

PhDr. Jaroslav Dvorský, Ph.D.
Univerzita Karlova, Fakulta tělesné výchovy a sportu, Praha
Katedra technických a úpolových sportů

Osobnost jedince a psychická odolnost v různých typech činnosti

Úvod

Koncept psychické odolnosti je jedním z možných způsobů, kterým se můžeme přiblížit k poznání rozmanitosti lidských reakcí na každodenní zátěž. Pro někoho všední problémy mohou být pro jiného důvodem k vyhledání neodkladné psychologické péče. Jak sami fungujeme ve výkonové situaci, kde jsou naše osobnostní limity a kdy psychicky selháváme, jsou časté otázky, které si klademe při déle trvajících zátěžích osobního i profesního života.

Téměř nikdo nepochybuje o nějakém vnitřním nastavení jedince, které umožňuje zátěž zvládat a být tak úspěšný. Nicméně shoda v názorech na podstatu psychické odolnosti se v odborných kruzích hledá velmi obtížně. Většinou se zde setkáme s názory na specifickou kombinaci různých psychických jevů, jejichž konkrétní „naskládání“ umožní jedinci přenést se přes přicházející útrapy a soustředit se na důležité věci.

Při hlubším vhledu zjistíme obrovskou směsici vlivů, podmínek a okolností za kterých naše osobní i profesní úkony probíhají. Obtížně, v souběhu různých událostí stanovujeme příčinu a následek. Velmi často nemáme hodnotící kritérium, které jednoznačně umožní stanovit úspěch anebo selhání.

Vděčným prostorem různorodých zátěží, kde psychická odolnost rozhoduje o úspěchu je oblast sportovních činností, poněvadž podmínky za kterých činnost probíhá, jsou definovány sportovními pravidly a ukazatelem úspěšnosti je konkrétní sportovní výkon. Pokusíme se uchopit psychickou odolnost jako strukturální přednastavení jedince „být úspěšný“. Pro nalezení interpretovatelných vztahů jsme se uchýlili do oblasti 5 sportů, které nám nabízí jednoznačné kritérium úspěšnosti jedince v předmětných činnostech. Každá z nich zatěžuje psychiku jedince výrazně odlišným způsobem. Základní vědecká otázka směřovala ke zjištění, jak velké budou odlišnosti ve strukturálních charakteristikách úspěšných jedinců různých sportovních činností, když jsou tréninkem dlouhodobě adaptováni na zvládání odlišných zátěží.

U činností vyplývajících z policejní profese, která neméně zatěžuje aktérovu psychickou odolnost, můžeme analogicky zaznamenat také systematickou přípravu. Spektrum zátěží, kterým je policista vystaven a kterým je žádoucí odolat bez projevu selhání je však široké a obtížně definovatelné. Nic méně se však domníváme, že tento směr uvažování může být využitelný i v policejní praxi i když zatím nejsme schopni zformulovat jednoznačné závěry.

Cíl článku

Cílem článku je definovat dispoziční podmínky psychické odolnosti vzhledem k efektivitě činnosti u osob, kteří dlouhodobě prokázali schopnost vyrovnávat se se specifickými nároky zátěží ve vybraných sportovních aktivitách.

Vlastní definice psychické odolnosti

Psychická odolnost je obecná individuální dispozice člověka zvládat psychickou zátěž. Formuje se v raných stádiích života a její velikost je ukazatelem vhodného životního prostředí (*bezpečí, citová saturace, fyziologická a biologická vhodnost*).

Psychická odolnost je kulturně determinovaná. Úzkou specializací a systematickým tréninkem se pouze zvyšuje citlivost některých, a snižuje citlivost jiných psychických regulačních nástrojů, kterými se spontánně připravujeme na zvládnutí psychické zátěže. V pozdějších stádiích ontogeneze je psychická odolnost ve vztahu se zdravotním stavem.

Kritériem psychické odolnosti je způsobnost účinného spontánního vyladování psychiky s cílem zvládnout vnější i vnitřní zátěž ve smyslu seberealizace jedince. (*zvíťžit v závodě, zvládnout jednání, překonat stress, zachovat zdraví*)

Psychická odolnost je ukazatelem přiměřeného vývoje všech dílčích psychických funkcí, které potřebujeme pro zvládnutí všech druhů zátěží, které před nás staví život.

Metodika

Psychické funkce považujeme z hlediska evoluce za nejdokonalejší a nejcitlivější regulační nástroj, který zabezpečuje specificky lidské způsoby přizpůsobování individua prostředí, ve kterém žije. Každý nástroj je zranitelnější úměrně své dokonalosti a díky své větší citlivosti, než nástroje tupější, vyžaduje jeho fungování zachování jemnějšího optima.

Jak funguje člověk, jaké jsou vztahy psychických jevů ke kvalitě psychických funkcí, k efektivitě činnosti a konkrétnímu výkonu jsou skupiny otázek, ke kterým hledáme doposud známá stanoviska různých autorů. Průřez je veden snahou o shrnutí poznatků tvořících teoretické pozadí psychické odolnosti. Psychickou odolnost chápeme jako teoretický konstrukt, který leží na průsečíku osobnosti, činnosti a zátěže.

Za obecné východisko považujeme teorie osobnosti a činnosti, které celkově ovlivňují činnost a svým významem do kontextu práce zapadají. Tento kontext vystihují pojmy:

ČLOVĚK - ČINNOST – VÝKON

Za poněkud provázanější teoretická východiska s koncepcí této práce považujeme ty práce, které směřují k efektivitě činnosti. Jsou to teorie stresu, úzkostnosti, aktivace a konečně i vlastní teorie psychické odolnosti. Tento kontext vystihují pojmy:

VÝKONOVĚ MOTIVOVANÝ ČLOVĚK - LIMITNÍ ČINNOST - MAXIMÁLNÍ VÝKON

Psychické vlastnosti - historie

Sloučením dřívějších přístupů Junga, Pavlova a Kretschmera a popisným vztažením k Hypokratovým typům osobnosti přišel H. J. Eysenck (1965) s psychometricky zaměřenou koncepcí temperamentu, která vychází ze tří osobnostních dimenzí: extraverze, neuroticismus, psychoticismus. Uvedené temperamentové vlastnosti jsou na sobě nezávislé a tento přístup k osobnosti je u nás nejrozšířenější.

Dalším psychometricky založeným přístupem je Cattellovo pojetí osobnosti, které vychází z faktorově-analytického modelu osobnosti. Přišel k nám z USA a v roce 1965 byly provedeny psychometrické ověřovací studie, zaměřené na transkulturální rozdíly americké a české populace. Cattellův šestnácti faktorový dotazník detailněji charakterizuje osobnost a stal se klasickým psychometrickým nástrojem (Cattell, 1957, 1964).

