

UNIVERZITA KARLOVA
Fakulta tělesné výchovy a sportu

BAKALÁŘSKÁ PRÁCE

2012

Michal Pfoff

UNIVERZITA KARLOVA
Fakulta tělesné výchovy a sportu

Temperamentové vlastnosti závodníků v rychlostní kanoistice

Bakalářská práce

Vedoucí bakalářské práce:

PhDr. Milan Bílý, Ph.D.

Vypracoval:

Michal Pfoff

Praha, srpen 2012

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

V Praze, dne

.....

.....

podpis

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

Jméno a příjmení:

Fakulta / katedra:

Datum vypůjčení:

Podpis:

Poděkování:

Rád bych zde poděkoval vedoucímu bakalářské práce PhDr. Milanu Bílému, Ph.D. za jeho rady a čas, který mi věnoval při řešení dané problematiky. Dále bych rád poděkoval všem zúčastněným respondentům, kteří mi poskytli informace nutné k dokončení této práce.

ABSTRAKT

- Název:** Temperamentové vlastnosti závodníků v rychlostní kanoistice
- Cíle:** Cílem práce bylo zjistit temperamentové vlastnosti závodníků v rychlostní kanoistice a pokusit se najít vztah mezi temperamentem a sportovním výkonem v jednotlivých disciplínách sledovaného souboru.
- Metody:** Ve výzkumu bylo využito Eysenckova dotazníku temperamentu (EPI). Sledovaným souborem se stala skupina závodníků oddílu ASC Dukla Praha a USK Praha, převážně členů reprezentačního družstva seniorů.
- Výsledky:** Dominantním temperamentovým typem v námi sledovaném souboru byl sangvinik s nízkým stupněm k extroverzi a nízkým stupněm stability. Závislost mezi temperamentem a závodní specializací se potvrdila jen u maratónských závodníků. U sprinterské skupiny závodníků na 200m se výsledky zásadně nelišily od zjištěného průměru. U maratónské skupiny se tyto výsledky lišily převahou k introvertnímu způsobu chování. Dominantním temperamentovým profilem ve skupině maratónců byl flegmatik s nízkým stupněm k introverzi a nízkým stupněm stability.
- Klíčová slova:** Temperament, rychlostní kanoistika, Eysenckův dotazník temperamentu (EPI) , sportovní psychologie.

ABSTRACT

Title: Temperament characteristics of competitors in flatwater racing

Objectives: Goal of this work was to determine the temperament characteristic of competitors in flatwater racing and try to find a relationship between temperament and different race distance in watched population.

Methods: Use was Eysenck's questionnaire of temperament (EPI) in research. Observe population was a group of flatwater racing competitors from czech army sports club Dukla Praha and USK Praha, competitors in national czech team.

Results: The dominate type of temperament in the monitored group was sanguineous with low degree of extroversion and the low degree of stability. Dependence between temperament and specialization for different distances was confirmed only for marathon competitors. For competitors group of sprint 200m didn't results significantly different from the observe average. In the marathon group was dominated to introverted behavior. The dominant temperament profile in marathon group was phlegmatic with a low level of introvesion and low level of stability.

Key words: Temperament, flatwater racing, Eysenck's questionnaire of temperament (EPI), sport psychology.

OBSAH

1.0 ÚVOD	10
1.1 STRUČNÝ ÚVOD DO RYCHLOSTNÍ KANOISTIKY	10
1.2 POPIS POJMU TEMPERAMENT	11
1.3 DÁVNÁ HISTORIE VÝZKUMU TEMPERAMENTU.....	12
1.4 TYPOLOGICKÉ PŘÍSTUPY K TEMPERAMENTU	12
1.4.1 <i>Kretschmerova konstituční typologie</i>	12
1.4.2 <i>Sheldonova konstituční typologie</i>	12
1.4.3 <i>Eysenckova psychoanalytická typologie</i>	13
1.4.4 <i>Ostatní typologické přístupy</i>	14
2.0 TEORETICKÁ VÝCHODISKA PRÁCE	15
3.0 CÍL PRÁCE	17
4.0 ÚKOLY PRÁCE	18
5.0 PRACOVNÍ HYPOTÉZY	19
5.1 PRACOVNÍ HYPOTÉZA I – DOMINANTNÍ TEMPERAMENTOVÝ PROFIL	19
5.2 PRACOVNÍ HYPOTÉZA II – ZÁVISLOST TEMPERAMENTU NA ZÁVODNÍ DISCIPLÍNĚ - 200M	20
5.3 PRACOVNÍ HYPOTÉZA III – ZÁVISLOST TEMPERAMENTU NA ZÁVODNÍ DISCIPLÍNĚ – MARATÓN	20
6.0 ROZSAH PLATNOSTI	21
7.0 METODOLOGIE	22
7.1 SOUBOR A METODA	22
7.2 SLEDOVANÝ SOUBOR	22
7.3 POUŽITÉ METODY	23
7.4 ANALÝZA DAT.....	23
7.4.1 <i>Dominantní temperamentový typ</i>	23
7.4.2 <i>Závislost temperamentu na závodní disciplíně</i>	24
7.5 ČASOVÝ ROZVRH	24
8.0 VÝSLEDKY	25
9.0 DISKUZE	39
10.0 ZÁVĚR	41
POUŽITÁ LITERATURA	43

1.0 ÚVOD

Výzkum v této bakalářské práci hledá určitá spojení mezi pohybovou činností a osobnostními rysy, konkrétně temperamentovými vlastnostmi závodníků. Výkon v rychlostní kanoistice je podmíněn funkčními parametry, motorickou docilitou a psychickou odolností jak v závodním, tak i v přípravném období.

Rychlostní kanoistika je z hlediska náročnosti jedním z nejtěžších sportovních odvětví a propracování se do špičky tohoto sportovního odvětví stojí, mimo jiné, mnoho odhodlání, psychické připravenosti a vyzrálosti. Právě tyto aspekty se promítly do výsledků dotazníkového výzkumu a jsou určitým společným jmenovatelem v celkovém souhrnu výsledků.

1.1 *Stručný úvod do rychlostní kanoistiky*

Tento druh vodního sportu pochází od původních obyvatel amerického kontinentu (kanoe) a severských eskymáků (kajak). Lokomoční pohyb probíhá na plavidlech pomocí jednolistých (kanoe), nebo dvoulistých pádel (kajak). Kajaky a kanoe pro rychlostní kanoistiku jsou jednomístné, dvoumístné a čtyřmístné. Základní poloha na kanoi je klek (na levé či na pravé), kdežto na kajaku je touto polohou sed. Kajak je ovládán kormidlem, které je řízeno chodidly závodníka. Řízení směru kanoe provádí závodník pohybem pádla ve vodě. Pro dodržení pravidel rychlostní kanoistiky je nutné, aby plavidlo mělo minimální hmotnost určenou těmito pravidly. Rychlostní kanoistika je sportem silově vytrvalostním, ve kterém se závodí na tratích od nejkratšího sprintu (200m) až po maratónské distance (přes 30 kilometrů). Celkem se tedy jedná asi o 5 hlavních závodních tratí a každá klade jiné nároky na energetické krytí, zvolenou taktiku, techniku a pravděpodobně psychickou stránku jedince. Závodí na krátkých tratích probíhají formou rozjížděk, semifinále, finále C, finále B a finále A. Podle počtu účastníků je vytvořen postupový klíč postupu do jednotlivých částí závodu (Wikipedie 2012).

Témata týkající se vztahu psychologie a sportovního tréninku jsou v současné době stále aktuálnější zejména pro trenéry, kteří mají zájem zefektivnit pedagogické a trenérské působení na své svěřence. Znalosti v této oblasti mohou také pomoci v procesu výběru sportovních talentů. Nejedná se ale jen o mládežnické kategorie, kde znalost psychologie může být prospěšná. Ve vrcholovém sportu rozhodují o úspěchu zdánlivé maličkosti. Lze říci, že mnoho z těchto rozdílů je zapříčiněno odlišnou psychologickou přípravou, jelikož

metodika sportovního tréninku i sportovní podmínky pro širokou základnu uchazečů jsou na velmi vysoké úrovni.

1.2 Popis pojmu temperament

Je nutné rozlišovat pojem temperament v běžné komunikaci a v odborné psychologii. Například Blatný a Plháková (2003) popisuje temperament jako:

„Psychologické charakteristiky osobnosti, jež jsou vrozené (dědičné), můžeme u nich identifikovat biologický základ a týkají se formální (stylistické, průběhové, dynamické), nikoli obsahové stránky chování a prožívání.“

Pro širší pohled na věc můžeme uvést další charakteristiku temperamentu. Dvojice autorů Čáp a Mareš (2001) uvádějí pod pojmem temperament toto:

„Temperament označuje tu část osobnosti, která je určována převážně biologicky a projevuje se hlavně způsobem citového reagování.“

Pro úplnost uvedme třetí definici pojmu temperament (Vágnerová, 2004):

„Temperament je individuálně charakteristický typ reaktivity a dynamiky psychiky. Představuje formální základ průběhu duševních dějů i projevů chování.“

Na první pohled je vidět drobná odlišnost těchto tří definic. Za posledních 20 až 30 let, ve kterých došlo k aktivnímu rozvoji výzkumu temperamentu, zastávala celá řada autorů odlišný způsob výkladu tohoto pojmu. Ovšem nediskutovatelným základem je biologická determinovanost, velmi malá ovlivnitelnost výchovou i volným chováním a spontánnost projevů (Blatný, Plháková, 2003).

1.3 Dávná historie výzkumu temperamentu

V dobách kolem roku 150 n.l. popsal lékař Galenos základní temperamentové rozlišení. V každém typu temperamentu definoval v určitém poměru 4 „tělesné šťávy“, tedy krev, hlen, žluč a černá žluč. Od toho se následně odvodily názvy jednotlivých druhů temperamentu (sangvinik, flegmatik, choleric, melancholik). Galenos ovšem uvádí jako zdroj svého bádání Hippokrata. Historie výzkumu v tomto odvětví tedy sahá, až do dob antického Řecka (Mikšík, 2001).

1.4 Typologické přístupy k temperamentu

1.4.1 Kretschmerova konstituční typologie

Ernst Kretschmer zde uvádí určitou spojitost mezi tělesnou konstitucí a temperamentem. Vymezuje jeden nevyhraněný tělesný typ (dysplastický) a 3 typy vyhraněné (pyknický, leptosomní, atletický). Výzkum prováděl na základě deskriptivního zpracování psychiatrických případů. V souvislosti s tím prezentuje Kretschmer i typ psychického narušení k danému typu (Mikšík, 2001).

1.4.2 Sheldonova konstituční typologie

Na rozdíl od Ernsta Kretschmera studuje Sheldon zdravé osoby převážně z řad vysokoškoláků, které ohodnotí ze stránky temperamentové. Těchto hodnot následně využívá při srovnávání s naměřenými konstitučními hodnotami. Jako důvod odlišné tělesné konstituce popisuje rozdílnou polohu ve vývoji zárodečných blan. Tělesné typy podle Sheldona – endomorf, mezomorf, ektomorf (Mikšík, 2001)

Následující tabulka 1 objasňuje vztahy mezi tělesnou konstitucí a typem temperamentu. V tabulce jsou uvedeny jak poznatky Ernsta Kretschmera, tak i W.H. Sheldona.

