

Univerzita Palackého v Olomouci
Katedra psychologie Filozofické fakulty

AGRESIVITA V BOJOVÝCH UMĚNÍCH

AGGRESSIVENESS IN MARTIAL ARTS



Diplomová práce

Autor: **Lucie Kozlerová**

Vedoucí práce: Doc. PhDr. **Zdeněk Vtípil**, CSc.

Olomouc
2009

Prohlašuji, že jsem diplomovou práci "*Agresivita v bojových uměních*" vypracovala samostatně pod vedením doc. PhDr. Zdeňka Vtípila, CSc. a že jsem všechny použité prameny řádně citovala a uvedla.

V Olomouci 31. března 2009

Lucie Kozlerová

Na tomto místě bych ráda poděkovala panu doc. PhDr. **Zdeňku Vtípilovi**, CSc. za trpělivost, cenné připomínky a odborné rady, kterými přispěl k vypracování této písemné práce.

Děkuji všem respondentů za jejich důvěru, ochotu a poctivost při vyplňování dotazníků. Dále děkuji klubům Smash Gym a Rebel Sports Club, které mi umožnily sběr dat.

V Olomouci 31. Března 2009

Lucie Kozlerová

Obsah

ÚVOD	7
1. K NĚKTERÝM SOUČASNÝM PSYCHOLOGICKÝM PROBLÉMŮM	8
1.1 Doping	8
1.2 Motivace	10
1.3 Sportovní taktika	11
1.4 Psychologické problémy sportovních závodů	13
1.5 Psychologická charakteristika předstartovní situace	14
1.6 Agrese	15
2. AGRESE	18
2.1 Vymezení pojmu agrese a pojmů příbuzných	18
2.2 Dělení agrese	19
2.3 Činitelé ovlivňující agresivní chování	21
3. TEORIE AGRESE	23
3.1 Pudová teorie	23
3.2 Orgasmicko – instinktivní teorie	23
3.3 Úroveň aktivace ve vztahu k agresi	24
3.4 Koncepce morální neangažovanosti	25
3.5 Sociálně-kognitivní koncepce agrese	26
4. TYPOLOGIE OSOBNOSTI A AGRESE	27
4.1 Počátky konstituční typologie	27
4.2 Kretschmerova konstituční typologie	28
4.3 Typologie W. H. Sheldona	30
4.4 Geny a osobnost	31
5. AGRESE VE SPORTU – DÍLČÍ TEORETICKÁ POJETÍ	35
5.1 Pudová a instinktivní teorie	35
5.2 Agrese jako reakce na frustraci	36
5.3 Koncept učení a socializace	37
5.4 Multikauzální přístup	39

6.	BOJOVÁ UMĚNÍ	41
6.1	Funkce bojových umění	41
6.2	Muay thai	46
6.3	Kickbox	49
7.	K CHARAKTERISTICE OSOBNOSTI SPORTOVCE V BOJOVÝCH UMĚNÍCH.....	53
7.1	Struktura osobnosti sportovce.....	53
7.2	Psychosportografie	55
7.3	Sportogram	55
7.4	Typologie osobnosti ve sportu.....	56
8.	METODOLOGICKÝ RÁMEC VÝZKUMU	57
8.1	Problém, cíle, výzkumné otázky	57
8.2	Aplikovaná metodika	57
8.2.1	Dotazníky	57
8.2.2	Statistika	59
8.3	Zkoumaný soubor	59
8.4	Organizace a průběh šetření.....	60
8.5	Symbolika výsledkové části.....	60
9.	VÝSLEDKY PRÁCE	61
9.1	Profil souborů z hlediska BDI	61
9.2	Soubory z pohledu dimenzí DOPEN	66
9.3	Komparace mezi soubory z hlediska BDI	69
9.4	Rozdíly z hlediska DOPEN	73
9.5	K výchozím otázkám	74
10.	DISKUZE	75
11	ZÁVĚR	78
12	SOUHRN	79
	SEZNAM LITERATURY	82
	PŘÍLOHY	

ÚVOD

Agresivita se podílí na mnohém lidském utrpení – vraždění, znásilňování, mučení, válkách, týrání zvířat a dětí, terorismu, ekologických katastrof atd. Na druhé straně jí vděčíme za individuální sebeprosazení, zvýšenou adaptibilitu, ekonomický vývoj a mimo další také za vznik a rozvoj sportu.

Agresi se odborníci zabývají nejen proto, aby lépe pochopili tento druh lidského projevu, ale také proto, aby mohli nabídnout lidem prostředky, jimiž by dokázali agresi kontrolovat. (Čermák, 1999)

Všechny potřeby, motivy, myšlenky a prožitky tvořící kořeny sportu spolu vzájemně souvisí a nelze je od sebe odlišit. Lidská agresivita má v těchto kořenech významné místo.

Nejtypičtějším přímým projevem lidské agresivity je násilné chování. Fyzické napadání druhých nabývá různých forem – boj (bití, znásilnění, vražda), v masovém měřítku terorismus, válka. Prožitky a projevy těchto přímých forem lidské agresivity mohou sloužit jako vzor při porovnávání s prožitky a projevy při sportovní aktivitě. (Šafář, 2001)

Problém není v tom, že se občas rozzuříme. Jde spíš o to, jak s takovou zlostí zacházíme. Necháte svou zlost přerůst v agresi a násilí nebo ji ovládnete? Necháte svůj vztek narůstat tak dlouho, až exploduje nebo tuto energii efektivním způsobem využijete? Vztek je sice „přirozený“, ale to ještě neznamená, že je příjemný nebo že se mu musíte poddat. Je možné si vypěstovat určité návyky pro ovládnutí zlosti a její produktivní využití k uvolnění agresivity. K tomu v rámci předepsaných pravidel a hranic slouží sporty. Většina náboženství se snaží regulovat agresivitu. Někteří lidé se snaží otupit zlost alkoholem nebo drogami.

V této práci jsem navázala na práci ročníkovou a snažila se získat všechny dostupné informace, které se týkají agresivního chování v bojových uměních a zjistit, zda podporuje pěstování bojového sportu agresivní chování? Činí dovednosti rozvíjené pěstováním bojového sportu agresivní jedince ještě nebezpečnějšími? A jaká je vůbec taková osobnost sportovce? Na tyto otázky se budu snažit najít odpověď v následujících statích.

1 K NĚKTERÝM SOUČASNÝM PSYCHOLOGICKÝM PROBLÉMŮM VE SPORTU

Mezi nejčastější problémy, které se řeší v psychologii sportu, patří doping, motivace, agrese. S nimi jsou samozřejmě spojené další psychické problémy jako drogová problematika všeobecně, trénink, předstartovní stavy a další.

1.1 Doping

Ve sportu působí různé faktory, které ovlivňují toleranci k braní dopingových prostředků a které mají svůj původ v celospolečenském dění. Mezi tyto faktory patří například zdůrazňování významu úspěchu ve sportovní soutěži jako události celonárodního významu. V minulosti se objevovala období, kdy se úspěchy ve sportu vydávaly za úspěchy státu, politického systému nebo za úspěchy osoby stojící v čele státu. Tato politizace tedy vytvářela enormní tlak nejen na sportovce, ale i na trenéry, lékaře a další. V takovémto prostředí se pochopitelně vytvářel prostor pro hledání všech prostředků k dosažení úspěchu. Jedním z těchto prostředků byl a stále je doping. Proto tedy byly vyvíjeny stále nové dopingové preparáty a sportovci byli mnohdy nuceni či se museli smluvně zavázat k braní různých podpůrných preparátů. A tak tento přímý vliv společenského klimatu vytvářel podmínky pro šíření dopingu ve sportu a postupně zvyšoval toleranci k užívání těchto prostředků.

Podle studie Slepíčky a kolektivu bylo zjištěno, že sportovci jsou významně tolerantnější k užívání těchto prostředků než nesportovci. *Více než třetina dotazovaných mladých sportovců uvedla, že by podpůrné prostředky užila, pokud by byla jistota, že nebudou odhaleni. Pokud by bylo navíc zajištěno, že nebudou následovat žádné zdravotní následky, pak jejich počet stoupl na více než polovina dotázaných. Každý osmý dotazovaný připustil, že by systematicky užíval podpůrné prostředky, kdyby měl velkou pravděpodobnost zisku olympijské medaile a to i v případě zdravotních obtíží.... Ukázalo se rovněž, že potenciální užívání podpůrných prostředků roste s intenzitou motivačního zaměření na úspěch jak u jedince samotného, tak v jeho nejbližším sociálním okolí (in Slepíčka, 2006, s. 184).*

Vliv komerce na sport se stále zvyšuje a pak se významné soutěže stávají spíš záležitostmi obchodu než prezentováním výsledků tréninkového úsilí. Vynikající sportovci si zajišťují zcela výjimečné životní podmínky a stávají se tak vzorem úspěšných jedinců. Výkon se tedy stal zbožím a z hlediska komerce je jediným kritériem sportovní aktivity, ekonomicky a sociálně oceňovaný. To vede k neustálé snaze po zlepšování výkonů a opakovanému dosahování výsledků. Ne každý sportovec a ne vždy je schopen těmto požadavkům vyhovět cestou přirozenou. A tak tu existuje možnost stimulace výkonnosti užíváním podpůrných prostředků, které jim umožňují vkročit do světa vrcholných výkonů, soutěží a tím do finančně lukrativního sportovního byznysu.

Užívání dopingových látek se objevuje ve stále větším počtu sportovních odvětví a tato tendence se promítá do dětského a mládežnického sportu. Mládež je velice vnímavá a celkem snadno přijímá myšlenky, normy a napodobuje idoly. Pro farmaceutické firmy je výhodné vyvíjet nové preparáty v časové předstihu před technologiemi jejich možného zjištění, aby nebyly po určitou dobu na seznamu zakázaných látek. Užívání těchto látek nemůžeme sledovat, ani represivně postihovat v rekreačním sportu a tak se tedy může okruh jejich uživatelů zvyšovat.

Postoj k dopingu se formuje již u mládeže. Vliv mají zejména rodiče, učitelé a trenéři, tedy nejbližší okolí. A to proto, že sportovní prostředí je prostředím s výrazným tlakem na výkon a úspěch. Neúspěch je pro sportující dítě samo o sobě trestem, pokud je však provázen negativní odezvou, stává se závažnou, psychicky obtížně zvladatelnou situací. Při jejím opakování dochází k jeho frustraci. Objevují se tedy tendence k úniku, zanechání sportu, mnohdy zvýšená agresivita, stavy úzkosti a beznaděje vedoucí k sebepodceňování. Opakovaný neúspěch, neschopnost dosáhnout cílů narušují představy dítěte o svých schopnostech, vytvářejí psychicky nezvladatelnou situaci často ještě stimulovanou výčitkami, hrozbami z vnějšího prostředí. Sportující jedinec tedy hledá řešení a může pod vlivem informací přiklonit k užití podpůrných prostředků.

Další oblastí, se kterou je doping spojen, je vztah osobnost- doping. V tomto vztahu se uplatňují zejména dva aspekty. Prvním je, co sportující jedinec může, to souvisí s jeho vrozenými dispozicemi, schopnostmi a dovednostmi. A druhým z nich je, co sportující jedinec chce. To souvisí s vnější i vnitřní motivací. V případě že jsou vhodně propojeny oba aspekty, to znamená, že jedinec je patřičně vybaven schopnostmi a dovednostmi a zároveň je dostatečně motivován a může plně využít svou potencionální výkonnostní kapacitu. Pokud ovšem intenzivní motivace není provázena patřičnými

dovednostmi a schopnostmi, bude realizace vrcholných výkonů obtížná. Tehdy se jedinec dostává do psychicky náročné situace a hledá pro ni řešení. Volba řešení záleží především na jeho temperamentu, charakteru i sociální roli.

Ve vztahu k dopingu ve sportu je důležitá i výkonová motivace. Ta je postavena na dvou tendencích, tendenci dosáhnout úspěch a tendenci vyhnout se selhání, neúspěchu i s jeho sociálním dopadem. Pokud motiv úspěchu vysoce převažuje motiv vyhnout se selhání, znamená to velkou potřebu úspěchu. A právě tuto výraznou potřebu mají sportovci, je pro ně typickým osobnostním rysem. Mají zakotvenou snahu neustále vyhledávat situace a prostředky pro realizaci potřeby výkonu. Opakovaný neúspěch vytváří stav frustrace s hledáním východiska. Zvyšuje se citlivost pro situační vlivy a to může způsobit, že se sportovec stává tolerantnější k užití prostředků společensky neakceptovatelných.

Dalšími motivačními faktory jsou cíle a cílem je obecně nějaká hodnota, která uspokojuje aktuální potřebu, ve sportu je to většinou úspěch v soutěži. Dosahování takového cíle se podřizuje celá osobnost, jak psychika, tak motorika, což určuje chování člověka. Nerealné a špatně stanovené cíle negativně ovlivňují aktivity jedince.

Jak jsem se již zmínila na začátku této podkapitoly, doping začíná být spojován i s rekreačními sportovci. Sport ve volném čase je motivován především prožitkem pohybu a pozitivní emocionální odezvou z prováděné činnosti. Situace se ovšem rychle mění a rekreační sport zahrnuje i aktivity, ve kterých jsou různé podpůrné prostředky hojně využívány. Takovým sportem je třeba body building. Tato aktivita zaměřená na pěstování postavy je módním trendem, pod který se zahrnuje celá řada pohybových aktivit zaměřených na silová cvičení, s cílem dosáhnout v krátkém čase maximálních změn ve svalovém aparátu. (Slepička, 2006)

1.2 Motivace

Můžeme říci, že motivací sportu se zabývá téměř celá psychologie sportu. Samostatné motivy se téměř nevyskytují. To znamená, že se vyskytují ve shlucích, které nazýváme motivace. Každý sportovec je ovlivňován celou řadou těchto uskupení a to tvoří složitou a proměnlivou motivační strukturu jedince. Z hlediska snažení, chtění a jednání sportovce je sportovní činnost mnohostranná a je obtížné přesně vymezit pojem motiv

sportovní činnosti. Proto tedy hovoříme o motivaci, tedy o příčinách a podmínkách jednání ve sportu.

Častým pojmem v oblasti motivace ve sportu je aspirační úroveň. Jsou to subjektivní nároky na každý sportovcův další výkon, které vyjadřují sportovcovo sebehodnocení. Poslední výzkumy uvádí, že *sportovní aspirace jsou ovlivněny především posledním výkonem v dané činnosti. ... Aspirace ovlivňuje úspěch. Následný výkon převyšující předchozí aspiraci je prožíván jako úspěch (...) a naopak výkon nižší znamená frustraci.* (in Slepíčka, 2006, s. 74) Z toho nám vyplývá, že úspěch další aspirace zvyšuje a frustrace naopak snižuje. K této oblasti motivace patří i pojem hyperaspirativnost, což znamená, že aspirační úroveň je permanentně vyšší, než byl poslední výkon v činnosti a z toho plyne i snaha sportovce se neustále zlepšovat.

S úspěchem samozřejmě souvisí výkon. Můžeme říci, že výkon je funkcí schopností a motivace. Teorie výkonové motivace říká, že tendence ke sportovní aktivitě vzniká z rozdílu mezi tendencí dosáhnout úspěchu a tendencí opačnou, tedy vyhnout se selhání. U sportovců, s motivem úspěchu vysoce převyšujícím motiv vyhnout se selhání, mluvíme o velké potřebě úspěchu (need for achievement). U sportovců je tato tendence zdůrazněna. Znalosti o dynamice potřeby velkého výkonu nabízí široké využití v psychologii sportu a zvláště v psychologické přípravě sportovců.

Obrovský motivační význam mají povýkonové úvahy, kdy sportovec zpětně analyzuje o příčinách, které vedly k právě dosaženému výkonu. Říkáme tomu kauzální atribuce. To může mít motivační význam pro další sportovcovu aktivitu. Pravidlem je, že po úspěchu sportovec využívá vnitřní stálé příčiny (jsem dobrý) a po neúspěchu vnější, často proměnlivé příčiny (neměl jsem štěstí). (Slepíčka, 2006)

1.3 Sportovní taktika

Jako sportovní taktika se označuje soubor metod použití sportovních technik a využití její síly v souladu s konkrétními podmínkami soutěží. V taktice se ukazuje určité variující chování sportovců nebo týmu a každé sportovní odvětví má vlastní taktiku. Ta je určena specifickými objektivními podmínkami v průběhu závodu.

V souvislosti s tím se pojí také psychologická charakteristika taktické přípravy v různých druzích sportu. Kromě toho existují některé všeobecné problémy taktické

přípravy a s tím spojené psychologické problémy. Takovým všeobecným problémem je plánování taktického jednání před závodem a samostatná realizace jmenovaného taktického plánu za konkrétních a složitých podmínek závodu.

Ačkoliv vypracování taktického plánu každého jednotlivého závodu jak i jehož realizace spočívá na množství určitých podmínek. Uskutečnění těchto podmínek se musí provádět v průběhu sportovního tréninku, při taktické přípravě a speciálně v přípravné fázi na každý jednotlivý závod. Obecným pravidlem je zvládnutí všech technických metod, velká vůle a vnímání morálky sportovce. Avšak tyto všeobecné podmínky nestačí k sestavení a uskutečnění taktického plánu. Sportovec musí mít zvláštní znalosti, schopnosti a v neposlední řadě dovednosti, které k taktické přípravě patří. Jedná se především o teoretické znalosti taktických základů a typických taktických systémů, které se vytvořily v historickém procesu vývoje každého sportovního odvětví; dále o znalost vloh a významu každého jednotlivého taktického jednání při útoku nebo obraně nebo při jednání, které má protivníka oklamat.

Jedná se ale i o takové vědomosti, které získáme zobecněním osobních zkušeností při závodech. Na základě takových zkušeností změní sportovec svou taktiku nebo obohatí své znalosti. Sportovec musí umět odhadnout svůj tělesný vývoj, svou kondici a technickou přípravu co nejreálněji a znát v tomto ohledu také svůj tým.

Navíc by se měl vyznat sportovec co nejpřesněji v protivníkovi a v konkrétních podmínkách, za kterých závod probíhá. Kondice a technika, psychologické zvláštnosti, tělesný vývoj protivníka, jeho preferovaná taktika při závodech, jednání před závody a v přestávkách a obzvláště postoj k protivníkovi by měly být známy. Člověk musí umět odhadnout podmínky a prostředí, ve kterém závod probíhá (geografická poloha, profil a charakter trasy, přirozené a umělé překážky, jakost půdy, šířka a délka a stav tratě, meteorologické podmínky, osvětlení, konstrukce a kvalita existujícího inventáře atd.).