Psychické vlastnosti – současné pojetí

Jednou z posledních zaznamenaných metod k popisu osobnosti je přístup označovaný názvem „Big Five“, který se objevil v US Air Force (E. C. Tupes, R. Christal, 1961). L. R. Goldberg (1981) uvedl tento přístup mezi psychology na americkém kontinentu a osobnost charakterizuje faktory: extraverze, přívětivost, neuroticismus, svědomitost a otevřenost vůči novým zkušenostem. Pro české kulturní prostředí byl tento nástroj přizpůsoben na konci 90 let minulého tisíciletí. (Hřebíčková, 2011).

Teorie osobnosti jsou rozsáhlé a přístupy jednotlivých autorů rozmanité. Jako východisko k propojení osobnosti člověka s psychickou odolností považujeme Mikšíkovo pojetí.

Ten uvádí, že k charakteristice základních psychických vlastností člověka ve smyslu jeho "letory" (přirozené povahy), lze považovat vlastnosti, které určují či charakterizují způsoby jednání a chování ve vztahu k jeho okolí. Jedná se kvalitativní osobnostní charakteristiky, které jsou nejvýrazněji určovány bazálními vrozenými potencemi člověka (Mikšík, 2007). Jde o integrální soubor vrozených a osvojených přednastaveností psychiky člověka k určité, subjektivně příznačné psychodynamické odezvě na aktualizované, situační komplexy. Jedná se o subjektivně specifický způsob, proces a styl vyrovnávání se s dynamickými změnami vnějšího a vnitřního prostředí (Mikšík, 2007).

Ve sportovní psychologii byly psychické vlastnosti ve vztahu ke specifické sportovní činnosti zkoumány československými psychology Vaňkem, Hoškem, Svobodou (1974).

Jedním z posledních autorů zabývajících se psychickou odolností je Dutton (2013), který tvrdí že druhou stranou mince problematiky psychické odolnosti se jeví limitní možnosti lidské psychiky. Zejména pak zdůrazňuje, že úzká, až nezřetelná hranice lidského selhání se nachází v kontinuu tupost, rigidita a úspěšnost lidské výjimečnosti, až psychopatie (Dutton, 2013). S tímto přístupem souhlasíme a v souladu s autorem hledáme zdroje psychické odolnosti v psychických dispozicích jedince.

Definice psychických vlastností

Psychické vlastnosti jsou relativně stabilní strukturní a popisné prvky osobnosti jedince, které vystihují individuum ve své jedinečnosti a které vymezují jeho potenciální vnější i vnitřní reakce na styk s vnějším prostředím. Psychické dispozice se mění vývojem, výchovou a zráním jedince a mají svůj vrozený základ.

Kulturně-historické konsekvence psychických vlastností

Z hlediska existence jedince není možné chápat psychické vlastnosti izolovaně. Vzájemné vazby psychických vlastností, potřeb a činností spočívají v následujícím: objektivní nutnost zachování specifických kombinací psychických vlastností jako konkrétních projevů individuality člověka je spojena s existencí a uspokojením potřeb, přičemž uspokojení těchto potřeb je vždy zprostředkováno činností.

Na druhé straně každá konkrétní činnost klade určité nároky na psychické vlastnosti člověka, což je zvláště charakteristické pro sport (Hošek, 2003). Na této úrovni hierarchie psychických jevů jsou vazby amorfní, difusní, nejednoznačné, zprostředkované a jednotlivé prvky schématu tvoří potenciál, který může, ale nemusí být aktualizován v konkrétní situaci.

Psychologické pojetí zátěže

V návaznosti na výše uvedené teorie osobnosti a činnosti se pokusíme přistoupit k člověku v situaci vystupňovaných nároků - v situaci zátěže. Člověk v takových podmínkách reaguje mobilizací svých energetických a funkčních zdrojů. Cílem těchto změn je přizpůsobení se změněným podmínkám. Jedinec v zátěžové situaci selhává, jsou-li požadavky nad jeho možnosti. Touto problematikou se zabýval Mikšík (1999) a vyvinul několik testovacích postupů, které shrnul v ucelenou teorii osobnosti. Při práci i mimo pracovní proces se dostává člověk do situací, které pro něj znamenají nové nároky ve smyslu kvantitativním i kvalitativním. V určitém rozmezí dochází k vyrovnávání se s novými požadavky. Člověk je tak nucen vytvářet si nové adaptativní vzorce interakce s okolním prostředím na základě adekvátních regulačních mechanismů. Od jistého momentu však může dojít k překročení kritického bodu mezi nároky situace a možnostmi, či potenciálem, který má daný člověk k dispozici. Pak dochází k vyrovnání jen za cenu mimořádného vypětí. V opačném případě dochází k selhání. Jde-li o nárok trvalý a jedinec ho nemůže přiměřeně plnit, může dojít k narušení integrity osobnosti a z ní vyplývajících dalších poruch. Při výzkumu zátěží bere autor v úvahu možnosti prevence jak ve směru úpravy zátěžové situace, tak ve směru zvyšování odolnosti člověka.

Zátěžové situace dělí autor podle typologického schématu na:

- nepřiměřené úkoly vzhledem k možnostem člověka
- problémové situace, při jejichž řešení nelze použít osvědčených postupů a zkušeností
- překážky, či situace frustrace,
- konfliktní situace - vyrovnávání se s protikladnými tendencemi
- obtížné rozhodování, kdy k cíli vede řada způsobů a jde o nalezení optimální varianty
- stresové situace, kdy stálé vyrovnávání se s vlivy vnějších činitelů naruší vnitřní psychickou rovnováhu a zaměřenost k činnosti.

Výkon

Chápání pojmu výkon psychologickým způsobem vede většinou k jeho spojení s intelektem jedince v nějaké výkonové situaci. Výkon má dimenzi fyzickou a psychickou, které jsou na sobě závislé. Jedna z nich může být dominantní (výkon kopáče a výkon matematika). Obě tyto dimenze jsou propojeny senzomotorickými výkony (Nakonečný, 1996). Zjednodušeně řečeno, výkon (V) je funkcí motivace (M) a příslušných schopností (Z). Od výkonu je potřeba odlišovat výkonnost, kterou autor chápe jako vnitřní komplex psychofyzických dispozic, jimž nemusí vždy odpovídat skutečný výkon v nepříznivých vnitřních i vnějších podmínkách. Vztah výkonu a motivace vyjadřuje tzv. Yerkesův - Dodsonův zákon (1908), který obecně říká, že nejvyšších výkonů dosahujeme při střední úrovni motivace, resp. aktivace. Dále se v literatuře objevuje výkon v souvislosti s pojmy pohotovost k výkonu, úroveň aspirace a především výkonová motivace. McClelland, et al. (1987) třídí na základě poznatků z výzkumů lidí, kteří jsou motivováni úspěchem a lidí, kteří jsou motivováni neúspěchem. První si kladou realistické cíle a druzí nerealistické. Výkon je sebezpečňující činitel a úspěch je odměnou. Po úspěchu touží všichni, ale různý je strach z neúspěchu. Poměrem těchto tendencí je dána síla motivu výkonu (Heckhausen, 1984). Zajímavé jsou v této souvislosti i výzkumy aspirace, zjišťování příčin neúspěchu a atribuce, které podmiňují emoční zabarvení jedince v podmínkách výkonové situace, jak uvádí Griffith a Dunham (2013).