	ENDODERM	MESODERM	EKTODERM
Základna pro:	Střeva, zažívací orgány, útroby	Svalovinu, vyměšovací a pohlavní orgány	kůži, smyslové orgány, nervy
Tělesná stavba – SHELDON	Endomorf – měkkost, kulatost	Mesomorf – hranatost, šlachovitý, svalovitý	Ektomorf – tenké kosti slabé svaly
Tělesná stavba - KRETSCHMER	Pyknická	Atletická	Leptosomní
Temperament – SHELDON	Visceroton – uvolněnost, tělesný komfort, pomalé reakce, záliba v jídle	Somatoton – sebejisté držení těla, energičnost, záliba v pohybu, dominance	Cerebroton – napjaté držení těla, sebekontrola, uzavřenost
Temperament – KRETSCHMER	Cyklothym – střídání nálad, pomalost, důkladnost, společenský	Viskozni – houževnatost, střídání výbušnosti a netečnosti	Schizothym – společenská uzavřenost, střídání nálad

Tab. 1 Porovnání Kretschmerovi a Sheldonovi konstituční typologie (Mikšík, 2001)

1.4.3 Eysenckova psychoanalytická typologie

H.J. Eysenck kombinuje ve své typologii poznatky několika autorů např. pojetí extroverze a introverze od Junga, či Hippokratovo čtyřčlenné rozdělení. Tyto skutečnosti podkládá faktorovou analýzou projevů a chování člověka biologickou determinovaností (Mikšík, 2001). Eysenck uvádí 3 na sobě nezávislé dimenze temperamentu. První je introverze-extraverze, která je definovaná jako zaměření na vnitřní nebo vnější svět. Druhou dimenzí je tzv. neuroticismus. Ten je ovlivněn emoční stabilitou, nebo emoční labilitou. Třetí dimenze je částečně převzata od Kretschmerovi typologie a je jí psychoticismus. Psychoticismus je charakterizován jako určitá náchyllost k psychóze (Blatný, Plháková, 2003).

V současnosti je nejvíce využívána, pro popis temperamentu, právě Eysenckova psychoanalytická typologie. Z tohoto důvodu je tento princip použit i v našem explorativním výzkumu.

- emocionální labilita – stabilita: pól lability je zastoupen takovými vlastnostmi, jako jsou nervozita, úzkost, starost, nestabilitnost chování. Vyhraněné labilní osoby se také špatně vypořádávají se stresem, problémy a jsou nerealističtí. Naproti tomu lidé s nízkou hodnotou neuroticismus jsou spokojení, sebejistí i v nepříznivých podmínkách.

- extroverze – introverze: lidé s extrovertními sklony rychle navazují vztahy se svým okolím, jsou bezstarostní, vřelí, rozhodní a vůdčí. Naopak lidé s opačnými sklony jsou samotářští, přemýšliví, vážní, nepřístupní, nedůvěřiví, a panuje u nich vyšší míra sebekontroly (Mikšík, 2001).

1.4.4 Ostatní typologické přístupy

Teorie fyziologa I.P. Pavlova tzv. teorii nervismu, nadsazovala nervovou soustavu nad celý organismus. Jinak řečeno je celý organismus řízen nervově a temperament podle této teze je projevem vyšší nervové činnosti (Čáp, 1993).

Tématem spojení temperamentu a fyzického zatěžování se zabýval Gottfried Ewald (1924), když zavedl pojem biotonus, který také bývá označován jako napětí životní energie, tedy jakýsi energetický základ temperamentu (Smékal, 2002).

Říčan (2007) ve své publikaci uvádí domněnky jistého německého lékaře Franze Galla působícího v první polovině 19. století. Ten se domníval, že různé temperamentové rysy jsou spjaty s tvarem lebky a dokonce určil charakteristický model lebky např. u chronických kleptomanů.

2.0 TEORETICKÁ VÝCHODISKA PRÁCE

Tématům týkajících se psychologie sportu bylo věnováno nespočet prací. Velmi podobným tématem se zabývala publikace (Bílý, Süs, 2007), ve které se jednalo o případovou studii explorativního charakteru a byl zde použit stejný typ dotazníku, tedy Eyseckův dotazník temperamentu a dotazník výkonové motivace, který v naší bakalářské práci použit není. Cílem celé práce bylo zjištění temperamentových vlastností a charakter výkonové motivace u závodníků ve vodním slalomu. Zkoumaným souborem byla skupina vodních slalomářů (3 ženy a 12 mužů). Výsledky z tohoto výzkumu prokázali, že nejvhodnějším temperamentovým typem v oblasti vodního slalomu je flegmatik s nízkým skóre k neurotismu, s nižšími hodnotami motivace výkonu a brzdící anxiозity.

S tématem temperamentových vlastností je spjata další práce (Süss, Bílý, Soušková, 2007), která podrobuje analýze temperament hráček softballu a klade si za cíl určit temperamentové vlastnosti u hráček 1. ligy softballu. Temperamentové vlastnosti byly zjišťovány pomocí Eyseckova dotazníku temperamentu (EPI). Výsledky prokázali temperamentovou pestrost v oblasti softballu. Ovšem nejvíce převládajícím typem je stabilní extrovert, tedy sangvinik. Nebyly prokázány signifikantní rozdíly temperamentu v závislosti k herním rolím hráček.

Dalším tématem vztahu mezi sportovním zatěžováním a temperamentem je odborný článek (Blecharz, Siekanska, 2007). Subjektem výzkumu bylo 104 vrcholových sportovců z toho 54 hráčů fotbalu a 50 hráčů basketbalu, kteří vyplnili 2 typy dotazníků s názvy *The Formal Characteristics of Behaviour - Temperament Inventory* (FCB - TI) podle B. Zawadzki a J. Strelau (temperamentový dotazník) a *The Coping Inventory for Stressful Situations* (CISS) podle N. S. Endler a J. D. A. Parker (dotazník zkoumající způsoby zvládnání stresových situací). Výsledky byly zpracovány pomocí korelačního koeficientu a byla prokázána signifikantní závislost mezi temperametovými rysy a způsoby chování a zvládnání stresových situací. Tyto údaje byly zpracovány do třech kategorií chování. Emočně orientované chování (emotion-oriented) korelovalo s rychlostí ($r = -0,41$), houževnatostí ($r = 0,47$), vnímavostí a citem ($r = 0,24$), emoční aktivitou ($r = 0,64$) a vytrvalostí ($r = 0,47$). Pasivní a vyhýbavé chování (avoidance-oriented) v korelaci s aktivitou resp. „čilostí“ vytvořilo koeficient $r = 0,28$. Třetí kategorií je chování cílevědomé a metodické (Task-oriented), které korelovalo s rychlostí ($r = 0,25$), emocionální aktivitou ($r = -0,23$) a vytrvalostí ($r = 0,20$).

Estonská práce (Peterson, Liivamagi, Koskel, 2006), zde bylo sledovaným subjektem 392 studentek Estonské univerzity. Práce se zabývala vztahem mezi somatickými faktory a temperamentem. Tyto studentky byly na základě metody pozorování hodnoceny na škále od 1-5. Hodnocení se týkalo kategorií v oblasti výšky a váhy daného subjektu. Hodnocení temperamentu bylo prováděno pomocí dotazníku používaného u dětských pacientů psychiatrické kliniky a u zdravých žáků a studentů středních škol. Výzkumem se prokázala statistická závislost mezi tělesnou konstitucí a temperamentem studentek.

Závislost biorytmických korelátů na odlišných temperamentových rysech např. introverze-extroverze, lability-stability, dominance a frustrační tolerance. Výzkum (Pluchin, Putilov, 1990) dále studoval adaptivitu organismu na cyklu spánku a stavu bdělosti. Tuto adaptivitu měli nižší osoby introvertního typu a osoby s vysokým neuroticismem.

Temperamentem Polských boxerů v závislosti na výkonnosti se zabýval Wlazlo (1995). Tento výzkum došel k závěru, že nejúspěšnějšími sportovci (medaile OH, MS) v oblasti boxu jsou flegmatici a nejméně úspěšnými se prokázali melancholici. Důležitými faktory s tím související jsou vysoká odolnost vůči stresu, přizpůsobivost a emocionální stabilita i ve vypjatých situacích.

Americký časopis *Journal of Sport Psychology* vydal studii *Sport Participans and Their Temperament* (Bekken Mehrabian, 1987), ve které dokazuje závislost pohybové činnosti na povahové vlastnosti člověka. Výsledkem této studie bylo zjištěno, že vzorky probandů, kteří provozovali sportovní činnosti (posilovací cvičení, běh), byť jen na rekreační úrovni, dosahovaly vyšší míry uspokojení, než skupina bez tělesné zátěže.

3.0 CÍL PRÁCE

Cílem práce je zjistit temperamentové vlastnosti závodníků v rychlostní kanoistice a pokusit se najít vztah mezi temperamentem a sportovním výkonem v jednotlivých disciplínách sledovaného souboru.

4.0 ÚKOLY PRÁCE

- popis výsledků prací podobných tématu: „*Temperamentové vlastnosti závodníků v rychlostní kanoistice*“
- sběr dotazníků a zpracování získaných dat
- charakteristika a utřídění získaných dat do jednotlivých kategorií
- vyvození závěru ze získaného výzkumu a přenesení dat do oblasti rychlostní kanoistiky

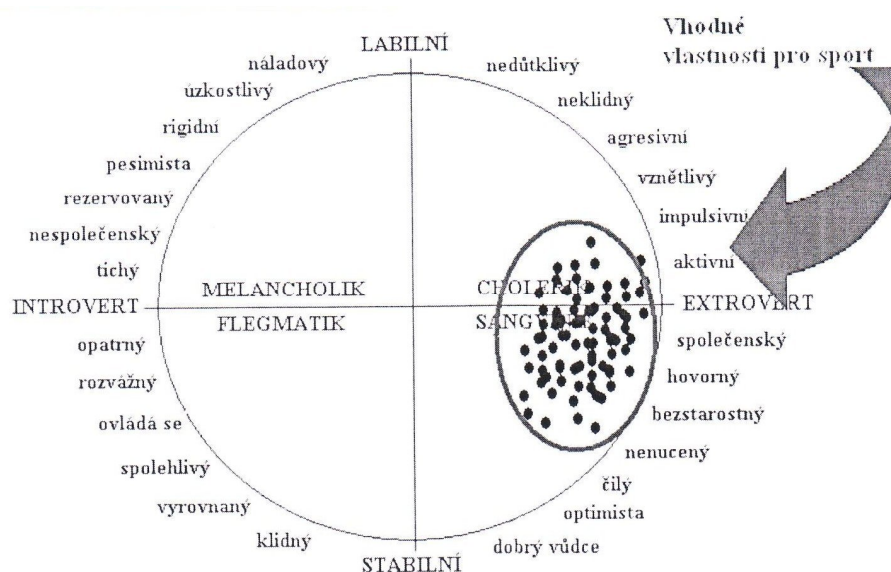
5.0 PRACOVNÍ HYPOTÉZY

Už v dobách antiky byl temperament rozdělen do čtyř základních skupin, tak jak je známe dnes sangvinik, choleric, melancholik a flegmatik. Ve spojitosti se sportovním zatěžováním můžeme očekávat, že sangvinik bude vynikat rychlostí, rozhodností, silným sebevědomím, ale i např. nerozvážností a hazardérstvím. Choleric pravděpodobně bude také silný, rychlý a výbušný, ale na druhou stranu i netrpělivý. Melancholik bude stálý, vytrvalý a pečlivý, ale těžko se bude přizpůsobovat novým situacím. Klidný, stálý možná i vytrvalý bude flegmatik, který asi nebude vynikat silou a rozhodným chováním (Smékal, 2002). Z těchto uvedených skutečností můžeme predikovat vysokou výkonnost u sangvinika s nízkým skóre k neurotismu.

