.

6.3. Závislost emocí na průběhu a úspěšnosti myšlení

Závislost emocí na průběhu myšlení lze vyjádřit takovými termíny jako „lehká nejistota“, „napětí“, „očekávání úspěchu“ apod., v situaci bezradnosti s řešením problémů pak termíny, který zdůrazňuje nezbytnost emocionálních procesů ve vztahu k „účelu přípravy chování“ v případě, kdy nejsou dány „rigidní vazby mezi podněty a reakcemi“. Čím více je chování „volné“ a není již ovládáno jen fixovanými řetězy podněty – reakce, tím důležitější je řízení regulace chování, tím důležitější je tedy emocionalita. Emoce podněcují „myslící střetávání s problémem“, kromě toho určuje „emocionální situace“ průběh myšlenkového procesu, což se může dít ve dvojím směru, ve směru úspěšného a neúspěšného řešení. Je-li řešení úspěšné, prožívá subjekt radost, má pocit triumfu atd., je-li naopak neúspěšné, prožívá rezignaci a kromě dalších pocitů, z nichž některé mohou vést k potlačení neúspěchu a jeho racionalizaci, objevuje se také sebereflexe, může vzniknout pocit bezmocnosti, který může

vyvolávat depresi a je demotivující, objevují se kauzální atribuce (připisování neúspěchu vlastním neschopnostem nebo vnějším okolnostem atd.). Emoce tak nedoprovázejí myšlení jen pasivně, ale dynamicky. Proces sebereflexe je řízen z neúspěchu vyvstávající nelibostí a vystupuje v něm celá řada následných pocitů, které neovlivňují jen další průběh řešení problémů, ale i stav subjektu samého. (Nakonečný, 2000)

7. Regulační variabilnost

Schopnost autoregulace umožňuje přijímání vnitřních standardů, hodnocení diskrepance mezi těmito standardy a činnostmi a vznik sebehodnotících reakcí, které ovlivňují následné chování.

Schopnost autoreflexe spočívá v hodnocení a mění vlastní myšlení. Patří sem i posuzování vlastních schopností vyrovnávat se s rozmanitými skutečnostmi. K těmto základním schopnostem se někdy přiřazuje schopnost symbolické komunikace. (Štikar a kol., 1996)

7.1. Roviny regulace činnosti

1. fyziologické aktivace a energetické podpory činnosti,
2. kognitivní a senzomotorickým procesům uvažovaným jako operační komponenty duševní činnosti,
3. reflexním hodnocením, obsahujícím subjektivní pocity a sebehodnocení,
4. charakteristikám činnosti, zejména z hlediska vnějších výstupů (produktivita, přesnost, rychlost) a z hlediska kvality jednání. (Štikar a kol., 1996)

7.2. Autoregulační ovlivňování

Zjistilo se, jak představy lidí o vlastních schopnostech mohou působit na autoregulační ovlivňování. Lidé se liší v tom, že pojmají kognitivní schopnost buď jako osvojitelnou dovednost, nebo jako dědičně fixovanou vloh. Ti, kdo pojmají kognitivní schopnost jako osvojitelnou dovednost, považují ji za zdokonalitelnou získáváním znalostí a zdokonalováním vlastních kompetencí. Hledají příležitost ke zdokonalování, chyby jsou pro ně instruktivní částí osvojovacího procesu, posuzují své schopnosti více z hlediska osobního zdokonalování než srovnáváním s výsledky ostatních. Naopak lidé, kteří pojmají kognitivní schopnost jako více či méně zafixovanou vloh, pohlízejí na svůj výkon jako na diagnózu svých základních intelektuálních předpokladů. Chyby pro ně představují hrozbu osobního a sociálního hodnocení, mají sníženou sebedůvěru. Takoví lidé se snaží sledovat pouze bezpečné cíle, s minimem možných omylů, mají nižší aspirace. Tento přístup vede k méně efektivním zvládnutí neúspěchu než první přístup.

První přístup vede k silnější percepci sebeuplatnění. Jedinci si kladou vyšší cíle, a jsou výkonnější než osoby v rámci druhého přístupu. (Štikar a kol., 1996)

8. Adjustační variabilita

Schopnost myšlenkové anticipace umožňuje anticipaci důsledků budoucích činností a kladení cílů. Budoucí událostí sice nemohou být determinantami chování, ale jejich kognitivní reprezentace silně kauzálně působí na přítomnou činnost. (Štikar a kol., 1996)

8.1. Adaptace

Adaptace je významnou součástí průběžného a po celé období sportovní činnosti trvajících procesu vyrovnávání se závodníka s podmínkami sportovního života. Úroveň závodní adaptovanosti se výrazně projevuje v sebehodnocení závodníka.

Adaptace zahrnuje:

1. předpoklady člověka zvládat nároky závodní činnosti (adaptabilitu) – jedná se o soubor schopností, dovedností a zkušeností, které vytváří žádoucí potenciál a umožňují variabilitu chování v jednotlivých situacích
2. proces zvládání nároků závodní činnosti (adaptování) – jeho průběh může být krátkodobý, ale také vleklý, tento proces má charakter individuálně vnímané a prožívané zátěže.
3. výsledný stav (adaptovanost) – vyjadřuje dosažený výsledek průběžného dílčího nebo celkového stavu vyrovnání se se závodní činností, vztah mezi závodníkem a závoděním se postupně stabilizuje a vzniká určitý styl sportovního jednání. (Štikar a kol., 1996)

II. EMPIRICKÁ ČÁST

1. Cíl výzkumu

Zjistit, zda existují rozdíly ve struktuře osobnosti mezi triatlonisty a obecnou populací. A zda mají triatlonisté něco společného v osobnostní struktuře, co by je odlišovalo od běžné populace.

2. Úkoly výzkumu

- zvolit vhodnou metodu testování
- výběr SPARA z testové baterie Diaros
- převést test do elektronické podoby
- rozdělit triatlonisty do tří jasně definovaných skupin – profesionálů, výkonnostních a hobby
- získat kontakty na triatlonisty všech tří úrovní
- vyhodnotit testy počítačovým programem
- vyzdvihnout ty rysy osobnosti, které se nachází na 1% a 5% hladině statistické významnosti

Vycházíme tedy z hypotézy:

H: Osobnostní struktura triatlonisty se statisticky významně liší od osobnostní struktury obecné populace.

Je pro nás také důležité, zda a jaké jsou rozdíly v osobnostní struktuře triatlonistů na jednotlivých výkonnostních úrovních. Významné rozdíly by nám pomohly určit, jaká osobnostní struktura má nejlepší předpoklad pro to stát se triatletem na vysoké úrovni. Na základě těchto poznatků by pak bylo možné pracovat s jednotlivými závodníky na jejich

osobnostních vlastnostech a vylepšovat ty komponenty bazální psychické integrovanosti osobnosti, které jsou pro triatlonisty klíčové.

Zde je určující tato hypotéza:

H: Jsou statisticky významné rozdíly ve struktuře osobnosti mezi jednotlivými výkonnostními skupinami triatlonistů.

3. Charakteristika souboru

Výzkumu se zúčastnilo celkem 63 dobrovolníků, kteří se aktivně účastní triatlonových závodů. A to 23 hobby triatlonistů, 30 triatlonistů výkonnostní úrovně a 10 profesionálů.

Hobby triatlonisty jsme vymezili jako ty závodníky, nadšence, kteří se alespoň 1x účastnili triatlonového závodu a mají zálibu v plavání, cyklistice i běhu. Výkonnostní skupina je podmíněna účastí v Českém poháru triatlonu. Profesionálové jsou smlouvou vázáni k určitému klubu a účastní se i mezinárodních soutěží – Světového poháru.

Skupiny dle výkonnosti	počet	muži	ženy	vymezení
A. hobby	23	16	7	alespoň 1x účast TT závodu, záliba v plavání, cyklistice, běhu
B. výkonnostní	30	20	10	účast v ČP
C. profesionálové	10	8	2	přední příčky v ČP, účast na SP, uzavřená smlouva s klubem
Suma	63	44	19	

Z uvedeného je znatelné, že soubor je poměrně malý na to, abychom mohli vyvozovat definitivní závěry. I přes to nás mohou výsledky tak malého vzorku nasměrovat správným směrem a poukázat, čeho je třeba si povšimnout.

4. Použitá metoda

4.1. Sparo

Autorem tohoto dotazníku je Oldřich Mikšík. Dotazník je používán jako nástroj k diagnostikování struktury a dynamiky bazální autoregulace a integrovanosti vnitřních i vnějších aktivit osobnosti, její psychické odolnosti a úrovně interakcí s reálnými životními kontexty.

SPARO je zpracováno pro manuální i počítačové hodnocení výsledků (jako součást testové baterie Diaros), respondent tedy může číst otázky přímo na monitoru a ihned zaznamenávat odpovědi, nebo dostane testovací sešitek s jednotlivými tvrzeními a zaznamenává své odpovědi do záznamového archu. Respondent odpovídá na 300 otázek, u každé vyjadřuje a zaznamenává svůj souhlas nebo nesouhlas. Doba vyplňování dotazníku se neomezuje, většinou se jedná asi o 60 minut. Dotazník může být použit i ke skupinové administraci. (Mikšík, 1994)

Pro statistické zpracování jsme využili počítačový program Diaros, pro každou jednotlivou škálu je vypočítán průměr, směrodatná odchylka a t-test významnosti rozdílů středních hodnot, kterým zjištěné výsledky porovnááme s normami pro obecnou populaci, případně dvě skupiny vzájemně. Porovnááme zvlášť muže a ženy.

Protože nebylo časově možné se setkat s každým triatlonistou osobně, přepsala jsem tvrzení do elektronické podoby a rozeslala e-mailovou poštou. Návratnost rozeslaných dotazníků byla cca 80 %. A během 4 měsíců jsem obdržela 63 vyplněných dotazníků.

Je nutné připomenout, že bez těchto dobrovolníků, by práce neměla možnost vzniknout. Byli ochotni zasednout minimálně na hodinu před monitor a podrobit se někdy až rozpakuplným tvrzením a to i přes jejich obvykle značnou časovou vytíženost. Proto mé díky je doprovázeno každým slovem této práce.

Komponenty byly získány faktorovou analýzou vstupních dat. Jsou navzájem nezávislé a mohou tudíž vystupovat v libovolném spojení. To se promítá i do strukturálně dynamického přístupu k posuzování nálezů u daného respondenta. Východiskem není analytický, ale systémový, strukturálně dynamický přístup k hodnocení získaných dat, celostní pohled na výsledný individuálně příznačný profil psychické integrovanosti osobností, který je funkcí slitiny zjištěných komponent. V jejím schématickém vyjádření je výchozím kritériem vztah mezi komponentou prožitkovou a regulativní, dalším diferencujícím rysem adaptivita, a konečným kognitivní hybnost. Z toho vychází i charakteristika jednotlivých osobnostních profilů. (Mikšík, 2000)

4.2. Základní komponenty bazální psychické integrovanosti

KO: kognitivní variabilnost (týká se kognitivních funkcí, postihování a zpracování komplexu situačních proměnných).

KO+ výrazná variabilnost je příznačná tendencí ke změně, k vysoké kvantitě, dynamice a proměnlivosti podnětů při jejich komplexním postihování a zpracovávání

KO- trend k interakcím s prostředím stabilnějším, kognitivně chudým, resp. nízkou kognitivní kapacitou pro dynamické postihování a zpracovávání situačních proměnných

EM: emocionální variabilnost (týká se prožívání interakcí s prostředím a situačních změn).

EM+ vystupuje vysoká vzrušivost, sklon prožívat situační napětí, tenze i euforie

EM- emocionální stabilita, snížená emotivita (až prožitková chudost)

RE: regulační variabilnost (týká se regulujících či usměrňujících funkcí konativní modality, kvality autoregulace, cílesměrnosti a ovládání aktivit).

RE+ příznačná nízkým sebeovládáním, malým zvažováním možných důsledků spouštěných interakčních aktivit, snížená autoregulace chování

RE- soustavné vřazování budoucího možného efektu do rozhodovacích procesů, do činností, systémů chování (tzv. anticipační regulace jednání a chování)

AD: adaptační variabilita (týká se vpravování do nových podmínek a okolností života a činnosti).

AD+ tendence odpovídat jak na inertnost, tak i na dynamiku působení situačních proměnných přizpůsobovacími aktivitami (buď účelným vpravením se, či na principech poddajnosti)

AD- inertnost, invariabilita – adaptační rigidita, jedinec projevuje tendenci setrvale se přidržovat vlastních přístupů, činností, schémat chování (tzn. tendenci nepřizpůsobovat sebe, ale sobě).

4.3. Bazálnější škály obecné variability

PV: obecná hladina psychické (vnitřní) vzrušivosti spontaneity: vnitřní čilosti, dynamismu, nabuzování.