Člověk mnoho informací, například o určitých podmínkách závodu, obdrží teprve krátce před startem (v moderním pětiboji se mohou účastníci teprve v předvečer závodu informovat o závodní dráze a smí se posadit teprve 15 minut před startem na jemu zcela neznámého koně; při slalomu se může běžec teprve krátce před odjezdem dobře obeznámit s trasou slalomu, to stejné platí také pro některá další sportovní odvětví). Často uvidí sportovec neznámého protivníka nebo účastníka závodu teprve krátce před startem.

Rozmanité jsou také schopnosti a podmínky, o kterých uvažujeme při sestavování taktického plánu a jeho provedení v soutěži. Především je žádoucí, aby sportovec

samostatně přemýšlel, jednal a ukazoval iniciativu, jak o přestávkách závodu, tak i v závodě samotném. Samostatné myšlení a jednání sportovce nesmí být potlačováno trenérem, naopak to musí být v tréninku vyvíjeno. S touto činností jsou úzce spojeny dvě další: schopnost analyzovat a zevšeobecnit zkušenosti a učení, které mohou být získány během závodu, vlastnit teoretické a taktické znalosti jiných sportovců a posuzovat objektivně a kriticky jeho jednání a těch ostatních (protivníci, partner a mužstvo).

Obzvlášť cenné je uhádnout taktické uvažování protivníka a předvídat jeho účinky. Taktické znalosti a zkušenosti nejsou podle šablony, ale používají se pružně a odpovídajíc dané situaci.

Ve schopnosti pružně ovládat různé taktické dovednosti, se ukazuje síla sportovce. Ale taktické dovednosti skrývají také určité nebezpečí. Když jsou použity libovolné dovednosti sportovce podle šablony a příliš často, jeho taktika je jednostranná může být rozpoznána bez obtíží soupeřem. (Puni, 1961)

1.4 Psychologické problémy sportovních závodů

Už dlouhou dobu je známo jak v pedagogice, tak v psychologii, že závod je prostředek k povzbuzení lidí. Již Jan Amos Komenský navrhnul účastníkům cvičit se v závodění, a věnoval této otázce v roce 1653 v „Pravidla chování pro mládež“ 9 bodů.

Studiu stimulovaných účinků závodů byla věnována také řada experimentálních psychologických prací. Moede také experimentálně dokázal, že sportovec během závodu lépe snese bolest než za normálních podmínek. Meyer vyzkoumal vliv závodní situace při duchovní práci (diktát, ústní a písemné zpravodajství, přetlačování atd.) a stanovil, že se dává přednost práci v kolektivu před prací samostatnou, protože pokusné osoby kráčí v závodě navzájem spolu a soupeří spolu.

S. A. Parschina přesvědčivě dokázal při výzkumu psychologického problému závodu, ve kterém zkoumal vliv těchto faktorů lisovacího tlaku u dynamometru, že se u člověka zvýšila výkonnost, když soupeří se svými kamarády, a že je intenzita závodu v kolektivu povzbuzována.

Také další autoři zpozorovali v posledních letech při jejich studiu vliv zvyšujícího výkonu v závodě. P. W. Jurjew, který se zabýval otázkou, zda je možné, dávkovat při cvičení různých kvalifikací námahu svalů (experiment byl proveden u Lehmannova

dynamografu), stanovil, že se zvyšuje za podmínek závodu při cvičení přesnost dávkování svalové námahy o 30 až 50% a v některých případech dokonce o víc. (Puni, 1961)

1.5 Psychologická charakteristika předstartovní situace

V době před startem se sportovec nachází v určité náladě. Ta ovlivňuje jeho nastávající chování a tím je posunut do docela zvláštního stavu. Podle předchozích zkušeností se v jeho hlavě odehrávají různé pochody. To může znamenat, že očekává závod s pochybami a obavami nebo s radostí. Přitom v něm probíhají různé pocity.

Mnoho fyziologických průzkumů se věnovalo stavu před startem. Zjistilo se přitom mnoho změn, hlavně vegetativních funkcí organismu. Na základě těchto průzkumů mohly být vyvozeny závěry o mechanismu podmíněného reflexu v předstartovní fázi, které dovolují, vidět ho jako komplikovanou reakci na početné vnitřní a vnější podněty. Je tedy akceptováno, že předstartovní stav není nic jiného než nastavení a přizpůsobení organismu na nastávající práci.

Problém předstartovního stavu zajímal sportovní psychology hlavně kvůli jeho praktickému využití. Zjišťovalo se tedy, jaké mohou být symptomy před startem. Díky výzkumům, které provedl autor a kolektiv na více než 400 sportovcích různých výkonnostních tříd, mohli tento předstartovní stav ještě lépe diferencovat. Rozlišili tři základní formy podle fyziologických charakteristik a výrazných psychologických symptomů (in Puni, 1961, s. 167):

„První forma je charakterizována optimálně příznivou intenzitou všech fyziologických procesů. Psychologickými symptomy jsou: napjaté očekávání, vzrůstající netrpělivost, lehké rozčilení, myšlenky na průběh trasy nebo na blížící se závod (tempo, taktika), starost o hospodaření se silou a o maximální připravenost ke startu.

Druhá forma se vyznačuje širokou iradiací a nejvyšší intenzitou procesů v koncovém mozku, akutním vegetativním přechodem. Psychologické symptomy: vzrušení, které může vést až do deprese, nervozita, zřetelné kolísání nálad, zapomnětlivost, roztržitost, nepodložený spěch ad.

Ve třetí formě převládají tlumivé procesy v koncovém mozku, to nastupuje nadměrný ochranný útlum. Typické vnější reakce jsou: lenost se hýbat, zívání.

Psychologické symptomy: ospalost, netečnost, apatie, nechut' zúčastnit se závodu, špatná nálada, unavenost.“

Podle charakteristik jednotlivých forem pojmenoval Puni první formu jako *přípravenost na závod*, druhou jako *startovní horečku* a třetí jako *startovní apatii*.

Vnější vzrušenost, která je typická pro stav startovní horečky, dezorganizuje činnost sportovce. Většinou se rozpozná na tom, že hned při startu zvolí ostré tempo a předčasně se vyčerpá; chybí mu síla, udržet toto unáhlené tempo až do konce. Hovoří se o tom, že sportovec ztratil kontrolu nad svou silou a nedokázal ji správně rozdělit na celou trasu.

Ve stavu startovní apatie se ukazují změny, které míří docela jiným směrem: volní aktivita sportovce ochabuje; může kontrolovat a regulovat své tempo a chování, ale všechno jeho chování klesá na nanejvýš nízkou úroveň.

Faktory, které vedou k jednomu či druhému předstartovnímu stavu, můžeme stanovit v mnoha případech. Proto jsou příčiny většinou početné a komplexní. Z těchto faktorů má největší význam dobrý tréninkový stav a dobrá sportovní kondice. Vedle tréninkové připravenosti hraje také velkou roli motivace, charakter, význam závodu, síla protivníka, okruh účastníků, kolektivita a disciplína uvnitř družstva, zkušenosti z dřívějších závodů, složení a chování diváků a ještě mnoho dalších. Další práce vedli ke zjištění, že předstartovní stav je také závislý na individuálních vlastnostech sportovce, především na typickém charakteru jeho vyšší nervové soustavy.

V dnešní době se hledají prostředky a cesty, jak zmírnit tyto negativní nálady před startem. Takovými prostředky mohou být například masáže před startem, autosugesce, rozptýlení. (Puni, 1961)

1.6 Agrese

Agrese patří k dalším velice častým problémům. Protože se agresí a jejími teoriemi zabývám v celé práci, nastíním zde jen podstatu agrese ve sportu a v této kapitole se budu podrobněji věnovat jen divácké agresii. Tematika agrese a jejích projevů je velmi významná jak z hlediska celospolečenského, tak z hlediska sportu. Existuje zde určitá názorová nejednotnost ve vztahu k agresivitě ve sportu. Na jedné straně jsou názory, že sport je oblast, ve které není nutné pouze tolerovat, ale lze aktivně rozvíjet a pozitivně

prožívat agresivní chování. Na straně druhé se hovoří o zvyšující se frekvenci takových projevů v chování sportovců, které mají za cíl zranit jiného sportovce, vyřadit ho ze sportovního boje a tak získat pro sebe určitou výhodu. (in Slepíčka, 2006)

Agrese ve sportu se vyskytuje jak mezi aktivními sportovci, tak i u diváků navštěvujících sportovní soutěže. Tyto agresivní divácké tendence jsou v dnešní době v centru pozornosti jak psychologů, tak médií, neboť jsou jedním z velmi problematických jevů spojených se sportem.

Některé studie poukazují na to, že u diváků sledujících sporty s vyšším výskytem agrese (úpolové sporty, fotbal, hokej) se zvýšila úroveň hostility, k čemuž nedošlo u diváků sledujících tzv. neagresivní sporty jako plavání nebo gymnastika. Instinktivistické teorie to vysvětlují tím, že přihlížení agresivním sportům aktivuje agresivní instinkty, ale nedovoluje tyto instinkty projevit v agresivním chování. Hypotéza frustrace-agrese hovoří o frustraci z neúspěchu „vlastního družstva“ při nemožnosti jakkoli tomuto družstvu pomoci a teorie sociálního učení operuje s napodobováním agresivního chování sportovců jako faktorem nárůstů agresivity diváků.

Existuje určitá souvislost divácké agrese s řadou příčin psychologické i sociologické povahy. Můžeme je schematicky rozdělit na příčiny mající vztah k:

- a. společenskému prostředí a sociálnímu začlenění diváka
- b. k specifickému prostředí sportu
- c. k situačním podmínkám v hledišti a na hřišti
- d. k úloze sdělovacích prostředků.

Vliv na možnost výskytu agresivních reakcí diváků má především sociální deprivace rezultující z absence přiměřených sociálních vztahů, ekonomické problémy jako nezaměstnanost, přílišná individualizace spojená s upřednostňováním osobního úspěchu za každou cenu, krize morálních hodnot, rozpad sociálních norem, opakovaně mediálně předkládané násilné formy chování nebo normy maskulinity, které ve sportovním publiku, kde převládají muži, naleznou svou odezvu.

Také možnost identifikace s klubem či sportovcem přináší prožitek úspěchu při vítězství, avšak na druhé straně frustraci při klubových nezdarech a následné zvýšení pravděpodobnosti agresivního chování diváků. Právě tato fixace na vítězství patří k častým příčinám divácké agrese. Další možnou příčinou je nápodoba agresivního chování sportovců během utkání, kdy násilí prezentované sportovci má svou bezprostřední odezvu

mezi diváky. S tím souvisí již výše zmíněná komercializace, jež ovlivňuje chování sportovců a následně i diváků. (Slepička, 2006)

2 AGRESE

Agrese je součástí každodenní zkušenosti člověka a lidské dějiny jsou prostoupeny projevy násilí. Glorifikace násilí v některých masmediálních produkcích přerůstá v obecnější toleranci agresivního instrumentálního chování, které slouží k dosažení úspěchu za každou cenu. (Čermák, 1999)

2.1 Vymezení pojmu agrese a pojmů příbuzných

Psychologické vymezení pojmu není jednotné. Pojem agrese zahrnuje velkou škálu projevů a to je tedy důvod, proč může nabývat tolika významů. To znamená, že agrese může být chápána jako *„násilné narušení práv jiného člověka, jako ofenzivní jednání, ale také jako asertivní jednání“* (Čermák, 1999, s. 9). Někdy je agrese vysvětlována pomocí agresivního pudu, která ale nutně nemusí být agresivní. Může být chápána také jako komponenta normálního chování, které je v určitých podnětových souvislostech a ve formách zaměřených na cíl uvolněna, aby uspokojila vitální potřeby nebo aby překonala ohrožení fyzické nebo psychické integrity. (Čermák, 1999)

Dollard se svými spolupracovníky (1939, s. 11, cit Nakonečný, 1970, s. 1) vymezuje agresi jako *„akt, jehož cílovou odpovědí je ublížit („injury“) jinému organismu“*. Jinou definici podává Buss (1961, s. 1, cit Nakonečný, 1970, s. 1), který agresi pojímá jako chování bez motivace, jako *„odpověď, která jinému organismu uděluje škodlivý stimul“*. Berkowitz ji chápe jako nutný základ intelektuálního vývoje člověka, nezbytný předpoklad k získání nezávislosti a jeho hrdosti (in Čermák, 1999). Albert Bandura zase tvrdí, že mnoho lidí označuje za agresi *„chování, které není v souladu se schvalovanými sociálními pravidly“* (in Nakonečný, 1999, s. 9). Hacker pojímá agresi jako vnitřní energii projevující se původně v aktivitě a později v rozmanitých sociálně naučených formách chování od sebeprosazování až ke krutosti (in Nakonečný, 1995) Lersch (1962, s. 187, cit Nakonečný, 1970, s. 2) se domnívá, že *„agrese je chování druhého, jímž v tom oč se snažíme, jakož i tímto určitým chováním, zakoušíme rušení (Störung)“*. *„Robert Cloninger považuje agresivitu za kombinaci vyhýbání se ohrožení, což je povahový rys, a nepoddajnosti, což je charakterový rys.“* (in Hamer/ Copeland, 2003, s. 80)

Slovo agrese je odvozeno z latinského termínu „aggređior“ (útočím) a vyjadřuje určitou formu chování, jejímž znakem nemusí být za všech okolností poškození předmětu útoku, ale jen pouhé jeho odstranění. (Nakonečný, 1970) Je to způsob chování, vztahování se ke světu.

Hartl a Hartlová (2000, s. 22) pojem agrese definují takto: „*agrese je útočné či výbojné jednání, projev nepřátelství vůči určitému objektu, úmyslný útok na překážku, osobu, předmět stojící v cestě k uspokojení potřeby (reakce na frustraci); biologicky jakákoliv fyzická reakce nebo hrozba akcí, kterou jednatel zmenšuje svobodu nebo genetickou způsobilost jiného jednatelce*“.

Konečnou definicí, již se řídím v této práci, je Čermákovo pojetí agrese (1999, s. 14) jako „*záměrné jednání, jehož cílem je ublížit jinému člověku*“.

Agresivita, jak již naznačuje anglický název aggressiveness, je rysem osobnosti. Je to projev agrese, tendence zabývat se nepřátelskými, agresivními činy, nebo také průbojnost; tendence působit rázně a skoro nemilosrdně vůči splnění něčích cílů. Často se pojem agresivita prolíná nebo zaměňuje s asertivitou, sebeprosazování při dosahování svých cílů, tendence získat společenské vedoucí postavení, kontrolovat jednání a názory ostatních ve skupině. (Reber a Reber, 2001)

Ve stejných souvislostech se často objevuje pojem **hostilita**. Je definován jako dlouhodobý emocionální stav charakterizovaný nepřátelstvím vůči jiným a projevením touhou ublížit nebo způsobit bolest tomu na koho je mířena. Musíme ho rozlišovat od hněvu na základě toho, že hněv je více intenzivní a okamžitá reakce.

2.2 Dělení agrese

Nejčastěji se rozděluje agrese na instrumentální a emocionální. Instrumentální agrese je tedy prostředek, jak dosáhnout nějakého vnějšího cíle a zraní-li se u toho jiná osoba, pokládáme to za sekundární efekt. Emocionální agrese je zase charakteristická přítomností silné negativní emoce, zvláště hněvu. Agrese tedy není prostředkem, ale cílem sama o sobě. (Čermák, 1999)

V třídění agresivních způsobů chování se mohou uplatnit různá hlediska, jako např. „*hledisko zúčastněného orgánu, tj. fyzická versus verbální agrese, a hledisko interpersonálního vztahu, tj. aktivní versus pasivní a přímá versus nepřímá agrese*“ (Buss,

1961, s. 4, cit Nakonečný, 1970, s. 3) Napadne-li člověk někoho přímo fyzicky (např. pohrabeček, odstrčení atd.), hovoříme o přímé fyzické agresii. O přímé verbální agresii hovoříme v případě, kdy napadne člověk někoho přímo verbálně (např. nadávky, zesměšnění apod.) Pokud se ovšem člověk obává trestu za agresii přímou nebo tuto přímou agresii povaha dané sociální situace znemožňuje, člověk projevuje agresii nepřímou. Nepřímá fyzická agrese se může projevovat jako např. ničení majetku náležejícího objektu agrese. Projevem nepřímé verbální agrese mohou zase být pomluvy, hostilní poznámky nebo žerty. (Čermák, 1999)

Úplně jiné hledisko třídění způsobů agresivního chování uplatňuje Lückert. Otevřenou agresii rozumí „*všechna jednání, která se projevují jako přímý útok na majetek nebo hodnotu osoby nebo věci, která jsou prožívána jako překážka sebeuskutečnění*“ (1957, s. 299, cit Nakonečný, 1970, s. 4). Brachiální agrese spočívá v užití primitivního násilí s použitím fyzické síly. Socializovanou agresii zase Lückert ztotožňuje s verbální agresii. Je to jakákoli forma agrese s použitím naučených prostředků, majících povahu sociálních aktivit (intrikování, pomlouvání,...) Verbálními formami je např. žalování nebo kritizování. Skrytá agrese je v podstatě nevědomá, Lückert používá pojem symbolická agrese. Dále je popsána agrese kontrárně skrytá, která má např. „*formu úzkostlivěle přecitlivělé výchovy dítěte, která ve skutečnosti pramení z nevědomého odmítání dítěte, které je přítěží*“ (in Nakonečný, 1970, s. 4) Další formou je invertovaná agrese, jenž je obrácená ve svém směru (např. sebevražda). Agrese nejbližší šance vychází z útlumu původní agresivní reakce, která se pak zaměřuje na tzv. obětního beránka. Posledním typem agrese, kterou Lückert odlišuje, je imitativní agrese, kdy oběť napodobuje agresora. (Nakonečný 1970)

Dalšími druhy agrese jsou agrese vědomě kontrolovaná, kde aktér počítá s rizikem a přemítá o důsledcích, a agrese impulzivní, která je spíše spontánním či výbuchem negativních emocí a následnou motorickou reakcí. (Čermák, 1999)

Po Millerově nové formulaci, že „*frustrace může vyvolat řadu různých reakcí, mezi nimiž je vždy možno najít nějakou formu agrese*“ (in Nakonečný, 1970, s. 4), se rozlišuje manifestní a latentní agrese.

V klinické psychologii se třídí agresivní chování podle zaměřenosti: heteroagrese, agrese zaměřená na druhého, a autoagrese, agrese zaměřená na sebe sama. (Nakonečný, 1998)

2.3 Činitelé ovlivňující agresivní chování

Agresivní akty jsou determinovány řadou endogenních a exogenních faktorů, které působí někdy společně, jindy více či méně samostatně.

Pohlaví

To, že muži se projevují agresivně častěji než ženy, zřejmě souvisí s vlivem mužských pohlavních hormonů. Plyne to i z očekávání rolí. Chlapci by měli být více aktivní, energičtější a agresivnější než ženy.