Výše uvedeným přehledem psychologických teorií činnosti a osobnosti jsme se pokusili vymezit psychické jevy a kategorie spoluvytvářející podmínky za jakých činnost probíhá. Charakteristická je relativní stálost těchto jevů čase a nejednoznačně vysvětlitelný vztah k výsledkům lidské aktivity. Na tomto základě byl proveden výběr metodiky, který nejlépe vyhovoval stanoveným cílům.

Použité metody

Neexistuje přímý ukazatel psychické odolnosti. Proměnlivost subtilních hodnot zúčastněných psychických jevů v procesu realizace maximálního sportovního výkonu vyžaduje specificky neinvazivní přístup k získávání zprostředkovaných relevantních údajů.

Sledování je zaměřeno na zjištění dispozičních podmínek psychické odolnosti. Psychické dispozice (*vlastnosti*) jako relativně stálá psychologická charakteristika je vztahována k ukazatelům dlouhodobé výkonnosti. Ukazatelé efektivity činnosti jako situačně proměnlivá psychologická charakteristika je vztažena ke konkrétnímu sportovnímu výkonu. Oba tyto ukazatele (*dlouhodobá výkonnost a sportovní výkon*) považujeme za údaje korespondující s úrovní psychické odolnosti.

Kvantitativní metody pro zjišťování strukturálních (osobnostních) dat

- Eysenckův osobnostní dotazník EOD-A (Eysenck, 1964)
- Cattellův šestnácti faktorový dotazník 16-PF (Cattell, 1964)

Kvalitativní metody pro zjišťování strukturálních (osobnostních) dat – (*etnografické šetření*)

- pozorovací techniky,
- rozhovor,
- profesiografická analýza činnosti.

Soubor pokusných osob

Pro potřeby tohoto sdělení byly vybrány významné osobnosti sportovního světa ve vybraných sportovních odvětvích. Svou psychickou odolnost mnohokrát předvedli na nejvýznamnějších sportovních soutěžích včetně mistrovství světa a olympijských her. Právě u těchto osob nepochybujeme o mimořádné úrovni psychické odolnosti v předmětné činnosti. Jedinečným způsobem se můžeme soustředit na důležité momenty pro pochopení vztahu psychické odolnosti ve vybrané sportovní činnosti, které jsou signifikantní pro zachování individuálně maximální úrovně efektivity činnosti. Jedná se o 25 pokusných osob, mužského pohlaví, ve věku 25–35 let. Sledovanými činnostmi byla sportovní střelba, motorismus, akrobatické létání, parašutismus a silový trojboj.

Organizace šetření

Zjišťování strukturálních dat spočívalo ve vyplňování dotazníků, které se odehrávalo 2x ročně. Probíhalo v nerušeném soukromí (na pokoji) bez časového omezení. S výsledky byli probandi seznámeni individuálně a důraz byl kladen na hledání souladu výsledků dotazníkového šetření se subjektivním vnímáním sebe samotného v procesu sportovní činnosti.

Souběžně s dotazníkovým šetřením byly provedeny řízené rozhovory s cílem zjistit vztah sportovce ke sportovní činnosti, jeho osobní i sportovní plány, sportovní ambice a tréninkové, či osobní obtíže, se kterými se v současné době potýká.

Výsledky

Dispoziční podmínka psychické odolnosti u sledovaných činností

Stanovením nároků činnosti na psychiku jedince a analýzou struktury osobnosti nejúspěšnějších sportovců příslušné disciplíny jsme zjistili psychické vlastnosti, které lépe umožňují realizaci sportovního výkonu. Na příkladu činnosti střelců, parašutistů, silových trojbojařů, leteckých akrobatů a reprezentantů v motoristických soutěžích nejvyšší výkonnosti bylo prokázáno, že jejich psychická odolnost je podporována touto kombinací psychických vlastností:

- **střelba** - rezervovanost, uzavřenost, rigidita, vytrvalost, rozvaha, klid, emoční stabilita,
- **parašutismus** - pohyblivost, společenskost, živost, otevřenost, stabilita, přístupnost,
- **silový trojboj** - aktivita, impulsivnost, výbušnost, otevřenost, rychlost,
- **motorismus** - vytrvalost, otevřenost, cílevědomost, živost, dobrodružná povaha,
- **akrobatické létání** – společenskost, empatie, otevřenost, umělecké sklony.

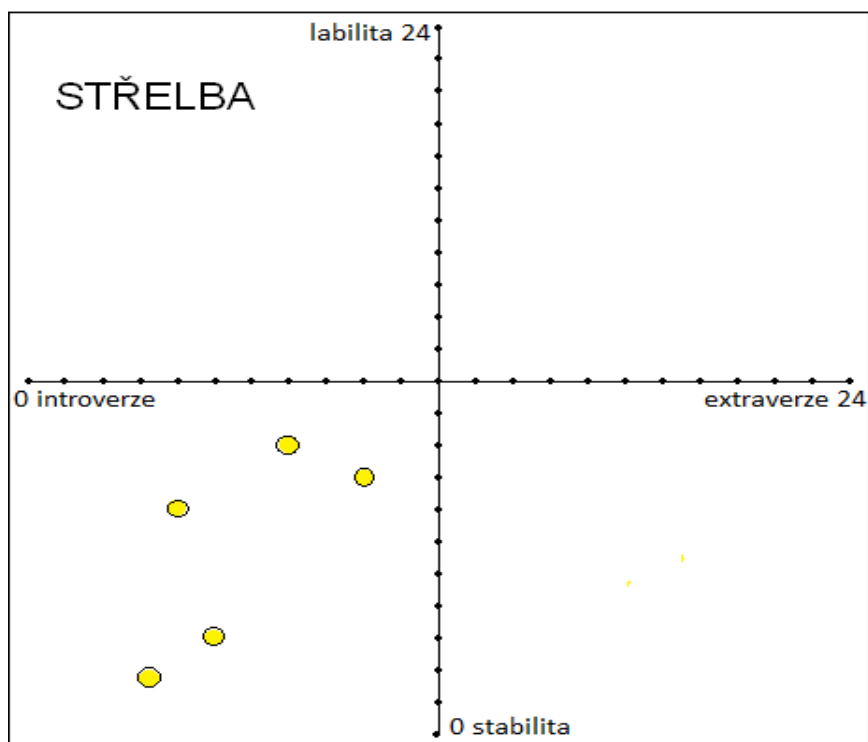
Příslušná kombinace psychických vlastností dovoluje svému majiteli plně využít osobních dispozic ke spontánní seberealizaci ve zvolené činnosti. Tímto je vytvořen základ pro lepší zvládnutí tréninkové a soutěžní zátěže a udržení dlouhodobě vyšší a stabilní výkonnosti. U neodolných sportovců byly u relevantních faktorů zjištěny nižší, anebo naopak vyšší hodnoty. Tuto skutečnost považujeme za ukazatel celkově nižší psychické odolnosti, které svým nositelům umožňovali dosahovat lepších výsledků pouze v situacích méně vypjatých.