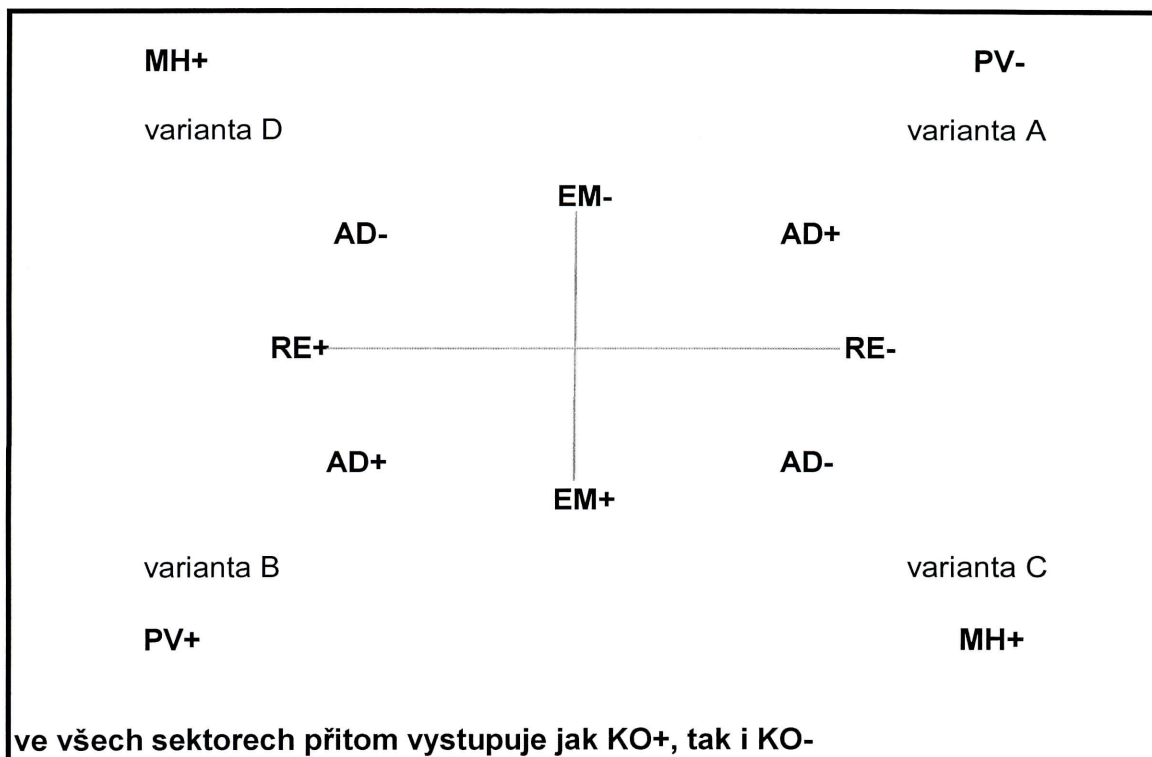
PV+ tendence tíhnout k dynamickým interakcím, spojeným s intenzivním psychickým nabuzováním, resp. jako vysoká situační vzrušivost

PV- nízká situační vzrušivost

MH – motorická (vnější) hybnost její regulování.

MH+ vyhledávání změn při menších regulačních zábranách a vysoké emocionální a adaptační rigiditě

MH - tendence vyhledávat (situační i akční) klid při vysoké emocionální vzrušivosti, regulovanosti a přizpůsobivosti



4.4. Osobnostní profily

Kombinací těchto jednotlivých komponent získáme charakteristiku čtyř základních osobnostních profilů, označovaných jako

A. Variantu lze označit jako klidný (vyrovnaný) typ, příznačný nižší psychickou vzrušivostí (PV-). Jde o spojení emocionální stability (EM-) s regulovaností (RE-).

Při vazbě na přizpůsobivost k životním podmínkám a situacím (tzn. adjustivní variabilitu, AD+) získáváme dvě modifikace:

- adjustivní typ (při KO+), příznačný tendencí k dynamické interakci, schopností postihovat a zpracovávat dynamické situační proměnné a dynamicky se vyrovnávat se stresogenními životními kontexty (A1)
- odolný typ (při KO-), charakterizovaný resistencí vůči působnosti nových situačních faktorů, stabilní interakcí, tendencí ke kognitivní, emocionální a regulační stálosti a schopností aktivně se s novými vlivy vyrovnávat (A2)

Při vazbě výchozích komponent na adjustační rigiditu (nízkou přizpůsobivost a tendenci setrávat u svých konceptů AD-) lze výsledný profil a interakční efekt rovněž diferencovat podle specifčnosti komponenty kognitivní:

- při kognitivní variabilnosti (bystrost, dynamické postihování a zpracovávání situačních proměnných = KO+) lze hovořit o cílesměrném (vyžadujícím a prosazujícím) typu osobnosti (resp. interakce) A3.
- při spojení s kognitivní resistencí (KO-) získáváme profil rigidní, strnulý, resp. „stažené“ osobnosti s obtížně ovlivnitelnými postoji, přístupy a schémata chování, uzavřené do sebe, A4.

B. Variantu pojmáme jako vzrušivý, resp. spontánní typ, pro který je příznačná vnitřní psychická vzrušivost (PV+). Základem je spojení vysoké emocionální nabuditelnosti (EM+) s iregulovaností, spontánní situační reagecí (RE+). Všechny modifikace lze charakterizovat jako jisté protiklady modifikací varianty A.

Ve spojení dvou výchozích komponent s adjustabilitou (tendencí přizpůsobovat se = AD+) získáváme „antitypy“ pro maladaptivní modifikace z varianty A.

- ve vazbě na kognitivní variabilnost (zálibu ve změně, zvědavost = KO+) se prosazuje typ hybný, „bohémský“, nezávazný, exhibitovaný a vysoce kontaktní, který se pro spontaneitu ve všech komponentách využívá v dynamických podmínkách a tam, kde nejsou, je sám stimuluje, je označen B1 a je jistým opakem typu A4.
- ve spojení s nízkou kognitivní dynamičností (s neschopností postihovat a zpracovávat dynamičtější komplexy proměnných = KO-) lze hovořit o bezprostředním, submisivně jednajícím, resp. bezprostředně se situačním podnětům a tlakům přizpůsobujícím typu, v grafu figuruje jako B2 a je protikladem k A3.

Při spojení výchozích dvou komponent s adjustační rigiditou (AD-) získáváme protiklady adaptivních typů skupiny A:

- ve vazbě na kognitivní variabilnost (KO+) lze hovořit o typu vznětlivém, resp. situačně disinhibovaném, kdy jde o vyhledávání, prožívání a bezprostřední interakční odezvu na situační dynamiku s dominujícím trendem prosazovat své aktualizované přístupy a motivaci, je označen B3 a představuje protiklad k A2.
- při strukturální vazbě na nižší kognitivní dynamismus (KO-) je výsledným efektem iregulovaně impulsivní typ osobnosti, který se pro nízkou schopnost postihovat a adekvátně zpracovávat působící situační proměnné dynamičtější povahy při silném emocionální prožívání a tíhnutí k bezprostřednímu uvolňování napětí projevuje tendenci k volbě zkratkovitých schémat úniku ze situačních tlaků a nepřehledných situací, v grafu je označen jako B4 a lze ho pojímat jako antityp k A1.

C. Variantu označujeme jako prožívající, resp. utlumený typ, příznačný sníženou motorickou hybností, odezvou (MH-). Nejcharakterističtější společným rysem je spojení vysoké emocionální citlivosti (variabilnosti = EM+) s anticipační regulací chování či vůbec zbrzděnou akční odezvou (RE-).

Z hlediska strukturálních vazeb na komponentu adjustační lze u adaptivních typů (jedinců s tendencí přizpůsobovat se = AD+) rozlišit:

- předvídavý typ, který pro dynamickou komponentu kognitivní (KO+) vstřebává, postihuje a prožívá aktuální či potenciálně možné situační, životní a jiné změny, zvědomuje si a prožívá možné důsledky, usiluje o nalezení východisek ve smyslu včasných přizpůsobovacích aktivit, označujeme ho symbolem C1.
- obezřetný (resp. opatrnický) typ, u kterého tendence k situačnímu a podnětovému klidu s menším vhladem do dynamických momentů a kontextů (KO-) se promítá do ústřední tendence „nenarazit“, vyhnout se konfliktnímu, stresogennímu či jinému vyhocení vztahů s okolím. Nese označení C2.

Při spojení výchozích klasifikačních komponent s adjustační rigiditou (nízkou přizpůsobivostí, tendencí přidržovat se vlastních přístupů, schémat chování, postojů = AD-) se ve vyhocenějších životních kontextech snadno rozvíjejí frustrovaná, málo instrumentální schémata vnitřních a vnějších aktivit. V důsledku situační precitlivělosti, anticipačních tenzí a maladjustability se obecně prosazují maladaptivní struktury interakcí se sníženou

sebedůvěrou, úzkostností a prožitky deprese. Podle povahy komponenty kognitivní lze rozlišit:

- úzkostný typ, kdy kognitivní dynamika (KO+) má za následek vnímání rozmanitých aspektů, kontextů a jejich možných dopadů a důsledků, orientaci změny a jejich domýšlení ústící až do anticipačních tenzí a konfabulací, dle schématu jde o typ C3.
- depresivní typ, vázaný spíše na tendenci ke stálejšímu životnímu prostředí při nižší schopnosti postihovat všechny situační proměnné a adekvátně je zpracovávat (KO-), což více otevírá pole pro tendenci k depresivním prožitkům a přístupům (v což může vyústit i emocionálně blokováne cesty kognice u typu předchozího), v grafu vystupuje pod označením C4.

D. Variantu pojmáme jako reaktivní (resp. dynamický) typ dané osobnostní struktury (u něhož do popředí vystupuje motorická hybnost = MH+), je jistým protikladem varianty C. V jejím základě je spojení emocionální stability (či nízké emocionální vzrušivosti = EM-) s neregulovaností (motorickou hybností, bezprostřední akční odezvou na vzniklé či působící situační proměnné = RE+). Jde tudíž o protikladné spojení těchto komponent v porovnání s variantou C. Proto lze základní modifikace, vystupující v rámci této varianty, dát do protikladu k určitým modifikacím, jež byly uvedeny u předchozí varianty.

Ve spojení s přizpůsobivostí (adjustační variabilitou = AD+) lze opět podle kritéria variabilnosti kognitivní rozlišit dvě modifikace:

- situačně improvizující typ, kdy spojení výše uvedené kombinace emocionální stability a tendence k bezprostřední aktivitě adjustativního typu s vysokým nábojem poznávací dynamiky a kognitivního zpracovávání interakčních kontextů (KO+) ústí do situačně stimulovaných systémů aktivit více méně improvizujícího nebo situačně tvořivého typu, označujeme ho symbolem D1 a představuje protipól typu C4.
- pragmatický typ, který s ohledem na spojení výchozích znaků (emocionální stability s tendencí bezprostředně adaptivní způsobem řešit vznikající situace) s tendencí ke stabilizování podmínek a okolností života a činnosti (KO-) projevuje „řešitelský“, reálně orientovaný přístup k realitě a s tím související interakční aktivity, označujeme ho jako typ D2, protikladný typu C3.

V případech integrovaného spojení emocionální stability a vysoké pohotovosti k interakcím a s adjustační rigiditou (AD-) lze opět (v závislosti na povaze kognitivní variabilnosti) rozlišit jako podstatné modifikace osobnosti (a tím i interakční) „riskéra“, nositele rizikových, málo adaptivních voleb interakčních aktivit se situačními kontexty, a to:

- sebesprosazujícího typu, kdy vysoká úroveň kognitivní variability (KO+) v této vazbě působí ve směru tendence hledat a využívat naznačující se možnosti k uspokojení aspirací, touhy po vyniknutí a seberealizace prosazováním vlastního „já“, je označen symbolem D3 a je jistým protikladem k typu C2.
- nevariabilního typu, kdy pro nízkou kognitivní variabilnost (KO-) chybí dynamický vhled do složitějších situačních kontextů a anticipace možných trendů změn, takže se tendence k neuměřeným interakčním aktivitám projevuje daleko pregnantněji – ve vyhraněné podobě až ve vysoké sociální exhibitovanosti a v neschopnosti postihnout a vážít a volit aktivity přiměřené předpokladům jejich úspěšného realizování. Je označen symbolem D4 a je jistým protikladem k typu C1.

STRUKTURA BAZÁLNÍ PSYCHICKÉ INTEGROVANOSTI OSOBNOSTI					
		A D+		A D-	
		1	2	3	4
A	KLIDNÝ EM- RE-	adjustativní 	odolný 	cílesměrný 	rigidní
B	VZRUŠIVÝ EM+ RE+	hybný 	bezprostřední 	vznětlivý 	iregulovaný
C	PROŽITKOVÝ EM+ RE-	předvídavý 	obezřetný 	úzkostný 	depressivní
D	REAKTIVNÍ EM- RE+	improvizující 	pragmatický 	sebesprosazující 	invariabilní
		KO+	KO-	KO+	KO-

4.5. Další testované osobnostní rysy

K hlubšímu vhledu do specifik bazální autoregulace osobnosti slouží další testované osobnostní rysy, integrované do souhrnnějších 7 dimenzí:

4.5.1. Dimenze N rysy normality osobnosti

VZ – Vztahovačnost, podezíravost – je ukazatelem, zda a nakolik se daný jedinec domnívá, že ho druzí pomlouvají, pronásledují, podrážejí či že mu jinak úmyslně škodí, při maximálních hodnotách lze hovořit o určitých tendencích k hypochondrii a k bludu pronásledování.