5.1 Pracovní hypotéza I – dominantní temperamentový profil

V porovnání výsledků z dotazníkového výzkumu předpokládáme výskyt odlišných výsledků u jedinců s rozdílnou závodní specializací. Eysenckovo schéma níže uvádí oblast s nejhodnějšími vlastnostmi pro podávání vysokých sportovních výkonů.

Předpokládáme, že v celkovém souhrnu všech dotazovaných závodníků lze předpokládat vysokou koncentraci sangviniků a výsledky z dotazníkového průzkumu budou korelovat s níže uvedeným schématem (obr. 1).



Obr.1 Oblast s výbornými předpoklady pro provozování sportovní činnosti (Slepička, Hošek, Hátlová 2009)

5.2 Pracovní hypotéza II – závislost temperamentu na závodní disciplíně - 200m

Ve sprinterské skupině očekáváme větší míru extrovertního chování a sklon k větší labilitě.

5.3 Pracovní hypotéza III – závislost temperamentu na závodní disciplíně – maratón

Předpokládáme, že specialisté na maratónské distance budou inklinovat k introvertní stránce chování a v rovině lability-stability nebudou vykazovat značné rozdíly oproti průměru.

6.0 ROZSAH PLATNOSTI

Závěry vzniklé z této práce mohou dopomoci k lepšímu porozumění sportovce, hlavně po stránce psychologické. Předpokládá se, že tyto poznatky dále povedou ke zlepšení tréninkové efektivity a následně i větší sportovní výkonnosti daného jedince. Zejména může být užitečná pro trenéry pracující s mládeží, kde výchovné a pedagogické působení je mnohem důležitější než v kterémkoliv jiném věku.

Znalost temperamentu může dopomoci rodičům k výběru vhodného sportovního odvětví pro jejich potomky a je též vhodná pro výběr sportovních talentů.

7.0 METODOLOGIE

7.1 Soubor a metoda

Zadané téma je řešeno explorativním výzkumem, který zjišťuje psychické faktory vrcholových sportovců v rychlostní kanoistice.

7.2 Sledovaný soubor

Sledovaný soubor tvořili členové seniorského reprezentačního družstva rychlostní kanoistiky v sezoně 2012 a závodníci armádního sportovního centra Dukla Praha a USK Praha. Konkrétně tento soubor tvořily 4 ženy a 21 mužů. Těchto 25 účastníků dotazníkového výzkumu bylo rozděleno do skupin podle svého nejlepšího výsledku na mezinárodní úrovni. Skupiny byly odvozené od závodních disciplín v rychlostní kanoistice (tzn. maraton, 1000m, 200m). Následující soubor tabulek obsahuje již zmíněnou diferenciaci závodníků.

Z etických důvodů jsou jména účastníků výzkumu vyjádřena pomocí numerických dat.

Maratón			
1.	2.	3.	4.
5.	6.	7.	

Tab. 2 Skupina maratónských závodníků

1000 m			
8.	9.	10.	11.
12.	13.	14.	15.
16.	17.	18.	

Tab. 3 Skupina závodníků na 1000 m

200 m			
19.	20.	21.	22.
23.	24.	25.	

Tab. 4 Skupina sprinterských závodníků na 200m

7.3 Použité metody

Ve výzkumu je použito typizovaného **Eysenckova dotazníku temperamentu (EPI)**. Tento dotazník tvoří 57 otázek. Tyto otázky zjišťují pocity a chování v různých situacích běžného života. Možná je jen odpověď ANO či NE. Součtem odpovědí ve třech z pěti dimenzí získáme tři výsledné skóre – N (neuroticismu), E (extrovertovanosti) a L (tzv. „lžiskóre). L skóre má ovlivnění výzkumu velmi malý vliv. Hodnoty E a N se vynesou do grafu na osy x a y, kde vyznačíme průsečík těchto hodnot v příslušném kvadrantu. Každý kvadrant vyznačuje jeden ze čtyř typů osobnosti. Platí, že čím je průsečík dál od středu grafu, tím je daný typ výraznější. Naopak je-li průsečík v blízkosti středu grafu, jedná se typ nevyhraněný (Eysenck, 1960), s hodnotami ± 1 směrodatné odchylky (SD).

Je nutné říci, že výsledky dotazníků mohou být ovlivněny několika proměnnými faktory jako je aktuální pohled na vlastní sebepojetí, aktuální zdravotní stav, aktuální rodinné vztahy, aktuální sociální stav, psychické rozpoložení v době vyplňování dotazníku a mnoho dalších faktorů.

U dotazníků tohoto typu nesmíme přeceňovat jejich formální psychometrické parametry. Právě tyto parametry mají jen omezenou použitelnost při hodnocení adekvátnosti nástrojů této diagnostiky (Čáp, Mareš 2004).

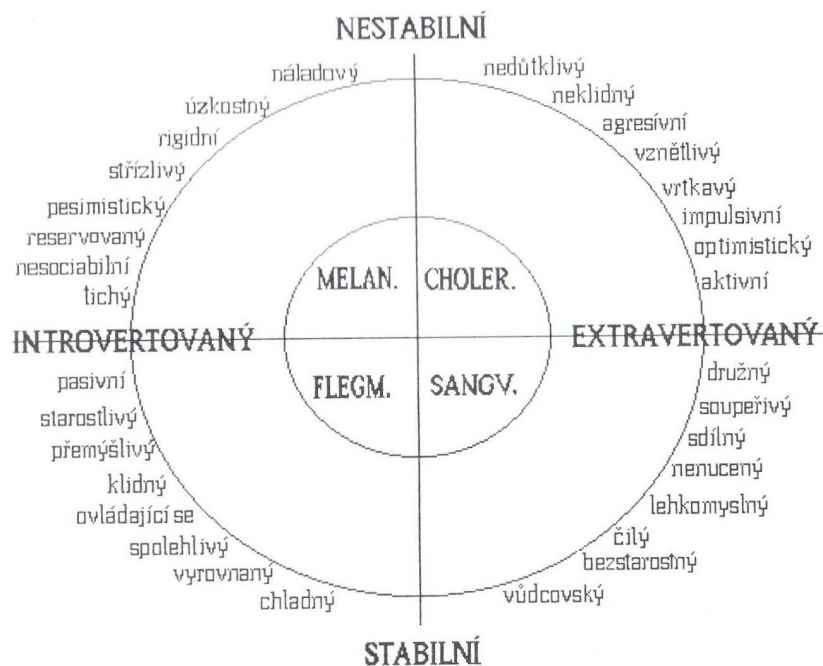
7.4 Analýza dat

7.4.1 Dominantní temperamentový typ

První část práce si dává za úkol vyhodnotit dominantní temperamentový typ v oblasti rychlostní kanoistiky. Tyto závěry budou vyvozeny z výsledků dotazníkového průzkumu. Otázkou je, zda bude převažovat koncentrace určitého temperamentového profilu, nebo zda se prokáže osobnostní pestrost v tomto sportovním odvětví.

Tyto výsledky budou zjišťovány pomocí aritmetického průměru, tedy základní statistickou metodou. Pro zjištění rozptylu jednotlivých dat bude použit výpočet směrodatné odchylky.

Následující obrázek demonstruje, do jakého schématu budou respondenti rozdělováni po vyhodnocení předložených dotazníků.



Obr.2 Eysenckovo schéma temperamentových typů (Eysenck 1960)

7.4.2 Závislost temperamentu na závodní disciplíně

Po vyhodnocení výsledků všech dotazovaných je nutné rozdělit tyto probandy do jednotlivých skupin podle preferované závodní disciplíny a opět pomocí základní statistické metody (aritmetický průměr) určit průměrný profil v dané skupině.

Do porovnání zařazujeme nejkratší a nejdelší trať (sprint a maratón) a to z důvodu jejich velké charakteristické rozdílnosti. Předpokladem je, že temperamentové odlišnosti budou, mezi těmito skupinami, nejvíce viditelné.

7.5 Časový rozvrh

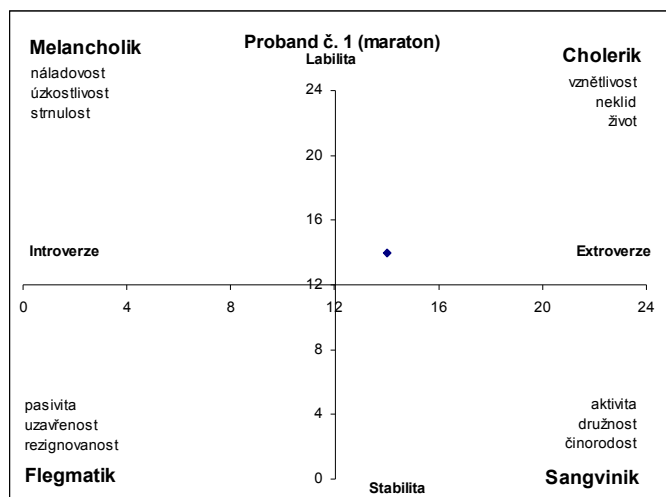
Vyplňování dotazníků probíhalo na přelomu sezony 2011/2012 a následné zhodnocení a zpracování se provádělo na přelomu července a srpna 2012.

8.0 VÝSLEDKY

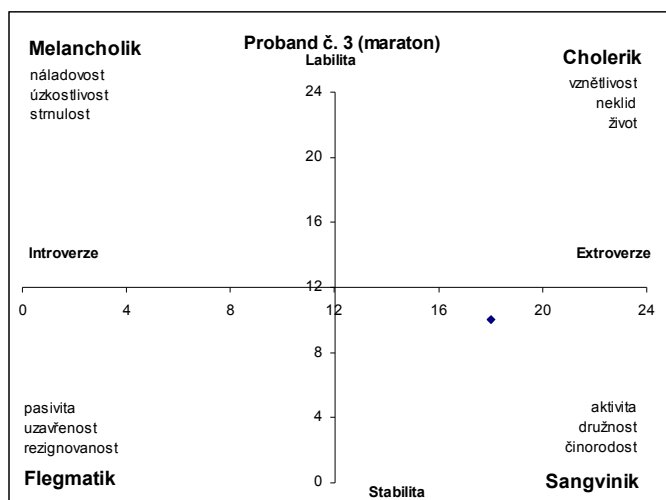
Celkový počet 25 dotazovaných je rozdělen do 3 skupin. Každá skupina je zastoupena závodníky specializující se na danou disciplínu. Jeden dotazník nesplnil kritérium (proband č. 2) v oblasti tzv. lži skóre a nesmí být v tomto výzkumu použit.

Výsledky mohou být také ovlivněny obdobím, ve kterém se dotazníky vyplňovaly. Jak je již uvedeno výše, vyplňování probíhalo na přelomu sezony 2011/2012 tzn. v mimozávodním období. Pro exaktnější výsledky bychom museli výzkum opakovat v závodní sezóně.

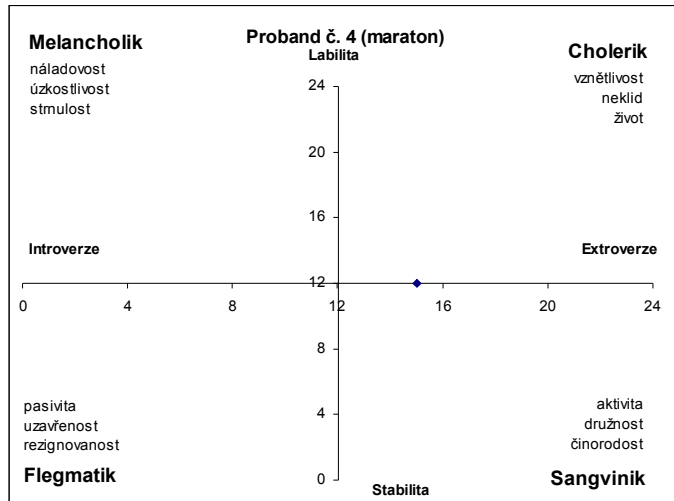
Na úvod této kapitoly jsou uvedeny výsledky jednotlivých dotazovaných bez ohledu na jejich závodní specializaci. Jednotlivé grafy obsahují i stručný slovní popis temperamentových vlastností.