Věk

Sociální kontakty, které jsou zdrojem frustrací a tedy i agrese, se u dětí rozvíjejí až v období kolem třetího roku věku, a to může být příčinou toho, proč se agresivita u dětí staršího předškolního věku objevuje častěji než u dětí raného věku. Hurlocková (in Nakonečný, 1970) se domnívá, že s věkem se mění jak četnost vystupování agrese, tak i její formy. Agrese se přesouvá z předmětů na jiné děti.

Společenské prostředí

Vliv tohoto faktoru se výzkum od výzkumu liší a některé jsou až protikladné. Často se uvádí, že děti z nižší společenské třídy jsou agresivnější než děti a mládež ze středních a vyšších společenských vrstev. Je to vysvětlováno nápodobou sociálního okolí nebo různými výchovnými metodami a vzory, které jsou jim poskytovány.

Fyzická konstituce

Sem patří i faktor temperamentu. Nejvíce se tomu věnovali Sheldon a Kretschmer. Podrobněji se tímto činitelem budu zabývat v kapitole 4.

Nervová a psychická onemocnění

„Agresivita může vznikat i na základě funkčních a organických poruch nervové soustavy, kdy dochází ke snížení schopnosti korové kontroly chování a narůstá obecná impulsivita a dráždivost nemocných.“ (Nakonečný, 1970, s. 13) Také u neurotiků snižuje práh tolerance pro frustraci zvýšená psychická dráždivost, která může být doprovázena zvýšenou agresivitou.

Osobnost

Berkowitz (1962, s. 258, cit Nakonečný, 1970, s. 13) uvádí, že „habitálně hostilní osoba, která se naučila interpretovat situace a chování sociálního okolí jako nepřátelské a hrozebné, je agresivní právě v důsledku tohoto založení, které je produktem sociálního učení“. Redl a Wineman (in Nakonečný, 1970) shledali u extrémně agresivních chlapců ve věku osm až deset let různé znaky zeslabeného ega, jako např. nízká frustrační tolerance, neschopnost vyrovnat se s nejistotou, úzkostí a strachem a nízká rezistence vůči pokušením.

Sociální zkušenost

Řada autorů se domnívá, že k vytvoření agresivní osobnosti vedou určité typy sociální zkušenosti, derivované ze vztahů dětí k rodičům a zvláště odmítání dětí rodiči a celkově disharmonické vztahy rodičů k dětem. Také že faktorem vzniku agresivity je frustrace potřeb emocionální afekce a péče. Zdá se, že nedostatek projevů lásky a zájmu rodičů, způsobujíc emocionální deprivaci v dětství, je základním sociálním faktorem agresivity. (Nakonečný, 1970)

3 TEORIE AGRESE

V literatuře nacházíme mnoho teoretických konceptů, které vysvětlují příčiny agresivního chování. Lze je rozdělit podle toho, zda předpokládají, že agresivita jedince je vrozená, získaná či zda je kombinací těchto dvou vlivů. Zdrojem dělení těchto teorií agrese mi byl článek v Československé psychologii od Iva Čermáka.

3.1 Pudová teorie

Sigmund Freud předpokládal jednoznačně biologickou determinovanost lidského chování. Po dlouhou dobu přisuzoval dominantní význam sexuálního pudu. Ve své práci O člověku a kultuře (1990) staví proti pudu sexuálnímu (erotu) pud smrti či agrese (thanatos). Ten směřuje proti existenci života jiných bytostí nebo vlastního organismu. Z takto formulovaného předpokladu můžeme odvodit, že člověk je ovládán impulsy k ničení sebe sama nebo druhých. Tato trvale působící, na vnějších podnětech téměř nezávislá síla se může projevit následujícími způsoby:

- a. přímou agresí proti sobě nebo okolí
- b. ve spojení se sexuálním pudem v sadismu či masochismu
- c. transformací do společensky přijatelné aktivity
- d. potlačením do nevědomí s následnými symptomy (neurózy, deprese, psychosomatické onemocnění). (Freud, 1991)

3.2 Orgasmicko-instinktivní teorie

Hlavním zástupcem této teorie je Konrád Lorenz. Jeho pojetí vychází narozdíl od Freuda z jiného teoretického a výzkumného zázemí, neboť se zabýval etologií a pozorováním zvířat v přirozeném prostředí. Používá sice odlišný pojmový aparát, ale dospívá k podobným závěrům.

Agresi považuje za instinkt, který je sycen energií neustále se hromadící v nervových centrech. V okamžiku, kdy je nahromaděno dostatečné množství energie,

Jedinec není schopen takovému tlaku čelit a musí projevit agresi. Jedinec ale ve většině případů nevyčkává pasivně na toto nahromadění, ale sám aktivně vyhledává nebo dokonce vytváří situace, ve kterých může agresi realizovat. Na rozdíl od Freuda se domnívá, že agrese napomáhá přežití druhu jako celku. (Lorenz, 1966)

3.3 Úroveň aktivace ve vztahu k agresi

Dalším konceptem objasňujícím specifickou agresivní chování je teorie aktivační úrovně (arousal) od D. Zillmanna, který nesouhlasí s pojetím agrese jako generalizovaného pudu a zastává stanovisko, že „*aktivační úroveň je síla vybavující chování člověka energií, ale v žádném případě nejde o sílu difuzní (nespecifickou) a univerzální*“ (in Čermák, 1995, s. 119)

Podle této teorie je excitace spolu s příslušnými emocemi evokována hlavně na základě mechanismu učení. Zillmann dokazuje, že aktivační úroveň není univerzálním zdrojem pro vybavení agrese a pokud nabíjí agresi energií, pak toto nabití není nezbytně ve vztahu k předcházející úrovni aktivace. V jeho pojetí je aktivační úroveň spíše potencionálním zdrojem agrese, jehož účinnost je závislá na souboru příznivých podmínek. Vztah mezi aktivační úrovní a kognitivními faktory je obousměrný, to znamená, že excitační aktivita je ovlivněna kognitivními procesy a naopak. Zillmann (in Čermák, 1995, s.120) udává, že „*hněv jako afektivní komponenta agrese může být se samotnou agresivní reakcí spojen prostřednictvím excitace transferu. Irelevantní aktivační úroveň se přenesse (transferuje) do situace provokující agresi a intenzifikuje afekt hněvu. Po provokaci jinou osobou se postupně vybavuje arousal. Když je po určité době osoba znovu konfrontována s provokatérem, hněv je již kognitivně zpracován. Zůstává však reziduální excitace, která může znovu vyvolat hněv a případně agresi, i když původní příčina již není přítomna.*“

Významným kognitivním faktorem, který ovlivňuje průběh agrese, je připisování aktivační úrovně zdrojům agresivního chování. Pokud je aktivační úroveň připisována zdrojům, které nesouvisejí s vlastní provokací, slouží pravděpodobně tato atribuce jako prevence agrese. Rovněž taková hodnocení situace, které minimalizují strach vyvolaný nebezpečím, může snížit velikost aktivační úrovně. A nakonec ústup aktivace může být urychlován činnostmi, zabraňujícími opakování zlosti a pomstychtivým záměrům. Ovšem na druhé straně, je-li aktivační úroveň příliš vysoká, pak účinnost kognitivních procesů v korekci agrese je snížena a impulsivně hostilní chování se může projevit v plné síle, bez

interference kognitivních procesů, jež mohou za jiných podmínek agrese korigovat. (Čermák, 1995)

3.4 Koncepce morální neangažovanosti

Albert Bandura definuje agresi jako „*mnohórovňovitý fenomén, pro jehož porozumění nevystačíme s jedním nebo dvěma koncepty.*“ (in Čermák, 1995, s. 122) Úplný obraz agrese lze podle něj získat jedině tehdy, když se nám podaří vysvětlit, jak se vzorce agresivního chování vyvíjejí, co provokuje lidi k tomu, aby se chovali agresivně a co posiluje takové chování po iniciaci agrese.

„*Jako příklad uplatnění principu specifčnosti může být uveden Bandurův koncept selhání seberegulace agresivního chování, který nazývá morální neangažovanost (vyvázanost – moral disengagement).*“ (in Čermák, 1995, s. 122) Lidé totiž nejednají pouze jako autonomní morální systémy nepřijatelné vlivu sociální reality. Chování, kognice a jiné osobní faktory a prostředí představují tři navzájem interagující zdroje vlivu konstituující výsledné jednání. Výsledné jednání jedince je podle této interakcionistické představy regulováno recipročním vlivem kognicí a sebesankcí, zpětnovazebným vlivem chování ve specifické situaci a sítí sociálních vlivů. Poté, co se u jedince vyvinou určité sociální a morální normy, jsou obvykle důsledkem jednání dva typy reakcí: sebehodnotící reakce a sociální efekt. Obě mohou působit na další chování svým komplementárním nebo konfliktním vlivem.

Jednání je v souladu s morálními normami nejčastěji tehdy, když jedinec nedokáže snadno omluvit své nemorální (agresivní) chování a jsou-li reakce významných druhých také v souladu s osobními normami jedince. Tento koncept morální neangažovanosti objasňuje mechanismy, jež umožňují překonávat uvedené vlivy ve smyslu facilitace agresivního chování.

Podstatou morální vyvázanosti je selhání nebo vypojení seberegulačních a sebesankčních mechanismů. Aby se jedinec zbavil viny, aby se očistil nebo aby se jí vyhnul, musí se zbavit vnitřních morálních imperativů a tak eliminovat možné znehodnocení vlastní sebeúcty. Selektivní aktivace a vyvázání se z vnitřní kontroly může vyvolat různé typy chování se stejnými důsledky, a to je poškození oběti. (Čermák, 1995)

3.5 Sociálně-kognitivní koncepce agrese

Agresivní reakce není pro zastánce této teorie skrytou proměnnou, ale souvisí s určitými specifickými myšlenkami a vzorci informací, které jedinec zpracovává a používá. Sociálně-kognitivní teorie počítá s instrumentálními formami agrese.

„Atribuční teorie přispívají ke specifikaci uplatněním principů kovariace a principu rozlišení (distinctiveness). Tyto principy korigují predikce o tom, že jedinec bude připisovat hostilní záměr provokatérovi v případě, kdy provokatér vyvolává negativní odezvu u jedince chováním, které je závislé na okamžitém popudu, je nevypočitatelné a konsistentní. Zástupci této teorie jsou např. Pastore, Burnstein, Worchel, Dodge, Crick.“
(in Čermák, 1995)

4 TYPOLOGIE OSOBNOSTI A AGRESE

Typ je „jedinec, skupina osob či objektů spojených společným znakem, charakteristikou; trs rysů, vlastností či jiných znaků, které slouží jako kritérium jejich třídění do skupin“ (Hartl/ Hartlová, 2000, s. 632).

Termínem *konstituce* se v užším smyslu rozumí utváření těla člověka, nověji pak všechny jeho morfologické a funkční tělesné znaky. Konstituční typologie vycházejí ze souvislostí mezi znaky utváření těla a psychickými vlastnostmi. Novodobým představitelem konstituční typologie byl E. Kretschmer.

Pro pochopení této oblasti, se zde zaměřím hlavně na díla Ernsta Kretschmera a Williama H. Sheldona

4.1 Počátky konstituční typologie

Po celá staletí lidé věřili tomu, že chování významně souvisí s fyzickým vzhledem člověka. Za zakladatele konstituční typologie je všeobecně považován řecký lékař Hippokrates. Ten klasifikoval lidskou tělesnou stavbu do dvou somatotypů:

- *Habitus apoplecticus* - tlustí, malí, svalnatí a silní jedinci s vyšší sugestibilitou
- *Habitus phthisius* - jemní, vysocí, štíhlí a slabí jedinci se sklonem k únavnosti

První typ často postihuje mrtvice (cerebrovaskulární příhody, trombóza) a druhý typ zase tuberkulóza. (Hal/ Lindzey, 1999; Hartl/ Hartlová, 2000)

Počátkem 19. století navrhlo několik francouzských spisovatelů typologii třech typů lidských bytostí. Šlo o sugestivní, muskulární a respiratorně-cerebrální typ. Začátkem minulého století Viola (in Hall/ Lindzey, 1999) zformuloval další klasifikaci, která měřila lineárnost lidského těl v porovnání s jeho váhou. Byly to:

- Typ mikrosplanchnický neboli lidé s malým tělem
- Typ makrosplanchnický – lidé s velkým tělem

4.2 Kretschmerova konstituční typologie

Východiskem jeho typologie bylo pozorování souvislostí určitých typů stavby těla s určitými druhy psychického onemocnění. (Nakonečný, 1995) Kretschmer studoval tělesnou stavbu velkého množství pacientů a stanovil tři základní psychofyzické typy: typ astenický, atletický a pyknický. K tomu ještě určil čtvrtý typ, typ dysplastický, při kterém se kombinují jisté partie jednoho typu a jiné partie druhého typu. (Hall/ Lindzey, 1999)

Astenik čili leptosom

Vyznačuje se protaženým vzrůstem, má úzká ramena a boky, dlouhý úzký hrudník, jemnou kostru a dlouhé horní a dolní končetiny. Jeho muskulatura je skrovná a činí celkový dojem hubenosti, vytáhlosti, slabosti či subtilnosti. Jeho kůže je tenká s malým množstvím podkožního tuku. Lebka má vejčitý tvar a obličej je malý. Je charakteristický snadnou unavitelností, nedostatkem energie, vírou v osudovost a zřídka nadšením pro věci. (Nakonečný, 1995, Hartl/ Hartlová, 2000)

Atletik

Je to typ člověka, který se vyznačuje širokými rameny a plastickou muskulaturou. Kostra je dobře vyvinutá s klenutým hrudníkem s velkou kapacitou plic. Má úzkou pánev, nápadně relativně štíhlé nohy, hrubý kostnatý obličej i lebku. Jeho kůže je elastická s malým množstvím podkožního tuku. (Nakonečný, 1995, Hartl/ Hartlová, 2000)

Pyknik

Tento typ má sklon k obezitě, vyznačuje se tedy měkkým širokým, kulatým obličejem a masivním krátkým krkem. Jeho břišní proporce jsou zdůrazněné a má krátké jak horní tak dolní končetiny. Lebka je kulatá. Tohoto svého charakteristického vzhledu dosahuje pyknik až mezi 30. a 40. rokem věku. (Nakonečný, 1995)

K těmto tělesným typům Kretschmer dále přiřazuje povahu a tak vznikají tři typy charakteru: charakter cyklothymní, schizothymní a viskózní.

Cyklothym

Je to společensky založená osoba, jehož nálada kolísá mezi veselostí-čilostí a záдумčivostí-těžkopádností s převahou jednoho nebo druhého ladění. Tento jedinec má smysl pro humor, ale snadno se také rozpláče a je smutný. Splývá s dobou a s prostředím, miluje požitky a pohodlí. Žije realisticky, spíše v přítomnosti. Takový člověk je otevřený, sdílný, je dobře adaptovaný. A má smysl pro aspekty užitečnosti, je tedy utilitarista. (Nakonečný, 1999)

Schizothym

Je oproti cyklothymu člověk složité povahy. Obecně můžeme říci, že je to osoba uzavřená, vážná, plachá, citlivá, plná rozporů. Takový jedinec má intenzivní vnitřní život, je spíše nepraktický, citlivý a chladný zároveň. (Nakonečný, 1999)

Viskózní charakter (Ixothym)

Jedinec s viskózním charakterem je psychomotoricky klidná a pomalá, v extrémních případech těžkopádná a neobratná. Vyznačuje se rozvážným, prostým způsobem myšlení, malou citlivostí a vzrušivostí. Je převážně flegmatická. Tito lidé bývají často úspěšnými boxery. (Nakonečný, 1999)

V podmínkách mimo dění duševní činnosti se na tyto jednotlivé konstitute váže určitá dimenze: Schizothymie, Cyklothymie. Jsou to mírné stavy nebo dimenze u duševně zdravých lidí. Při problematickém vývoji se podle typu charakteru projeví duševní nemoc. Duševní nemoc je přehnaná forma schizotymie nebo cyklotymie. (Kretschmer, 1925) U cyklothyma se projeví maniodepresivní psychóza a u schizothyma schizofrenie.

S touto typologií Kretschmer studoval skupinu 260 manicko-depresivních a schizofrenních pacientů. Ukázala se jasná souvislost mezi manicko-depresivní psychózou a pyknickým typem a mezi schizofrenií a astenickým typem. I když mezi schizofrenickými pacienty byl zastoupen atletik i dysplastický typ. (Hall/ Lindzey, 1999)

4.3 Typologie W. H. Sheldona

Jeho teorie klasifikuje lidi podle třech základních typů tělesné stavby. Ovšem to neznamená, že určitý jedinec představuje ten či onen typ. Každý má v sobě něco z každé ze tří základních komponent. (Hall/ Lindzey, 1999)

Sheldon chápal konstituční typologii jako „*studium psychologických aspektů lidského chování v jejich vztahu k morfologii a fyziologii těla*“ (1942, s.1) Konstituce zahrnuje relativně neměnné aspekty osobnosti, jako morfologie a endokrinní funkce, narozdíl od aspektů, které většinou podléhají změně pod tlakem prostředí, jako jsou zvyky a sociální postoje (Sheldon, 1942).

Sheldon navrhl somatotyp (tělesný typ), který vychází zejména z měření lidského těla. Tedy tato typologie je antropometrická, založená na měření a fotografování lidských těl.

„*Somatotyp je kvantitativní vyjádření stupně, v jakém jsou dané tělesné stavbě vlastní tři primární komponenty: endomorfie, mezomorfie a ektomorfie*“ (Hall/ Lindzey, 1999, s. 308). Somatotyp je série tří čísel, každé hovoří o různém stupni primární komponenty. Každá komponenta se vyjadřuje ve škále 1 – 7.