LS – Psychická labilita versusu psychická stabilita – jde o bipolární postihování kvality, resp. úrovně emocionální a akční odezvy na podněty, bazálních předpokladů a schopností aktivně a integrovaně se vyrovnávat s intervenujícími situačními proměnnými.

AN – Anomálie osobnosti – jde o posouzení míry a intenzity, v níž se daná osobnost vymyká z „normálu“. Na horním konci kontinua jde o problémové jedince s extrémní povahou výpovědí ve směru obtížného vpravování se do nových podmínek a situací, nízké resistance vůči situačním vlivům, situační přecitlivělosti, životního pesimismu a „trudomyslnosti“.

EX – Extremita – vymezovaná prostřednictvím inventáře extrémních odpovědí v příslušných sytících položkách. Z rozboru relací získaného skóre ke škálám ostatním lze toto pojímat jako ukazatel extremity osobnosti ve smyslu míry, intenzity vybočování z „populační normy“.

4.5.2. Dimenze S optimální hladina stimulace

SI – Smyslová imprese – míra vyhledávání intenzivních a svou rozmanitostí bohatých smyslových dojmů (či, při nízkém skóre, vyhledávání stabilního, málo proměnlivého, „fádního“ podnětového a prožitkového pole), záliba ve výrazně dynamických (či stabilních formách působení na smysly s bohatým (chudým) obsahem poznávací, prožitkové či jiné intenzity).

IP – Intenzita vnitřního prožívání (autostimulace) – míra vyhledávání vnitřního vzrušení, vysokého emocionálního a prožitkového nabuzení. Jde o tendenci k navozování se intenzivních emocionálních prožitků, zážitků, „zkušeností“ o sobě, pro potěšení z nich samých, a nikoli z jejich dalších důsledků a souvislostí (či naopak, o chudou autostimulaci, nízké snění, orientaci na suchou realitu bez potřeby či tendence prožívat rozkoš z možného, i když málo reálného).

PN – Pohybový neklid spjatý s potřebou či tendencí k situačnímu uvolňování vnitřních napětí, aspirací a pouzení – záliba v činnostech a interakcích s takovým prostředím, které slibují prožívat „bojové vzrušení“, soupeření, nebezpečí, dobrodružství (oproti vyhledávání bezpečného, klidného způsobu života ve stabilním a známém prostředí na pólu opačném).

DI – Dynamičnost interakce s prostředím – míra záliby ve změně, v neočekávanosti, neobvyklosti, novosti (a naopak stálosti) ve styku s prostředím, vysoká (nízká) „choulostivost na prožívání nudy“ v kontaktu s lidmi, činnostmi, prostředím, partnery aj., vyhledávání či podněcování takové variety vztahů, chování a interakcí, které znamenají změnu.

SD – Sociální disinhibice, odtlumenost, hybnost, „nekrocení se“ – míra sociální nevázanosti, (naopak, tendence ke konvenčnosti). V krajních hodnotách nabývá povahu asociálnosti, zálibou v „divokých a nekrocených partách, činnostech, systémech chování a vtažů k druhým.

OS – Obecná stimulační hladina (resp. úroveň nabuzování a nabuditelnosti), do níž výše uvedené rysy (jako určité sytící komponenty) vcházejí. Postihuje pro daného jedince individuálně příznačnou hladinu optimální stimulace. Charakterizuje, jaká situační, životní a jiná dynamika ve vnějším prostředí danému jedinci konvenuje, a jaké stimulační souvislosti jsou pro něho nevhodné, zátěžové, psychicky pesimální. Rozdíly ve strukturálních vazbách mezi „sytícími rysy“ tuto individuálně hladinu kvalitativně (i při stejné úrovni dosaženého skóre) obsahově specifikují. Tím, že je postihována samostatně koncipovaným systémem položek, může sloužit i jako kritérium věrohodnosti výpovědí v rysech S.

4.5.3. Dimenze R individuální tendence riskovat

AS – Úroveň aspirace ukazující na subjektivně příznačnou míru potřeby či motivace dosažení. Svým obsahem se blíží pojmu „ambice“ jako jednoho z motivačních nábojů výběru určité hladiny rizik – na co si člověk „troufá“, k jakému stupni obtížnosti volby a dosažení směřuje a nakolik je v této volbě ovlivňován a korigován úspěchy a nezdary vlastními i druhých. Vysoký skóre svědčí pro vysokou aspirační hladinu, nízký vypovídá o velmi nízké ambicióznosti.

AC – Hladina anticipace neukazuje anticipaci vůbec, ale to, nakolik člověk jedná v současnosti pod vlivem možných následků v budoucnosti. Vysoké skóre svědčí o enormní tendenci vyhybat se aktivitám spjatým s nebezpečím neúspěchů či nežádoucích ztrát, nízký skóre svědčí pro nedostatečné zvažování možných důsledků neadekvátního rozhodování se a o tendenci k riskantním volbám.

TN – Tendence spoléhat na náhodu se projevuje hlavně v rizikových situacích „naděje“, v nichž nelze předvídat výsledek a volba rozhodnutí je spíše záležitostí sklonu k lehkomyšlnosti, víry v osud či v to že vždy se všechno nějak vyřeší a proto „není třeba z ničeho dělat problém“.

SE – Sociální exhibicionismus, tendence předvádět se, získávat obdiv za to, na co si, v porovnání s ostatními, troufá. K rizikovému chování vede tam, kde je možnost „blýsknout se“, a to tím výrazněji, čím více danému jedinci na referencích toho kterého sociálního souboru záleží. Opačný pól, nízké skóre, může znamenat i to, že daný jedinec jedná nezávisle na tom, co si o jeho jednání myslí ostatní – „zůstává svůj“.

OR – Obecná hladina přijetí (či zamítání) rizikových aktivit, subjektivně příznačná úroveň daného jedince riskovat (na škále od nízkých ambicí, vysoké anticipace, obezřetností, opatrnictví, tendence sázet na jistotu, až po rozmanité zdroje vyústění do realizování riskantních variant interakcí s prostředím). Je funkcí míry a strukturálních vazeb výše

uvedených rysů, avšak diagnostikována specifickou šálou (s obdobnou využitelností pro posouzení spolehlivosti výpovědí, jako je tomu u škály OS).

4.5.4. Dimenze I účinná integrovanost osobnosti

UZ – Úzkostnost, tendence prožívat úzkost určité míry a kvality. V našem přístupu je pojímána ve specifickém vztahu k anticipačnímu prožívání zátěže, tj. jako jedna ze specifických kvalit mobilizace psychiky, ve dvou rozdílných „signalizačních“ funkcích: Jednak jako ukazatele stavu očekávání a s ním spjaté mobilizace a organizace obranných či adjustačních procesů (v souladu s anticipovaným vývojem nejednoznačné situace, jednak jako symptomu dezintegrace psychiky, destrukce těchto obranných a adjustačních procesů, obsahem a intenzitou působících podnětů – v závislosti na vykazované intenzitě. Jej posuzování musí být interakční. Pod optimální úrovní jde o narušení vhledu, postihování implicitně ohrožujících situací se sníženou anticipační mobilizací psychiky, nad ní dochází k dezintegraci autoregulačních mechanismů nepřiměřenou intenzitou tohoto prožitku.

EC – Emocionalita, intenzita prožívání životních kontextů a jejich změn, dynamika emocionálních stavů, vztahů a celkového psychického vyladění pod vlivem situačních faktorů, stupeň a rychlost prožívání (emocionálního obražení, globálního významového zpracování a sledování) situačních změn a jeho adekvátnost vzhledem k podnětovým situacím. Vysoké skóre svědčí pro intenzitu prožitků a vysokou situační citlivost, tato intenzita a dynamičnost je příznačná pro prožitky radosti i žalu, strachu i vzteku, lásky i nenávisti. Na druhém pólu lze hovořit o emoční chudosti, nevýrazných prožitcích, nízké emotivní citlivosti.

UR – Účinná kapacita rozumu jako výraz schopnosti využívat tu kapacitu rozumu, kterou daný jedinec obecně disponuje, k realizaci obdobných racionálních (tzn. emociogenním situačním tlakům nepodléhajících), adekvátních rozhodovacích procesů a interakčních aktivit za podmínek emocionálně vyhrocených životních kontextů tak, jako za okolností nevyhrocených. Je tudíž ukazatelem psychické odolnosti vůči emociogenním účinkům situací. Vysoké skóre svědčí pro převahu kognitivního, tzn. pro vysokou účinnou kapacitu rozumu, nízké pro neschopnost zachovat se ve vyhrocených kontextech racionálně.

RR - Hladina resistance vůči rušivým podnětům jako ukazatel schopnosti realizovat za nově vzniklých emociogenních okolností dříve přijaté cílové jednání a struktury chování na subjektivně příznačné integrované úrovni. Nejde tudíž o to, nakolik je s to se daný jedinec do nově vzniklých okolností vpravit, ale nakolik je resistantní vůči aktualizaci hrozby možných důsledků toho, když bude v cílové činnosti pokračovat. Zahrnuje v sobě regulační determinanty různé úrovně (včetně rozmanitých systémů stereotypie, návyků, zvyků, potřeb, zájmů a jiných motivací). Vysoké skóre je ukazatelem výrazné resistance a volních kvalit. Na dolním konci kontinua se ocitají jedinci s nízkou schopností sebeovládání a autoregulace.

OI – Dimenze účinné integrovanosti osobnosti je zastoupena i globální škálou, do níž se integrovaně promítá komplexní účinek všech výše uvedených rysů: obecně se prosazující rozdíly mezi lidmi co do jejich globálního profilu a projevu psychické integrovanosti, vztahu racionálních, prožitkových a volních kvalit v jejich interakčních aktivitách, chování a jednání za stabilních i dynamických životních podmínek a situací. Tuto škálu lze rovněž současně využít jako jedno z kritérií důvěryhodnosti výpovědí resp. simulace a disimulace.

4.5.5. Dimenze V interpersonální vazby a vztahy

KT - Uzavřenost versus kontaktivnost resp. snadnost, rychlost a pružnost, s níž jsou vyhledávány, navazovány a případně opět rozvazovány kontakty s druhými lidmi, intenzita prahnutí po nových kontaktech s lidmi stejného či druhého pohlaví, ochota i riskovat k uspokojení prožitků, které tyto kontakty přinášejí. Jde o kontinuum od nejnižšího skóre signalizujícího výrazné poruchy v navazování kontaktů s jinými lidmi (zvláště druhého pohlaví), až po impulsivně promiskuitní, bohémsky exhibitované či jinak extravagantní, rizikové exponované sociální interakce.

BE – Hladina benevolence a tolerance postihující míru porozumění a pochopení pro potřeby, zájmy, tendence i slabosti druhých, respektování jejich práv, důvěru v jejich poctivost a dobré úmysly, a ochotu angažovat se ve prospěch potřebných, poskytovat jim prostor pro seberealizaci všude tam, kde je to zapotřebí. Nejnižší skóre ukazuje na maximální intoleranci, nedůvěru a respektování pouze svých vlastních potřeb a zájmů, nejvyšší skóre na extrémní toleranci.

KN – Konformita charakterizuje rozsah a intenzitu tendence akceptovat názor sociální skupiny, přizpůsobovat se (resp. podléhat) názorům či tlakům veřejného mínění, předcházet možným interpersonálním konfliktům a nedorozuměním, podřizovat své jednání a chování skupinovým zájmům či normám i jejich autoritativním představitelům. S tím souvisí i úroveň jeho požadavků na jiné chovat se či jednat obdobně. Vysoký skór konformity je symptomem podřizování „jáství“ hrubému kolektivismu, extrémně nízké signalizují asociální postoje.

NE – Tendence k nezávislosti, intenzita sklonu zůstat sám sebou, starat se pouze o sebe a spoléhat výhradně na vlastní názory, síly a schopnosti. Jde o kontinuum, ve kterém nejnižší skóre svědčí pro silnou potřebu porozumění a povzbuzení od druhých, nejvyšší skóre pro preferování osobní svobody, potřebu spoléhat sám na sebe, nenechat si nic vnucovat a dělat jen to, co sám považuje za důležité, nestarat se o druhé a být na nich nezávislým.

4.5.6. Dimenze K vnitřní korekce, regulovanost interakcí

RF – Rigidita versus flexibilita, subjektivně příznačná míra ovlivnitelnosti tím kterým společenstvím, v němž se jedinec realizuje. Vysoké skóre znamená sociální přizpůsobivost (ve smyslu snadné emocionální nákazy, sugestibility a následovnictví, sociální poddajnosti, snahy „nevybočovat“), nízký skór naopak nepřizpůsobivost, lpění na svých osobních přístupech a názorech (resp. ignorování sociálních tlaků a preferování vlastního „já“).