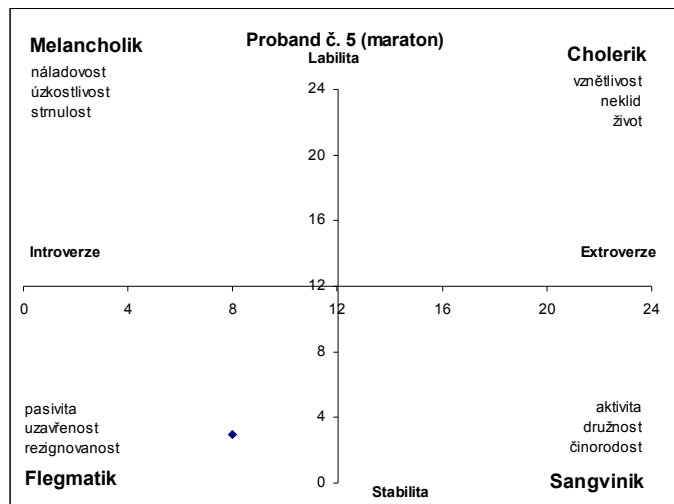
Graf č. 1: Proband č. 1: Cholerek s mírným sklonem k labilitě a mírným sklonem k extroverzi



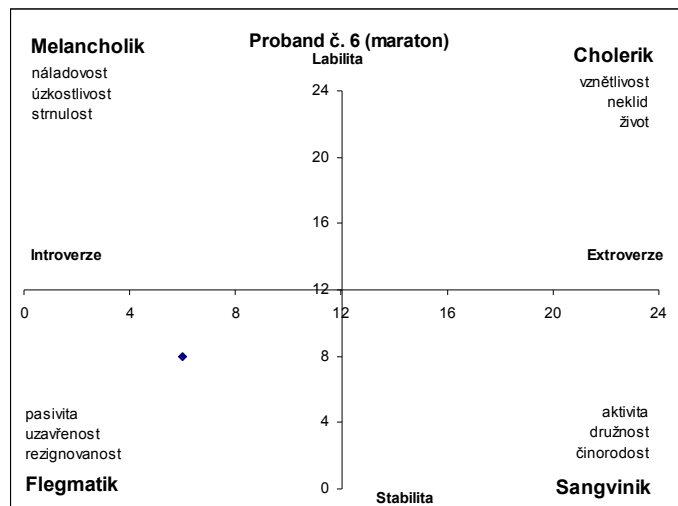
Graf č. 2: Proband č. 3: Sangvinik s mírným sklonem ke stabilitě a středním sklonem k extroverzi



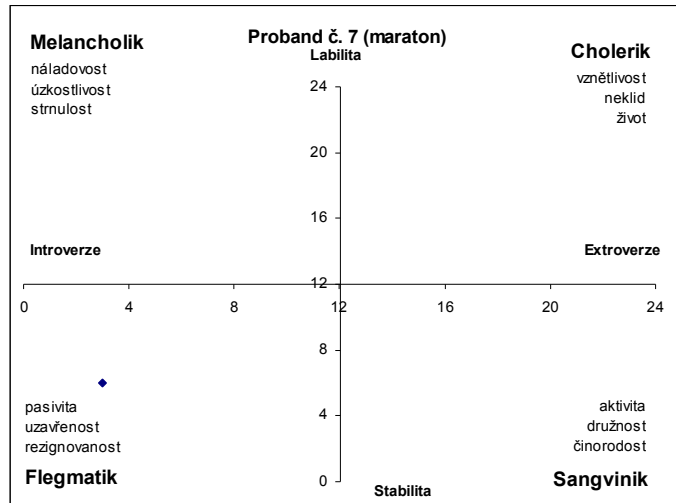
Graf č. 3: Probant č. 4: Nevyhraněný typ mezi sangvinikem a cholerikem s mírným sklonem k extroverzi



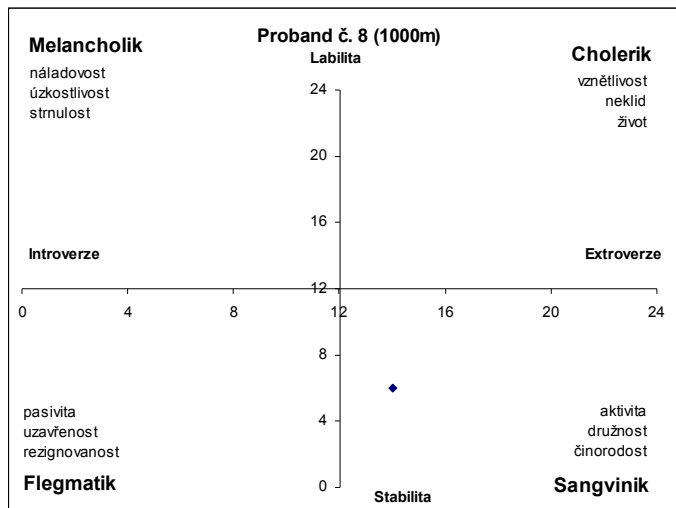
Graf č. 4: Probant č. 5: Flegmatik s vysokým stupněm stability a mírným až středním stupněm k introverzi



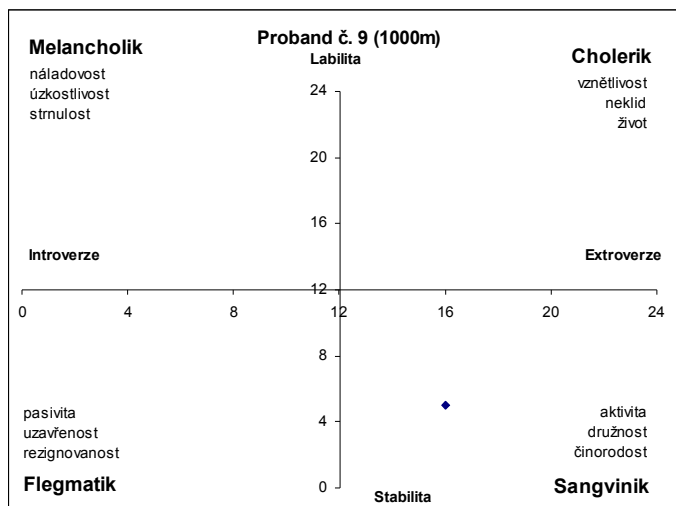
Graf č. 5: Probant č. 6: Flegmatik s mírným až středním stupněm ke stabilitě a středním stupněm k introverzi



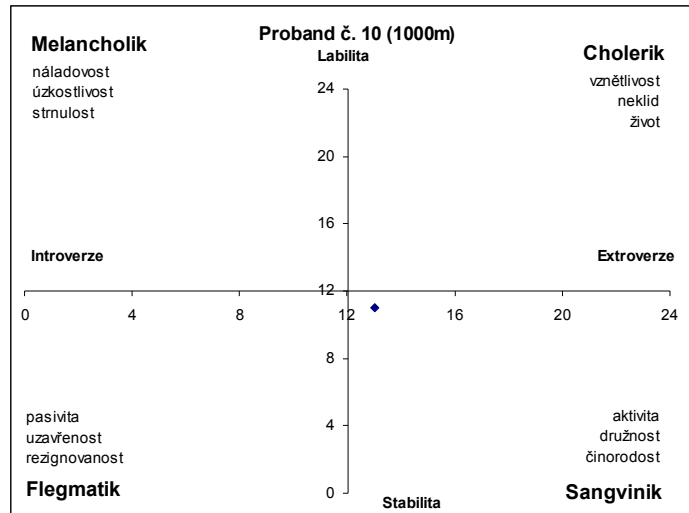
Graf č. 6: Probant č. 7: Flegmatik s mírným stupněm ke stabilitě a vysokým stupněm k introverzi



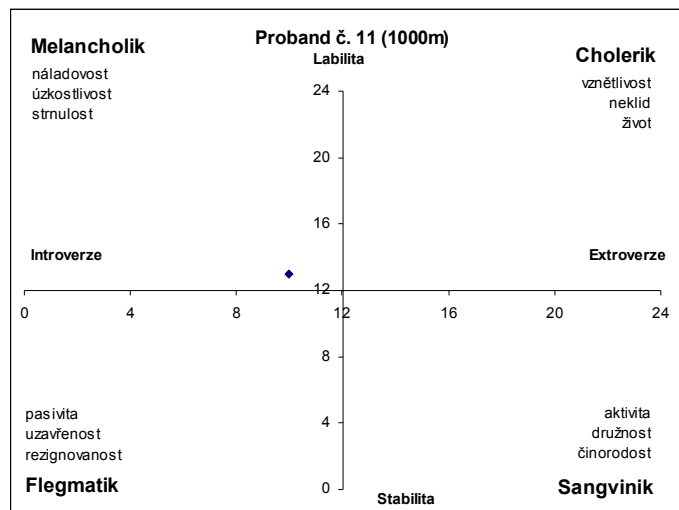
Graf č. 7: Probant č. 8: Sangvinik se středním stupněm ke stabilitě a nízkým stupněm k extroverzi



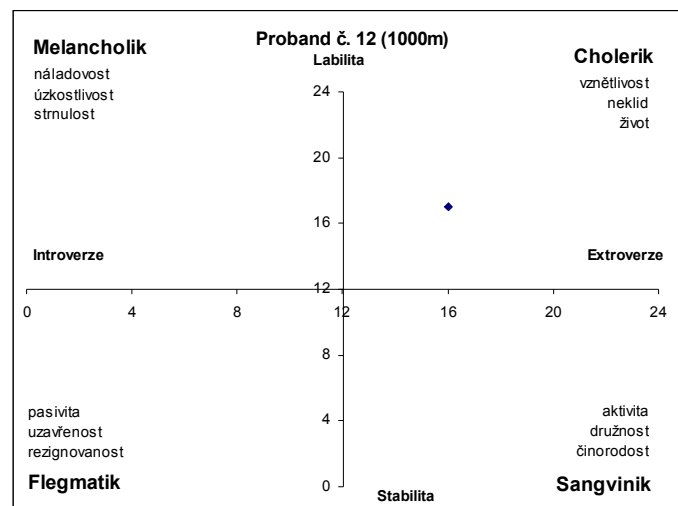
Graf č. 8: Probant č. 9: Sangvinik se středním stupněm ke stabilitě a nízkým až středním stupněm k extroverzi



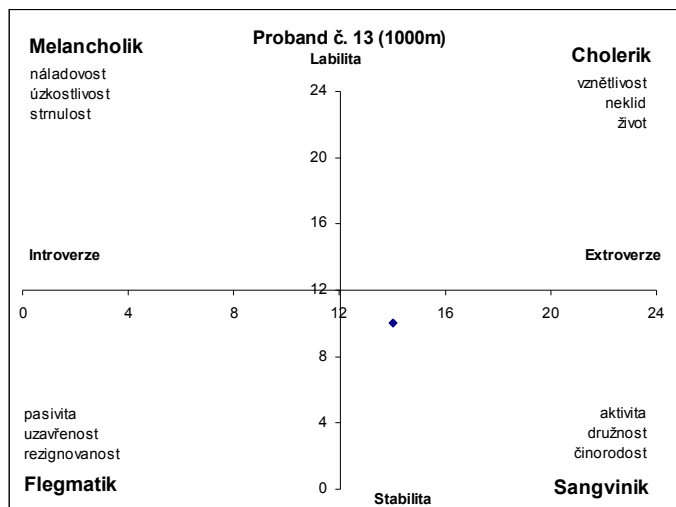
Graf č. 9: Proband č. 10: Sangvinik s nízkým stupněm ke stabilitě a nízkým stupněm k extroverzi.