Obecná dispoziční podmínka psychické odolnosti

Pro všechny sledované sportovní disciplíny jsou dominantním osobnostním faktorem C a F, což bude, pravděpodobně, profilující podmínkou úspěšnosti a psychické odolnosti pro celou skupinu sportovních činností.

Tab. č. 1 Psychické dispozice - Sportovní střelba

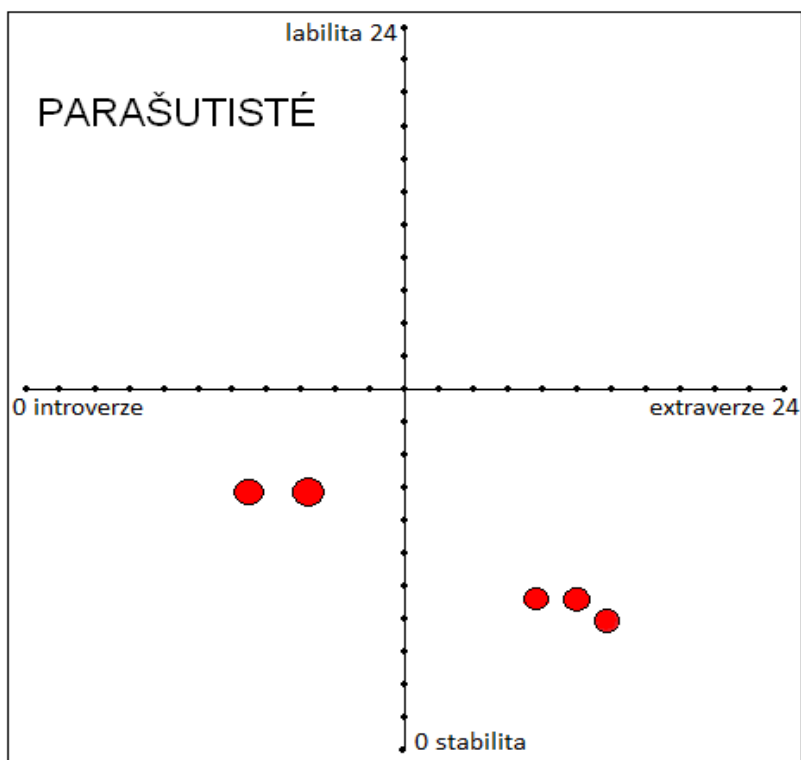
| 16-PF (Cattell) | | | | | | | Interpretace faktorů 2. řádu | | |
|-----------------|-------|-------|-------|-------|-------|-----|------------------------------|----------------|-------|
| | po. 1 | po. 2 | po. 3 | po. 4 | po. 5 | x | | | |
| A | 4 | 5 | 3 | 6 | 2 | 4 | A- | | |
| B | 9 | 8 | 5 | 7 | 10 | 7,8 | B+ | | |
| C | 9 | 10 | 10 | 8 | 8 | 9 | | | |
| E | 6 | 4 | 3 | 7 | 8 | 5,6 | | | |
| F | 6 | 4 | 7 | 8 | 6 | 6,2 | | | |
| G | 4 | 6 | 7 | 3 | 2 | 4,4 | | | |
| H | 4 | 3 | 5 | 1 | 2 | 3 | H- | | |
| I | 3 | 4 | 2 | 5 | 6 | 4 | I- | | |
| L | 4 | 6 | 8 | 2 | 5 | 5 | L- | | |
| M | 6 | 7 | 4 | 7 | 8 | 6,4 | | | |
| N | 7 | 2 | 3 | 5 | 7 | 4,8 | | | |
| O | 7 | 4 | 2 | 3 | 2 | 3,6 | | | |
| Q1 | 3 | 7 | 2 | 3 | 6 | 4,2 | | | |
| Q2 | 8 | 7 | 6 | 9 | 8 | 7,6 | | | |
| Q3 | 7 | 5 | 8 | 9 | 6 | 7 | | rezervovanost | A-,H- |
| Q4 | 5 | 3 | 4 | 4 | 2 | 3,6 | | uzavřenost | L- |
| EOD-A (Eysenck) | | | | | | | | vytrvalost | C+ |
| Ext | 8 | 5 | 6 | 10 | 4 | 6,6 | Ext+ | rozhaha | B+,I- |
| Ne | 10 | 8 | 4 | 9 | 2 | 6,6 | Ne- | klid | N- |
| L | 5 | 2 | 4 | 2 | 3 | 3,2 | | Emoč.stabilita | Ne- |



Obr. č. 1 Grafické zobrazení EOD-A (úspěšní střelci)

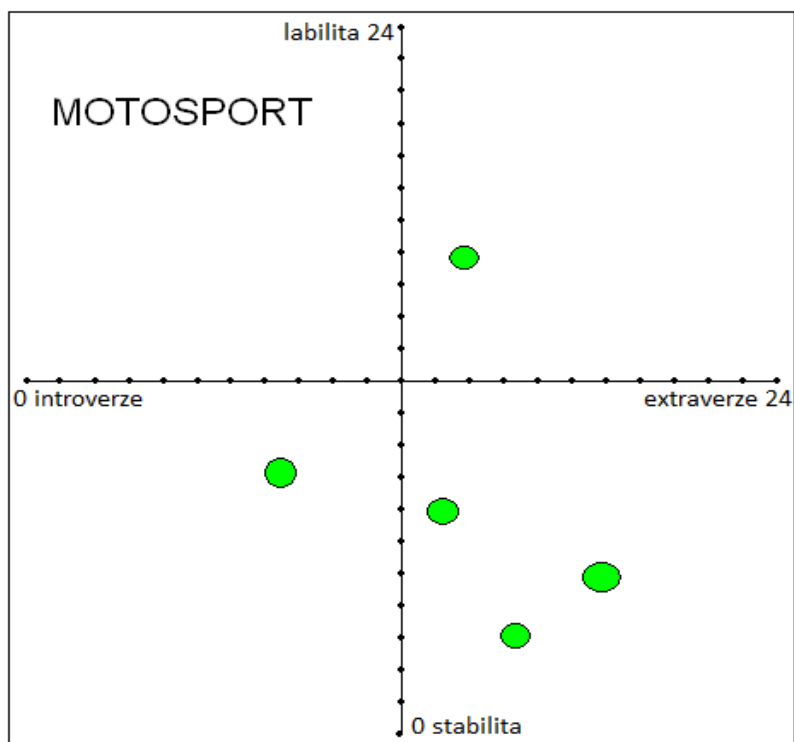
Tab. č. 2 Psychické dispozice - Parašutismus