LO – Lehkomyslnost versus odpovědnost ve smyslu subjektivně příznačné úrovně akcentování normativní složky v interakčních přístupech a aktivitách – síly vnitřního tlaku být povinován vůči někomu či něčemu (včetně svého svědomí). Vysoké skóre svědčí pro morálně hodnotící přístup ke svým projevům a aktivitám, pečlivost, svědomitost, tendenci plánovat svoji činnost a dovádět ji až do konce, sebekontrolu a koncentrovanost na výkon a dosahované výsledky, - ale současně i pro jistou úzkostnost, persistenci, rigiditu v přístupech, organizovanosti a postupech. Nízký skór pak signalizuje nezodpovědnosti, nespolehlivost a ležérnost ve vztahu k úkolům, lidem, možným důsledkům. Vysoké skóre však nevyjadřuje hodnotovou orientaci, obsah odpovědnosti (k čemu směřuje, v jakém směru a vůči čemu se prosazuje).

NU – nevázanost versus usedlost postihující úroveň, resp. míru bezstarostnosti či „ustaranosti“ ve vztahu k ostatním lidem. Vysoké sycení svědčí o výrazném sklonu k obezřetnosti (k opatrnickým přístupům a systémům interakcí), konservatismu, rezervovanosti, starostlivosti. Nízké sycení o bezstarostnosti, fanfarónství, bohémství, nevázanosti.

FC – Frustrovanost versus cílesměrnost, vysoké sycení je charakteristické pro cílevědomé, motivované, aktivní vpravování se do reálných životních situací, pro jedince se zásadovým a jasně definovaným (resp. rozhodným) přístupem k regulaci interakčních aktivit, na mínus pólu zjišťujeme jedince s nestálými či situačně poddajnými schématy projevů.

KI – Korigovanost versus impulsivnost je od výše uvedeného rysu obsahově odlišná. Nejde o cílesměrnost aktivit, ale o kvalitu jejich usměrňování, řízení, regulování. Na plus pólu jde o neřízené, emocionálně impulsivní (nepokojné, neurotické až cholerické) chování, na mínus pólu pak o chování anticipované, determinované jednak resistencí, jednak sebeovládáním.

4.5.7. Dimenze P sebeprosazování

US – Potlačená versus vysoká sebejistota, důvěra ve své síly a schopnosti, s pocity soběstačnosti, schopnosti orientovat se v situacích, zvládat obtíže, s nimiž se v životě setkává, adekvátně jednat v rozmanitých životních situacích, nepřipouštět si možnost vlastní nepostačitelnosti či situačního a životního selhání – vše na pólu extrémně vysokých skóre (a s opačnými trendy při její extrémně nízké hladině).

TO – Trudomyslnost versus optimismus, charakterizující obecně se prosazující, globální obsahovou kvalitou základního emocionálního vyladění a vyrovnávání se s životní realitou. Pro jedince s vysokým sycením je příznačný situační optimismus, životní elán, převládající stav dobré pohody a celkové životní spokojenosti, na mínus pólu vystupuje životní a situační pesimismu, mnohdy ve spojení s „trudomyslností“ a stavy psychické deprese.

PR – Prožitkový versus reagující přístup k životní realitě, zvláště pak s vyhrocenými situačními kontexty. Vysoké skóre charakterizuje tendenci vzniklé situace řešit, činnostní přístup, dominující orientaci na aktivní odezvu, jednání, zachování se. Pro opačný pól je

příznačný situačně prožitkový přístup, orientace na aktuální či možné dopady a důsledky, aniž by byly uvažovány možnosti, cesty a způsoby, jak jim předcházet, čelit (tzn. snížená motorická odezva, pohotovost jednat, aktivní se rozhodovat a vznikající situace řešit).

NS – Nenápadnost versus sebeprosazování, protikladnost konvenčních a ambiciózních přístupů, postojů či schémat interakce s prostředím. Vysoké sycení ukazuje na hypertrofii sebecitu, sebeprosazování, ponětí vlastní důležitosti, vysoké ctižádostivosti, aspirace a osobní prestiže, nízké skóre svědčí o hodnotách opačných, o tendenci ke konvenčnosti, k nenápadnosti, zdrženlivosti.

FM – Femininní versus maskulinní typ interakce, globálních postojů a přístupů k životní realitě. Charakterizuje, zda a nakolik daný jedinec vykazuje postoje adekvátní či protikladné obecným trendům ve výpovědích, příznačným pro jeho pohlaví. Při vysokém skóre se jedná o manifestovanou maskulinitu (preferování „mužské role“), při nízkém skóre o manifestovanou femininitu (vykazování „ženství“)

Dotazník dále zahrnuje dvojí druh kritérií důvěryhodnosti odpovědí respondenta (škály OS, OR, OI a K-skóre krajních výpovědí). (Mikšík, 2000)

5. Porovnání vzhledem k obecné populaci

5.1. Muži profesionálové

Škála	M	SD	t (pop)	Škála	M	SD	t (pop)
1. KOMPONENTY				3. NORMALITA			
KO	14,3	2,6	4,6**	VZ	5,5	2,1	0,1
EM	4,0	2,2	-1,2	LS	14,1	2,9	0,0
RE	7,1	4,5	1,0	AN	0,9	1,7	1,5
AD	13,5	2,0	-1,3	EX	4,5	1,7	1,2
2. FAKTORY				4. VĚROHODNOST			
PV	5,8	1,5	3,7**	L	3,9	2,2	2,1
MH	9,3	2,4	3,4*				

Škála	M	SD	t (pop)	Škála	M	SD	t (pop)	Škála	M	SD	t (pop)
1. STIMULACE				3. INTEGROVANOST				5. KOREKTIVNOST			
SI	10,5	2,1	2,7*	UZ	6,9	3,7	0,9	RF	12,0	2,0	-1,6
IP	9,1	4,0	1,9	EC	6,4	2,9	1,3	LO	12,3	3,0	-2,3
PN	13,5	3,4	3,9**	UR	15,6	3,2	1,1	NU	8,9	4,3	-2,3
DI	10,9	3,1	2,8*	RR	15,9	1,6	1,6	FC	8,3	3,2	-1,2
SD	8,4	2,9	1,6	OI	16,8	1,4	2,8*	KI	4,0	3,0	-0,4
OS	12,3	3,0	-2,3								
2. RIZIKO				4. VZTAHY				6. SEBEPROSAZOVÁNÍ			
AS	12,1	1,8	4,6**	KT	7,8	4,3	2,3	US	14,8	1,3	-1,9
AC	9,1	4,3	-1,6	BE	9,8	1,3	1,2	TO	10,5	2,4	-0,2
TN	8,4	5,2	1,7	KN	7	2,9	-3,9**	PR	13,9	2,1	-1,1
SE	12,5	3,9	2,6*	NE	11,8	1,9	0,7	NS	11,3	2,8	1,4
OR	6,8	3	2,3					FM	15	2,5	1,8

Taxometrické koeficienty:

A1-B4	A2-B3	A3-B2	A4-B1	C1-D4	C2-D3	C3-D2	C4-D1
0,07	-0,29	0,19	-0,17	0,00	-0,36	0,12	-0,25

Z výsledků vyplývá, že triatlonisté profesionálové tíhnou k osobnostnímu profilu varianty D3 (s koeficientem $-0,36$) jedná se o typ sebeprosazující, s tendencí hledat a využívat naznačující se možnosti k uspokojení aspirací, touhy po vyniknutí a seberealizace prosazováním vlastního „já“.

Společně se v osobnosti profesionála objevují rysy varianty B3 (s koeficientem $-0,29$). Lze hovořit o typu vznětlivém, resp. situačně disinhbitovaném, kdy jde o vyhledávání, prožívání a bezprostřední interakční odezvu na situační dynamiku s dominujícím trendem prosazovat své aktualizované přístupy a motivaci. Je zde příznačná vnitřní psychická vzrušivost PV+.

Na 1% hladině statistické významnosti je výrazná kognitivní variabilnost KO+ příznačná tendencí ke změně, k vysoké kvantitě, dynamice a proměnlivosti podnětů při jejich komplexním postihování a zpracovávání.

Ve škále faktory (bazálnější škály obecné variability) mívají profesionálové na 1% hladině statistické významnosti nadprůměrně vysokou hladinu situační vzrušivosti PV+, vyhledávají dynamické interakce spojené s intenzivním psychickým nabuzováním. A na 5% hladině statistické významnosti nadprůměrně vysokou hladinu motorická hybnosti MH+, s vyšší tendencí vyhledáváním změn při menších regulačních zábranách a vysoké emocionální a adjustační rigiditě.

Při interpretaci dalších šesti dimenzí se zaměříme pouze na odchylky s 1% a 5% hladinou statistické významnosti od běžné populace:

Odchylky s 1% hladinou statistické významnosti:

Výraznější pohybový neklid spjatý s potřebou či tendencí k situačnímu uvolňování vnitřních napětí, aspirací a puzení – záliba v činnostech a interakcích s takovým prostředím, které slibují prožívat „bojové vzrušení“, soupeření, nebezpečí, dobrodružství. Vyšší aspirační hladina s příznačnou mírou potřeby či motivace dosažení, povětšinou spojená s vysokými ambicemi. Nepříliš akceptují názor sociální skupiny, menší ochota se přizpůsobovat, podléhat názorům či tlakům veřejného mínění, nepředcházejí možným interpersonálním konfliktům a nedorozuměním.

Odchyly s 5% hladinou statistické významnosti:

Vyhledávání častěji intenzivních a svou rozmanitostí bohatých smyslových dojmů, záliba v dynamičtějších formách působení na smysly s bohatým obsahem poznávací, prožitkové či jiné intenzity. Záliba ve změně, v neočekávanosti, neobvyklosti, novosti ve styku s prostředím, vyšší „choulostivost na prožívání nudy“ v kontaktu s lidmi, činnostmi, prostředím, partnery aj., vyhledávání či podněcování takové variety vztahů, chování a interakcí, které znamenají změnu. Vyšší tendence předvádět se, získávat obdiv za to, na co si, v porovnání s ostatními, trůfá. Příznačné jsou racionální, prožitkové a volní kvality v interakčních aktivitách, chování a jednání.

5.2. Muži výkonnostní

Škála	M	SD	t (pop)	Škála	M	SD	t (pop)
1. KOMPONENTY				3. NORMALITA			
KO	12,2	3,7	2,1*	VZ	5,3	2	-0,8
EM	5,7	4,2	0,6	LS	12,1	3,6	-2,4
RE	7,4	3,6	1,6	AN	0,6	2,7	0,9
AD	14,1	3,1	-0,7	EX	3,8	2,5	-0,3
2. FAKTORY				4. VĚROHODNOST			
PV	6,3	3,3	2,5*	L	3,3	2,4	1,5
MH	7,1	2,8	0,6				

Škála	M	SD	t (pop)	Škála	M	SD	t (pop)	Škála	M	SD	t (pop)
1. STIMULACE				3. INTEGROVANOST				5. KOREKTIVNOST			
SI	9,2	3,7	0,6	UZ	7,5	4,4	1,6	RF	12,8	3,4	-0,4
IP	9,6	3,5	3,1**	EC	7,2	3,7	2,4*	LO	11,6	3,5	-3,3**
PN	11,8	3,9	2,5*	UR	13,5	3,1	-1,2	NU	9,1	2,9	-3,3**
DI	9,2	2,5	2,1	RR	14,8	2,3	-0,4	FC	9,2	2,4	-1,1
SD	8,9	3,1	2,5*	OI	14,7	3,3	-0,9	KI	5,1	2,4	0,9
OS	11,6	3,5	-3,3**								
2. RIZIKO				4. VZTAHY				6. SEBEPROSÁZOVÁNÍ			
AS	10,6	2,7	1,5	KT	6,9	3,9	2,2*	US	14,4	3,7	-1,4
AC	10,4	2,8	-1,5	BE	9,1	1,8	-1,1	TO	9,8	2,3	-1,8
TN	7,2	4,5	1,4	KN	10,4	2,9	-0,7	PR	12,5	3,2	-3,1**
SE	12,1	3,3	3,0**	NE	11,6	2,1	0,5	NS	10,7	2	1,1
OR	6,5	2,8	2,9**					FM	12,5	3,3	-1,9

Taxometrické koeficienty:

A1-B4	A2-B3	A3-B2	A4-B1	C1-D4	C2-D3	C3-D2	C4-D1
-0,04	-0,19	0,02	-0,13	0,00	-0,14	0,06	-0,08

Z tabulky můžeme vyčíst, že výkonnostní triatlonisté tíhnou k osobnostnímu profilu varianty B3 (s koeficientem $-0,19$) jedná se o typ vznětlivý, resp. situačně disinhbitovaný, kdy jde o vyhledávání, prožívání a bezprostřední interakční odezvu na situační dynamiku s dominujícím trendem prosazovat své aktualizované přístupy a motivaci. Je příznačná vnitřní psychická vzrušivost PV+, tzn. tendence tíhnout k dynamickým interakcím, spojeným s intenzivním psychickým nabuzováním.