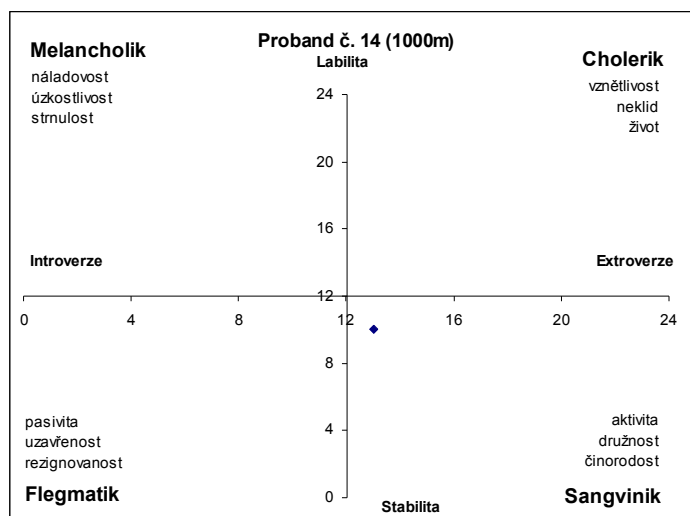
Graf č. 10: Proband č. 11: Melancholik s nízkým stupněm k labilitě a nízkým stupněm k introverzi



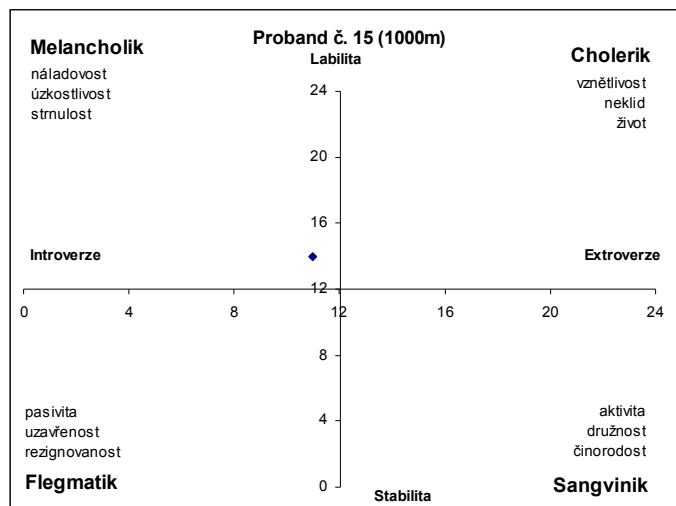
Graf č. 11: Proband č. 12: Cholerik se středním stupněm k labilitě a nízkým až středním stupněm k extroverzi



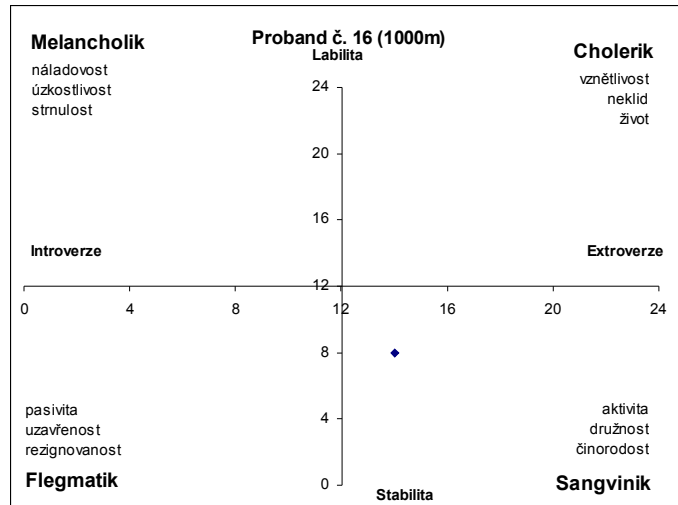
Graf č. 12: Proband č. 13: Sangvinik s nízkým stupněm ke stabilitě a nízkým stupněm k extroverzi



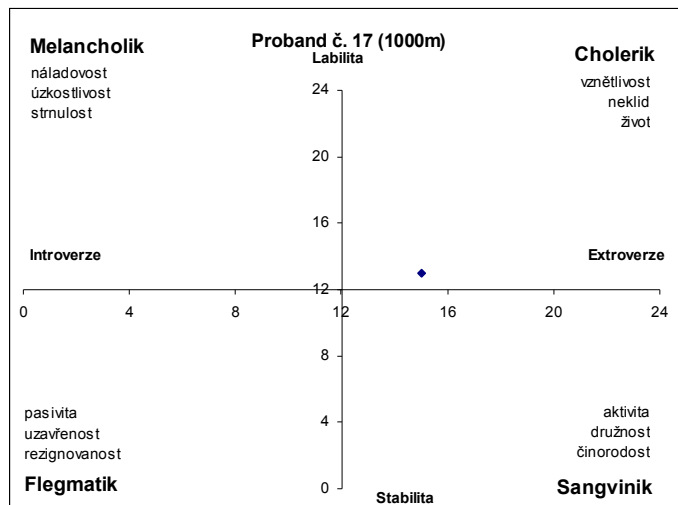
Graf č. 13: Proband č. 14: Sangvinik s nízkým stupněm ke stabilitě a nízkým stupněm k extroverzi



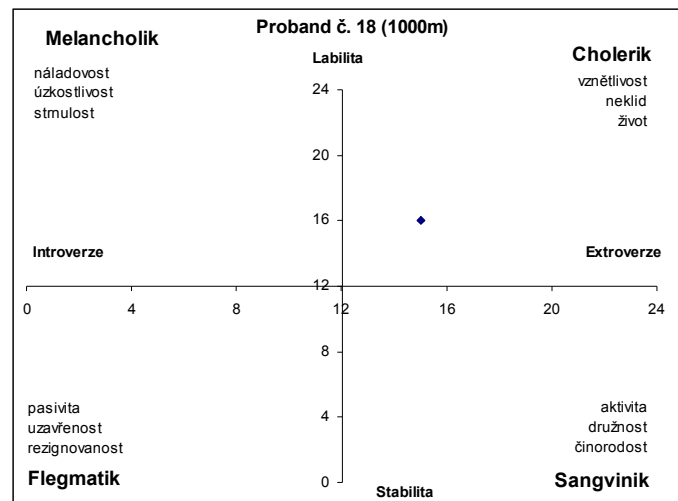
Graf č. 14: Proband č. 15 Melancholik s nízkým stupněm k labilitě a nízkým stupněm k introverzi



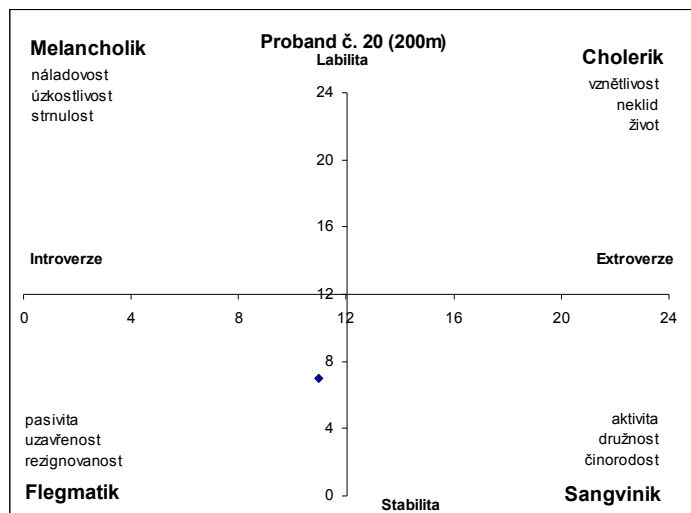
Graf č. 15: Proband č. 16: Sangvnik s nízkým až středním stupněm ke stabilitě a nízkým stupněm k extroverzi



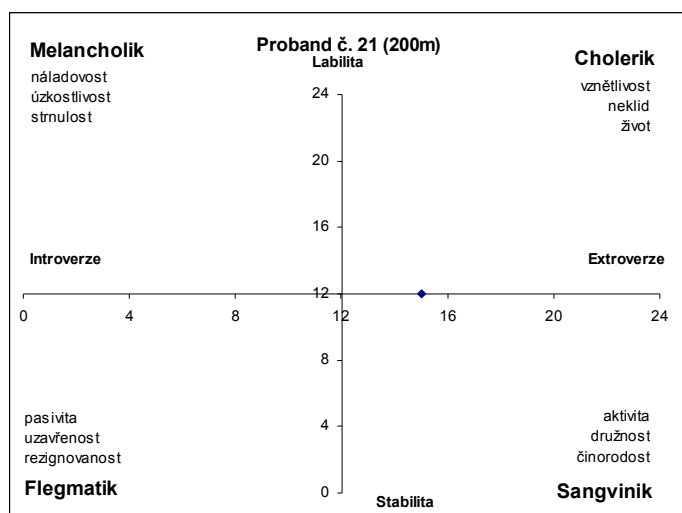
Graf č. 16: Proband č. 17: Cholerik s nízkým stupněm k labilitě a nízkým stupněm k extroverzi



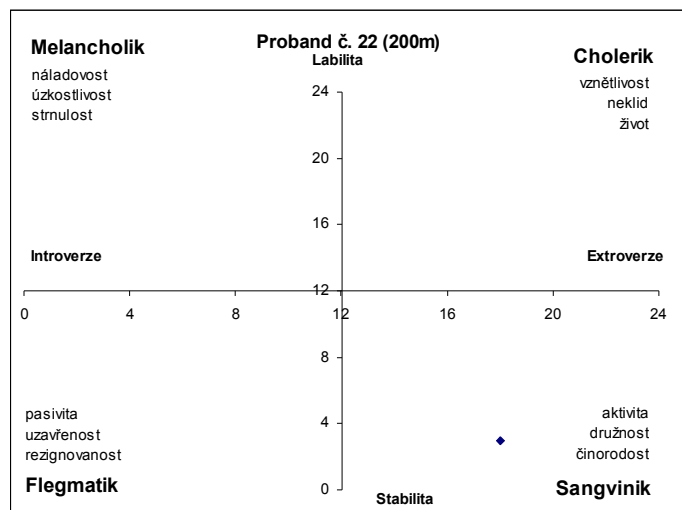
Graf č. 18: Proband č. 19: Cholerik s nízkým stupněm k labilitě a nízkým stupněm k extroverzi



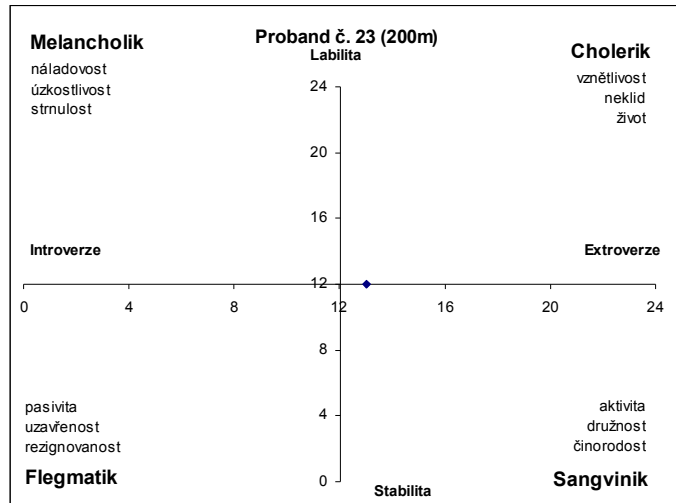
Graf č. 19: Proband č. 20: Flegmatik se středním stupněm ke stabilitě a nízkým stupněm k introverzi