| 16-PF (Cattell) | po. 6 | po. 7 | po. 8 | po. 9 | po. 10 | x | Interpretace faktorů 2. řádu | | |
|-----------------|-------|-------|-------|-------|--------|------|------------------------------|-----------------------|---------------|
| A | 7 | 8 | 5 | 7 | 5 | 6,4 | A+ | | |
| B | 8 | 4 | 9 | 7 | 8 | 7,2 | | | |
| C | 8 | 6 | 8 | 7 | 8 | 7,4 | | | |
| E | 6 | 5 | 7 | 5 | 6 | 5,8 | | | |
| F | 9 | 10 | 10 | 7 | 6 | 8,4 | F+ | | |
| G | 3 | 7 | 2 | 5 | 5 | 4,4 | | | |
| H | 8 | 9 | 5 | 7 | 7 | 7,2 | H+ | | |
| I | 6 | 7 | 5 | 8 | 5 | 6,2 | | | |
| L | 5 | 6 | 7 | 6 | 3 | 5,4 | | | |
| M | 7 | 8 | 6 | 7 | 5 | 6,6 | | | |
| N | 2 | 3 | 4 | 3 | 8 | 4 | N- | | |
| O | 2 | 3 | 5 | 5 | 4 | 3,8 | O- | | |
| Q1 | 7 | 3 | 5 | 5 | 5 | 5 | | | |
| Q2 | 3 | 5 | 6 | 3 | 6 | 4,6 | Q2- | | |
| Q3 | 8 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5,4 | | pohyblivost | Ext+,A+,H+,F+ |
| Q4 | 3 | 4 | 6 | 6 | 2 | 4,2 | | společenská živost | A+,L-,Q2-,N- |
| EOD-A(Eysenck) | | | | | | | | | F+, H+,N- |
| Ext | 17 | 16 | 15 | 9 | 7 | 12,8 | Ext+ | otevřenost | Ext,A+F+ |
| Ne | 5 | 6 | 6 | 9 | 9 | 7 | Ne- | stabilita | N-,Ne- |
| L | 5 | 5 | 3 | 5 | 3 | 4,2 | | přístupnost | N-,O- |



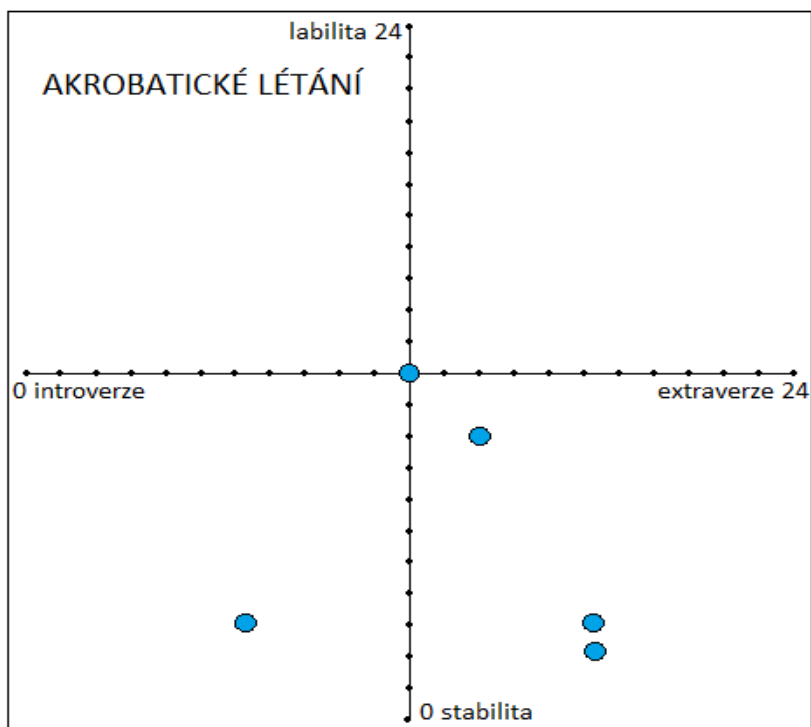
Obr. č. 2. Grafické zobrazení EOD-A (úspěšní parašutisté)

| Tab. č. 3 Psychické dispozice - Motoristický sport | | | | | | | Interpretace faktorů 2. řádu | |
|--|-------|--------|-------|--------|--------|------|------------------------------|-----------------------|
| 16-PF (Cattell) | po.11 | po. 12 | po.13 | po. 14 | po. 15 | x | | |
| A | 8 | 5 | 6 | 4 | 5 | 5,6 | | |
| B | 6 | 9 | 8 | 8 | 9 | 8 | B+ | |
| C | 8 | 3 | 7 | 7 | 8 | 6,6 | C+ | |
| E | 7 | 7 | 7 | 7 | 7 | 7 | | |
| F | 10 | 10 | 9 | 4 | 9 | 8,4 | F+ | |
| G | 3 | 4 | 5 | 2 | 5 | 3,8 | | |
| H | 9 | 6 | 10 | 4 | 9 | 7,6 | H+ | |
| I | 6 | 6 | 4 | 2 | 7 | 5 | | |
| L | 6 | 10 | 9 | 7 | 8 | 8 | | |
| M | 7 | 4 | 2 | 1 | 6 | 4 | | |
| N | 5 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3,8 | | |
| O | 5 | 9 | 6 | 8 | 5 | 6,6 | | |
| Q1 | 7 | 3 | 5 | 7 | 5 | 5,4 | | |
| Q2 | 4 | 7 | 5 | 9 | 6 | 6,2 | | |
| Q3 | 3 | 3 | 5 | 1 | 4 | 3,2 | | |
| Q4 | 5 | 6 | 7 | 6 | 7 | 6,2 | | |
| EOD-A (Eysenck) | | | | | | | | |
| Ext | 15 | 14 | 13 | 8 | 17 | 13,4 | Ext+ | vytrvalost Ne-,C+ |
| Ne | 4 | 16 | 8 | 9 | 6 | 8,6 | Ne- | otevřenost Ext+ |
| L | 3 | 2 | 4 | 4 | 3 | 3,2 | | cílevědomost B+,H+ |
| | | | | | | | | živost F+,H+ |
| | | | | | | | | dobrodružná povaha H+ |