Endomorfie

Je to první složka tělesné struktury. Vyjadřuje relativní dominanci vegetativního systému, což jsou ty části těla, které jsou zapojené do asimilace a trávení potravy. Takové tělo má sklon lehce přibírat tuk a charakterizuje ho měkkost a kulatost. Kostí a svalů nejsou dostatečně vyvinuté. (Hall/ Lindzey, 1999)

Mezomorfie

Druhá komponenta tělesné struktury, která vyjadřuje relativní dominanci kostí, svalů a pojiva. Takové tělo je charakterizováno tvrdostí a hranatostí, je silné, pevné a všobecně dobře odolává zraněním. (Hall/ Lindzey, 1999)

Ektomorfie

Je to poslední tělesná komponenta. Vyjadřuje dominanci kůže a nervového systému. Primárně ektomorfní tělo je hubené a málo svalnaté. Je jemné a rovné. V poměru k celkové velikosti má největší mozek a centrální nervový systém. (Hall/ Lindzey, 1999)

Sekundární složky tělesné struktury

Těmito sekundárními složkami je myšlena *dysplazie*, což je míra, nakolik se tři primární komponenty vyskytují inkonzistentně v různých částech těla, a *gynandromorfie* je stupeň, nakolik části těla obsahují mužské i ženské charakteristiky. (Hall/ Lindzey, 1999)

Podle primárních komponent a různých rysů, stanovil Sheldon tři škály: viscerotonie, somatotonie a cerebrotonie. Z nich potom určil jednotlivé typy charakteru. **Viscerotonní typ** vykazuje všeobecnou lásku k pohodlí a jakousi nenasytnost, pokud jde o jídlo, jiné lidi a lásku. Mají relaxovaný postoj, reagují pomalu a jsou poměrně vyrovnaní. Také jsou sociabilní, realističtí a tolerantní k ostatním. **Somatotonní typ** má rád fyzické dobrodružství a rizika a má silnou potřebu temperamentní a svalové fyzické aktivity. Vyznačuje se agresivitou, hlučností i odvahou. Často jsou necitliví k pocitům ostatních. Za nejdůležitější považují čin, moc a dominanci. Touží po sebeuplatnění. **Cerebrotonní typ** není rád středem pozornosti, a tak se snaží být nenápadný. Je uzavřený, inhibovaný a má tendenci skrývat se před ostatními. Vyznačuje se přecitlivělostí, utlumeností a fantazií. Reaguje mimořádně rychle, ale špatně spí. Nejlépe se cítí v malých, uzavřených prostorách. (Hall/ Lindzey, 1999; Nakonečný, 1995)

Sheldon vyvinul koncepci duševních poruch podle tří primárních dimenzí. Tyto dimenze jsou blízké třem psychiatrickým diagnózám. „*První, afektivní složku duševní poruchy představuje, v extrému, manicko-depresivní psychóza. Druhou, paranoidní složku představuje paranoidní psychóza. Třetí, heboidní komponentu představuje hebefrenní forma schizofrenie.*“ (Hall/ Lindzey, 1999, s. 320)

4.4 Geny a osobnost

Tato část mé práce se týká výzkumů, které zjišťovali, co zapříčiňuje to, že jsme agresivní. Zdrojem mi byla vcelku nová kniha Hamera a Copelanda s názvem Geny a osobnost. Ukázalo se, že se nedědí špatné chování nebo agresivita, ale spíše genetická citlivost na prostředí. Geny nečiní děti asociálními a agresivními, ale spíše náchylnějšími k těmto vlastnostem.

Ani děti delikventů nemusí nutně jít ve stopách svých biologických rodičů. I děti s nejhrošími geny se mohou vlivem dobré výchovy změnit. Některé geny se začnou projevovat až v pozdějších letech. Můžeme tedy říci, že v dětství je nejdůležitějším faktorem prostředí, později jsou důležitější geny.

Když děti vyrůstají v určité domácnosti, jsou výrazně ovlivněny společně sdíleným prostředím. Když však děti opustí domov, nejsou již tolik ovlivňovány či omezovány tím, co se naučily. Mohou si vybírat přátele a sousedy a tedy zvolit své prostředí. Nemění se tím jejich geny, ty jim jen pomohou najít prostředí jim vlastní, ať už dobré nebo špatné.

Do polepšovny se děti dostávají především pod vlivem prostředí, ve kterém vyrůstaly, ale do vězení se dospělí lidé dostávají spíše kvůli svým genům. To znamená, že v útlém věku lze měnit cestu genů ke kriminalitě.

Na základě výzkumu Fredericka Goodwina se zjistilo, že serotonin může ovlivňovat agresivní chování. Goodwin nejprve sledoval záznamy o projevech „nadměrné agresivity a psychopatologické deviace“ u vojáků americké námořní pěchoty, kteří byli vyloučeni z psychických důvodů. Potom jim odebral mozkomíšní mok a analyzoval ho. Zjistil, že tito vojáci měli sníženou hladinu 5hydroxyindolyl octové kyseliny (5-HIAAA), která vzniká při rozkladu mozkového přenašeče serotoninu.

Výzkumy serotoninu u opic ukázaly, že se tato sloučenina obsažená v mozku podílí na jejich agresivním chování z více než 25%.

Začalo se tedy zjišťovat, zda mají serotoninové receptory v mozku, které přenášejí informace, vliv na agresivitu. Genetické inženýrství umožnilo vědcům vytvořit plemeno myší, které zcela postrádalo jeden serotoninový receptor zvaný 5-HT1B. Ztrátou jediného serotoninového receptoru, z více než dvanácti různých, se normální myš promění v agresivního útočníka.

„Nízká hladina serotoninu způsobuje agresivitu, a protože geny mají vliv na hladinu serotoninu a jeho využití, musí agresivitu způsobovat geny“ (Hamer/ Copeland, 2003, s. 88).

Podle výzkumů Michaela McGuirea a Michaela Raleigha se nedá mluvit o genetickém vlivu, zdá se, že postavení v organizační hierarchii je spíše příčinnou rozdílné hladiny serotoninu než naopak.

Hamer a Copeland (2003, s. 89) uvádí, že *„člověk, jež se narodí v bídě, nemá dobré vzdělání, má „nesprávnou“ barvu pleti, náboženství nebo jazyk, může dosáhnout pouze nízkého společenského postavení“*. S tím souvisí nízká hladina serotoninu a snízkou hladinou serotoninu souvisí agresivita, nenávist a násilí. Dosud je známý pouze jeden gen, který souvisí s násilným chováním lidí. Tento gen, který určuje enzym monoaminoxidázu A, který je jedním z enzymů rozkládajících serotonin. Protože se mutace tohoto genu vyskytuje zřídka, nazývá se „osiřelá mutace“. Ovšem agresivitu ovlivňují ještě další faktory, o kterých se zmiňují ještě dále.

„Nejdůležitějším faktorem, jenž ovlivňuje, zda bude někdo násilný nebo agresivní, je chromozom Y, který určuje pohlaví.“ (Hamer/ Copeland, 2003, s. 89)

Stačí jen nahlédnout do statistik, kde se uvádí, že muži ve srovnání s ženami jsou odpovědní za násilné útoky asi 4x častěji a 10x častěji za vraždy. Války vedli též většinou muži a v profesionálních sportech dominují muži.

„Chromozom Y tvoří rozdíl mezi muži a ženami, a protože jsou muži agresivnější, musí být v chromozomu Y cosi, co způsobuje agresivitu.“ (Hamer/ Copeland, 2003, s. 90) Tuto teorii se pokoušelo dokázat mnoho vědců. To ovšem přineslo spíše více vědeckých i etických problémů.

S chromozomem Y souvisí i tvorba mužského pohlavního hormonu, testosteronu, z výzkumů tedy vyplývá, že hladina testosteronu ovlivňuje chování a zároveň se hladina testosteronu mění podle chování. Existují i výzkumy, které dokazují, že vítězům hladina testosteronu stoupá, zatímco poraženým klesá.

„Lidský mozek reaguje na testosteron agresivitou a soupeřivostí a na soupeření a agresivitu reaguje vytvářením testosteronu.“ (Hamer/ Copeland, 2003, s. 93)

Dalším zajímavým faktorem je gen, který u myši způsobuje agresivní chování, gen, který tvoří enzym syntetázu oxidu dusnatého (NOS). Ten má za úkol syntetizovat oxid dusnatý (NO), nervový přenašeč, jež mozkové buňky používají ke komunikaci.

„Vědci dospěli k závěru, že oxid dusnatý působí na chování jako brzda.“ (Hamer/Copeland, 2003, s. 96) Zatím nevíme, zda platí i u lidí nebo zda se u nich vyskytují nějaké přirozené mutace genu NOS.

V neposlední řadě nesmíme zapomenout na vliv rodiny. Geny sice ovlivní to, jak často a snadno se člověk rozčílí, ale to jak se ve skutečnosti chová, závisí na zvycích naučených cvičením a opakováním.

Jeden výzkum na univerzitě George Washingtona zjistil, že „negativní rodičovská výchova má na špatné chování dětí statisticky větší vliv, než má pozitivní výchova na chování dobré“.

5 AGRESE VE SPORTU – DÍLČÍ TEORETICKÁ POJETÍ

Teoretické základy sportovního specifického výzkumu agrese jsou úzce srovnávány s všeobecným výzkumem agrese, představují jejich různé přístupy podle všeobecně běžného rozdělení.

5.1 Pudová a instinktivní teorie

Teoretické a empirické zpracování otázky agrese ve sportu bylo podníceno pojetím Konráda Lorenze: sport je „*v lidském kulturním životě vyvinutá ritualizovaná zvláštní forma boje*“ (1966, s. 280); ve formě hrubších, individuálnějších a egoističtějších způsobů chování je sport výborný ventil pro nahromaděnou agresi, a v „rytířkosti“ (Fairness) sportu, která je také zachována i během vzruchových situací silně vyvolávajících agresi, přichází vědomé a odpovědné ovládnutí pudové bojové reakce k projevu (Lorenz, 1966, s. 281). Opírajíc se na Lorenzův použitý pojem „intraspecifické agrese“ srovnali Baldewein, Fuchs, Hegg, Platzbecker a Wiemann (in Gabler, 1987) agresivní chování ve sportu s konkurenčním chováním, kteří toto konkurenční chování vysvětlují rozdílně.

Steinbach, který se též orientuje na etologické koncepty, přesahuje dokonce i tento význam agrese ve sportu. Agresivní charakter sportovní činnosti se nevyjadřuje až v závodě, ale už v tréninku. Fiktivní výměně názorů s protivníkem a na něj vztažená agrese přísluší „*při prožívání tréninku docela závažná role*“ (1971, s. 32, cit Gabler, 1987, s. 10). Sportovní trénink je sociálně přijatelný ventil pro agrese, které nelze vybit při závodech na základě etických norem či pravidel.

Na základy pudové teorie je orientovaný Neumann, který se zabývá tematikou agrese ve sportu teoreticky i empiricky. Vychází z předpokladu samostatného a prvotního pudu agrese (in Gabler, 1987). Ačkoliv se ve svých představách teorie osobnosti úzce opírá o Lersche, který nepředpokládá existenci zvláštního pudu agrese (tamtéž). Samostatnost a počátek agrese se odráží „*v agresivní radosti, jak se projevuje mládež ve hře*“ (1957, s. 44, cit Gabler, 1987, s. 11). Neumann přitom rozlišuje „*dvě formy agresivního chování: přátelské konání (aggređi) a nepřátelské (destruktivní) útočení*“ (tamtéž).

Volkamer vychází rovněž z předpokladu pudové agrese. Chápe sportovní zápas všeobecně jako „*řízené agresivní jednání... Není žádný opravdový zápas mezi reálnými nepřáteli, je ale živěn jako ten z nejhlubších pramenů osobnosti, z pudové agrese*“ (1972, s. 49) Pro „zbavení se“ této agresivity vidí Volkamer ve sportovním zápase dvě možnosti: za prvé „sublimovaný a kultivovaný způsob“ v rámci herního jednání podle pravidel; za druhé ve smyslu abreakce na „regredovaný stupeň chování“ ve formě přímého násilí a faulů (1972, s. 50). Sublimace je podle Volkamera podána ve prospěch regrese na primitivnější formy agrese, když vstupuje přetížení a „frustrace“. Rozlišuje mezi výhrou a prohrou jako podstatnou podmínkou pro projev rozdílných způsobů agresivního chování. Výherce není přetížen a frustrován, agrese se zbaví povoleným způsobem, nemá tedy důvod, proč by se měla porušit pravidla. U poraženého se proti tomu předpokládá spíše frustrace a agrese. (Volkamer, 1972)

5.2 Agrese jako reakce na frustraci

Jedna z nejznámějších hypotéz vyvolávajících stále zájem odborníků, je hypotéza frustrace-agrese. Od Volkamera vycházející regredovaná forma agrese jako reakce na frustraci poukazuje na koncept vysvětlující agresivní chování, takzvaná Frustračně-agresivní hypotéza. Zastánci tohoto konceptu sice pokládají sport za vhodnou příležitost jak se zbavit nahromaděné agrese. Avšak narozdíl od etologického a psychoanalytického konceptu nevznikají takové nahromaděné agrese převážně spontánně, nýbrž jsou vyvolány především reaktivně, podmínkami okolí. Abreakce ve sportu je spojována s pojmy hlubinné psychologie, jako jsou např. sublimace potřeb, kompenzace nebo regrese. (Gabler, 1987)

V souvislosti s tímto konceptem můžeme tuto hypotézu interpretovat dvojitým způsobem, a sice podle toho, zda výklad vychází z nadřazených, celospolečensky frustrujících podmínek (agrese jako reakce na frustrující společenské podmínky) nebo spíše ze sportu vlastní, sociální struktury.

„*Pojetí, že společenské podmínky jsou zodpovědné za „frustrování“ a „zvýšenou agresivitu“, zastupoval především Plessner* „ (in Gabler, 1987, s. 13). Přitom odhalil jako jeden z prvních souvislost mezi frustracemi, které jsou známy z pracovního prostředí, a agresemi, které se vyjadřují ve sportu. Tak vidí sport jako „vzpouru“ proti životu v továrně nebo v kanceláři, proti „*nátlaku racionalizovaného pracovního světa*“. (in Gabler, 1987)

Řada autorů (především Bauer/Kleindienst, Denker, Plack, Vinnai) se svými interpretacemi agrese ve sportu shoduje s Plessnerovým pojetím. Co se může na společném základě hypotézy frustrace-agrese pokládat za agresivní jednání v konkrétní sportovní situaci? Odpověď na tuto otázku vede k difuznímu, částečně rozpornému obrazu:

Vinnai pokládá již pouhé odkopnutí míče za „*velmi agresivní akt*“ (in Gabler, 1987). Ještě větší míra agresivity je dokonce aktualizována tím, že se člověk snaží „trefit“ protivníka, tím že mu člověk způsobí porážku. Přitom jsou technicko-taktické možnosti aktérů (postavení ve hře, dribling, střela na bránu aj., s kterými bojuje protivník, považovány za „*zbraně*“. Také Plack dává sport do spojení s vojenskými výrazy, přičemž ho začleňuje ještě silněji do přesahujících souvislostí. Tak jsou považována sportovní utkání národního mužstva a sportovní nadšení mas jen jako zdánlivá „*neškodná forma agrese*“. Plack tvrdí, že „*sport jako náhrada války má vždy už tendenci být přípravou na válku*“ (in Gabler, 1987, s. 14).

Zatímco Plack vidí ve sportovním utkání tendenci k „úplnému zničení“ protivníka, jinými autory je naproti tomu omezena míra úmyslu uškodit. Bauer/Kleindienst sice označují agresivní chování rovněž jako ublížení druhé osobě. Avšak objekt ublížení spočívá pouze v tom, „*že jsou poškozeny zájmy druhých*“ (1974, s. 115, cit Gabler, 1987, s. 14). Mitscherlich (in Gabler, 1987) přitom rozlišuje mezi záměrnou agresivitou (ve smyslu racionálního vědomého nasazení agresivní strategie) a bezděčnou agresivitou (ve smyslu příznaku pro jeden z vědomě zbavených konfliktů).

Také Denker vychází z jednoho širokého pojmu agrese ve sportu: „*Každý druh sportu v naší současné společnosti je také forma agrese*“ (1973, s. 418, cit Gabler, 1987, s. 14). Na základě těchto tvrzení se dopodrobna rozlišují čtyři formy agrese:

- agrese vědomá - podle pravidel
- agrese vědomá - mimo pravidla
- agrese nevědomá - podle pravidel
- agrese nevědomá - mimo pravidla.

Často se ale nerozlišují agresivní a neagresivní způsoby chování ve sportu.

5.3 Koncept učení a socializace

Představy o agresivním chování ve sportu na pozadí konceptu teorie učení a socializace přibývají na významu. Touto teorií se zabývají hlavně Prenner, Sherif, Simons, Smith nebo Sprenger. Agrese ve sportu je podle těchto konceptů především výsledkem přejímání způsobů chování nejen posílením (učení vlastnímu úspěchu) a napodobováním (učení úspěchu ostatních), ale také sociálně důležitým očekáváním rolí a předpisy: „*Člověk je agresivní a násilnický, protože ostatní jsou taky takoví*“ (Prenner 1972, s. 341, cit Gabler, 1987, s. 21). Podle těchto konceptů se agresí rozumí především chování, které se odchyluje od formálních a neformálních pravidel. Tu se ovšem nabízí otázka, jak je charakterizováno toto odchylné chování.

Sprenger říká, že „*právě odchýlení od formálních pravidel je charakterizováno jako agresivní chování*“ (in Gabler, 1987, s. 21). Toto „*pravidlu odporující*“ chování následuje především proto, že hráč např. majíc zkušenost, že přestupek proti pravidlu, který byl proveden v jedné „*ohrožující*“ situaci, může být i přes očekávané sankce ve smyslu „*instrumentální agrese*“ výhodnější (in Gabler, 1987).

Také Simons obhajuje to, že chování podle pravidel ve sportu nemá být označováno jako agresivní. Avšak přidává k tomu, že už „*běžný faul nesporně patří k rituálu závodu*“ (1972, s. 416, cit Gabler, 1987, s. 22). Podobné pojetí je také zastoupeno Sherifem. V jednom výzkumu se zabývala mimo jiné i tím, zda po delší dobu opakovaná sportovní utkání mezi dvěma skupinami chlapců na letním táboře vedou ke konfliktům a agresím. Potvrdila své očekávání a popisuje nevraživé jednání s nadávkami a násilnými hádkami po hře, pálení vlajky protivníka, dobytí přístřeší protivníka, zatvrzelá přání, že s druhou skupinou nic nechtějí dělat (in Gabler, 1987). Sherifová tedy agresí rozumí nevraživé jednání, které se odchyluje nejen od formálních, ale i neformálních pravidel, přičemž tato neformální pravidla nezůstávají omezena pouze na sportovní utkání. (Gabler, 1987)

Prenner zahrnuje vedle agresivních aktů (především v rámci týmových sportů zdůrazňujících tělo) „*jako sice neoprávněný, ale účinný prostředek*“ také „*doping, podplácení, dohody o výsledcích utkání, amatérské chyby, ústupové chování v tělesné výchově, ovlivnění hospodářského průmyslu a průmyslu sportovních potřeb*“ a další (1972, s. 341, cit Gabler, 1987, s. 22).

Teorie učení a socializace se zabývají především chováním, které se odchyluje od formálních a neformálních pravidel. Výzkum Smitha o schválení nebo ne-schválení různých způsobů chování hráčů ledního hokeje („tvrdý, ale podle pravidel povolený útok loktem“, „drsná hra, jako natlačení na mantinel nebo cross-check¹, které vedlo k trestným minutám“, „rohování“), kamarády z týmu, trenérem a rodiči poukazuje nato, že nejsou k dispozici jen v jednotlivých oblastech sportu rozdílná „neformální herní pravidla“, nýbrž že spočívají ve sportovním odvětví rozdílná mínění o tom, co schvalovat nebo neschvalovat jako nepřiměřené (odchylné) chování (in Gabler, 1987).