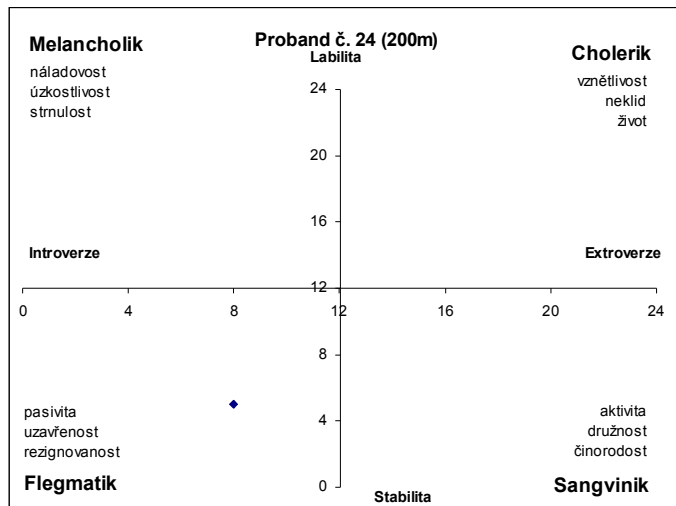
Graf č. 20: Proband č. 21: Nevyhraněný typ mezi sangvinikem a cholerikem s nízkým stupněm k extroverzi



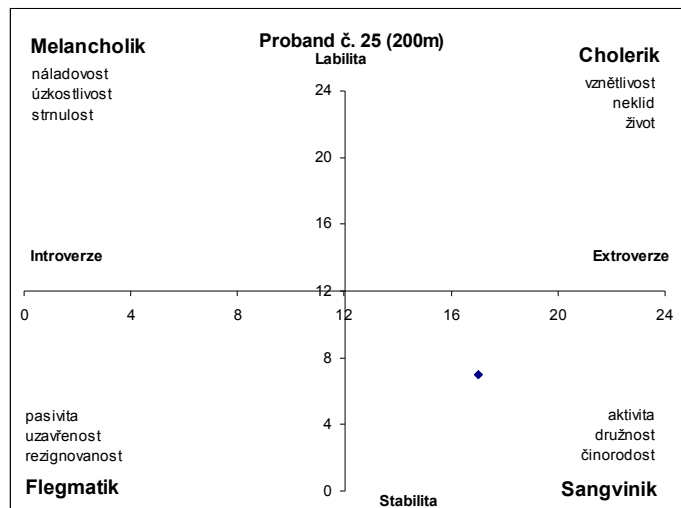
Graf č. 21: Proband č. 22: Sangvinik s vysokým stupněm ke stabilitě a středním stupněm k extroverzi



Graf č. 22: Proband č. 23: Nevyhraněný typ mezi sangvinikem a cholerikem a nízkým stupněm k extroverzi



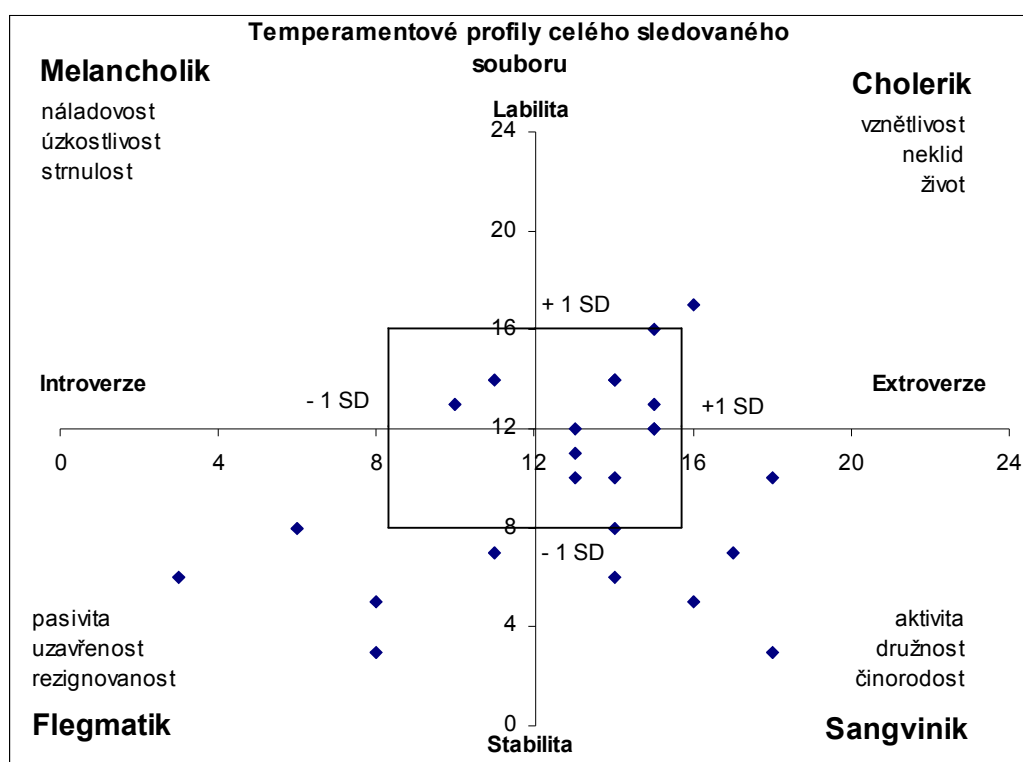
Graf č. 23: Proband č. 24: Flegmatik se středním stupněm ke stabilitě a nízkým až středním stupněm k introverzi



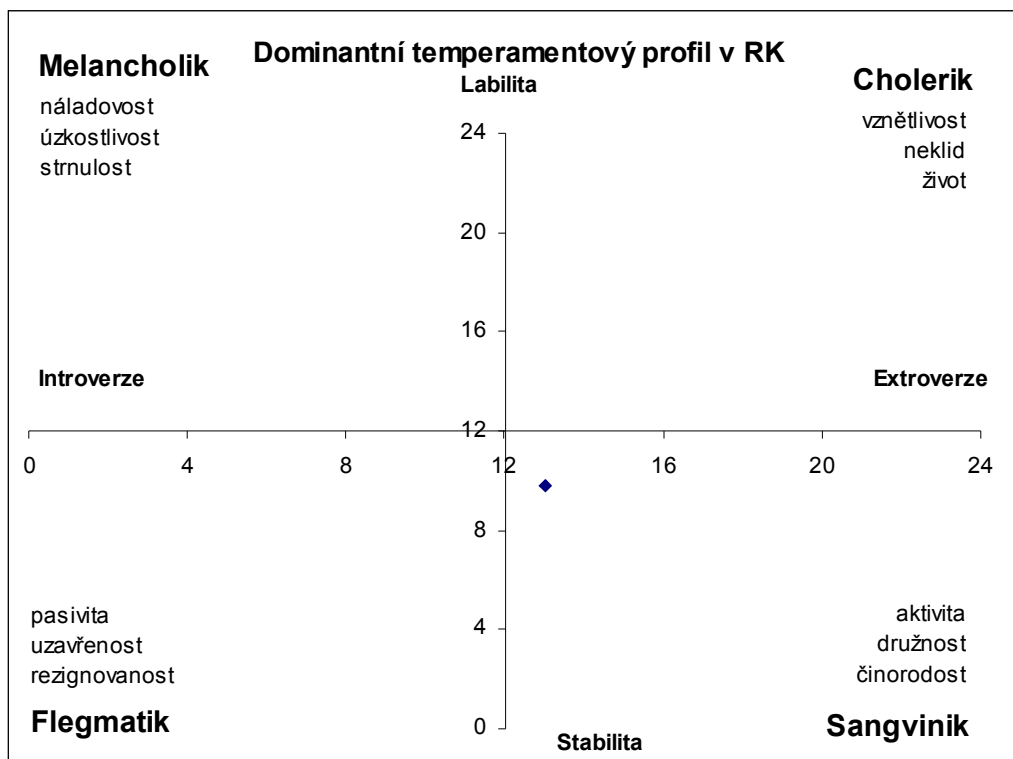
Graf č. 24: Proband č. 25: Sangvinik se středním stupněm ke stabilitě a středním stupněm k extroverzi

Všechny tyto výše uvedené údaje nám slouží k prosté specifikaci daného jedince z hlediska jeho temperamentu. Pro ověření první z hypotéz, tedy určení dominantního temperamentového profilu, jsme použili aritmetický průměr, tedy základní statistickou metodu.

Daný průměr mezi všemi dotazovanými se nachází v části sangvinik, ale zjištěná míra extroverze je mnohem nižší, než jsme predikovali a je téměř hraniční hodnotou mezi extroverzí a introverzí. V poměru labilita – stabilita je průměrný jedinec na hodnotě rovné nízkému stupni stability. Uvedené skutečnosti dokazují téměř absolutní temperamentovou nevyhraněnost v oblasti rychlostní kanoistiky.