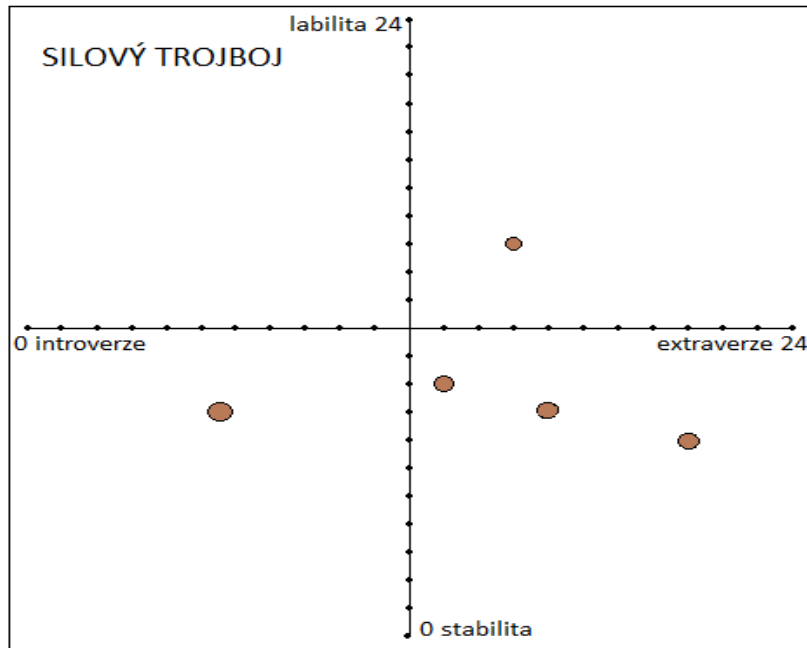
Obr. č. 3. Grafické zobrazení EOD-A (úspěšní motoristé)

| Tab. č. 4 Psychické dispozice - Akrobatické létání | | | | | | | | | |
|--|-------|-------|-------|--------|--------|------|------------------------------|-----------------|---------|
| 16-PF (Cattell) | | | | | | | Interpretace faktorů 2. řádu | | |
| | po.16 | po.17 | po.18 | po. 19 | po. 20 | x | | | |
| A | 6 | 4 | 5 | 7 | 5 | 5,4 | | | |
| B | 10 | 10 | 9 | 8 | 8 | 9 | | | |
| C | 9 | 5 | 6 | 6 | 9 | 7 | | | |
| E | 9 | 7 | 8 | 7 | 5 | 7,2 | | | |
| F | 5 | 7 | 8 | 9 | 2 | 6,2 | F+ | | |
| G | 7 | 6 | 5 | 2 | 4 | 4,8 | G- | | |
| H | 10 | 5 | 6 | 7 | 3 | 6,2 | | | |
| I | 7 | 6 | 6 | 6 | 2 | 5,4 | | | |
| L | 8 | 8 | 8 | 8 | 6 | 7,6 | | | |
| M | 6 | 7 | 9 | 6 | 8 | 7,2 | M+ | | |
| N | 1 | 6 | 1 | 4 | 6 | 3,6 | N- | | |
| O | 5 | 6 | 5 | 4 | 3 | 4,6 | O- | | |
| Q1 | 5 | 5 | 7 | 6 | 7 | 6 | | | |
| Q2 | 8 | 4 | 5 | 6 | 8 | 6,2 | Q2+ | | |
| Q3 | 4 | 4 | 3 | 5 | 5 | 4,2 | | | |
| Q4 | 4 | 6 | 7 | 7 | 5 | 5,8 | | | |
| EOD-A(Eysenck) | | | | | | | | společensnost | N-,G- |
| Ext | 17 | 12 | 14 | 17 | 7 | 13,4 | Ext+ | empatie | O-,Q2+ |
| Ne | 4 | 12 | 10 | 3 | 4 | 6,6 | | otevřenost | Ext+,F+ |
| L | 2 | 3 | 1 | 3 | 3 | 2,4 | | umělecké sklony | M+ |



Obr. č. 4. Grafické zobrazení EOD-A (úspěšní letci)

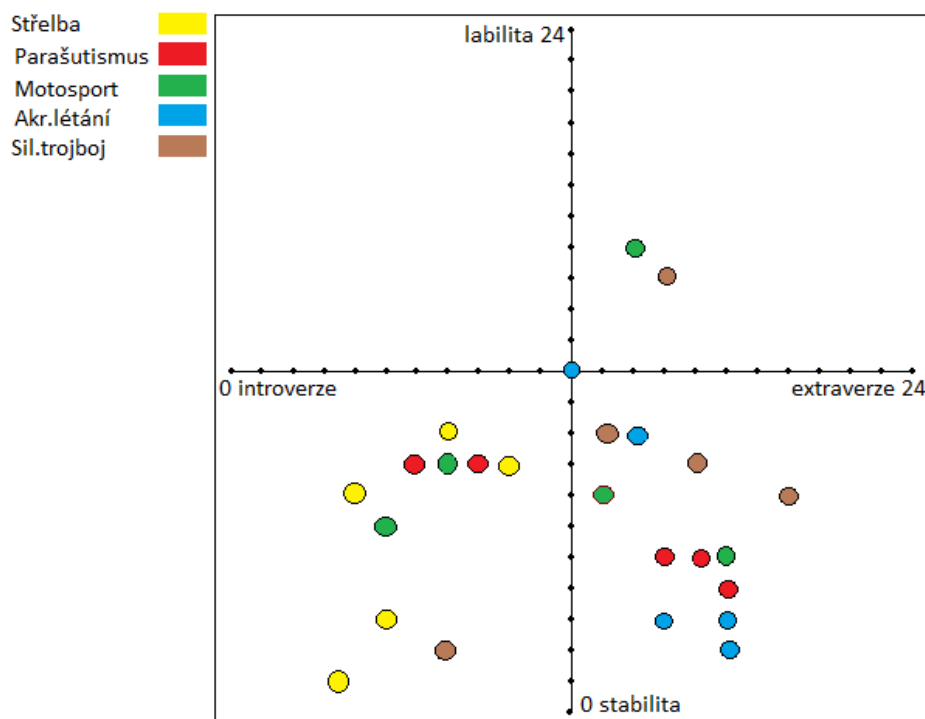
| Tab. č. 5 Psychické dispozice - Silový trojboj | | | | | | | | | |
|--|--------|--------|--------|--------|--------|------|------------------------------|--------------|----------|
| 16-PF (Cattell) | | | | | | | Interpretace faktorů 2. řádu | | |
| | po. 21 | po. 22 | po. 23 | po. 24 | po. 25 | x | | | |
| A | 3 | 7 | 5 | 4 | 3 | 4,4 | | | |
| B | 9 | 6 | 10 | 8 | 7 | 8 | | | |
| C | 8 | 9 | 7 | 8 | 10 | 8,4 | | | |
| E | 7 | 8 | 7 | 6 | 7 | 7 | E+ | | |
| F | 8 | 10 | 6 | 7 | 6 | 7,4 | F+ | | |
| G | 5 | 2 | 7 | 3 | 5 | 4,4 | | | |
| H | 9 | 8 | 4 | 7 | 9 | 7,4 | H+ | | |
| I | 4 | 7 | 5 | 5 | 6 | 5,4 | | | |
| L | 8 | 2 | 6 | 3 | 5 | 4,8 | | | |
| M | 6 | 6 | 4 | 8 | 8 | 6,4 | | | |
| N | 3 | 6 | 4 | 2 | 6 | 4,2 | N- | | |
| O | 7 | 2 | 5 | 3 | 1 | 3,6 | | | |
| Q1 | 2 | 7 | 4 | 6 | 3 | 4,4 | | | |
| Q2 | 7 | 3 | 6 | 4 | 8 | 5,6 | | | |
| Q3 | 9 | 3 | 8 | 7 | 6 | 6,6 | | | |
| Q4 | 6 | 4 | 3 | 5 | 4 | 4,4 | | | |
| EOD-A(Eysenck) | | | | | | | aktivita | F+,H+ | |
| Ext | 13 | 20 | 6 | 15 | 16 | 14 | Ext+ | impulsivnost | F+,H+,N- |
| Ne | 10 | 8 | 9 | 15 | 9 | 10,2 | | výbušnost | F+,E+ |
| L | 4 | 5 | 0 | 3 | 4 | 3,2 | | otevřenost | Ext+ |