Taktéž se v osobnosti výkonnostního triatlonisty objevují rysy varianty D3 (s koeficientem $-0,14$) jedná se o typ sebeprosazující, s tendencí hledat a využívat naznačující se možnosti k uspokojení aspirací, touhy po vyniknutí a seberealizace prosazováním vlastního „já“. Do popředí vystupuje motorická hybnost MH+, která se vyznačuje vyhledáváním změn při menších regulačních zábranách a vysoké emocionální a adjustační rigiditě.

Na 5% hladině statistické významnosti je výrazná kognitivní variabilita KO+ příznačná tendencí ke změně, k vysoké kvantitě, dynamice a proměnlivosti podnětů při jejich komplexním postihování a zpracovávání.

Ve škále faktory (bazálnější škály obecné variability) mají výkonnostní triatlonisté na 5% hladině statistické významnosti nadprůměrně vysokou hladinu situační vzrušivosti PV+, vyhledávají dynamické interakce spojené s intenzivním psychickým nabuzováním.

Při interpretaci dalších šesti dimenzí se zaměříme pouze na odchylky s 1% a 5% hladinou statistické významnosti od běžné populace:

Odchylky s 1% hladinou statistické významnosti:

Vyhledávají povětšinou vnitřní vzrušení, vysoké emocionální a prožitkové nabuzení. Vyšší tendence k navozování intenzivních emocionálních prožitků, zážitků, „zkušenosti“ o sobě, pro potěšení z nich samých, a nikoli z jejich dalších důsledků a souvislostí. Vyznačují se vyšší tendencí předvádět se, získávat obdiv za to, na co si, v porovnání s ostatními, troufá. Přijímá snáz rizikové aktivity, rozmanité zdroje vyústění do realizování riskantních variant interakcí s prostředím. Náznaky nezodpovědnosti, nespolehlivosti a ležérnosti ve vztahu k úkolům, lidem, možným důsledkům. Objevuje se bezstarostnost, fanfarónství, bohémství, nevázanost. Příznačný bývá situačně prožitkový přístup, orientace na aktuální či možné dopady a důsledky, aniž by byly uvažovány možnosti, cesty a způsoby, jak jim předcházet, čelit.

Odchylky s 5% hladinou statistické významnosti:

Projevuje se častěji pohybový neklid spjatý s potřebou či tendencí k situačnímu uvolňování vnitřních napětí a aspirací – záliba v činnostech a interakcích s takovým prostředím, které slibují prožívat „bojové vzrušení“, soupeření, nebezpečí, dobrodružství. Příznačná je hybnost, „nekrocení se“, sociální nevázanost, neobvyklost. Touží častěji po

novosti ve styku s prostředím, vyšší „choulostivost na prožívání nudy“ v kontaktu s lidmi, činnostmi, prostředím, partnery a vyhledávání či podněcování takové variety vztahů, chování a interakcí, které znamenají změnu. Dynamičtěji prožívají emocionální stavy, vztahy a celkové psychické vyladění pod vlivem situačních faktorů. Objevuje se vyšší intenzita prožitků i vyšší situační citlivost.

5.3. Muži hobby

Škála	M	SD	t (pop)	Škála	M	SD	t (pop)
1. KOMPONENTY				3. NORMALITA			
KO	12,9	3,3	3,0**	VZ	5,9	2,2	0,5
EM	7,1	4,9	1,6	LS	11,2	4,5	-2,5*
RE	7,2	3,3	1,3	AN	1,8	2,7	2,5
AD	12,4	3,4	-2,5*	EX	3,9	2	0,1
2. FAKTORY				4. VĚROHODNOST			
PV	5,8	3,3	1,7	L	3,9	2,2	2,5*
MH	7,7	2,2	1,8				

Škála	M	SD	t (pop)	Škála	M	SD	t (pop)	Škála	M	SD	t (pop)
1. STIMULACE				3. INTEGROVANOST				5. KOREKTIVNOST			
SI	10,4	3,2	2,1*	UZ	8,3	3,1	3,2**	RF	10,6	2,8	-3,5**
IP	9,4	4,1	2,2*	EC	8,7	3,8	3,7**	LO	11,8	3,7	-2,6*
PN	12	2,8	3,4**	UR	11,4	4,2	-2,8*	NU	10,2	2,9	-1,4
DI	9,8	2,9	2,5*	RR	12,4	2,5	-4,2**	FC	7,9	2,7	-2,6*
SD	8,2	3,2	1,4	OI	12,7	3,8	-2,8*	KI	6,4	2,9	2,5*
OS	11,8	3,7	-2,6*								
2. RIZIKO				4. VZTAHY				6. SEBEPROSAZOVÁNÍ			
AS	10,4	2,6	1,1	KT	6,3	2,8	1,9	US	12,9	3,9	-2,7*
AC	11,3	2,6	-0,1	BE	8,7	2,1	-1,6	TO	8,8	2,2	-3,5**
TN	5,8	3	0,0	KN	9,4	3,7	-1,5	PR	11,9	2	-5,6**
SE	10,4	3,8	0,6	NE	10,9	3,5	-0,4	NS	8,9	2,6	-2,1
OR	5,9	2,1	2,2*					FM	12,1	3,3	-2,3*

Taxometrické koeficienty:

A1-B4	A2-B3	A3-B2	A4-B1	C1-D4	C2-D3	C3-D2	C4-D1
-0,16	-0,37	0,11	-0,10	-0,01	-0,22	0,26	0,05

Lze vyčíst, že hobby triatlonisté tíhnou k osobnostnímu profilu varianty B3 (s koeficientem $-0,19$) jedná se o typ vznětlivý, resp. situačně disinhibovaný, kdy jde o vyhledávání, prožívání a bezprostřední interakční odezvu na situační dynamiku s dominujícím trendem prosazovat své aktualizované přístupy a motivaci. Je příznačná vnitřní psychická vzrušivost PV+, tzn. tendence tíhnout k dynamickým interakcím, spojeným s intenzivním psychickým nabuzováním.

Zároveň se v osobnosti hobby triatlonisty objevují rysy varianty C3 (s koeficientem 0,26) jedná se o typ úzkostný, kdy kognitivní dynamika KO+ má za následek vnímání rozmanitých aspektů, kontextů a jejich možných dopadů a důsledků, orientaci změny a jejich domyšlení ústící až do anticipačních tenzí.

Na 1% hladině statistické významnosti je výrazná kognitivní variabilnost KO+ příznačná tendencí ke změně, k vysoké kvantitě, dynamice a proměnlivosti podnětů při jejich komplexním postihování a zpracovávání.

Na 5% hladině statistické významnosti se projevuje nízkou přizpůsobivostí, tendencí přidržovat se vlastním přístupům, schématům chování, postojům, tendence nepřizpůsobovat sebe, ale sobě AD-.

Na škále dimenze normality osobnosti LS- se na 5% hladině významnosti projevuje psychická labilita, neschopnost aktivně se vyrovnávat s intervenujícími situačními proměnnými.

Při interpretaci dalších šesti dimenzí se zaměříme pouze na odchylky s 1% a 5% hladinou statistické významnosti od běžné populace:

Odchylky s 1% hladinou statistické významnosti:

Převládající je pohybový neklid spjatý s potřebou či tendencí k situačnímu uvolňování vnitřních napětí a aspirací – záliba v činnostech a interakcích s takovým prostředím, které slibují prožívat „bojové vzrušení“, soupeření, nebezpečí, dobrodružství. Objevuje se vyšší intenzita prožitků a vyšší situační citlivost, tato intenzita a dynamičnost je příznačná pro prožitky radosti i žalu, strachu i vzteku, lásky i nenávisti. Převládá nižší schopnost sebeovládání a autoregulace. Povětšinou setrvávají na svých osobních přístupech a názorech, preferují vlastní „já“. Dominantnější je situační pesimismu, mnohdy ve spojení s „trudomyslností“. Příznačný je také situačně prožitkový přístup, orientace na aktuální či možné dopady a důsledky, aniž by byly uvažovány možnosti, cesty a způsoby, jak jim předcházet, čelit.

Odchylky s 5% hladinou statistické významnosti:

Povětšinou vyhledávají intenzivní a svou rozmanitostí bohaté smyslové dojmy, zálibu ve výrazně dynamických formách působení na smysly s bohatým obsahem poznávací, prožitkové či jiné intenzity. Vyšší tendence k navozování intenzivních emocionálních prožitků, zážitků, „zkušenosti“ o sobě, pro potěšení z nich samých, a nikoli z jejich dalších důsledků a souvislostí. Obliba ve změně, v neočekávanosti, neobvyklosti, novosti ve styku s prostředím, vyšší „choulostivost na prožívání nudy“. Snazší přijetí rizikových aktivit, vyhledává rozmanitější zdroje vyústění do realizování riskantních variant interakcí s prostředím. Snížená schopnost zachovat se ve vyhrocených kontextech racionálně. Resistentnější vůči aktualizaci hrozby možných důsledků činnosti. Projevují ležérnost ve vztahu k úkolům, lidem, možným důsledkům. Méně stálá, situačně poddajná schémata projevů. Povětšinou projevují neřízené, emocionálně impulsivní chování. Nižší důvěra ve své síly a schopnosti. Náznaky manifestované feminity (vykazování „ženství“).

5.4. Muži celkem

Škála	M	SD	t (pop)	Škála	M	SD	t (pop)
1. KOMPONENTY				3. NORMALITA			
KO	12,8	3,4	4,7**	VZ	5,5	2,1	-0,3
EM	5,9	4,3	1,2	LS	12,1	3,9	-3,2**
RE	7,3	3,6	2,1*	AN	1,1	2,5	2,7**
AD	13,4	3,0	-2,5*	EX	4,0	2,2	0,2
2. FAKTORY				4. VĚROHODNOST			
PV	6,0	3,0	3,5**	L	3,6	2,3	3,3**
MH	7,7	2,6	2,5*				

Škála	M	SD	t (pop)	Škála	M	SD	t (pop)	Škála	M	SD	t (pop)
1. STIMULACE				3. INTEGROVANOST				5. KOREKTIVNOST			
SI	9,9	3,3	2,4*	UZ	7,7	3,8	3,1**	RF	11,9	3,1	-2,7**
IP	9,5	3,7	4,0**	EC	7,6	3,7	4,3**	LO	11,8	3,4	-4,6**
PN	12,2	3,4	5,0**	UR	13,1	3,8	-2,1*	NU	9,5	3,1	-3,7**
DI	9,7	2,8	4,1**	RR	14,1	2,6	-2,3*	FC	8,6	2,7	-2,9**
SD	8,5	3	3,1**	OI	14,3	3,5	-1,9	KI	5,3	2,8	1,8
OS	11,8	3,4	-4,6**								
2. RIZIKO				4. VZTAHY				6. SEBEPROSAZOVÁNÍ			
AS	10,8	2,5	2,9**	KT	6,8	3,6	3,5**	US	13,9	3,5	-3,0**
AC	10,5	3,1	-1,8	BE	9,1	1,8	-1,7	TO	9,6	2,3	-3,3**
TN	6,9	4,2	1,8	KN	9,4	3,4	-2,8**	PR	12,5	2,7	-5,4**
SE	11,6	3,6	3,1**	NE	11,4	2,6	0,2	NS	10,1	2,5	-0,2
OR	6,3	2,6	4,2**					FM	12,8	3,3	-2,3*

Taxometrické koeficienty:

A1-B4	A2- B3	A3-B2	A4-B1	C1-D4	C2- D3	C3-D2	C4-D1
-0,06	-0,27	0,09	-0,12	0,00	-0,21	0,15	-0,05

Z výsledků vyplývá, že povšechně triatlonisté tíhnou k osobnostnímu profilu varianty B3 (s koeficientem $-0,27$) jedná se o typ vznětlivý, resp. situačně disinhbitovaný, kdy jde o vyhledávání, prožívání a bezprostřední interakční odezvu na situační dynamiku s dominujícím trendem prosazovat své aktualizované přístupy a motivaci. Je příznačná vnitřní psychická vzrušivost PV+, tzn. tendence tíhnout k dynamickým interakcím, spojeným s intenzivním psychickým nabuzováním.

Stejně tak se v osobnosti triatlonisty setkáváme s rysy varianty D3 (s koeficientem – 0,21) jedná se o typ sebeprosazující, s tendencí hledat a využívat naznačující se možnosti k uspokojení aspirací, touhy po vyniknutí a seberealizace prosazováním vlastního „já“. Do popředí vystupuje motorická hybnost MH+, která se vyznačuje vyhledáváním změn při menších regulačních zábranách a vysoké emocionální a adjustační rigiditě.

Na 1% hladině statistické významnosti je výrazná kognitivní variabilnost KO+ příznačná tendencí ke změně, k vysoké kvantitě, dynamice a proměnlivosti podnětů při jejich komplexním postihování a zpracovávání.

Na 5% hladině statistické významnosti se projevuje nízkou přizpůsobivostí, tendencí přidržovat se vlastním přístupům, schématům chování, postojům, tendencí nepřizpůsobovat sebe, ale sobě AD-. Objevuje se nižší sebeovládání, menší zvažování možných důsledků spouštěných interakčních aktivit, snížená autoregulace chování RE+.