5.4 „Multikauzální“ přístup

V současnosti se na agresi (také ve sportu) nahlíží komplexním způsobem. Pilz/ Schilling/ Voigt (in Gabler, 1987) odmítají monokauzální vysvětlující modely. „Potřebujeme multikauzální model, abychom obsáhli široké spektrum agresivního chování“ (1974, s. 84, cit Gabler, 1987, s. 23). Tito autoři pokládají pojem agrese za neurčitý a navrhují rozlišit různé formy agresivního chování a zvolit jako nadřazený pojem „dominantní chování“. Pilz/ Schilling vysvětlují na jiném místě, co se rozumí pod „multikauzálním modelem agrese“ při analýze „dominantního chování“: „Dominantní chování je, matematicky vyjádřeno, funkce z různých faktorů: $DV = f(Tr, Bi, Um, Fr, Le, Ro, Et, An, Po \dots)$ “².

Pilz/ Schilling/ Voigt (in Gabler, 1987) rozlišují dvě formy dominantního chování, které ještě dále rozdělují, takže vzniká toto rozlišení dominantního chování: intrasportovní (podle pravidel) a extrasportovní (mimo pravidla). Následující klasifikace dominantního chování je od nich převzata:

„Intrasportovní dominantní chování – přímé, fyzicky instrumentální dominantní chování (boxování, bodycheck v ledním hokeji); nepřímé expresivní dominantní chování (bez taktické koncepce, zuřivý útok nebo obrana); intrapunitivní, psychická agrese (sám si nadávat); ritualizovaná snaha o moc a uplatnění (bloková hra v házené a basketbalu); rozdílná, duševní schopnost prosazení (taktické varianty).

¹ Bránění ve hře

² DV = dominantní chování, Tr = pud, příp. instinkt, Bi = biologicko-fyziologické složky, Um = fyzikální prostředí, příp. vnější vlivy, Fr = frustrace, Le = sociální učení, Ro = rolová teorie, příp. sociologické složky, Et = etnologické, kulturní složky, An = antropologické složky, Po = politické složky (Pilz/ Schilling 1974, s. 226, cit Gabler, 1987, s. 23)

Extrasportovní dominantní chování – přímá, fyzicky primitivní, zraňující agrese (faulová hra, rvačka); nepřímo otevřená agrese (urážka sportovního rozhodčího); expresivní agrese (proti divákům, třetí faktor); verbální a fyzická afektovaná reakce.“ (Pilz/Schilling/ Voigt, 1974, s. 91 f., cit Gabler, 1987, s. 24)

6 BOJOVÁ UMĚNÍ - SPORTY

„Bojové umění je soustava postupů nebo tradic, které učí, jak se chovat v boji s protivníkem.“

Důležitým předpokladem pro ovládnutí bojové situace je realistický odhad vlastních schopností i možností soupeře. Zbytečně agresivní chování, prchlivost nebo hrubé násilí jsou neúčelné a bývají častou příčinou porážek. Chladná hlava, vnitřní klid a schopnost umět čekat na správný moment jsou pro úspěch v boji při střetnutích se silnějšími protivníky zvláště důležité. Úspěšné provozování bojového sportu je bez sebekontroly prakticky nemožné.

Tato kapitola pojednává o bojových uměních, zvláště pak o Thajském boxu a Kick boxu. Jsou to zástupci tvrdých bojových umění. Měkká bojová umění využívají sílu protivníka, tvrdá bojová umění naopak nacvičují rány, kopy a údery. (Mugford, 2005)

6.1 Funkce bojových umění

Bojová umění působí na člověka v mnoha oblastech. Abychom dokázali pojmut těchto oblastí co nejvíce, vymezili jsme si u bojových umění jednotlivé funkce, které jsou pochopitelně propojeny v určitých vzájemných vztazích. Funkci chápeme jako dynamickou stránku uplatnění specifických vlastností daného jevu v interakci s jiným jevem.

Jednotlivé funkce bojových umění se vzájemně ovlivňují, mají tedy komplexní charakter jak ve vztahu k jednotlivci, tak společnosti.

Bojová umění prováděná ve sportovní formě, v současnosti značně rozšířená, mají těsný vztah také k teorii a praxi sportovní činnosti.

Funkce výchovná

„Výchova = záměrné, více či méně systematické rozvíjení citových a rozumových schopností člověka, utváření jeho postojů, způsobů chování, v souladu s cíli dané skupiny, kultury apod.“ (Hartl/ Hartlová, 2000, s. 680)

V bojových uměních rovněž existuje výchovný proces, zpočátku zaměřený k rozvoji fyzických kvalit a později přecházejí ke kvalitám morálním, mravním, a očekává se i vysoká úroveň intelektuální. Ne všichni cvičenci dosáhnou nejvyšších úrovní, neboť někteří tyto možnosti ani neodkryjí nebo postupem doby výcviku zanechají.

Lze zaznamenat několik etap v rozvoji osobnosti, které s rostoucím věkem cvičenci snaží obsáhnout. Etapa do 20 let věku se týká úporného budování fyzické kondice a rozvoje techniky i počátku soutěží. Do 30 let se pracuje na udržení fyzických kvalit, zvládnutí dokonalé techniky a rozvoji soutěžení. Do 40 let se usiluje o rozvoj subjektivních faktorů techniky a prohloubení všech podstatných faktorů bojového umění. Do 50 let věku a dále se člověk zaměřuje na intelektuální a duchovní (sjednocení fyzické a duševní stránky člověka) chápání bojového umění.

Funkce tělovýchovná

Zde se zabývám úpolovými disciplínami Dálného východu. Charakteristické pro úpolová cvičení je přítomností protivníka, který je přemáhán v přímém fyzickém kontaktu. Co se týká bojových umění, je protivník buď skutečně přítomen, nebo si jej cvičenec ve vědomí natolik intenzivně představuje, že psychologická stránka situace je skoro stejná jako v reálném boji. A právě tato tenze odlišuje úpoly a bojová umění od ostatních tělovýchovných činností.

Existují určité odlišnosti v okolnostech tělesného pohybu v bojových uměních a pohybu v ostatních tělesných cvičeních. Za prvé je zde nižší poloha těžiště těla a pohyby při přemísťování se dějí většinou bez vertikálních výkyvů těžiště. A nejčastěji se udržuje vzpřímená páteř, která poskytuje osu pro rotaci těla. Podsunuté kyčle zase snižují napětí dolní části zad při úderech do pevných předmětů. Držení ramen je pokleslé, což omezuje rozšiřování hrudního koše, čímž se posiluje správné dýchání.

Výchozí a podstatnou složkou v technickém přístupu je kvalita tělesného pohybu. V bojových uměních má být pohyb relaxovaný kvůli lepší připravenosti k vzepětí energie. Na rozdíl od měkkých škol (např. tai-či), kdy je tělesný pohyb uvolněný po celou dobu průběhu techniky, u tvrdých škol (např. muay thai) dochází v závěru techniky ke zpevnění těla mohutnou kontrakcí svalstva.

Další složkou je koncentrace na výkon, co je považováno za velmi důležité. Suzuki (in Fojtík, 1999, s. 115) uvádí, že tato koncentrace se vyskytuje tehdy, „*kdy dochází k dokonalé identifikaci subjektu a objektu, člověka a jeho jednání.*“

Funkce morální

„Morálka – definice = soubor principů posuzovaných z hlediska dobra a zla a řídicích chování a jednání lidí dané společnosti, mravní kodex.“ (Hartl/ Hartlová, 2000, s. 327)

V současné době je významné morální působení v bojových uměních. V případě, že cvičenci, ovládající některé účinné techniky obrany a útoku, nejsou dostatečně morálně vyspělí, aby jejich myšlení a skutky byly v souladu s krédem bojových umění, mohou techniky zneužívat k řešení běžných konfliktů. Je tedy důležitá úprava nadměrného sebevědomí k optimální úrovni.

Vnitřní přijetí morálních norem, které byly zpočátku prosazovány zvnějšku, je konečným cílem morálního působení. Týká se to ovšem lidí, kteří jsou schopni přijmout morální normy uvědoměle. Mladší děti či cvičenci je interpretují a přijímají nápodobou.

V řadě případů se morálka staví výše než technická dovednost. Bojová umění tedy neslouží k porážce jiných, ale k tomu, abychom porazili své vlastní sobectví a nedostatek lásky k ostatním.

Bojová umění mají významné možnosti při výchově k některým charakterovým vlastnostem, jako je odvaha, statečnost, zachování klidu za všech okolností a schopnost překonávat překážky různého druhu.

Funkce sebevýchovná

Sebevýchova je soubor procesů a změn v chování a prožívání, jejichž zdrojem i příjemcem je sám subjekt. (Fojtík, 1999, s. 125)

Nejedná se tedy jen o změny, které jsou prosazovány zvenčí, ale také o vlastní vnitřní úsilí jich dosáhnout. Člověk se chce sebezdokonalovat a s tím souvisí i potřeba svou činností měnit vnější svět. Rozvíjí se sebepoznání a vlastní aktivita, zaměření hodnotových orientací, zájmů, potřeb a cílů. Můžeme říci, že sebepoznání je jedním z předpokladů účinného sebevýchovného působení.

Osobnost člověka se tedy mění prostřednictvím činnosti. Bojová umění jsou oblastí, kde se zdůrazňuje stálé posouvání hranic možností každého cvičence a odstraňují se nežádoucí blokující faktory, z větší části pocházející z vlastní osobnosti. Ovšem v případě člověka, který má v životě stále jen nenáročné cíle, nemůžeme očekávat, že se jeho osobnost bude podstatně měnit.

Bojová umění ovlivňují určitým způsobem sebehodnocení. Subjektivní vliv je spojen s růstem bojové dovednosti. Jedinci s nízkým sebehodnocením si mohou uvědomit, že jsou schopni se ubránit a rozvinout účinné techniky i proti odporu protivníka a naopak jedinci s vysokou úrovní sebehodnocení se přesvědčí, že se vždy najde někdo, kdo nad nimi v simulovaném boji zvítězí.

Mnozí lidé se zapojují do cvičení bojových umění právě proto, že své vlastní „já“ hodnotí nedostatečně, jsou „zakomplexovaní“. Tím si své sebevědomí zvyšují, více si věří a zvládají zátěž v bojové situaci. U jedinců s nadměrně zvýšeným sebevědomím je díky ostatním, kteří zvládají stanovené požadavky výcviku, narušován pocit jeho výjimečnosti. Nadměrně zvýšené či snížené sebevědomí může v bojových uměních pouze znamenat přechodný stav či vývojovou etapu. K tomu je důležitá i úroveň intelektuálního rozvoje.

Funkce vzdělávací

„Vzdělávání dává smysl, perspektivy i cíle individuální i celospolečenské sebeuskutečňování člověka a nabízí mu řadu možností k uplatnění jeho individuální svobody volby.“ (Fojtík, 1999, s. 136)

Bojová umění nám umožňují nejen naučit se technikám sebeobran, ale i rozšířit své znalosti o pro nás úplně odlišných kulturách. Mohou směřovat k rozvoji některých stránek osobnosti a zároveň ovlivnit interakce jedince s jeho sociálním prostředím. Vedou nás k uplatnění našich schopností a možností ve smyslu realizace a seberealizace.

Funkce zdravotní

Člověk jako jsoucno je chápán v kontextu interakce dvou opačných sil, *jin* a *jang*, a to nejen po stránce fyzické, ale i duševní. V tomto pojetí člověka jako psychofyzické jednotky existuje mnoho rozdílů mezi naší kulturní sférou a sférou Dálného východu. Některá bojová umění mohou mít i terapeutické účinky. Např. praktikování karatedó u dětí zlepšuje koncentraci a soustředěnost energie. Geshman a Stechman (cit Fojtík, 1999, s. 153) uvádí, že „praktikování karate zlepšuje mentální funkce, úspěšně léčí fobie...“ Jiní tvrdí, že redukuje psychosomatické symptomy u dětí (např. astma, deprese, obtížné chování).

V dnešní době je velice populární *tchaj-ti-čchüan* neboli tai-či, což je bojové umění, které zlepšuje tok čchi (vnitřní energie). Ač se řadí k bojovým uměním, lidé ho spíše vnímají jako běžné tělesné cvičení či formu meditace, jako je např. jóga.

Bojová umění působí profylakticky. Jejich hlavními elementy je soustředění na dech, což je považováno za prvek, vytěsňující nežádoucí obsahy v mysli. „*Terapie seiza a terapie zen jsou velmi účinné z hlediska léčení některých duševních onemocnění. Lze je užívat i jako preventivní prostředek k udržení duševního a fyzického zdraví*“ (Fojtík, 1999, s. 155)

„Bojová umění jsou také považována za vhodný prostředek v boji proti účinkům stresu.“ (Fojtík, 1999). Každé tělesné cvičení je náročné na spotřebu energie a to má kladný zdravotní význam. Energie, kterou organismus při stresu vytvořil, se uvolňuje tělesnou zátěží. K tomu je ještě možné při cvičení bojových umění křičet a to napomáhá odstranění psychického napětí.

„*Bojová umění dávají člověku některé návody, jak řídit svůj psychický stav, jak reagovat, na co zaměřit pozornost, i která hlediska vytěsnit, aby činnost byla úspěšná*“ (Fojtík, 1999, s. 139). Vedou též jedince k zachování duševního klidu za všech okolností, k vyšší odolnosti vůči stresům, k překonávání bolesti a únavy, ke koncentraci pozornosti, ale i k metodám regenerace tělesných a duševních sil. Fyzicky se zvyšuje práce schopnost maximálním nasazením i plným využíváním relaxace. V sociální oblasti jsou cvičenci neustále konfrontováni s humanistickými hledisky a názory zakladatelů a mistrů bojových umění. (Fojtík, 1999)

Funkce socializační

V socializačním procesu u bojových umění se nachází některé specifikované rysy, které se v jiných lidských aktivitách nevyskytují. Vystupuje zde skryté napětí mezi původním smyslem, zničit nebo vyřadit protivníka, a mezi současným pojetím, přispívat k rozvoji osobnosti a pozitivní vzájemné spolupráce.

Socializační funkce bojových umění postihuje také učení se novým rolím a formám spolupráce a zajišťují i výraznější rozvoj některých schopností, neboť přináší řešení nových situací. Ovšem z větší části zůstává rozvoj samotného člověka jako společenského subjektu činnosti. I původně úzce specificky a nebezpečně zaměřené orientace dostávají pozitivní zaměření a jsou využívány ke tvořivosti a komunikativnosti. (Fojtík, 1999)

Funkce obranná

Obranná funkce byla původní úlohou bojových umění. Je tedy důležité nejen, aby jedinec uměl zacházet se všemi určenými prostředky, tedy odborně technická složka, ale i dispoziční složka ve sféře fyzické i psychické, kde se jedná hlavně o tělesnou a psychickou odolnost. (Fojtík, 1999)

6.2 Muay thai

„Muay thai neboli thajský box je jedním z nejtvrděších fullcontactových bojových umění. „ (http://cs.wikipedia.org/wiki/Muay_Thai) a v dnešní době se v Thajsku těší velké oblibě, a to především jako profesionální sport. Tento sport byl dokonce i povýšen na sport královský. Je to přes 1000 let staré bojové umění, které v boji používá technik nohou, rukou a paží. Říká se mu umění osmi končetin, neboť používá osm základních zbraní a to jsou pěsti, lokty, kolena a nohy.

Thajský box byl vyučován ve všech školách jako předmět vojenská výchova. Tehdy neexistovaly hmotnostní kategorie nebo kola. Zápasy byly velmi tvrdé. Boxeři vystupovali na boso, na ruku měli konopné nebo bavlněné bandáže a jejich suspensor byl zhotoven ze skořápky kokosového ořechu nebo lastury. Povoleny byly všechny druhy technik paží, rukou i nohou, a to pouze s malými omezeními. Trénink se skládal mimo jiné z úderů do kmenů palm za účelem zpevnění pěstí a nohou, z vytrvalostních běhů, tréninku ve vodě atd. Základní strava bojovníků byla hlavně vegetariánská. Některé techniky z této doby zůstaly dodnes nezměněny. Po druhé světové válce došlo v thajském boxu k velkým změnám. Především změny pravidel boje přeměnily toto bojové umění na atraktivní bojový sport, takže v současnosti je provozován mnoha lidmi za sebeobrannými nebo čistě sportovním účelem. (Pokorná, 1994; Rebac, 2006)

Ve 30. letech minulého století proběhly veliké změny. Modifikovala se pravidla; nesmělo se už používat konopných provazů a místo nich se mělo bojovat s koženými rukavicemi. Dále se vytvořily hmotnostní kategorie, založené na mezinárodním způsobu dělení do kategorií. Před zavedením hmotnostních kategorií, zápasník bojoval se všemi bojovníky jakékoli váhy a výšky. Zavedením váhových kategorií si byli bojovníci více rovni a na místo jednoho všeobecného vítěze, byl v každé váhové kategorii jeden. (http://cs.wikipedia.org/wiki/Muay_Thai)

V současnosti se zápasy v thajském boxu rozšířili také do Evropy (především do Nizozemska), USA, Japonska a jinam. (Weinmann, 1997) U nás je thai box poměrně ještě novým sportem, neboť zde vznikla první škola thajského boxu až v roce 1991. (http://www.hanumangym.com/index.php?site=muay_thai)

„Na rozdíl od klasického karate nebo kung-fu jsou údery při thajském boxu zasazovány plnou silou bez zastavení. Dnes, stejně jako tehdy, vystupují bojovníci bosí, nosí však boxerské rukavice. Kromě úderů pěstmi jsou povoleny také údery lokty a kopy koleny stejně jako kopu nohama, přičemž soupeř smí být shozen na zem. Předváděcí formy nebo tzv. kata v thajském boxu neexistují. „ (Pokorná, 1994, s. 46)

Zápas

To, co dodává thajskému boxu zvláštní charakter a vlastní půvab, je hudba, která zní během celého zápasu, stejně jako tradiční rituál, který provádějí boxeři před zahájením boje – Vai Kru. (Pokorná, 1994) Orchester, jenž tvoří bubny, cimbály a jávské flétny, rytmicky provází tempo zápasu. „Rituál před začátkem souboje se provádí podle starého zvyku tak, že boxer v graciézním předklonu, ruce držíc nad hlavou, nejprve pozdraví publikum, potom podobným způsobem prokáže úctu trenérům. Hned na to následuje série zpomalených pohybů, které se podobají tanci, symbolizují však vlastně pohyby y thajské boxu. Vai Kru znamená v hrubém překladu z thajského jazyka "vypudit strach ze srdce" a hlavním cílem jeho předvádění je koncentrace boxera na nadcházející boj. Celý rituál může trvat několik minut a dobrý znalec thajského boxu může podle pohybů rozpoznat, ke které škole boxer patří.“ (Rebac, 2006, s. 11)

Souboj trvá většinou pět kol po třech minutách s dvouminutovými přestávkami. Záleží na tom, která organizace zápas pořádá, jak jsou bojovníci zkušení, zda se jedná o titulový zápas. Na průběh zápasu dohlížejí tři rozhodčí, z nichž jeden je rozhodčím ringovým a dva postranní. (Weinmann, 1997) Na konci každého kola se sčítají body na základě konečného součtu je určen vítěz. V případě, že dojde na K. O., což se stává docela často, počítá se do deseti a tři odpočítávaná K. O v jednom kole automaticky ukončí utkání. Dnes se však thajský box stále více mění v bojový sport. (Pokorná, 1994)

Technika

Boxeři vstupují do ringu bosí, nosí boxerské rukavice a bojují proti sobě pěstmi a lokty. Kromě toho k útoku i obraně používají rovněž celé dolní končetiny (prsty, nárt, pata, holeň, koleno, stehno). Rychlost a odolnost thajských boxerů jsou pozoruhodné, jejich specialitou jsou kopy holení a kolenem.