Obr. č. 5. Grafické zobrazení EOD-A (úspěšní sil. trojbojaři)

Tab. č. 6 Psychické dispozice - aritmetický průměr pro všechny PO

| 16-PF (Cattell) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|-----------------|---------|----|----|----|----|------|----|----|---|---|-----------|----|----|---|----|----------|----|----|----|---|-------------|----|----|----|----|-----|
| | Střelba | | | | | Para | | | | | Motosport | | | | | Akrobati | | | | | Sil.trojboj | | | | | X |
| A | 4 | 5 | 3 | 6 | 2 | 7 | 8 | 5 | 7 | 5 | 8 | 5 | 6 | 4 | 5 | 6 | 4 | 5 | 7 | 5 | 3 | 7 | 5 | 4 | 3 | 5,2 |
| B | 9 | 8 | 5 | 7 | 10 | 8 | 4 | 9 | 7 | 8 | 6 | 9 | 8 | 8 | 9 | 10 | 10 | 9 | 8 | 8 | 9 | 6 | 10 | 8 | 7 | 8 |
| C | 9 | 10 | 10 | 8 | 8 | 8 | 6 | 8 | 7 | 8 | 8 | 3 | 7 | 7 | 8 | 9 | 5 | 6 | 6 | 9 | 8 | 9 | 7 | 8 | 10 | 7,7 |
| E | 6 | 4 | 3 | 7 | 8 | 6 | 5 | 7 | 5 | 6 | 7 | 7 | 7 | 7 | 7 | 9 | 7 | 8 | 7 | 5 | 7 | 8 | 7 | 6 | 7 | 6,5 |
| F | 6 | 4 | 7 | 8 | 6 | 9 | 10 | 10 | 7 | 6 | 10 | 10 | 9 | 4 | 9 | 5 | 7 | 8 | 9 | 2 | 8 | 10 | 6 | 7 | 6 | 7,3 |
| G | 4 | 6 | 7 | 3 | 2 | 3 | 7 | 2 | 5 | 5 | 3 | 4 | 5 | 2 | 5 | 7 | 6 | 5 | 2 | 4 | 5 | 2 | 7 | 3 | 5 | 4,4 |
| H | 4 | 3 | 5 | 1 | 2 | 8 | 9 | 5 | 7 | 7 | 9 | 6 | 10 | 4 | 9 | 10 | 5 | 6 | 7 | 3 | 9 | 8 | 4 | 7 | 9 | 6,3 |
| I | 3 | 4 | 2 | 5 | 6 | 6 | 7 | 5 | 8 | 5 | 6 | 6 | 4 | 2 | 7 | 7 | 6 | 6 | 6 | 2 | 4 | 7 | 5 | 5 | 6 | 5,2 |
| L | 4 | 6 | 8 | 2 | 5 | 5 | 6 | 7 | 6 | 3 | 6 | 10 | 9 | 7 | 8 | 8 | 8 | 8 | 8 | 6 | 8 | 2 | 6 | 3 | 5 | 6,2 |
| M | 6 | 7 | 4 | 7 | 8 | 7 | 8 | 6 | 7 | 5 | 7 | 4 | 2 | 1 | 6 | 6 | 7 | 9 | 6 | 8 | 6 | 6 | 4 | 8 | 8 | 6,1 |
| N | 7 | 2 | 3 | 5 | 7 | 2 | 3 | 4 | 3 | 8 | 5 | 4 | 4 | 3 | 3 | 1 | 6 | 1 | 4 | 6 | 3 | 6 | 4 | 2 | 6 | 4,1 |
| O | 7 | 4 | 2 | 3 | 2 | 2 | 3 | 5 | 5 | 4 | 5 | 9 | 6 | 8 | 5 | 5 | 6 | 5 | 4 | 3 | 7 | 2 | 5 | 3 | 1 | 4,4 |
| Q1 | 3 | 7 | 2 | 3 | 6 | 7 | 3 | 5 | 5 | 5 | 7 | 3 | 5 | 7 | 5 | 5 | 5 | 7 | 6 | 7 | 2 | 7 | 4 | 6 | 3 | 5 |
| Q2 | 8 | 7 | 6 | 9 | 8 | 3 | 5 | 6 | 3 | 6 | 4 | 7 | 5 | 9 | 6 | 8 | 4 | 5 | 6 | 8 | 7 | 3 | 6 | 4 | 8 | 6 |
| Q3 | 7 | 5 | 8 | 9 | 6 | 8 | 5 | 4 | 5 | 5 | 3 | 3 | 5 | 1 | 4 | 4 | 4 | 3 | 5 | 5 | 9 | 3 | 8 | 7 | 6 | 5,3 |
| Q4 | 5 | 3 | 4 | 4 | 2 | 3 | 4 | 6 | 6 | 2 | 5 | 6 | 7 | 6 | 7 | 4 | 6 | 7 | 7 | 5 | 6 | 4 | 3 | 5 | 4 | 4,8 |
| EOD-A (Eysenck) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| E | 8 | 5 | 6 | 10 | 4 | 17 | 16 | 15 | 9 | 7 | 15 | 14 | 13 | 8 | 17 | 17 | 12 | 14 | 17 | 7 | 13 | 20 | 6 | 15 | 16 | 12 |
| N | 10 | 8 | 4 | 9 | 2 | 5 | 6 | 6 | 9 | 9 | 4 | 16 | 8 | 9 | 6 | 4 | 12 | 10 | 3 | 4 | 10 | 8 | 9 | 15 | 9 | 7,8 |
| L | 5 | 2 | 4 | 2 | 3 | 5 | 5 | 3 | 5 | 3 | 3 | 2 | 4 | 4 | 3 | 2 | 3 | 1 | 3 | 3 | 4 | 5 | 0 | 3 | 4 | 3,2 |



Obr. č. 6. Grafické zobrazení EOD-A (všichni úspěšní ze sledovaných pok. os.)