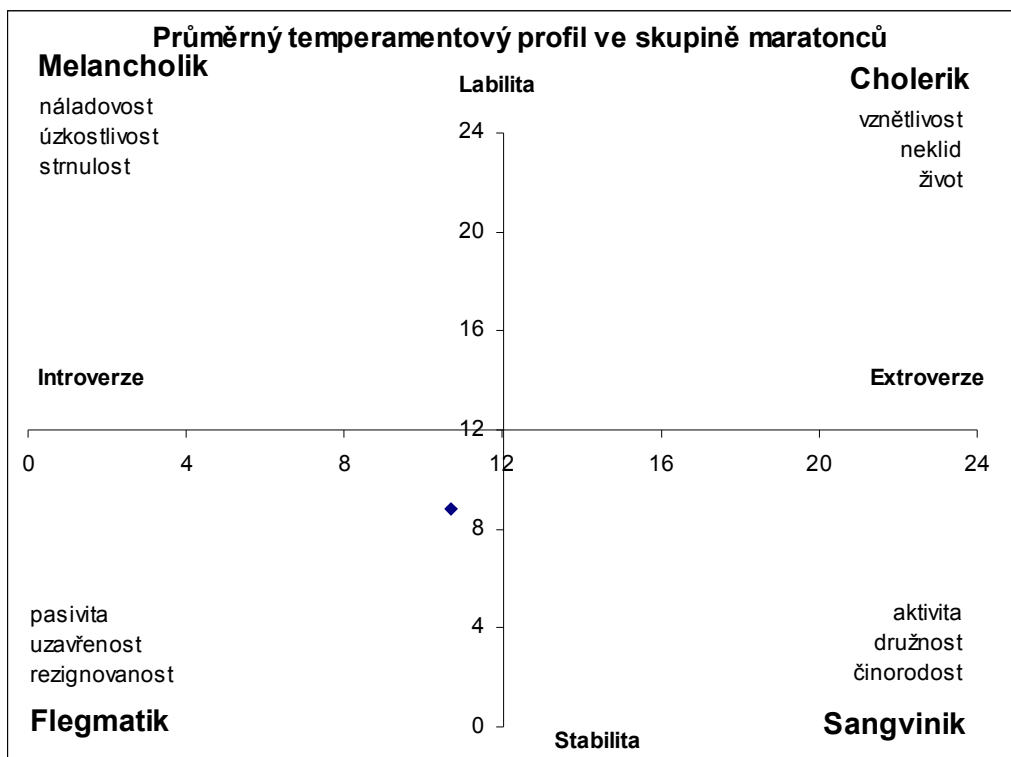


Graf č. 25 Celkový souhrn probandů, SD = směrodatná odchylka



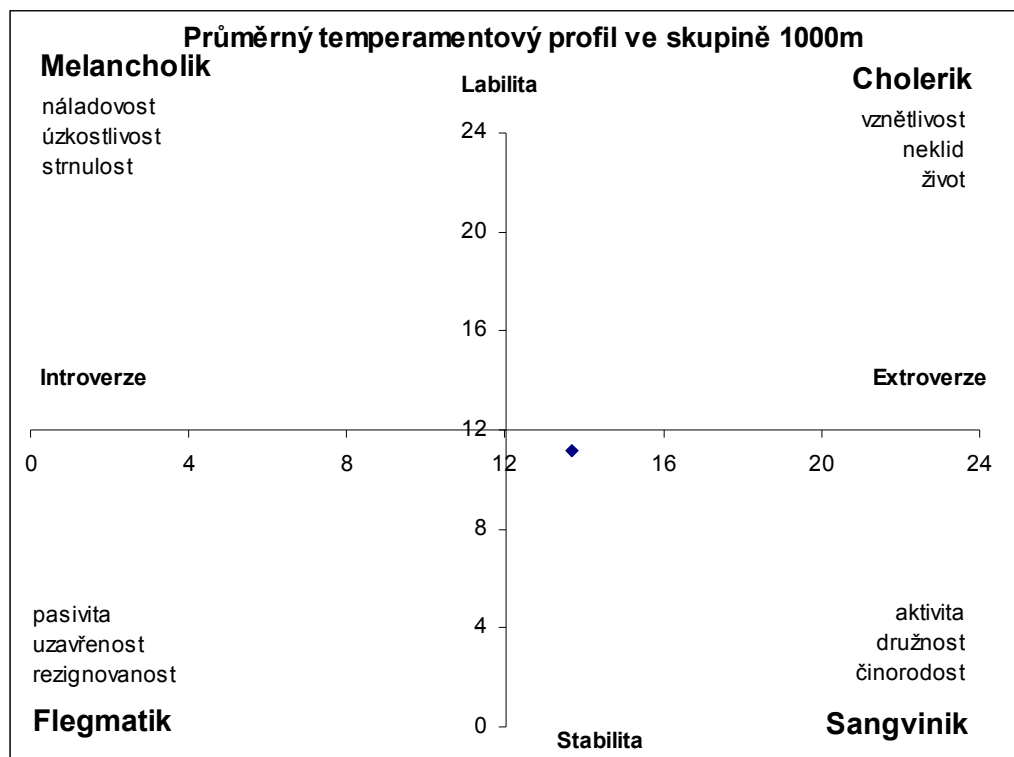
Graf č. 26 Zobrazení polohy ve které se nachází průměrné hodnoty dotazovaných jedinců

V druhé části naší práce jsme předpokládali určitou souvislost mezi temperamentovým profilem a upřednostňovanou závodní disciplínou. Následující grafy rozdělují dané jedince do skupin dle daných disciplín.



Průměrný maratónský závodník nachází v oblasti flegmatik s nízkým stupněm k introverzi a nízkým stupněm stability.

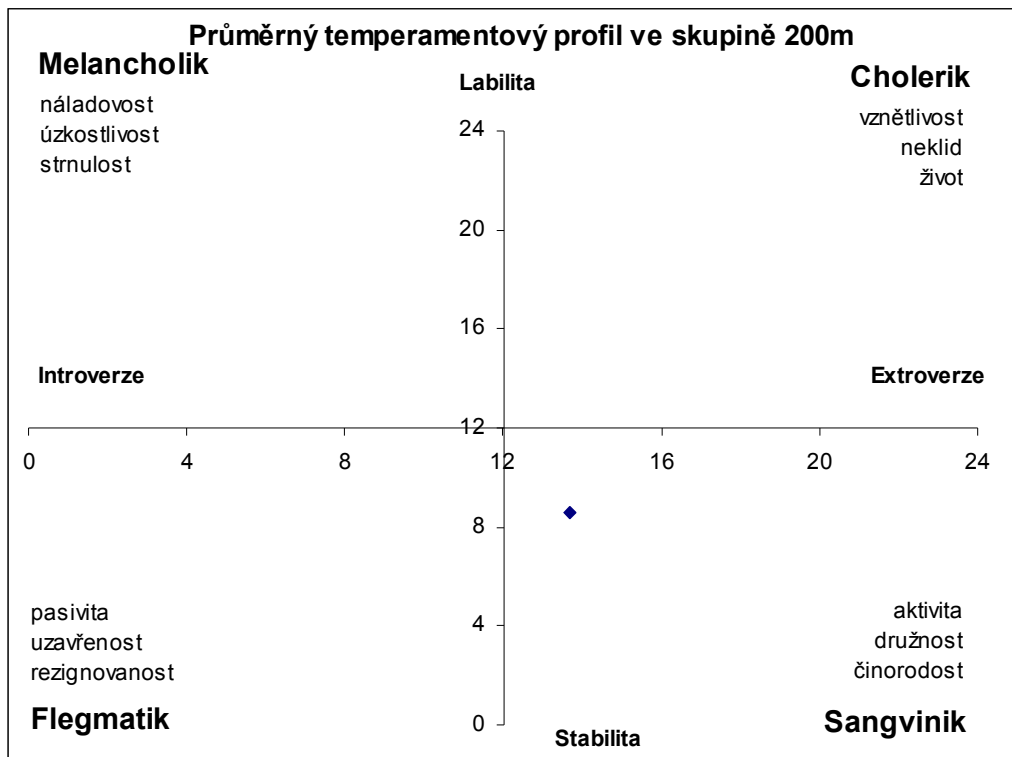
Následující graf č. 28 uvádí souhrnné výsledky ve skupině závodníků na 1000 metrů.



Graf č. 28: Zjištěné průměrné hodnoty ve skupině 1000 m

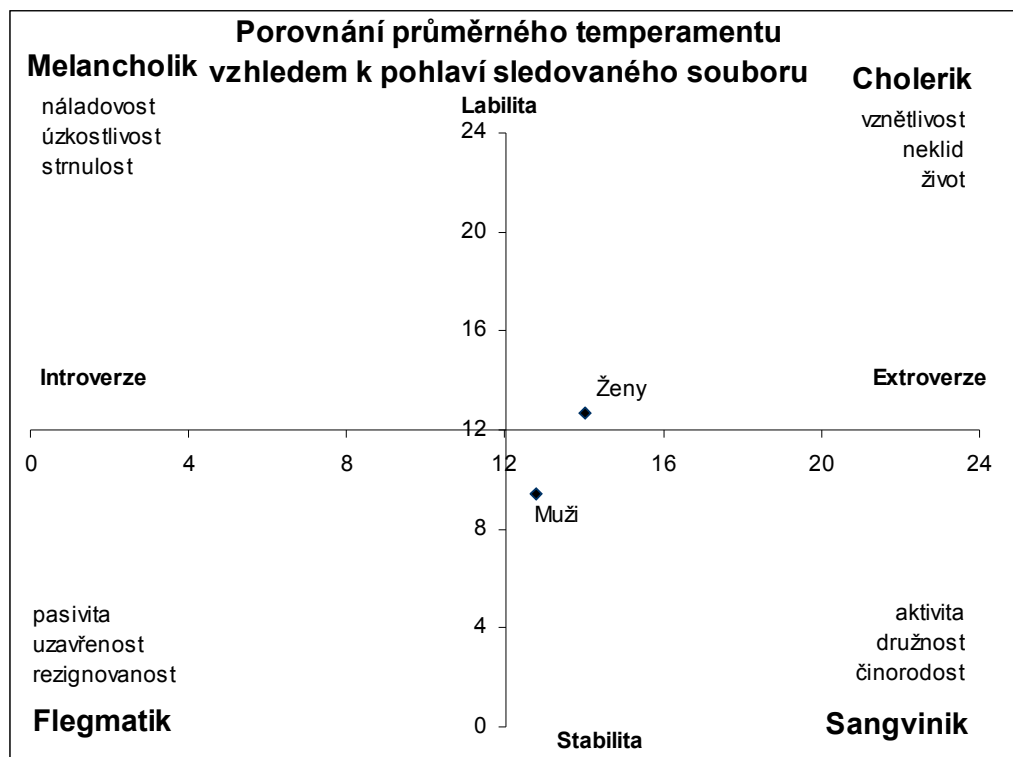
Ve skupině závodníků na 1000m jsme dosáhli podobných výsledků, kterých jsme dosáhli v celkovém souhrnu všech dotazovaných závodníků. Průměrný závodník v disciplíně 1000m je sangvinik s nízkým stupněm ke stabilitě a nízkým stupněm k extroverzi. Je tedy více extrovertní než závodník v maratónské distanci, ale míra lability-stability je na stejné úrovni.

Následující graf č. 29 obsahuje temperamentové hodnoty závodníků na 200 metrů.



Graf č. 29: Zjištěné průměrné hodnoty ve skupině 200m

Stejně jako na trati 1000m jsme zjistili, že výsledky se zásadním způsobem neodchylují od celkového průměru. Nepatrným rozdílem je jen větší míra extroverze a stability.



Graf č. 30 Porovnání temperamentových profilů vzhledem k pohlaví

Pro informaci zde uvádíme porovnání mezi mužskou a ženskou složkou sledovaného souboru. Museli bychom zajistit vyšší počet dotazovaných žen, aby se toto srovnání stalo relevantním a vypovídajícím.

9.0 DISKUZE

Výsledky, kterých jsme dosáhli, nepotvrdily pracovní hypotézu I a II, ale potvrdily pracovní hypotézu III. Hypotéza o dominantním temperamentovém typu předpokládala větší odchýlení k extrovertnímu extrému, než jak se prokázalo a v rovině stabilita – labilita převládala míra stability více oproti pracovní hypotéze. Z grafu č. 25 je evidentní, že v rychlostní kanoistice není nutná temperamentová vyhraněnost k jednotnému temperamentovému typu. Nicméně převážná většina účastníků tohoto výzkumu vykazovala nízkou neurocitu, tedy stabilní rys chování. Důvody převahy stability nad labilitou můžeme hledat v souvislostech k určité vytrvalosti, metodičnosti, houževnatosti, tedy vlastnostem, které sice nepředurčují k vrcholným výsledkům na největších soutěžích, ale jejich absencí se tyto aspirace razantně snižují. S přihlédnutím k výkonnosti testované skupiny (členové reprezentačního družstva seniorů) je pravděpodobně možné korelaci mezi neurocitou a těmito vlastnostmi, uvedenými výše, potvrdit.

Převahu extroverze nad introverzí můžeme sledovat u většiny sportovních odvětví na vyšší úrovni. Toto je pravděpodobně spojeno s pojmy jako je sebezprosažení či aspirace, které vrcholné výkony pravděpodobně podmiňují, nicméně u maratónských závodníků se nám potvrdila vyšší míra introverze nad extroverzí. Tento fakt nám tímto potvrdil pracovní hypotézu III, jenž předpokládala rozdílné hodnoty v maratónské skupině oproti celkovému průměru. Z těchto uvedených skutečností můžeme předpokládat, že introvertní typy jsou vhodnými aspiranty pro dlouhé závodní distance. V maratónském závodě je ideální podávat stabilní výkon velmi dlouhého trvání, který nevyžaduje rychlé vynaložení veškeré energie v krátkém okamžiku, jak je tomu například ve sprintu. Právě tento aspekt by mohl být důležitým faktorem v této vzájemné korelaci.