Thajský box je velmi tvrdý a realistický bojový sport a vyžaduje speciální zvláštní přípravu. K dnešním tréninkovým metodám patří úderý do pytlů s pískem a tlumičů úderů a také velmi intenzivní sparring³ pro optimální rozvoj přesnosti úderů, pohyblivosti a reflexů. Přímé zásahy, plynulé pohyby a reflexy se rozvíjejí stálým sparringem stejně jako tréninkem úderů do pytle s pískem nebo tlumiče úderů. Během sparingu se nosí ochranná výstroj, aby se zabránilo zbytečným zraněním. (Weinmann, 1997)

Soupis veškerých technik v thajském boxu

Direkt	Chook
Hák	Mat Thong, Mat Aat
Úder loktem	Sook
Přímý kop	Thiep
Technika kopu kolenem	Kao
Půlkruhový kop	Te
Kryt holení	Buok, Kaak
Technika strhu	Tum

Úcta, poslušnost, sebeovládání a kázeň jsou naprostou samozřejmostí ve všech školách Muay-Thai. Je to sport, který rozvíjí kompletně celé tělo a učí mladé sportovce sebekázní, odříkání a sebeúctě, vyžaduje skutečné nadšení a chuť něco dokázat. Jako ostatní sporty, i Muay-Thai se musí trénovat naplno, s přísným dodržováním životosprávy a elánem, protože rozdíl mezi rvačkou a sportem je obrovský. Žádný z thaiboxerů, kteří to

³ sparring forma tréninkové metody, je to relativně volný boj, bez pravidel. Slouží jako příprava na zápas.

berou vážně, si nemůže a ani nechce dovolit poprat se na ulici a riskovat tak zranění a skutečnost, že dosavadní příprava, která trvala půl roku, přijde během pár vteřin vniveč a čekání na další vrchol potrvá několik měsíců

V Muay Thai se mají soupeři vzájemně ve velké úctě. Podání ruky po zápase, rozebírání zápasových okamžiků bezprostředně po skončení utkání a poklesu hladiny adrenalinu v krvi, nic z toho není žádnou výjimkou ani u nás. Kolikrát si navzájem radí, co příště dělat a jak reagovat na techniky soupeře, aby se situace, ve kterých soupeř získal převahu, neopakovaly.

Tento sport pomáhá udržet a zlepšovat tělesnou kondici a v neposlední řadě dává pocit jistoty jako jeden z nejlepších způsobů sebeobrany. Velkému množství lidí připadá tento druh sportu jako příliš brutální. Pravdou je, že je to velmi tvrdý druh sportovního odvětví, které, vyžaduje spousty dřiny, tréninku, píle a odříkání. Všichni, kteří chtějí dosáhnout v ringu úspěchu, potřebují kromě jiného i veliké srdce.

(http://www.hanumangym.com/index.php?site=muay_thai)

6.3 Kickbox

Kick box, původně nazývané také "full contact (karate)", vznikl v na přelomu 60. a 70. let v USA a může se zdát, že je velmi podobný s thai-boxem. Původní kořeny kickboxu totiž tkví ve full-contactových zápasech, které jsou i dnes velmi rozšířenou sportovní disciplínou. (Weinmann, 1997)

Kickboxing je moderní sport, který vznikl jako konfrontační způsob boje jednotlivých bojových směrů. Ty se začaly v té době zcela jako samostatné bojové styly nebývale rozvíjet. Za sjednotitele a zakladatele kickboxu lze považovat Howarda Handsona, dále pak jeho manželku a Arnolda Urniquideze. Do Evropy přichází kickbox koncem 70. let a jeho domovem se stává Holandsko. V České republice zažil organizovaný kickboxing největší rozmach roku 1992. Tehdy vznikla Česká Amatérská Asociace Kickboxu. (<http://www.kickbox.kat.cz/>)

Kick box se obecně dělí do několika kategorií:

- **Semi contact:** je přerušovanou formou boje., po té co jeden zápasník dá bod (trefí se do těla svého soupeře) se zastavuje čas a přičítají se body. Zápas se neodehrává

v ringu. Techniky v této disciplíně musí být vedeny kontrolovaně. Jakákoli technika, byť dokonalá, která soupeře nepřiměřeně tvrdě kontaktuje, nesmí být odměněna bodovým ziskem, ale naopak penalizována Údery na hlavu vedoucí ke K.O. jsou zakázány.

- **Light contact:** je lehkou formou boje a proto techniky v této disciplíně musí být vedeny s lehkým dotekem. Také není v ringu, zápasí se jedno třiminutové kolo. Jedná se o převážně technický boj, v němž je možné diskvalifikovat za přílišnou tvrdost. K.O. by tak vedlo ve prospěch poraženého.
- **Full contact:** je plnokontaktní formou boje, a proto techniky v této disciplíně musí být vedeny s maximální razancí a snahou o co nejvyšší účinnost. Zápasí se v ringu na 3 kola s dvouminutovou pauzou. Veškerý kontakt musí být dělán technicky a s dostatečnou tvrdostí. Kromě úderu koleny a lokty se používají všechny techniky. Na druhé straně je fullcontact disciplinou, která vyžaduje korektnost borců, a nedovolené techniky jsou proto zde ihned nemilosrdně trestány, byť by se jednalo jen o jejich náznak.
- Kickbox s lowkick: je plnokontaktní formou boje, a proto techniky v této disciplíně musí být také vedeny s maximální razancí a snahou o co nejvyšší účinnost. Navíc je přidána technika z thajského boxu - kop holení nad soupeřovo koleno z vnitřní či vnější strany.

(<http://www.csfu.cz>, <http://www.delroys-gym.cz/kickbox-p/>)

Zápas

Zápasišťe fullcontactu tvoří boxerský ring o velikosti 6 x 6m. Zápas fullcontactu trvá 2x2 minuty hrubého času. Finálový zápas, pak 3x2 minuty - přestávky mezi jednotlivými koly trvají 1 minutu.

Kickboxeři používají moderní výstroj: boxerské rukavice, chrániče holení a nártů, suspensor a chránič zubů. Amatéři navíc používají ochranné přilby. (Weinmann, 1997)

Technika

Nejdůležitější podstatou všech kopů je správný postoj, který zaručuje nejen dokonalou stabilitu, ale také perfektní pozici k vytvoření silné drtící techniky. (<http://www.webpark.cz/utf/kungfu-uvod/32.htm>)

V kickboxu se používají techniky jak ruční, které jsou převzaté z boxu, tak i nožní techniky, které jsou z největší části z karate. Jsou zakázány všechny techniky na vrch a temeno hlavy, krk, záda a od pasu dolů, vyjma podmet.

Nedovolené techniky a chování

Všechny techniky, které nejsou dostatečně kontrolovány a doprovázeny pohledem. Všechny techniky prováděné v kleče, vleže, v pádu, či při doteku rukou podlahy. Dále jsou to údery rukou z otočky, údery rukou ze strany dlaně, malíkové hrany a palce. Jakékoli útoky hlavou, loktem, kolenem a holení na hlavu. Strkání do soupeře, držení, škrčení, přehozy a chytání nohou. Útočení na soupeře, který leží, klečí, padá, nebo zdviženou rukou žádá o přerušování zápasu. Nepovoleným chování se rozumí i pokračování v boji po přerušování, či ukončení zápasu, slovní napadání soupeře, kouče, diváků nebo rozhodčích, postoje a gesta, která nejsou nutná pro vedení boje. Zdržování zápasu předstíráním zranění, nutnosti úpravy výstroje, či vyplivováním zubního chrániče, držení se, opírání a odrážení od provazu ringu, utíkání před soupeřem, zavěšování se na soupeře, obrácení se zády a padání nebo svévolné přerušování boje bez pokynu rozhodčího, to vše také není povoleno. (<http://www.kickbox.kat.cz/>)

Soupis veškerých technik nohou v Kick-boxu

Kop přímý vpřed	Front kick	Mae geri
Obloukový boční kop	Roundhouse kick	Mawaši geri
Přímý boční kop	Side kick	Joko geri
Obloukový kop patou	Hook kick	Ura mawaši geri
Kop patou	Axe kick	Kakato geri
Kop kolenem	Knee kick	Hiza geri
Kopy s otočením na zemi	Kick to round on the ground	Mawate geri

Původní koncepce bojových umění zahrnovala celistvý systém výcviku, jenž se nezabýval pouze bojem, ale šel mnohem dál. Bojová umění měla vést bojovníky od násilného antagonismu boje muže proti muži až k radikální přeměně jejich vlastního bytí. Bojová umění tak vytvořila jedinečnou trojici složenou z boje, filozofie a náboženství a

každou z nich museli vyznavači bojových umění povinně zvládnout. Podstata bojových umění nespočívá pouze ve vítězství nad protivníkem, ale ve vyrovnávání se se sebou samým a s vesmírem. Jinými slovy: z pudového živočišného boje se stala přesná věda, inspirovaná východními náboženskými doktrínami, které byly po celá tisíciletí součástí učení velkých mudrců a filozofů. Ti dospěli k závěru, že usměrníte-li svoji energii prostřednictvím bojových umění, mysl, tělo a duch se sjednotí a člověk může splynout s přírodou a vesmírem. Mistři bojových umění se snaží dosáhnout stejného cíle jako indiští jogíni, ale postupují jiným způsobem. Svoji mentální a duchovní energii neusměřňují do meditace. Vybrali si cestu vydlážděnou velkými útrapami, cestu, která vyžaduje velkou fyzickou námahu. Avšak z člověka, jenž se plně odevzdá vytčenému cíli, se časem stane úplně jiná osobnost – osobnost zbavená slabostí a pochybností o sobě samém.

Hledání vnitřního míru se může zdát jako nepravděpodobný cíl u adeptů, kteří vstoupili do klubu kung fu nebo karate, aby se zdokonalili v sebeobraně. Ovšem právě hledání vnitřního míru je podstatou tradičních bojových umění. Tato umění jsou dlažební kameny, které pomohou adeptu překročit vlastní slabosti a přílišnou pýchu a vedou ho k moudřejší, šlechetnější osobnosti, a to přináší prospěch jemu samotnému i společnosti.

Bojová umění mohou mít pro každého člověka jiný význam. pro někoho jsou dokonalým prostředkem k dosažení fyzické zdatnosti, jiní mohou bojová umění považovat za ideální způsob sebeobrany ve století plném násilí. Bojová umění však mohou znamenat i mnohem více – mohou vám ukázat cestu k poznání a obnově sebe samého. Záleží jen na vás, jak daleko budete putovat a čeho dosáhnete. (Lewis, 1996)

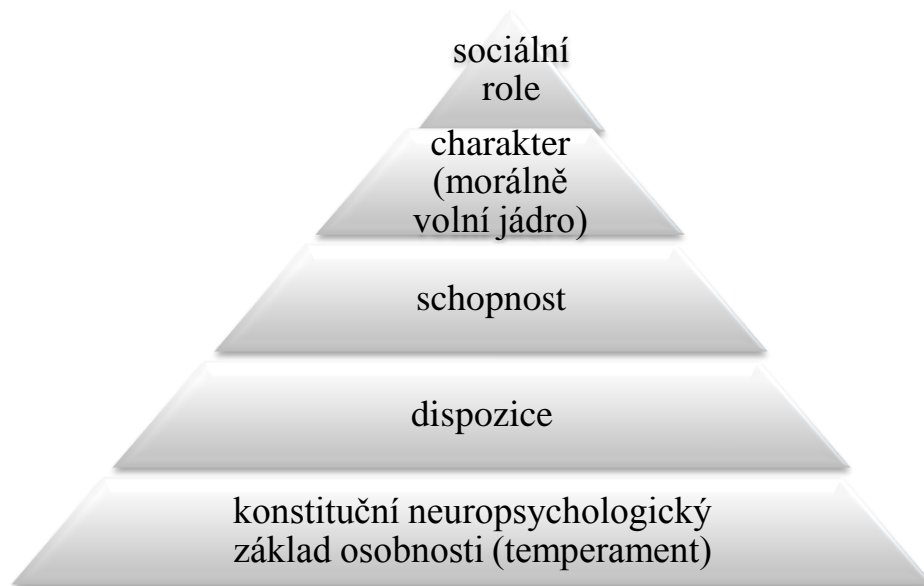
7 K CHARAKTERISTICE OSOBNOSTI SPORTOVCE V BOJOVÝCH UMĚNÍCH

Problematika osobnosti sportovce patří k nejvíce rozpracovanému tématu psychologie sportu. Ve sportovní personologii se především zajímáme o to, jak systematické sportování ovlivňuje osobnost člověka a naopak, jak osobnostní vlastnosti ovlivňují výsledky sportování, tedy dosažení sportovního výkonu. Jde o velmi složité a oboustranné vztahy mezi osobností sportovce a průběhem sportovní činnosti. Ukazuje se, že dosažení vysoké sportovní výkonnosti není možné bez plánování a cílevědomé kontroly činnosti sportovce a přitom musí být respektována i osobnost sportovce, tedy individuální svéráz člověka, jeho celek typických a příznačných duševních vlastností, které se do sportovní činnosti neustále promítají.

Konkrétní sportovec se vyznačuje mnoha vlastnostmi a osobnost je pojmem jednotícím. Osobnost sportovce se neustále dotváří a současně vlivem sportovní činnosti dotváří kariéru sportovce. Rozvoj sportovní výkonnosti je třeba chápat v souvislosti s rozvojem celé osobnosti a nepokládat deformaci sportovcovy osobnosti za nezbytnou daň, která se obětuje úzké sportovní specializaci. Jedinečný sportovní výkon na světové úrovni vznikne jen za předpokladu, že se do budování výkonu zapojí celá integrovaná osobnost sportovce, a ne jen svalový aparát. (Macák, Hošek, 1989)

7.1 Struktura osobnosti sportovce

Strukturu osobnosti sportovce si můžeme představit jako plující ledovec (viz obr.). *„Nejhlouběji je uloženo neuropsychologické či psychofyziologické jádro osobnosti. Chápeme je jako dědičně podmíněný konstituční základ osobnosti. Psychologicky nejvýstižnějším pojmem pro tuto složku je temperament.... Nad ním si můžeme představit schopnost s genetickým základem v dispozicích. Výše potom je vztahová oblast charakteru, která vyjadřuje morální a převážně výchovou formovaný profil sportovce. Nejvýše je oblast situačních projevů, související se sociální rolí sportovce. Tato oblast je nejpřístupnější přímému pozorování a je poznamenána značnou intersituační variabilitou.“* (Macák, Hošek, 1989, s. 122)



Ve vývoji sportovce jsou důležité tyto oblasti schopností (Macák, Hošek, 1989, s. 126):

1 Senzorické schopnosti a dovednosti

1.1 Vysoká úroveň čítí a vnímání

1.2 Vysoká úroveň pozornosti

2 Senzomotorické schopnosti a dovednosti

2.1 Silové schopnosti

2.2 Senzomotorická flexibilita

2.3 Senzomotorická rychlost a tempo

2.4 Schopnost rovnováhy těla

2.5 Statická a dynamická přesnost

2.6 Senzomotorická koordinace

2.7 Senzomotorická vtrvalost

2.8 Schopnost mrštnosti

2.9 Schopnost pružnosti

3 Intelektuální schopnosti a dovednosti

3.1 Všeobecná inteligence, včet specifické sportovní paměti a představivosti

3.2 Pohybová inteligence – motorická docilita

3.3 Hráčská inteligence

4 Estetické schopnosti a dovednosti

4.1 Schopnost interpetace

4.2 Schopnost kreative

V souvislosti s temperamentem se často sekáváme se zjednodušující představou, že danou profesi nebo sportovní disciplínu může vykonávat člověk pouze s jistými vyhraněnými vlastnostmi, s jistým temperamentem. Zkušenosti však ukazují, že temperamentově rozdílné osobnosti mohou ve stejné disciplíně dosahovat špičkových výkonů.

7.2 Psychosportografie

Každá disciplína nebo sportovní odvětví mají docela specifické požadavky na osobnostní strukturu sportovce. Tyto požadavky vycházejí ze specifika činnosti samotné. Také sportovní činnost v jejím celku má typické charakteristiky. Je už velmi diferencovaná na sebe, a činnost v každém sportovním odvětví má své charakteristiky. Na základě této charakteristiky staví různá sportovní odvětví obzvlášť vysoké požadavky na osobnost sportovců. Z toho vychází, že je nutné pro úspěšnou specializaci v libovolném sportovním odvětví vývoj určitých osobnostních vlastností.

Psychologická charakteristika sportovní činnosti obvykle vychází ze srovnávání sportu s ostatními druhy lidských činností. Nároky činnosti na člověka byly nejprve studovány v psychologii práce a ve vojenské psychologii. Základem tu je profesiografie, to je analýza konkrétní činnosti na jednotlivé úkony a definování klíčových momentů činnosti, které mají rozhodující význam pro úspěšné provádění té které činnosti. Dalším krokem je stanovení nároků, které mají jednotlivé operace na psychiku člověka provádějícího danou činnost. Seznam těchto nároků se nazývá psychoprofesiogram. Obdobná metodika byla v druhé polovině dvacátého století použita ve sportovní činnosti. Byly zpracovány sportogramy hlavních sportovních disciplín a z nich potom vznikly *psychosportogramy*, vypočítávající psychické předpoklady nezbytné k úspěšnému provádění jednotlivých sportů. (in Slepíčka, 2006)

7.3 Sportogram

Kickbox a thajský box jsou plnokontaktní bojová umění. Řadí se ke sportům anticipačním (úpolovým).