Na škále dimenze normality osobnosti LS- na 5% hladině významnosti se u mužů triatlonistů vzhledem k obecné populaci projevuje psychická labilita, neschopnost aktivně se vyrovnávat s intervenujícími situačními proměnnými. Obtížnější vpravování se do nových podmínek a situací, nižší resistance vůči situačním vlivům, situační přecitlivělost AN+.

Při interpretaci dalších šesti dimenzí se zaměříme pouze na odchylky s 1% a 5% hladinou statistické významnosti od běžné populace:

Odchylky s 1% hladinou statistické významnosti:

Tendence k navozování intenzivnějších emocionálních prožitků, zážitků, pro potěšení z nich samých, a nikoli z jejich dalších důsledků a souvislostí. Projevuje se vyšší pohybový neklid spjatý s potřebou či tendencí k situačnímu uvolňování vnitřních napětí, aspirací a puzení – záliba v činnostech a interakcích s takovým prostředím, které slibují prožívat „bojové vzrušení“, soupeření, nebezpečí, dobrodružství. Záliba ve změně, v neočekávanosti, neobvyklosti, novosti ve styku s prostředím, vyšší „choulostivost na prožívání nudy“ v kontaktu s lidmi, činnostmi, prostředím, partnery aj., vyhledávání či podněcování spíše takové variety vztahů, chování a interakcí, které znamenají změnu. Upřednostňují sociální nevázanost. Vyšší aspirační hladina související s vyšší mírou potřeby či motivace dosažení a ambicemi. Objevuje se tendence předvádět se, získávat obdiv za to, na co si, v porovnání

s ostatními, troufá. Obliba v rizikových aktivitách a s nimi spojených interakcích s prostředím. Při anticipaci prožívání zátěže se projevuje očekáváním a s ním spjatou mobilizací a organizací obranných či přizpůsobovacích procesů. Dynamické prožívání emocionálních stavů, vztahů a celkového psychického vyladění. Vyšší situační citlivost, tato intenzita a dynamičnost je příznačná pro prožitky radosti i žalu, strachu i vzteku, lásky i nenávisti. Snazší, rychlejší, pružnější vyhledávání a navazování a případně opět rozvazování kontaktů s druhými lidmi, intenzivnější prahnutí po nových kontaktech s lidmi stejného či druhého pohlaví, ochota i riskovat k uspokojení prožitků, které tyto kontakty přinášejí. Obtížnější přizpůsobování se názorům či tlakům veřejného mínění. Prosazují své osobní přístupy a názory, preferují vlastní „já“. Pociťují menší zodpovědnost, spolehlivost jsou ležérnější ve vztahu k úkolům, lidem, možným důsledkům. Nemívají vysokou tendenci se vázat, jsou méně starostliví. Méně stálá a situačně poddajná schémata projevů. Nepříliš velká důvěra ve své síly a schopnosti, až situační pesimismu, mnohdy ve spojení s „trudomyslností“. Příznačný je situačně prožitkový přístup, orientace spíše na aktuální či možné dopady a důsledky, aniž by byly uvažovány možnosti, cesty a způsoby, jak jim předcházet, čelit.

Odchylky s 5% hladinou statistické významnosti:

Vyhledávání intenzivnějších a svou rozmanitostí bohatších smyslových dojmů. Záliba v dynamičtějších formách působení na smysly s bohatým obsahem poznávací, prožitkové či jiné intenzity. Nižší schopnost zachovat se ve vyhrocených kontextech racionálně. Nižší schopnost sebeovládání a autoregulace.

5.5. Ženy – závodně (profesionálové a výkonnostní)

Škála	M	SD	t (pop)	Škála	M	SD	t (pop)
1. KOMPONENTY				3. NORMALITA			
KO	11,1	3,5	0,7	VZ	6,7	2,4	2,3*
EM	9,9	3,9	3,2**	LS	7,9	4,2	-3,9**
RE	7,8	3,6	1,5	AN	2,0	2,2	2,3*
AD	12,7	3,0	-1,5	EX	4,8	1,3	3,4**
2. FAKTORY				4. VĚROHODNOST			
PV	5,8	3,1	1,6	L	3,7	2,8	1,3
MH	5,8	2,1	-1,1				

Škála	M	SD	t (pop)	Škála	M	SD	t (pop)	Škála	M	SD	t (pop)
1. STIMULACE				3. INTEGROVANOST				5. KOREKTIVNOST			
SI	9,6	2,5	1,4	UZ	11,9	4,8	3,3*	RF	10,4	3,1	-2,0
IP	9,5	3,7	1,4	EC	10,4	3,4	4,4**	LO	11,7	3,8	-1,8
PN	9,2	3,9	0,6	UR	12,4	2,8	-0,6	NU	12,2	3,2	-0,2
DI	9,3	2,8	1,0	RR	13,4	3,7	-0,8	FC	8,8	3,4	-0,1
SD	7,9	3,5	1,8	OI	11,8	3,1	-2,3*	KI	6,1	2,8	1,0
OS	11,7	3,8	-1,8								
2. RIZIKO				4. VZTAHY				6. SEBEPROSAZOVÁNÍ			
AS	9,8	3,5	0,7	KT	5,8	4,1	1,6	US	11,1	3,0	-3,5**
AC	9,3	3,2	-0,4	BE	8,9	2,2	-1,4	TO	7,3	2,5	-3,6**
TN	6,7	3,7	0,5	KN	10,3	3,6	0,1	PR	8,2	3,9	-3,3**
SE	10,8	4,7	0,6	NE	11,4	2,6	0,4	NS	10,3	2,5	0,8
OR	4,8	3,2	0,2					FM	8,3	3,1	-2,5*

Taxometrické koeficienty:

A1-B4	A2-B3	A3-B2	A4-B1	C1-D4	C2-D3	C3-D2	C4-D1
-0,27	-0,33	-0,09	-0,15	-0,02	-0,07	0,16	0,10

Z výše uvedeného vyplývá, že triatlonistky, jak profesionální, tak výkonnostní úrovně, tíhnou k osobnostnímu profilu varianty B3 (s koeficientem $-0,33$) jedná se o typ vznětlivý, resp. situačně disinhbitovaný, kdy jde o vyhledávání, prožívání a bezprostřední interakční odezvu na situační dynamiku s dominujícím trendem prosazovat své aktualizované přístupy a motivaci. Je příznačná vnitřní psychická vzrušivost PV+, tzn. tendence tíhnout k dynamickým interakcím, spojeným s intenzivním psychickým nabuzováním.

V osobnosti triatlonistek se taktéž objevují rysy varianty B4 (s koeficientem -0,21) jedná se o iregulovaně impulsivní typ osobnosti, který se pro nízkou schopnost postihovat a adekvátně zpracovávat působící situační proměnné dynamičtější povahy při silném emocionální prožívání a tíhnutí k bezprostřednímu uvolňování napětí projevuje tendenci k volbě zkratkovitých schémat úniku ze situačních tlaků a nepřehledných situací. Projevují se náznaky manifestované femininity (vykazování „ženství“).

Na 1% hladině statistické významnosti je výrazná emocionální variabilnost EM+ jako vysoká vzrušivost, sklon prožívat situační napětí, tenze i euforie.

Na škále dimenze normality osobnosti LS- se na 1% hladině významnosti projevuje psychická labilita, neschopnost aktivně se vyrovnávat s intervenujícími situačními proměnnými. Vyšší tendence extremity osobnosti ve smyslu míry, intenzity vybočování z „populační normy“. A na 5% hladině významnosti se objevuje náznak vztahovačnosti a podezíravosti vůči druhým lidem. Mívají problémy vpravit se do nových podmínek a situací, bývají přecitlivělí.

Při interpretaci dalších šesti dimenzí se zaměříme pouze na odchylky s 1% a 5% hladinou statistické významnosti od běžné populace:

Odchylky s 1% hladinou statistické významnosti:

Dynamičtější prožívání emocionálních stavů, vztahů a celkového psychického vyladění. Vyšší situační citlivost, tato intenzita a dynamičnost je příznačná pro prožitky radosti i žalu, strachu i vzteku, lásky i nenávisti. Nepříliš vysoká důvěra ve své síly a schopnosti, povětšinou se objevuje situační pesimismu, mnohdy ve spojení s „trudomyslností“. Příznačný je situačně prožitkový přístup, orientace na aktuální či možné dopady a důsledky, aniž by byly uvažovány možnosti, cesty a způsoby, jak jim předcházet, čelit.

Odchylky s 5% hladinou statistické významnosti:

Snížená přizpůsobivost, více lpí na svých osobních přístupech a názorech, preferují vlastní „já“. Náznaky manifestované femininity (vykazování „ženství“).

5.6. Ženy celkem

Škála	M	SD	t (pop)	Škála	M	SD	t (pop)
1. KOMPONENTY				3. NORMALITA			
KO	10,6	3,4	0,2	VZ	5,7	2,7	1,0
EM	9,1	3,6	3,4**	LS	8,8	3,8	-4,3**
RE	7,1	3,9	0,9	AN	1,9	2,1	2,9*
AD	12,8	2,8	-1,9	EX	4,8	1,4	3,8**
2. FAKTORY				4. VĚROHODNOST			
PV	5,3	2,7	1,5	L	3,5	2,3	1,6
MH	6,2	1,8	-0,4				

Škála	M	SD	t (pop)	Škála	M	SD	t (pop)	Škála	M	SD	t (pop)
1. STIMULACE				3. INTEGROVANOST				5. KOREKTIVNOST			
SI	9,3	2,7	1,1	UZ	11,2	4,1	4,1**	RF	11,0	2,7	-2,3*
IP	9,0	3,5	1,2	EC	9,8	3,1	5,2**	LO	12,0	3,7	-2,0
PN	9,0	3,4	0,6	UR	12,0	3,7	-1,1	NU	12,6	3,0	0,4
DI	9,0	3,2	0,7	RR	13,3	3,6	-1,3	FC	8,3	3,2	-0,7
SD	7,6	3,2	2,0	OI	12,1	3,0	-2,5*	KI	5,9	2,5	1,0
OS	12,0	3,7	-2,0								
2. RIZIKO				4. VZTAHY				6. SEBEPROSAZOVÁNÍ			
AS	9,3	3,1	0,3	KT	4,9	3,6	1,2	US	11,7	3,4	-3,1**
AC	9,6	3,5	-0,1	BE	9,0	1,8	-1,9	TO	7,6	2,6	-3,7**
TN	6,4	3,7	0,4	KN	9,8	3,3	-1,5	PR	9,2	3,6	-3,3**
SE	10,1	4,2	0,1	NE	11,0	2,9	-0,2	NS	9,6	2,4	-0,1
OR	4,8	3,1	0,3					FM	8,9	2,9	-2,6*

Taxometrické koeficienty:

A1-B4	A2-B3	A3-B2	A4-B1	C1-D4	C2-D3	C3-D2	C4-D1
-0,21	-0,23	-0,05	-0,06	-0,02	-0,03	0,15	0,13

Z výsledků vyplývá, že povšečně ženy triatlonistky tíhnou k osobnostnímu profilu varianty B3 (s koeficientem $-0,23$) jedná se o typ vznětlivý, resp. situačně disinhibovaný, kdy jde o vyhledávání, prožívání a bezprostřední interakční odezvu na situační dynamiku s dominujícím trendem prosazovat své aktualizované přístupy a motivaci. Je příznačná vnitřní psychická vzrušivost PV+, tzn. tendence tíhnout k dynamickým interakcím, spojeným s intenzivním psychickým nabuzováním.

Společně se v osobnosti triatlonistek objevují rysy varianty B4 (s koeficientem -0,21) jedná se o iregulovaně impulsivní typ osobnosti, který se pro nízkou schopnost postihovat a adekvátně zpracovávat působící situační proměnné dynamičtější povahy při silném emocionální prožívání a tíhnutí k bezprostřednímu uvolňování napětí projevuje tendenci k volbě zkratkovitých schémat úniku ze situačních tlaků a nepřehledných situací. Projevují se náznaky manifestované femininity (vykazování „ženství“).

Na 1% hladině statistické významnosti je výrazná emocionální variabilnost EM+ jako vysoká vzrušivost, sklon prožívat situační napětí, tenze i euforie.

Na škále dimenze normality osobnosti LS- na 1% hladině významnosti se u žen triatlonistek vzhledem k obecné populaci ztelněji projevuje psychická labilita, neschopnost aktivně se vyrovnávat s intervenujícími situačními proměnnými. Je zde i náznak extremity osobnosti ve smyslu míry, intenzity vybočování z „populační normy“. A na 5% hladině významnosti je ztelné obtížnější vpravování se do nových podmínek a situací.