Jeden z dotazovaných probandů (č. 2) nesplnil kritérium v oblasti tzv. lži skóre a nemohl být zařazen do celkového souhrnu výsledků pro jeho nedostatečnou validitu. Zajímavostí je fakt, že proband, který překročil povolenou míru lži skóre (6 bodů) je v přímém rodinném spojení (dvojče) s probandem, jenž dosáhnul těsné hranice (6 bodů) v tomto hodnocení validity testu. Ostatní dotazovaní se pohybovali kolem 3 bodů.

Rychlostní kanoistika je sportem, ve kterém zatím nedochází k absolutní specializaci na jednotlivé tratě a disciplíny, jak je tomu například v atletice. Nicméně každý závodník má „svou“ distanci, ve které dosahuje lepších výsledků než v tratích ostatních a právě tímto kritériem jsme se řídili při rozdělování do jednotlivých skupin. Hypotéza II o rozdílnosti temperamentových vlastností u sprinterů se nepotvrdila. Do hypotéz zkoumající tyto závislosti byly záměrně zařazeny 2 disciplíny (sprint a maratón), jenž představují vzdálenostní

extrémy a u nichž se predikovala nejvyšší míra rozdílných výsledků. Z tohoto důvodu nebylo do pracovních hypotéz zařazeno srovnání závodníků specializujících se na 1000m. V této skupině, se stejně jako ve skupině sprinterů, výsledky zásadně nelišily od průměru.

V práci, která se zabývala temperamentovými rysy vodních slalomářů (Bílý, Süs, 2007) převládá flegmatik. Autoři této práce tento fakt odůvodnili jako schopnost odprostit se od vnějších podnětů a zaměřit své soustředění na výkon.

Ve srovnání s prací (Süss, Bílý, Soušková, 2007), která se snažila určit temperamentové profily u prvoligových hráček softbalu, kde se jako dominantní temperamentový profil prokázal stabilní extrovert, tak ženy v rychlostní kanoistice byly svým průměrem na nízkém stupni extroverze a nízkém stupni k labilitě, tedy v části s dominantní cholerickou složkou. Jak již bylo zmíněno výše nelze tyto výsledky považovat za stoprocentní z důvodu malého počtu probandů v ženské skupině.

Muži se v této části výzkumu nacházeli na nízkém stupni stability a nízkém stupni k extroverzi a tedy hlavním rysem byl sangvinik.

Polská práce (Wlazlo, 1995) zkoumající temperament u polských boxerů došla k zcela jinému závěru, než náš výzkum. Nutno podotknout, že se polský autor zaměřil na vztah mezi temperamentem a dosahovanými výsledky. Nejlepších výsledků dosahovali převážně flegmatici, nejhorších pak melancholici. Tyto rozdílnosti ve výsledcích polského výzkumu a naší práce lze hledat v odlišných nárocích v těchto sportovních odvětvích. Box je sportem, kde dochází k přímému fyzickému kontaktu se soupeřem, při kterém stoupá množství značně vypjatých situací. Právě v těchto chvílích je nutnou podmínkou určitá stresová odolnost a emocionální stabilita. Jak je uvedeno výše, pro maratonskou skupinu sledovaného souboru je také dominantním rysem flegmatik. Tato úzká souvislost nemusí být jen dílem náhody, ale může mít signifikantní základy. Maratónský závod obsahuje celou řadu specifíků v kombinaci s fyzicky náročným pohybem. To vyžaduje podobně klidný a stresově rezistentní přístup.

Naše výsledky potvrzuje i studie z *Journal of Sport Psychology* (Bekken, Mehrabian, 1987), která výzkumem prokázala vyšší míru spokojenosti a optimistického způsobu chování u sportujících osob. Vysokou mírou optimismu a bezstarostného chování vykazují právě sangvinici.

10.0 ZÁVĚR

Celkem se našeho výzkumu zúčastnilo 25 dotazovaných probandů (4 ženy, 21 mužů). V pracovní hypotéze I jsme předpokládali převahu sangviniků s vyššími sklony k extrovertnímu chování. Z našeho bádání vyšlo najevo, že námi sledovaný soubor spadá do skupiny, kde je dominantním temperamentovým typem sangvinik s nízkým stupněm stability a nízkým stupněm k extroverzi. Samozřejmě tyto hodnoty nemusí být podmínkou pro podávání špičkových výkonů v oblasti rychlostní kanoistiky. První hypotéza se tedy nepotvrdila.

Rozbor temperamentových vlastností v závislosti na dané specializaci prokázal signifikantní rozdílnost, mezi maratónci a sprintery. Ve sprinterské skupině jsme očekávali ,oproti průměru, větší míru extrovertního chování a sklon k větší labilitě. Ovšem skupina sprinterů dosahovala podobných výsledků, kterých jsme dosahovali v celkovém souhrnu všech dotazovaných. Druhá hypotéza také tedy nebyla potvrzena.

Předpokládali jsme, že specialisté na maratónské distance budou inklinovat k introvertní stránce chování a v rovině labilita-stabilita nebudou vykazovat značné rozdíly oproti průměru. Tato hypotéza se ukázala jako potvrzená. Dominantním temperamentovým typem ve skupině maratónců je flegmatik s nízkým stupněm introverze. V rovině stabilita-labilita byly rozdílnosti oproti průměru minimální. Z hypotéz II a III se potvrdila jen hypotéza o rozdílnosti temperamentových vlastností u maratónců, tedy hypotéza III.

Pravděpodobně tedy nelze použít temperamentové vlastnosti jako kritérium při výběru sportovních talentů, ale po zjištění těchto vlastností by bylo vhodné pracovat psychikou daného jedince. Právě psychologická příprava se v přístupu zásadně odlišuje u jedinců s rozdílnými rysy osobnostmi. Pokud hovoříme o přípravě z hlediska sportovní psychologie, nemusí se jednat jen o přímou a cílenou přípravu, jako jsou např. sezení se sportovním psychologem, ale může tím být ovlivněn i pedagogický a trenérský přístup během tréninkového procesu. Jsou tím tedy myšleny jemnější zásahy do podvědomého vnímání při sportovní činnosti.

Co se týče přesnosti a validity našeho výzkumu, bylo by vhodné měření zopakovat během závodní sezony a to z důvodu možných změn, které v tomto období mohou nastat. Bylo by vhodné porovnat získané hodnoty temperamentových vlastností s výsledky dotazníku výkonové motivace. Toto porovnání by nám určilo, zda má určitý temperamentový typ snahu o dosažení daného cíle vyšší nebo nižší, než osoba s rozdílnými temperamentovými rysy. O tuto část bude rozšířena diplomová práce, která bude volně navazovat na výše popsanou

bakalářskou práci a obsáhne i opakované měření temperamentových vlastností pro určení toho, zda dochází ke změnám v osobnosti během ročního období.

Závěrem je třeba podotknout fakt, že znalost výkonové motivace, temperamentu a dalších osobnostních rysů je nutností při tvorbě i aplikaci tréninkového procesu v jakémkoliv sportovním odvětví.

POUŽITÁ LITERATURA

1. ATKINSON, Rita a kol., *Psychologie, nakladatelství Portál 2003*, 752 s., ISBN 80-7178-640-3
2. BEKKEN, M., L., MEHRABIAN, A..Sport Participants and Their Temperament. *Journal Of Sport Psychology [seriál online]*. June 1987;9(2):89. Available from: SPORTDiscus with Full Text, Ipswich, MA. Accessed August 27, 2012
3. BLATNÝ, Marek a PLHÁKOVÁ, Alena. *Temperament, inteligence, sebepojetí: nové pohledy na tradiční témata psychologického výzkumu*. Vyd. 1. Tišnov: Sdružení SCAN, 2003, 150 p. ISBN 80-866-2005-0.
4. BLECHARZ, J.;SIENSKA, M., Temperament structure and ways of coping with stress among professional soccer and basketball players. *Biology of Sport*, 2007, roč. 24, č. 2, s. 143-156.
5. BÍLÝ, Milan a SÜSS, Vladimír. Temperamentové vlastnosti a výkonová motivace závodníků ve vodním slalomu *Studia Kinanthropologica*, 2007, roč. 8, č. 1,s. 23-28.
6. BÍLÝ, Milan, SÜSS, Vladimír a MATOŠKOVÁ, Petra. Personality characteristics and performance motivation of competitors – juniors in white water. *ACC Journal*, vol 17, 2/2011, pp. 9-17. ISSN 1803-9782
7. ČÁP, Jan. *Psychologie výchovy a vyučování*. 1. vyd. Praha: Univerzita Karlova, 1993, 415 p. ISBN 80-706-6534-3.
8. ČÁP, Jan a MAREŠ Jiří. *Psychologie pro učitele*. Vyd. 1. Praha: Portál, 2001, 655 s. ISBN 80-717-8463-X.
9. DOVALIL, Josef. *Výkon a trénink ve sportu*. 3. vyd. Praha: Olympia, 2009, 331 s. ISBN 978-807-3761-301.
10. EYSECK, Hans Jürgen. *Behaviour therapy and the neuroses: readings in modern methods of treatment derived Learning T*. Facsim. ed. Elkins Park (Pa.): Franklin, 1993. ISBN 978-008-0092-256.
11. MAREK OP, A.. *Psychologie: nakladatelství Matice cyrilometodějská s.r.o., Olomouc 2000*, 2. upravené vydání, 597 s., ISBN 80-7266-047-0
12. MIKŠÍK, Oldřich. *Psychologická charakteristika osobnosti*. 1. vyd. Praha: Karolinum, 2001, 257 s. ISBN 80-246-0240-7.
13. NAKONEČNÝ, Milan. *Psychologie téměř pro každého: readings in modern methods of treatment derived Learning T*. Vyd. 1. Praha: Academia, 2004, 318 s. ISBN 80-200-1198-6.

14. PETERSON, J.; LIIVAMAGI, J.; KOSKEL, S., Associations between temperament types and body build in 17-22-year old Estonian female students. *Papers on Anthropology*, 2006, roč. 15, s. 142-149.
15. ŘÍČAN, Pavel. *Psychologie osobnosti: [obor v pohybu]*. Vyd. 5., rozš., V Grada Publishing 1. Praha: Grada, 2007, 196 s. Psyché (Grada Publishing). ISBN 978-802-4711-744.
16. SLEPIČKA, Pavel, HOŠEK, Václav a HÁTLOVÁ, Běla. *Psychologie sportu*. Vyd. 2. Praha: Karolinum, 2009, 240 s. ISBN 978-80-246-1602-5.
17. SMĚKAL, Vladimír. *Pozvání do psychologie osobnosti, člověk v zrcadle vědomí a jednání*: nakladatelství Barrister and Principal, Brno 2002, 1. vydání, 516 s., ISBN 80-85947-80-3
18. SÜSS, Vladimír, BÍLÝ, Milan a SOUŠKOVÁ, Kateřina. Temperament characteristics of Czech softball players. *Acta Facultatis Educationis Physicae Universitatis Comenianae*, 2007, č.1
19. VÁGNEROVÁ, Marie. *Základy psychologie*. Vyd. 1. V Praze: Karolinum, 2004, 356 s. ISBN 80-246-0841-3.
20. *Wikipedie: Otevřená encyklopedie: Rychlostní kanoistika* [online]. c2012 [citováno 18. 08. 2012]. Dostupný z WWW: <http://cs.wikipedia.org/w/index.php?title=Rychlostn%C3%AD_kanoistika&oldid=8899425>
21. WLAZLO, E., Temperament and sport achievements of Polish boxers. *Biology of Sport* 1995: Vol. 12 Issue 4. p. 267 -274