K bojové situaci patří: protivník, sudí, diváci a ostatní účastníci závodu. Každá tato osoba ovlivňuje bojovníka. Sportovní prostředí je umělé. Zápas se odehrává v ringu podle daných pravidel.

Bojovník musí vnímat především opticky počínání soupeře. Pozorně sleduje každý pohyb jeho rukou i nohou. Snaží se dívat protivníkovi do očí a dle jeho mimiky odhadnout jeho myšlenky a budoucí chování. Musíme ovšem uvážit, že to všechno probíhá velice rychle. Proto je zde rychlost a přesnost optického vnímání velice důležitá.

V bojových uměních je důležitá rychlost reakce a rychlost rozhodování. Nesmí chybět ani taktické myšlení a vnímání. Sportovec se musí umět ovládat, protože na emoce není v ringu čas. Musí být tvořivý, umět kombinovat a dobře odhadnout počínání soupeře. Koncentrace jeho pozornosti musí být intenzivní na krátkou dobu.

Puni (1961) uvádí pro bojové sporty například tyto vlastnosti: rychlost, síla, houževnatost, obratnost, rytmika, přesnost, odvaha a rozhodnost, vytrvalost, touha po vítězství, smysl pro čas a vzdálenost, odolnost a trpělivost.

7.4 Typologie osobnosti ve sportu

Typologie osobnosti má ve sportu také svá specifika. Ať je to melancholik, choleric, flegmatik či sangvinik, každý má ve sportu své místo, vyznačuje se jak kladnými, tak zápornými vlastnostmi pro sport.

Melancholik má vysokou vnímavost, schopnost zvládat samotu, vysokou náročnost k vlastní osobě a je sociálně citlivý. Na druhou stranu je nesmělý, má nižší sebedůvěru, sníženou adaptabilitu a obtížně se vyrovnává s neúspěchem.

Flegmatik je klidný a chladnokrevný. V práci je důsledný. Hůře se ovšem adaptuje, je nečitelný, pomalý, těžkopádný a opatrný.

Choleric vyjadřuje své pocity a názory přímo a otevřeně, je čitelný a srozumitelný. Má rychlé myšlení a reagování, je akční. Naproti tomu má ale horší kontrolu emocí v zátěži.

Sangvivik je optimistický a bezstarostný. Dobře snáší neúspěch. Nedotahuje však věci do konce, je povrchní, nestálý a má tendenci k přeceňování.

8 METODOLOGICKÝ RÁMEC VÝZKUMU

8.1 Problém, cíle, výzkumné otázky

Problém:

Lidská agresivita je velice komplexní fenomén, zvláště pak ve spojení s bojovými uměními. Z toho vyplývá, že i zkoumání agresivity u sportovní skupiny kickboxerů a thaiboxerů nebude jednoduché. Pro měřené hodnoty, které jsou předmětem naší studie, jsme v literatuře nenašli určitou oporu. I oblast osobnosti sportovce, provozujícího bojové umění, je stále ještě nedokonale prozkoumána. Již se objevily některé výzkumy, týkající se této oblasti, ale je jich ovšem jen špetka. Z tohoto důvodu jsme se rozhodli formulovat jen dílčí cíle.

Dílčí cíl práce:

Profil složek agresivity u vybraných skupin sportovců

Rozdíly v agresivitě mezi začátečníky, pokročilými a výkonnostními sportovci

Profil sportovců z hlediska extro-intraverze, neuroticismu, psychoticismu

Rozdíly mezi začátečníky, pokročilými a výkonnostními sportovci z hlediska extro-intraverze, neuroticismu, psychoticismu

Výzkumné otázky

Jakých hodnot dosahuje a jakou má strukturu agresivita kickboxerů a thaiboxerů?

Existují osobnostní rozdíly mezi jednotlivými skupinami sportovců?

8.2 Aplikovaná metodika

8.2.1 Dotazníky

Metoda diagnostiky agresivity

Existuje řada psychodiagnostických metod, které jsou zaměřeny na vyšetřování agrese. Patří sem například pozorování chování, peer-rating, psychodiagnostický rozhovor, PFT, projekční testy jako TAT, Handtest a další. Často se používají i různé škály,

dotazníky a inventáře. Já jsem ke zjištění agresivity použila BDI (Inventář agrese Busse a Durkeeové).

B-D-I (Čepelák, 1983)

Buss a Durkee při sestavování tohoto inventáře vycházeli z předpokladu, že agresivita je komplexní fenomén a že je proto potřebné a užitečné rozdělit hostilně-agresivní chování do podtříd. Rozdělili agresivní chování do těchto osmi tříd položek:

1. *fyzická (přímá) agrese* – zahrnuje používání fyzického násilí proti osobám
2. *nepřímá agrese* – zde se nachází způsoby chování jako zlomyslné klepy nebo kanadské žertíky
3. *popudlivost (iritabilita)* – vyjadřuje pohotovost silně reagovat na malé provokace
4. *negativismus* – opoziční chování většinou zaměřené proti autoritám
5. *resentiment* – vystihuje žárlivost a zanevření na druhé, pocit zlosti na svět
6. *podezíravost* – ve smyslu projekce hostility na druhé lidi
7. *verbální agrese* – zahrnuje negativní afekt vyjádřený ve stylu a obsahu řeči
8. *pocity viny* – je definována jako pocit, že je člověk špatný, že ukřivdil a trpí výčitkami svědomí

B-D-I je sycen jednak faktorem agresivity (agrese fyzická, nepřímá, slovní, iritabilita a negativismus), jednak faktorem hostility (resentiment a podezíravost).

Metoda diagnostiky osobnosti sportovce

K diagnostice osobnosti nám nejčastěji slouží různé dotazníky a inventáře. Já jsem vybrala DOPEN pro jeho jednoduchost, krátkost a výstižnost.

DOPEN (Ruisel, Müllner, 1990)

Dotazník má 86 položek, které jsou uspořádány do čtyř škál:

P – psychoticismus (20 položek)

E – extraverze (26 položek)

N – neurotismus (26 položek)

L – tzv. lži-skór (14 položek)

Druhy chování, které postihuje P škála, se obvykle spojují se schizoidními psychopatickými poruchami a poruchami chování. Dimenzi psychotismu můžeme popsat následovně: samotářský, lhostejný k lidem, nepřizpůsobivý, krutý, nelidský, citově plochý,

vyhledávající vzruch, nepřátelský k lidem, agresivní, milující neobvyklé věci, ignorující nebezpečí a výsměšný.

Druhá škála se nazývá extraverte – introverte. Extravert je sociabilní jedinec, který preferuje společnost, má mnoho přátel, vyžaduje přítomnost lidí, s nimiž může komunikovat a nemá rád čtení anebo samostatné studium. Touží po vzruchu, vyhledává změnu a riziko a je možné ho charakterizovat jako impulzivního člověka. Preferuje pohyb, má sklony k agresivitě a lehce ztrácí trpělivost.

Dimenze neurotismu je charakterizována sklon k úzkosti, ke starostem, náladovosti a depresím. Takový jedinec obvykle špatně spí a trpí na různé psychosomatické poruchy, je přehnaně emotivní, lehce reaguje na různé podněty a těžce se uklidňuje po vzrušujících zážitcích.

Lži-skór měří snažení lidí, stavět se do lepšího světa. Kromě předstírání „dobra“ měří i stupeň „sociální naivity“.

8.2.2 Statistika

Metody vyhodnocení a interpretace dat

Hodnoty agresivity diagnostikované pomocí B-D-I a struktura osobnosti diagnostikovaná pomocí DOPEN byly statisticky zpracovány nejdříve pomocí F-testu, kdy jsme zjišťovala rovnost či nerovnost rozptylů. Protože naměřené hodnoty splňují podmínky pro použití parametrického testu, použila jsem odpovídající Studentův t-test (dvouvýběrový t-test pro soubory s rovností/nerovností rozptylů). Pro zpracování jsem využila počítačový program Microsoft Excel 2007.

Základní hladina významnosti byla 5%. Ve výsledcích se objevily i signifikantnější hladiny α , a to 1% a 1%. Tyto hladiny jsou označeny u konkrétních případů jako vysoce signifikantní a velmi vysoce signifikantní.

8.3 Zkoumaný soubor

Zkoumaný soubor tvořilo 60 respondentů, kteří byli rozděleni do tří skupin: skupina začátečníků, skupina pokročilých a skupina výkonnostních sportovců. Skupiny tvořilo vždy 20 respondentů. Výběr byl příležitostný. Celkový průměrný věk byl 23,6.

Průměrný věk ve skupině první byl 24,1, ve skupině druhé 21,15 a ve třetí 25,6. Počet žen byl 17 a počet mužů 43.

Ve skupině začátečnicků se tréninky zaměřují hlavně na nácvik techniky úderů a kopů a na jejich kombinace. Trénink se koná dvakrát týdně a výuková hodina trvá jednu hodinu.

Ve skupině pokročilých se vedle technik „stínuje“⁴ a začíná se se sparingem. Trénink probíhá také dvakrát týdně jednu hodinu.

Skupina závodníků se od skupiny pokročilých liší frekvencí výcviků. Pravidelný trénink bývá minimálně dvakrát týdně, před závody častěji. Tréninková hodina trvá hodinu a půl.

8.4 Organizace a průběh šetření

Většinu dotazníků jsem sesbírala na zimním soustředění, kde měli respondenti dostatečný čas a klid. Dotazníky od začátečnicků jsem sbírala hlavně v září a říjnu, kdy se konal nábor nových členů klubu.

Výběr byl náhodný, neboť ne každý byl ochoten se zúčastnit mého výzkumu. Menší problém byl u skupiny závodníků, kteří se nechtěli příliš účastnit. A když se zúčastnili, komentovali téměř každou otázku, zvláště u dotazníku BDI. Všichni respondenti byli anonymní.

8.5 Symbolika výsledkové části

Skupina A- závodníci

Skupina B – pokročilí

Skupina C – začátečníci

t krit (2) – hladina významnosti

Norma – hodnoty v BDI jsou významné nad 60%

⁴ Stínování je nacvičovací technika v boxu. Sportovec provádí různé kombinace úderů a kopů, nejlépe před zrcadlem.

9. VÝSLEDKY PRÁCE

9.1 Profil souborů z hlediska BDI

Fyzická agrese

	<i>Skupina B</i>	<i>Skupina A</i>
Stř. hodnota	3,85	2,85
Pozorování	20	20
t Stat	1,381517	
t krit (2)	2,024394	

Mezi skupinami A a B není signifikantní rozdíl

	<i>Skupina B</i>	<i>Skupina C</i>
Stř. hodnota	3,85	5,8
Pozorování	20	20
t Stat	-2,80422	
t krit (2)	2,711558	

Mezi skupinami B a C je vysoce signifikantní rozdíl

	<i>Skupina A</i>	<i>Skupina C</i>
Stř. hodnota	2,85	5,8
Pozorování	20	20
t Stat	-4,4667	
t krit (2)	3,565678	

Mezi skupinami A a C je velmi vysoce signifikantní rozdíl

Ve skupině začátečníků je hladina fyzické agrese vyšší než ve skupině pokročilých a zároveň hladina fyzické agrese u začátečníků vysoce převyšuje hladinu fyzické agrese u závodníků.

Nepřímá agrese

	<i>Skupina A</i>	<i>Skupina B</i>
Stř. hodnota	4,345	5,06
Pozorování	20	20
t Stat	-0,78619	
t krit (2)	2,024394	

Mezi skupinami A a B není signifikantní rozdíl

	<i>Skupina B</i>	<i>Skupina C</i>
Stř. hodnota	5,06	6,655
Pozorování	20	20
t Stat	-2,04123	
t krit (2)	2,04523	

Mezi skupinami B a C není signifikantní rozdíl

	<i>Skupina A</i>	<i>Skupina C</i>
Stř. hodnota	4,345	6,655
Pozorování	20	20
t Stat	-3,29983	
t krit (2)	2,738481	

Mezi skupinami je A a C vysoce signifikantní rozdíl

U skupiny začátečníků je hladina nepřímé agrese vyšší než u skupiny závodníků.

Iritabilita

	<i>Skupina B</i>	<i>Skupina A</i>
Stř. hodnota	4,8685	3,549
Pozorování	20	20
t Stat	1,930626	
t krit (2)	2,024394	

Mezi skupinami A a B není signifikantní rozdíl

	<i>Skupina B</i>	<i>Skupina C</i>
Stř. hodnota	4,8685	5,7785
Pozorování	20	20
t Stat	-1,51711	
t krit (2)	2,024394	

Mezi skupinami B a C není signifikantní rozdíl

	<i>Skupina A</i>	<i>Skupina C</i>
Stř. hodnota	3,549	5,7785
Pozorování	20	20
t Stat	-3,23207	
t krit (2)	2,711558	

Mezi skupinami A a C je vysoce signifikantní rozdíl
Začátečníci jsou popudlivější než závodníci.

Negativismus

	<i>Skupina A</i>	<i>Skupina B</i>
Stř. hodnota	3,5	4,8
Pozorování	20	20
t Stat	-2,04076	
t krit (2)	2,039513	

Mezi skupinami A a B je signifikantní rozdíl

	<i>Skupina B</i>	<i>Skupina C</i>
Stř. hodnota	4,8	3,9
Pozorování	20	20
t Stat	1,243677	
t krit (2)	2,024394	

Mezi skupinami B a C není signifikantní rozdíl

	<i>Skupina A</i>	<i>Skupina C</i>
Stř. hodnota	3,5	3,9
Pozorování	20	20
t Stat	-0,70364	
t krit (2)	2,024394	

Mezi skupinami A a C není signifikantní rozdíl

Negativismus je větší u pokročilých než u závodníků.

Resentiment

	<i>Skupina A</i>	<i>Skupina B</i>
Stř. hodnota	2,4375	5,375
Pozorování	20	20
t Stat	-3,72611	
t krit (2)	3,565678	

Mezi skupinami A a B je velmi vysoce signifikantní rozdíl

	<i>Skupina C</i>	<i>Skupina B</i>
Stř. hodnota	4,9375	5,375
Pozorování	20	20
t Stat	-0,65305	
t krit (2)	2,024394	

Mezi skupinami C a B není signifikantní rozdíl

	<i>Skupina A</i>	<i>Skupina C</i>
Stř. hodnota	2,4375	4,9375
Pozorování	20	20
t Stat	-3,68559	
t krit (2)	3,610913	

Mezi skupinami A a C je velmi vysoce signifikantní rozdíl

Resentiment je u skupiny závodníků nižší než u skupiny pokročilých a než u skupiny začátečníků.

Podezíravost

	<i>Skupina A</i>	<i>Skupina B</i>
Stř. hodnota	1,95	3,85
Pozorování	20	20
t Stat	-3,28012	
t krit (2)	2,711558	

Mezi skupinami A a B je vysoce signifikantní rozdíl

	<i>Skupina C</i>	<i>Skupina B</i>
Stř. hodnota	3,55	3,85
Pozorování	20	20
t Stat	-0,53497	
t krit (2)	2,024394	

Mezi skupinami B a C není signifikantní rozdíl.

	<i>Skupina C</i>	<i>Skupina A</i>
Stř. hodnota	3,55	1,95
Pozorování	20	20
t Stat	2,618307	
t krit (2)	2,024394	

Mezi skupinami A a C je signifikantní rozdíl

Skupiny začátečníků a pokročilých jsou podezřavější než skupina závodníků.

Verbální agrese

	<i>Skupina B</i>	<i>Skupina A</i>
Stř. hodnota	6,1985	4,697
Pozorování	20	20
t Stat	2,766833	
t krit (2)	2,711558	

Mezi skupinami A a B je vysoce signifikantní rozdíl

	<i>Skupina B</i>	<i>Skupina C</i>
Stř. hodnota	6,1985	5,698
Pozorování	20	20
t Stat	0,739292	
t krit (2)	2,034515	

Mezi skupinami B a C není signifikantní rozdíl

	<i>Skupina C</i>	<i>Skupina A</i>
Stř. hodnota	5,698	4,697
Pozorování	20	20
t Stat	1,442571	
t krit (2)	2,024394	

Mezi skupinami A a C není signifikantní rozdíl

Skupina pokročilých je verbálně agresivnější než skupina závodníků.

Pocit viny

	<i>Skupina A</i>	<i>Skupina B</i>
Stř. hodnota	3,905	4,345
Pozorování	20	20
t Stat	-0,61663	
t krit (2)	2,024394	

Mezi skupinami A a B není signifikantní rozdíl

	<i>Skupina C</i>	<i>Skupina B</i>
Stř. hodnota	6,38	4,345
Pozorování	20	20
t Stat	3,003698	
t krit (2)	2,711558	

Mezi skupinami B a C je vysoce signifikantní rozdíl

	<i>Skupina A</i>	<i>Skupina C</i>
Stř. hodnota	3,905	6,38
Pozorování	20	20
t Stat	-3,44442	
t krit (2)	2,711558	

Mezi skupinami A a C je vysoce signifikantní rozdíl

U začátečníků je větší pocit viny než u pokročilých a zároveň je větší než u závodníků.

9.2 Soubory z pohledu dimenzí DOPEN

Psychoticismus

	<i>Skupina A</i>	<i>Skupina B</i>
Stř. hodnota	2,65	3,85
Pozorování	20	20
t Stat	-2,04302	
t krit (2)	2,024394	

Mezi skupinami A a B je signifikantní rozdíl

	<i>Skupina C</i>	<i>Skupina B</i>
Stř. hodnota	3,95	3,85
Pozorování	20	20
t Stat	0,143904298	
t krit (2)	2,024394147	

Mezi skupinami B a C není signifikantní rozdíl

	<i>Skupina C</i>	<i>Skupina A</i>
Stř. hodnota	3,95	2,65
Pozorování	20	20
t Stat	1,840901	
t krit (2)	2,024394	

Mezi skupinami A a C není signifikantní rozdíl

Pokročilí mají vyšší hodnoty psychotocismu než závodníci.

Extraverze

	<i>Skupina B</i>	<i>Skupina A</i>
Stř. hodnota	15,45	18,95
Pozorování	20	20
t Stat	-2,71416	
t krit (2)	2,711558	

Mezi skupinami je signifikantní rozdíl

	<i>Skupina B</i>	<i>Skupina C</i>
Stř. hodnota	15,45	16,7
Pozorování	20	20
t Stat	-0,74732	
t krit (2)	2,024394	

Mezi skupinami není signifikantní rozdíl

	<i>Skupina A</i>	<i>Skupina C</i>
Stř. hodnota	18,95	16,7
Pozorování	20	20
t Stat	1,498118	
t krit (2)	2,024394	

Mezi skupinami není signifikantní rozdíl

Závodníci jsou větší extraverti než pokročilí.