Při interpretaci dalších šesti dimenzí se zaměříme pouze na odchylky s 1% a 5% hladinou statistické významnosti od běžné populace:

Odchylky s 1% hladinou statistické významnosti:

Dynamičtější prožívání emocionálních stavů, vztahů a celkového psychického vyladění. Vyšší situační citlivost, tato intenzita a dynamičnost je příznačná pro prožitky radosti i žalu, strachu i vzteku, lásky i nenávisti. Nepříliš vysoká důvěra ve své síly a schopnosti, situační pesimismu, mnohdy ve spojení s „trudomyslností“. Příznačný je situačně prožitkový přístup, orientace na aktuální či možné dopady a důsledky, aniž by byly uvažovány možnosti, cesty a způsoby, jak jim předcházet, čelit.

Odchylky s 5% hladinou statistické významnosti:

Nižší schopnost zachovat se ve vyhrocených kontextech racionálně. Nižší přizpůsobivost, více lpí na svých osobních přístupech a názorech, preferují vlastní „já“. Náznaky manifestované femininity (vykazování „ženství“).

Pozn. Vzhledem k malému počtu respondentů ve skupině ženy – hobby, nebyly tyto charakteristiky zpracovány, ale byly použity do celkového souboru výzkumu.

6. Porovnání vzhledem k vzorku triatlonistů

6.1. Muži závodně (profesionálové a výkonnostní) versus hobby

Muži závodně (profesionálové a výkonnostní)

Škála	M	SD	t (mezi)	Škála	M	SD	t (mezi)
1. KOMPONENTY				3. NORMALITA			
KO	12,8	3,5	-0,1	VZ	5,3	2,0	-0,8
EM	5,2	3,8	-1,4	LS	12,7	3,5	1,2
RE	7,3	3,8	0,1	AN	0,7	2,4	-1,3
AD	13,9	2,8	1,5	EX	4,0	2,3	0,0
2. FAKTORY				4. VĚROHODNOST			
PV	6,1	2,9	0,3	L	3,5	2,3	-0,6
MH	7,7	2,8	0,0				

Škála	M	SD	t (mezi)	Škála	M	SD	t (mezi)	Škála	M	SD	t (mezi)
1. STIMULACE				3. INTEGROVANOST				5. KOREKTIVNOST			
SI	9,5	3,3	-0,9	UZ	7,3	4,1	-0,9	RF	12,6	3,1	2,1
IP	9,5	3,6	0,0	EC	7,0	3,5	1,5	LO	11,8	3,3	0,0
PN	12,3	3,8	0,3	UR	14,1	3,2	2,3*	NU	9,0	3,3	-1,2
DI	9,6	2,8	-0,2	RR	15,1	2,1	3,8**	FC	8,9	2,6	1,1
SD	8,7	3,0	0,5	OI	15,3	3,0	2,4*	KI	4,8	2,6	-1,9
OS	11,8	3,3	0,0								
2. RIZIKO				4. VZTAHY				6. SEBEPROSAZOVÁNÍ			
AS	11,0	2,5	0,8	KT	7,1	4,0	0,8	US	14,5	3,1	1,5
AC	10,0	3,2	-1,3	BE	9,3	1,7	1,0	TO	10,0	2,3	1,7
TN	7,5	4,7	1,3	KN	9,4	3,3	0,0	PR	12,9	3,0	1,2
SE	12,2	3,4	1,6	NE	11,6	2,0	0,8	NS	10,9	2,2	2,6*
OR	6,6	2,8	0,8					FM	13,2	3,2	1,1

Taxometrické koeficienty:

A1-B4	A2-B3	A3-B2	A4-B1	C1-D4	C2-D3	C3-D2	C4-D1
0,00	-0,21	0,08	-0,12	0,00	-0,20	0,09	-0,12

Muži hobby

Škála	M	SD	t (mezi)	Škála	M	SD	t (mezi)
1. KOMPONENTY				3. NORMALITA			
KO	12,9	3,3	0,1	VZ	5,9	2,2	0,8
EM	7,1	4,9	1,4	LS	11,2	4,5	-1,2
RE	7,2	3,3	-0,1	AN	1,8	2,7	1,3
AD	12,4	3,4	-1,5	EX	3,9	2,0	0,0
2. FAKTORY				4. VĚROHODNOST			
PV	5,8	3,3	-0,3	L	3,9	2,2	0,6
MH	7,7	2,2	-0,0				

Škála	M	SD	t (mezi)	Škála	M	SD	t (mezi)	Škála	M	SD	t (mezi)
1. STIMULACE				3. INTEGROVANOST				5. KOREKTIVNOST			
SI	10,4	3,2	0,9	UZ	8,3	3,1	0,9	RF	10,6	2,8	-2,1
IP	9,4	4,1	0,0	EC	8,7	3,8	-1,5	LO	11,8	3,7	0,0
PN	12,0	2,8	-0,3	UR	11,4	4,2	-2,3*	NU	10,2	2,9	1,2
DI	9,8	2,9	-0,2	RR	12,4	2,5	-3,8**	FC	7,9	2,7	-1,1
SD	8,2	3,2	0,5	OI	12,7	3,8	-2,4*	KI	6,4	2,9	1,9
OS	11,8	3,7	-0,0								
2. RIZIKO				4. VZTAHY				6. SEBEPROSAZOVÁNÍ			
AS	10,4	2,6	-0,8	KT	6,3	2,8	-0,8	US	12,9	3,9	-1,5
AC	11,3	2,6	1,3	BE	8,7	2,1	-1,0	TO	8,8	2,2	-1,7
TN	5,8	3,0	-1,3	KN	9,4	3,7	-0,0	PR	11,9	2,0	-1,2
SE	10,4	3,8	-1,6	NE	10,9	3,5	-0,8	NS	8,9	2,6	-2,6*
OR	5,9	2,1	-0,8					FM	12,1	3,3	-1,1

Taxometrické koeficienty:

A1-B4	A2- B3	A3-B2	A4-B1	C1-D4	C2-D3	C3-D2	C4-D1
-0,16	-0,37	0,11	-0,10	-0,01	-0,22	0,26	0,05

Triatlonisté společně inklinují k variantě B3 tzn. typu vznětlivému, resp. situačně disinhibovanému, kdy jde o vyhledávání, prožívání a bezprostřední interakční odezvu na situační dynamiku s dominujícím trendem prosazovat své aktualizované přístupy a motivaci. U profesionálů a výkonnostních triatlonistů se dále objevují rysy varianty D3 sebezprosazujícího typu, kdy vysoká úroveň kognitivní variability (KO+) v této vazbě působí ve směru tendence hledat a využívat naznačující se možnosti k uspokojení aspirací, touhy po vyniknutí a seberealizace prosazováním vlastního „já“. Naproti tomu hobby triatlonisté

inklinují k variantě C3, což je úzkostný typ. Kognitivní dynamika (KO+) má zde za následek vnímání rozmanitých aspektů, kontextů a jejich možných dopadů a důsledků, orientaci změny a jejich domýšlení ústící až do anticipačních tenzí a konfabulací.

Znatelné rozdíly můžeme vidět v komponentě emocionální, týkající se prožívání interakcí s prostředím a situačních změn. Profesionálové a výkonnostní triatlonisté jsou emocionálně stabilnější než hobby triatlonisté, u nich spíše převládá vyšší vzrušivost a situační napětí.

Skupina závodníků je taktéž lépe schopna odpovídat jak na inertnost, tak i na dynamiku působení situačních proměnných přízpůsobovacími aktivitami. Umí se účelněji vpravit do nových situací oproti setrvalejším přístupům u skupiny hobby triatlonistů. Toto potvrzují komponenty AD a AN.

V rizikových situacích je skupina závodníků oproti „hobíkům“ více s to vyhledávat a řešit aktivity spjaté s nebezpečím neúspěchu či nežádoucích ztrát, objevuje se zde vyšší tendence k riskantním volbám až spolehnutí na náhodu, které se projevuje hlavně v rizikových situacích „naděje“.

Znatelné rozdíly jsou v dimenzi integrovanosti: závodníci (profesionálové a výkonnostní triatlonisté) intenzivněji prožívají, jsou více situačně citlivější, tato intenzita a dynamičnost je příznačná pro prožitky radosti i žalu, strachu i vzteku, lásky i nenávisti. Také disponují vyšší účinnou kapacitou rozumu, adekvátními rozhodovacími procesy a interakčními aktivitami za podmínek emocionálně vyhocených stejně tak jako za podmínek nevyhocených. Na 1% hladině významnosti se zde prokazuje vysoký rozdíl v hladině resistance vůči rušivým podnětům: Triatlonisté profesionálové a výkonnostní lépe realizují za nově vzniklých emociogenních okolností dříve přijaté cílové jednání a struktury chování na subjektivně příznačné integrované úrovni. Jsou resistantnější – odolnější vůči aktualizovaným hrozbám možných důsledků toho, když bude v cílové činnosti pokračovat, ukazují se zde vyšší volní kvality. Naproti tomu hobby triatlonisté mají sklony spíše k nízké schopnosti sebeovládání a autoregulace. Hladina benevolence a tolerance je nepatrně vyšší u profesionálů a výkonnostních. Jsou schopni lepšího porozumění a pochopení druhých. Hobby triatlonisté prokazují nižší schopnost přizpůsobit se, lpí na svých osobních přístupech a názorech. Jsou také obezřetnější až konservativní. Skupina závodníků je poněkud cílevědomější, více

motivovaná. Aktivněji se vpravují do reálných životních situací se zásadovým a rozhodným přístupem k regulaci interakčních aktivit, chování bývá sebevládanější.

Co se týká dimenze sebeprosazování, i zde můžeme nalézt znatelnější rozdíly mezi těmito dvěma skupinami. Profesionálové a výkonnostní se vyznačují vyšší důvěrou ve své síly a schopnosti, s pocity soběstačnosti, zvládnání obtíží, s nimiž se v životě setkává. Obecně pro ně platí vyšší situační optimismus, životní elán, převládající stav dobré pohody a celkové životní spokojenosti. Obvykle mají vyšší tendenci řešit vzniklé situace, vyznačují se aktivnějším činnostním přístupem. Oproti hobby triatlonistům se vyznačují vyšším sebecitem, sebeprosazování, vyšší ctižádostivostí, aspirací i osobní prestiží. V interakci se prosazují vyšší manifestovanou maskulinitou (preferováním „mužské role“).

6.2. Ženy závodně (profesionálové a výkonnostní) versus hobby

Ženy závodně (profesionálové a výkonnostní)

Škála	M	SD	t (mezi)	Škála	M	SD	t (mezi)
1. KOMPONENTY				3. NORMALITA			
KO	11,1	3,5	0,8	VZ	6,7	2,4	2,2
EM	9,9	3,9	1,2	LS	7,9	4,2	-1,4
RE	7,8	3,6	1,1	AN	2,0	2,2	0,1
AD	12,7	3,0	-0,2	EX	4,8	1,3	0,2
2. FAKTORY				4. VĚROHODNOST			
PV	5,8	3,1	1,0	L	3,7	2,8	0,4
MH	5,8	2,1	-1,3				

Škála	M	SD	t (mezi)	Škála	M	SD	t (mezi)	Škála	M	SD	t (mezi)
1. STIMULACE				3. INTEGROVANOST				5. KOREKTIVNOST			
SI	9,6	2,5	0,5	UZ	11,9	4,8	0,1	RF	10,4	3,1	-0,6
IP	9,5	3,7	0,8	EC	10,4	3,4	1,1	LO	11,7	3,8	-0,5
PN	9,2	3,9	0,3	UR	12,4	2,8	0,7	NU	12,2	3,2	-0,7
DI	9,3	2,8	0,6	RR	13,4	3,7	0,2	FC	8,8	3,4	0,8
SD	7,9	3,5	-0,6	OI	11,8	3,1	0,6	KI	6,1	2,8	0,4
OS	11,7	3,8	-0,5								
2. RIZIKO				4. VZTAHY				6. SEBEPROSAZOVÁNÍ			
AS	9,8	3,5	0,9	KT	5,8	4,1	1,3	US	11,1	3,0	-1,0
AC	9,3	3,2	-0,4	BE	8,9	2,2	0,2	TO	7,3	2,5	-0,8
TN	6,7	3,7	0,4	KN	10,3	3,6	0,8	PR	8,2	3,9	1,7
SE	10,8	4,7	0,8	NE	11,4	2,6	0,8	NS	10,3	2,5	1,4
OR	4,8	3,2	-0,2					FM	8,3	3,1	-1,1

Taxometrické koeficienty:

A1-B4	A2-B3	A3-B2	A4-B1	C1-D4	C2-D3	C3-D2	C4-D1
-0,27	-0,33	-0,09	-0,15	-0,02	-0,07	0,16	0,10

Ženy – hobby

Škála	M	SD	t (mezi)	Škála	M	SD	t (mezi)
1. KOMPONENTY				3. NORMALITA			
KO	9,7	3,3	-0,8	VZ	4,0	2,5	-2,2
EM	7,7	2,8	-1,2	LS	10,4	2,5	1,4
RE	5,7	4,2	-1,1	AN	1,8	2,3	-0,1
AD	13,0	2,7	0,2	EX	4,7	1,6	-0,2
2. FAKTORY				4. VĚROHODNOST			
PV	4,4	1,9	-1,0	L	3,1	1,5	-0,4
MH	7,0	1,5	1,3				

