

Abstrakt

Název: Analýza aktuálního psychického stavu před a po závodě v triatlonu

Cíle: Cílem této práce je zjistit, jak se bude lišit aktuální psychický stav závodníka před a po závodě v dlouhém triatlonu v dimenzích napětí, deprese, hněv, vitalita, únava a zmatek a jaký má psychický stav vliv na subjektivní vnímání dosaženého výkonu.

Metoda: Pro diagnostiku aktuálního psychického stavu před a po závodě v triatlonu použijí standardizovaný psychologický dotazník POMS (*Profile of Mood States - short form*). Pro hodnocení statistické významnosti rozdílů mezi výsledky triatlonistů dosaženými před a po závodě v dlouhém triatlonu použijeme neparametrický t - test pro dva závislé soubory.

Výsledky: Výsledky ukázaly, že hodnoty v dimenzi únava se po závodě podle očekávání výrazně zvýšily. Podle předpokladu se hodnoty v dimenzi napětí výrazně snížily. U ostatních dimenzí se průměrné hodnoty statisticky významně nelišily.

V dimenzi deprese a hněv průměrné hodnoty mírně klesly. V dimenzi zmatek hodnoty mírně vzrostly a u dimenze vitalita hodnoty mírně klesly. Po provedení Spearmanova koeficientu pořadové korelace jsme zjistili, že statisticky významný vztah mají k subjektivnímu hodnocení výkonu po závodě emoce opotřebovaný, podrážděný, popletený a roztržitý a utahaný.

Klíčová slova: triatlon, psychický stav, emoce, vytrvalost, analýza, POMS