Diskuse

V souladu se stanoveným cílem jsme se pokusili zjistit strukturu psychických dispozic jedince, která umožňuje snadněji a s menším úsilím zvládat nároky vybraných činností a psychicky odolávat možnému selhání, zejména ve vypjatých limitních podmínkách.

Úvahy o tom, zda by stejných výsledků dosáhli jedinci s jinou dispoziční výbavou, jsou zavádějící. Skutečnost, že se jedná o strukturu osobnosti sledovaných pokusných osob, účastníky vrcholných světových soutěží (MS, ME, OH), přímo ukazuje na přirozenou sportovní selekci a na oprávněnost našich úvah o jejich psychické odolnosti.

Hlavním dokazovacím nástrojem je logická analýza dotazníkových stenů, na které byly převedeny hrubá skóre Cattellova osobnostního inventáře. Sledovaná sportovní odvětví jsou poměrně různorodé činnosti, a proto jakékoli průměrování je spíše vzdalováním se od dispoziční podmínky psychické odolnosti. To, že průměr i v této kombinaci různorodých činností dosáhl uvedené velikosti, bylo pro nás překvapením. Je zřejmé, že stanovení podmínek psychické odolnosti pro jednotlivá sportovní odvětví, nebo pro konkrétního sportovce, bude podstatně detailnější a přesnější.

Další poznámka k absolutní velikosti předložených hodnot vychází z možností použitého diagnostického nástroje a z nabízeného přístupu ke stanovení podmínek psychické odolnosti. V tomto kontextu není účelné sledovat pouze ty osobnostní faktory, které dosáhly nějaké velikosti. Jiné faktory, které naopak vykazují nízké hodnoty, jsou pro vysokou psychickou odolnost stejně důležité jako ty vysoké.

O podobném přístupu ke zkoumání vztahu lidských dispozic a úspěšné činnosti se zmiňuje K. Paulík ve své knize Psychologie lidské odolnosti (Paulík, K. 2010).

Domníváme se, že tento přístup má své využití i v nesportovních oblastech. Mimo výkonové situace se častěji nacházíme v nevýkonových situacích, ve kterých, přestože nám nikdo nic neměří, bychom také byli rádi úspěšní. S vědomím, že pro kvalitní život jsou právě tyto nevýkonové situace důležitější, se pokusíme o typologické uchopení této problematiky.

Právě touto cestou se pokoušíme přispět k nalezení obecného ukazatele psychické odolnosti. Typologicky to znamená sledovat psychickou odolnost v různých životních kontextech, ve kterých se nacházíme, které se vzájemně prolínají a dávají tak možnost specifikovat jednotlivé typy psychické odolnosti. Zmíněnými kontexty jsou závodění, kariéra, osobní vztahy, stress, zdraví.

Závěr

V souladu s dříve zjištěnými poznatky můžeme konstatovat, že nároky předmětných činností vyžadují pro zajištění odpovídající úrovně psychické odolnosti od sledovaných jedinců specifickou kombinaci psychických vlastností. Jinak je dispozičně vybaven úspěšný boxer a jinak třeba moderní gymnastka. Jedná se o individuálně platnou kombinaci psychických jevů, která odpovídá nárokům pouze jedné činnosti (jeden člověk v konkrétní činnosti, na kterou se speciálně připravuje). (Viz odst. 3.1.)

Jako obecnou podmínkou psychické odolnosti byla zjištěna vysoká hodnota faktoru C (emoční stabilita) a F (extraverze). Takto vybavený odolný jedinec může být úspěšný svým přirozeně spontánním prožíváním výkonové situace. (Viz odst. 3.2.) Neodolný jedinec může být úspěšný po provedení účinného regulačního zásahu, ale to již překračuje rámeček tohoto sdělení.

Závěrem zdůrazňujeme hlavní myšlenku předkládaného přístupu. Specifická kombinace příslušných psychických vlastností jedince je **podmínkou psychické odolnosti**. Ukazatele psychických stavů a procesů jsou **projevem psychické odolnosti**. Psychická odolnost se projevuje v individuálních a specifických reakcích na extrémní podmínky, kdy odolný jedinec zachovává optimální hodnoty složek psychického stavu a neodolný jedinec překračuje, nebo nedosahuje optimálních hodnot.

Literatura

- CATTELL, R. B. *Personality and motivation structure and measurement*. New York: World Book Co., 1957.
- CATTELL, R. B. Validity and reliability. Proposed more basic set of concepts. *Journal of Educational Psychology*. 1964, vol. 55, pp. 1-22.
- DUTTON, K. *Moudrost psychopatů: praktická lekce od svatých, špiónů a sériových vrahů*. (Překlad Renata Červenková). Brno: Emitos. 2013. 271 p.
- EYSENCK, H. *Fact and fiction in psychology*. Harmondsworth: Penguin Book, 1965.
- EYSENCK, H. *Dimensions of personality*. New Brunswick, N. J. Transaction Publishers. 1998. 308 p.

- GOLDBERG, L. R. Language and individual differences: The search for universals in personality lexicons. In L. Wheeler (Ed.), *Review of personality and social psychology* Beverly Hills: SAGE. Goldberg, L. R., 1981, pp. 141-165.
- GRIFFITH, B., & DUNHAM, E. *Working in teams: moving from high potential to high performance*. California: SAGE Publications, Inc. 2013. 243 p.
- HECKHAUSEN, H. Emergent achievement behavior: Some early developments. In: J. G. Nicholls (Ed.), *The development of achievement motivation* Greenwich, CT: JAI Press. 1984, pp. 1–32).
- HOŠEK, V. *Psychologie odolnosti*. Praha: Karolinum, 2003. 69 s.
- HŘEBÍČKOVÁ, M. *Pětifaktorový model v psychologii osobnosti: přístupy, diagnostika, uplatnění*. Praha: Grada. 2011. 251 p.
- McCLELLAND, D. (1987). *Human motivation*. (Reprint.) Cambridge: Cambridge University Press, 1987.
- MIKŠÍK, O. *Psychologické teorie osobnosti*. Praha: Karolinum, 1999. 213 p.
- MIKŠÍK, O. *Psychologická charakteristika osobnosti*. (2. přepracované vyd.) Praha: Karolinum, 2007.
- NAKONEČNÝ, M. *Motivace lidského chování*. Praha: Academia, 1996. 270 p.
- PAULÍK, K. *Psychologie lidské odolnosti*. (Vyd. 1.) Praha: Grada, 2010.
- TUPES, E., & CHRISTAL, R. Recurrent Personality Factors Based on Trait Ratings. *Journal of Personality*. 1992, vol. 60, no. 2, pp. 225-251.
- VANĚK, M., HOŠEK, V., et al. *Studie osobnosti ve sportu*. Praha: Univ. Karlova, 1974.
- YERKES, R. M., & DODSON, J. D. The relation of strength of stimulus to rapidity of habit formation. *Journal of Comparative Neurology and Psychology*. 1908, vol. 18, pp. 459-482.