Škála	M	SD	t (mezi)	Škála	M	SD	t (mezi)	Škála	M	SD	t (mezi)
1. STIMULACE				3. INTEGROVANOST				5. KOREKTIVNOST			
SI	8,9	3,3	-0,5	UZ	9,9	2,1	-0,1	RF	11,4	2,2	0,6
IP	8	3,3	-0,8	EC	8,7	2,4	-1,1	LO	12,6	3,8	0,5
PN	8,7	2,6	-0,3	UR	11,1	5,0	-0,7	NU	13,3	2,8	0,7
DI	8,4	4,0	-0,6	RR	13,0	3,6	-0,2	FC	7,4	2,7	-0,8
SD	7,0	2,7	-0,6	OI	12,7	2,9	0,6	KI	5,6	2,2	-0,4
OS	12,6	3,8	0,5								
2. RIZIKO				4. VZTAHY				6. SEBEPROSAZOVÁNÍ			
AS	8,4	2,2	-0,9	KT	3,4	2,3	-1,3	US	12,7	4,0	1,0
AC	10,1	4,2	0,4	BE	9,1	1,1	0,2	TO	8,3	2,8	0,8
TN	6,0	3,8	-0,4	KN	9,0	2,9	-0,8	PR	11,0	2,2	1,7
SE	9,0	3,3	-0,8	NE	10,3	3,4	-0,8	NS	8,6	2,1	-1,4
OR	5,0	3,1	0,2					FM	9,9	2,3	1,1

Taxometrické koeficienty:

A1-B4	A2-B3	A3-B2	A4-B1	C1-D4	C2-D3	C3-D2	C4-D1
-0,11	-0,06	0,02	0,08	-0,01	0,04	0,12	0,18

Ženy triatlonistky společně inklinují k variantě B4 tzn. iregulovaně impulsivní typ osobnosti, který se pro nízkou schopnost postihovat a adekvátně zpracovávat působící situační proměnné dynamičtější povahy při silném emocionální prožívání a tíhnutí k bezprostřednímu uvolňování napětí projevuje tendencí k volbě zkratkových schémat úniku ze situačních tlaků a nepřehledných situací

U profesionálů a výkonnostních triatlonistek se dále objevují rysy varianty B3, což je typ vznětlivý, resp. situačně disinhibovaný, kdy jde o vyhledávání, prožívání a bezprostřední interakční odezvu na situační dynamiku s dominujícím trendem prosazovat své aktualizované přístupy a motivaci. U žen vykonávající triatlon na hobby úrovni můžeme ještě nalézt rysy variant C3 a C4, které popisují typy: úzkostný typ, kdy kognitivní dynamika (KO+) má za následek vnímání rozmanitých aspektů, kontextů a jejich možných dopadů a důsledků, orientaci změny a jejich domýšlení ústící až do anticipačních tenzí a konfabulací. Depresivní typ, vázaný spíše na tendenci ke stálějšímu životnímu prostředí při nižší schopnosti postihovat všechny situační proměnné a adekvátně je zpracovávat (KO-), což více otevírá pole pro tendenci k depresivním prožitkům a přístupům.

Znatelné rozdíly můžeme vidět stejně jako u mužů v komponentě emocionální, týkající se prožívání interakcí s prostředím a situačních změn. Naopak ale zde jsou profesionálové a výkonnostní triatlonisté emocionálně labilnější než hobby triatlonisté. Také převládá vyšší vzrušivost a situační napětí.

Lepší schopnost odpovídat jak na inertnost, tak i na dynamiku působení situačních proměnných přízpůsobovacími aktivitami, účelnější vpravování do nových situací převládá jak u mužů závodníků, tak u žen profesionálek a výkonnostních spíše než u hobby triatlonistů. Závodnice se také vyznačují vyšší vztahovačností, podezíravostí.

Triatlonistky profesionální a výkonnostní úrovně se při anticipaci prožívání zátěže projevují vyšší pohotovostí očekávání a s ním spjatou mobilizací a organizací obranných či přízpůsobovacích procesů. Také je zde poněkud vyšší intenzita prožitků a vyšší situační citlivost než u hobby triatlonistek. V dimenzi vztahů se objevuje snadnější, rychlejší a pružnější vyhledávání, navazování i rozvazování kontaktů s druhými lidmi u skupiny závodnic. Také intenzivnější vyhledávání nových kontaktů, ochotněji riskují k uspokojení prožitků. Stejně jako u mužů i zde jsou znatelné rozdíly v dimenzi sebezporozování. Avšak zde, kupodivu naopak, hobby triatlonistky se vyznačují vyšším sebecitem, vyšší ctižádostivostí, aspirací i osobní prestiží. Hobby triatlonistky se v interakci prosazují vyšší manifestovanou maskulinitou (preferováním „mužské role“).

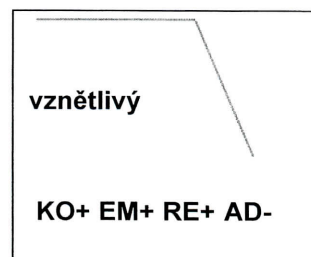
7. Závěr

Z takto malého vzorce triatlonistů nemůžeme vysuzovat naprosto platné závěry. Avšak pomůže nám zaměřit se na rysy osobnosti, které z výzkumu vyvstaly jako typické pro triatlonisty. Abychom tedy hypotézu mohli potvrdit, musel by být vzorek respondentů větší. Jestliže se ale zaměříme na námi vybraný vzorek triatlonistů, pak můžeme tvrdit, že H_0 se potvrdila: Osobnostní struktura triatlonisty se významně liší od osobnostní struktury obecné populace.

Souhrnně lze tvrdit, že triatlonisté vykazují rysy varianty B, což nám popisuje osobnost jako typ vzrušivý, resp. spontánní typ, pro který je příznačná vnitřní psychická vzrušivost (PV+). Projevuje se tendencí tíhnout k dynamickým interakcím, spojeným s intenzivním psychickým nabuzováním, vysokou situační vzrušivostí. Základem je spojení vysoké emocionální nabuditelnosti (EM+) s iregulovaností, spontánní situační reagecí (RE+). Vystupuje vysoká vzrušivost jako sklon prožívat situační napětí, tenze i euforie a příznačné je nízké sebeovládání, menší zvažování možných důsledků spouštěných interakčních aktivit, nižší autoregulace chování.

Při spojení výchozích dvou komponent s adjustační rigiditou (AD-) tzn. tendencí setrvale se přidržovat vlastních přístupů, činností, schémat chování, nepřizpůsobovat sebe, ale sobě a ve vazbě na kognitivní variabilitu (KO+) tzn. tendencí ke změně, k vysoké kvantitě, dynamice a proměnlivosti podnětů při jejich komplexním postihování a zpracovávání, lze hovořit o typu vznětlivém, resp.

situačně disinhibovaném, kdy jde o vyhledávání, prožívání a bezprostřední interakční odezvu na situační dynamiku s dominujícím trendem prosazovat své aktualizované přístupy a motivaci, je označen B3.



Z tohoto malého vzorku triatlonistů můžeme usuzovat o souvislosti mezi úspěšností v triatlonu a osobnostní strukturou pouze sporadicky. I tak se nám opět potvrdila hypotéza H'_0 : Jsou významné rozdíly ve struktuře osobnosti mezi jednotlivými výkonnostními skupinami triatlonistů.

Právě pro příliš malý počet respondentů jsme porovnávali vždy pouze dvě skupiny a to muže hobby s výkonnostními a profesionály a stejně tak ženy hobby s výkonnostními a profesionály dohromady.

Obecně můžeme tvrdit, že muži na profesionální a výkonnostní úrovni jsou na rozdíl od hobby triatlonistů:

- emocionálně stabilnější
- lépe schopni odpovídat jak na inertnost, tak i na dynamiku působení situačních proměnných přizpůsobovacími aktivitami
- účelněji se vpravují do nových situací
- mají vyšší tendenci vyhledávat a řešit aktivity spjaté s nebezpečím neúspěchu
- mají vyšší tendenci k riskantním volbám
- intenzivněji prožívají
- více situačně citlivější
- mají vyšší účinnou kapacitu rozumu
- lépe realizují za nově vzniklých emociogenních okolností dříve přijaté cílové jednání
- odolnější vůči aktualizovaným hrozbám
- mají lepší porozumění a pochopení druhých
- cílevědomější, více motivovaní
- aktivněji se vpravují do reálných životních situací
- sebeovládanější
- mají vyšší důvěru ve své síly
- mají vyšší situační optimismus
- mají vyšší tendenci řešit vzniklé situace
- disponují vyšším sebecitem, sebeprosazováním, vyšší ctižádostivostí, aspirací i osobní prestiží

Stejně tak lze vyčíst, že ženy na profesionální a výkonnostní úrovni jsou na rozdíl od hobby triatlonistek:

- emocionálně labilnější
- disponují nižším zvažováním možných důsledků spouštěných interakčních aktivit
- mají nižší autoregulaci chování
- jsou schopné lépe odpovídat jak na inertnost, tak i na dynamiku působení situačních proměnných přízpůsobovacích aktivitami
- mají účelnější vpravování do nových situací
- projevují se vyšší vztahovačností, podezíravostí
- disponují vyšší pohotovostí očekávání
- mají vyšší intenzitu prožitků
- disponují snadnějším rychlejším a pružnějším vyhledáváním, navazováním i rozvazováním kontaktů s druhými lidmi
- mají intenzivnější vyhledávání nových kontaktů
- ochotněji riskují k uspokojení prožitků
- mají nižší sebecit
- mají nižší ctižádostivost, aspiraci i osobní prestiž

Z výše uvedeného je znatelné, že hypotézy se na tomto vzorku potvrdily:

H:

Osobnostní struktura triatlonisty se statisticky významně liší od osobnostní struktury obecné populace.

H₀:

Jsou statisticky významné rozdíly ve struktuře osobnosti mezi jednotlivými výkonnostními skupinami triatlonistů.

8. Diskuze

Výše uvedené výsledky nám otevírají nové otázky. Jsou tyto rysy charakteristické pouze pro triatlonisty, anebo bychom je našli u všech vytrvalostních sportovců? Jaké odlišnosti bychom mohli hledat mezi triatlonistou a specialistou na jeden ze tří sportů obsahující triatlon? Která osobnostní struktura sportovce by si byla nejpodobnější – triatlonista – plavec, triatlonista – cyklista, triatlonista – běžec? Je před námi ještě velké neprozkoumané pole, co se týká osobnosti sportovce vůbec. Bylo by jistě přínosné, pokračovat dále v tomto výzkumu a na základě testování SPARO porovnat více osobností zabývajících se různými sporty.

Jistě bychom jako největší zajímavost považovali, zda všichni vytrvalostní sportovci vykazují podobné osobnostní rysy. Také bychom mohli hledat další sporty, které by například sloužily jako vhodná příprava na pozdější kariéru triatlonisty, s tím že by rozvíjely osobnost stejným směrem jako u triatlonistů. Tyto sporty by také mohli být dobrým doplňkem v přípravném období, kde by byly na psychiku kladeny podobné nároky.

Všechny tyto výše položené otázky si vyžadují ještě velké množství výzkumů osobnosti sportovce. Avšak výsledky by mohli posunout psychologii sportu zase o krok dál.

Tato práce by mohla být také rozšířena o individuální kazuistiky vybraných respondentů. Pomohla by nám podrobněji nahlédnout do kauzálních souvislostí jednotlivé osobnosti a jejího výkonu v triatlonu.

III. SEZNAM LITERATURY

1. ČÁP., MAREŠ: Psychologie pro učitele. Portál. Praha 2007.
2. DOVALIL a kolektiv: Výkon a trénink ve sportu. Olympia. Praha 2005.
3. FORMÁNEK J., HORČIC J.: Triatlon. Olympia. Praha 2003.
4. KOHOUTEK R.: Základy psychologie osobnosti. Akademické nakladatelství CERM. Brno 2000.
5. MACÁK I., HOŠEK V.: Psychologie tělesné výchovy a sportu. Státní pedagogické Nakladatelství. Praha 1989.
6. MIKŠÍK O.: Psychologické teorie osobnosti. Karolinum. Praha 1999
7. MIKŠÍK O.: Psychologická charakteristika osobností. Karolinum. Praha 2001.
8. MIKŠÍK O.: Dotazník SPARO, Příručka. Manuál pro ruční zpracování a hodnocení dat. 2004.
9. NAKONEČNÝ M.: Encyklopedie obecné psychologie. Academie. Praha 1997.
10. NAKONEČNÝ M.: Lidské emoce. Academie. Praha 2000.
11. ŘÍČAN P.: Psychologie, příručka pro studenty. Portál. Praha 2005.
12. SLEPEIČKAP.: Psychologie koučování. Olympia. Praha 1988.
13. ŠTIKAR J., RYMEŠ M., REIGEL K., HOSKOVEC J.: Základy psychologie práce a organizace. Karolinum. Praha 1996.
14. VANĚK M. a kol.: Psychologie sportu. Olympia. Praha 1984.