Neuroticismus

	<i>Skupina A</i>	<i>Skupina B</i>
Stř. hodnota	8,6	11,1
Pozorování	20	20
t Stat	-1,45842	
t krit (2)	2,039513	

Mezi skupinami není signifikantní rozdíl

	<i>Skupina C</i>	<i>Skupina B</i>
Stř. hodnota	13,55	11,1
Pozorování	20	20
t Stat	1,518849	
t krit (2)	2,036933	

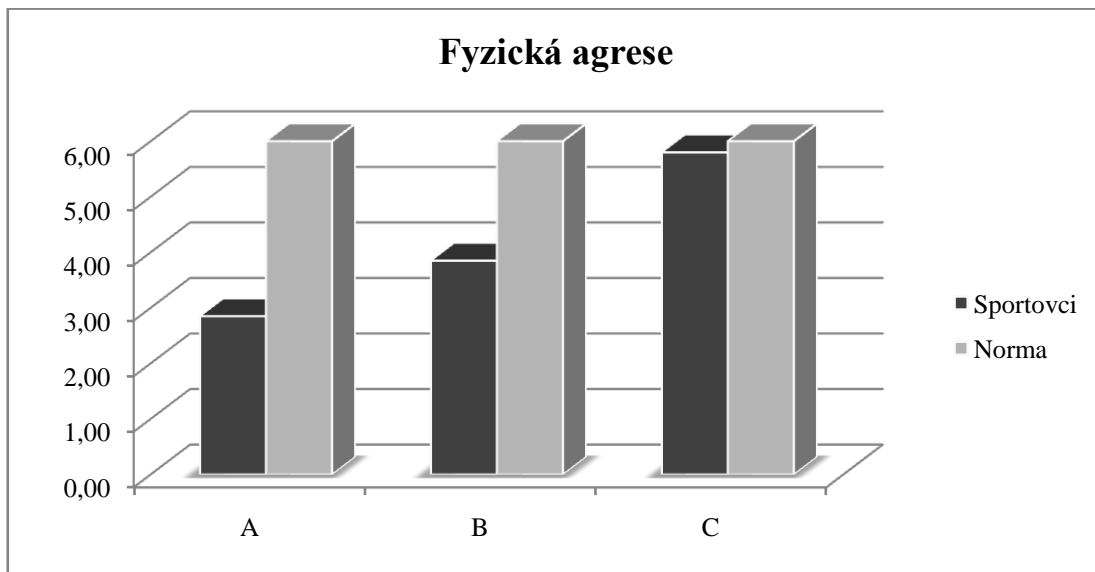
Mezi skupinami není signifikantní rozdíl

	<i>Skupina A</i>	<i>Skupina C</i>
Stř. hodnota	8,6	13,55
Pozorování	20	20
t Stat	-2,46388	
t krit (2)	2,024394	

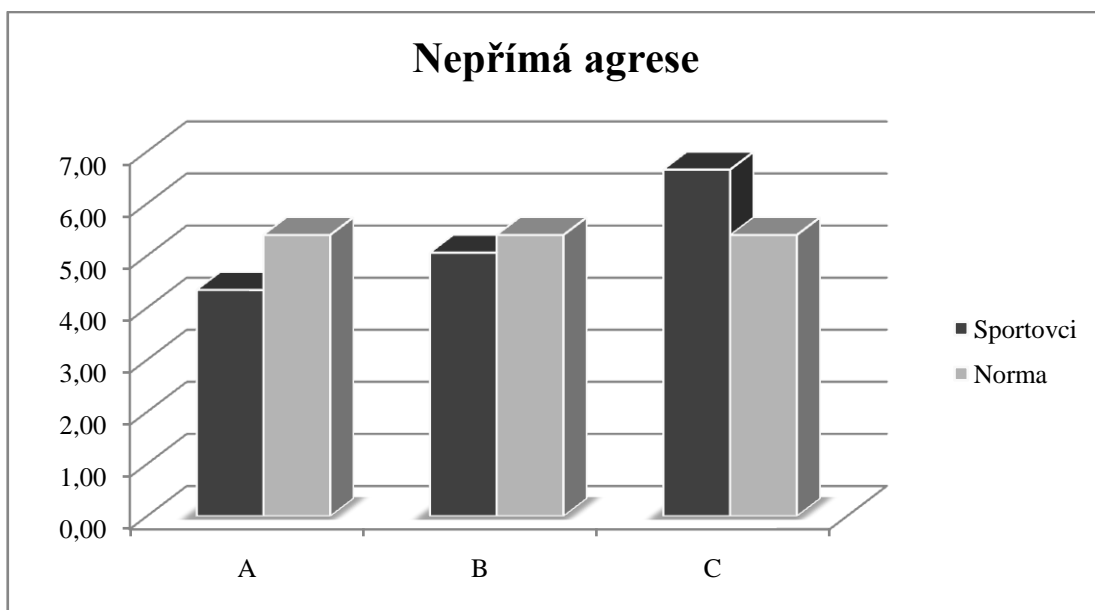
Mezi skupinami je signifikantní rozdíl

Hodnoty neuroticismu jsou větší u začátečníků než u závodníků.

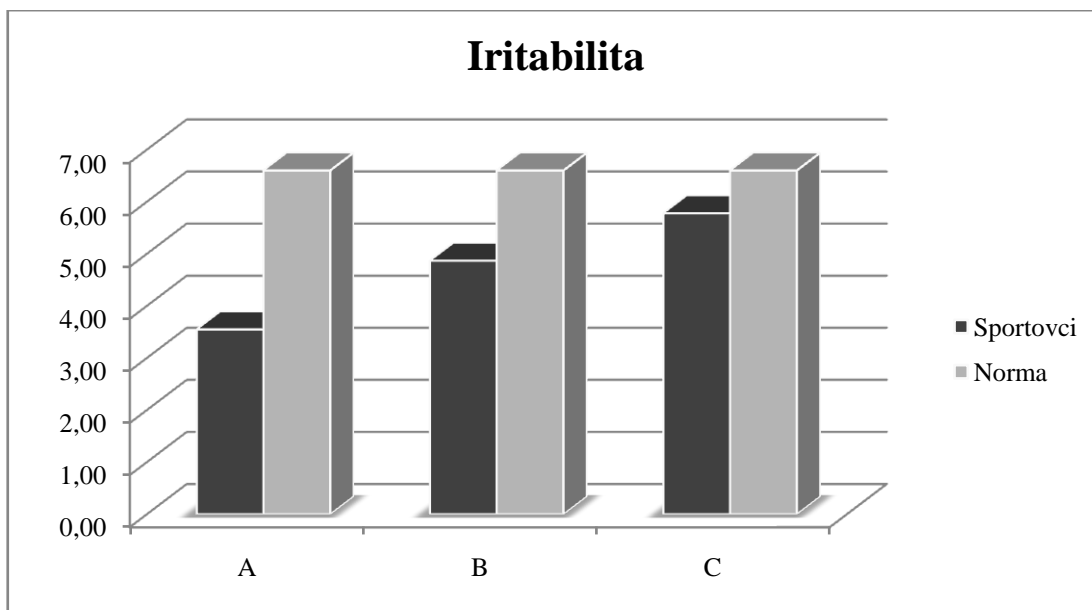
9.3 Komparace mezi soubory z hlediska BDI



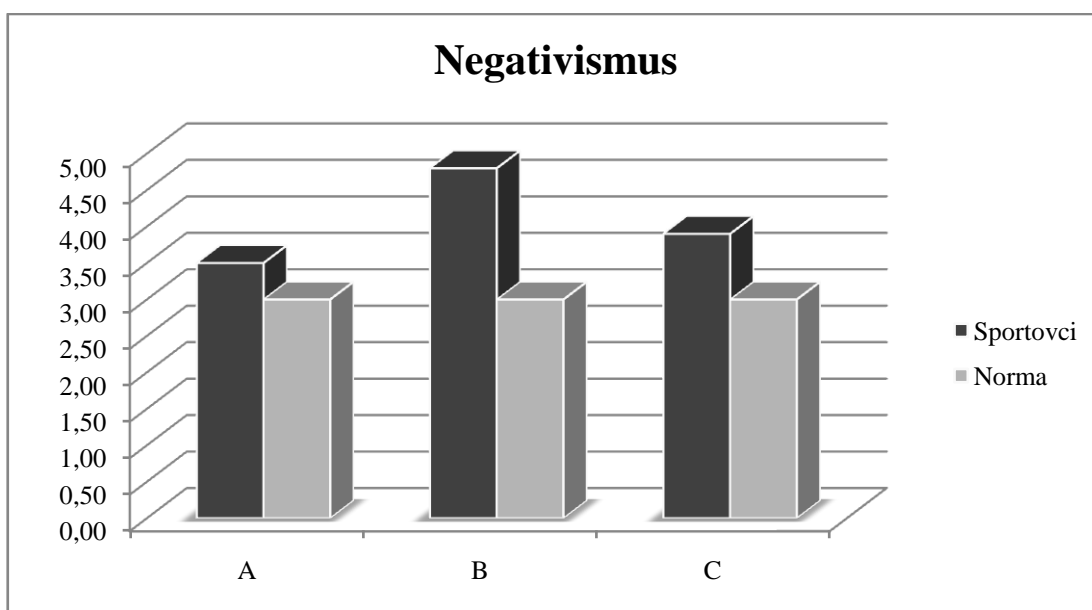
U všech skupin sportovců jsou hodnoty fyzické agrese nižší než norma, u závodníků dokonce dvakrát.



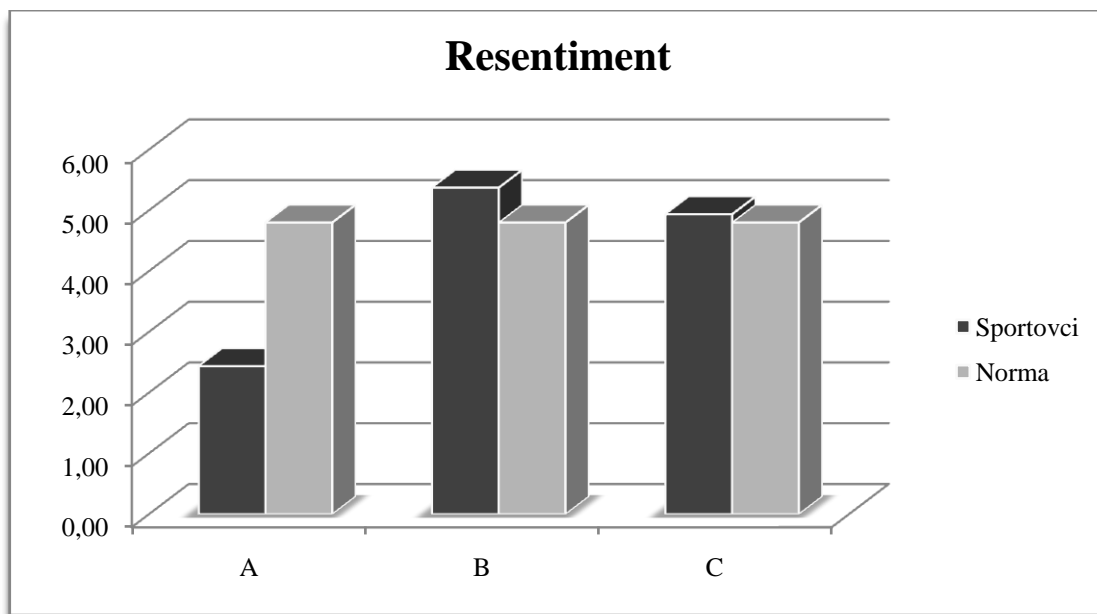
Hodnoty nepřímé agrese jsou u závodníků a pokročilých nižší než norma, naopak u začátečníků jsou hodnoty vyšší než norma.



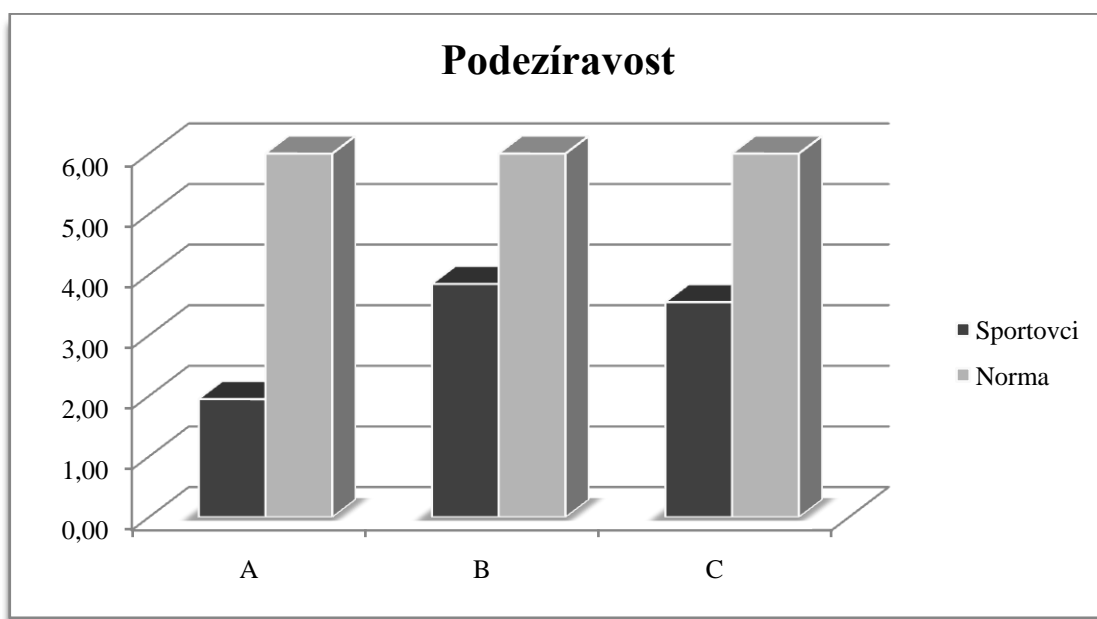
Hodnoty iritability u sportovců jsou nižší, než je norma.



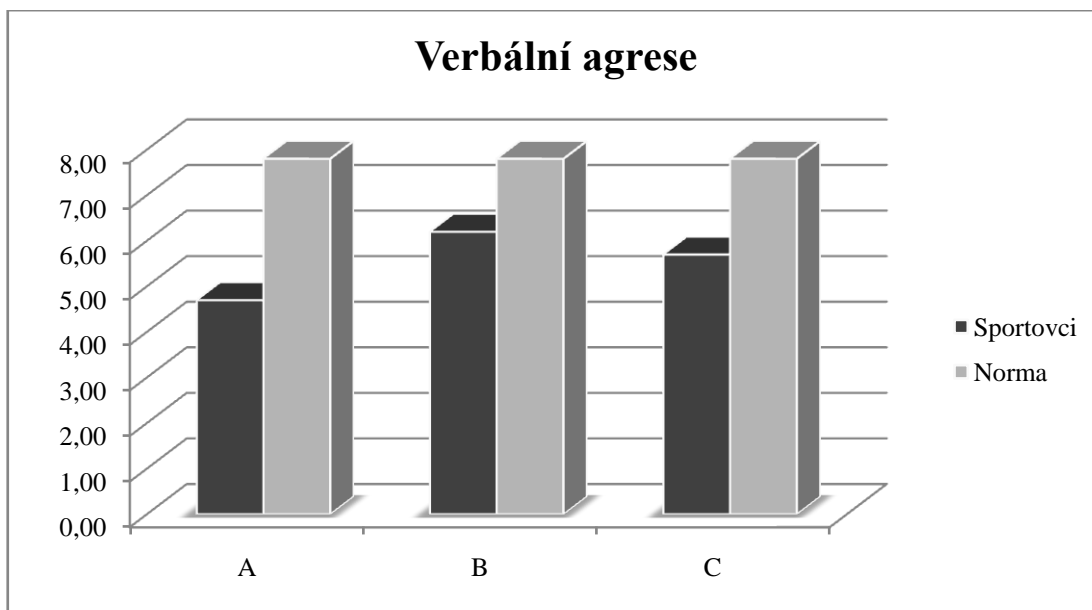
Hodnoty negativismu u všech sportovních skupin jsou vyšší než norma.



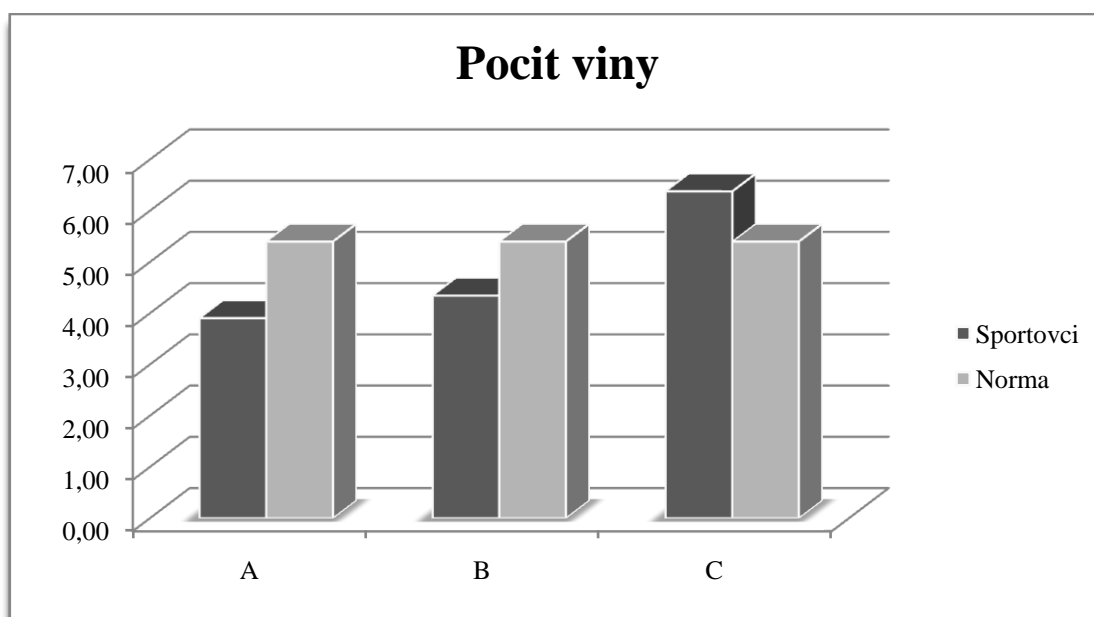
Hodnoty resentimentu u závodníků jsou nižší téměř o polovinu než norma, u pokročilých jsou hodnoty naopak vyšší. U začátečníků jsou hodnoty téměř stejné.



Všechny skupiny sportovců jsou méně podezřívavé než norma. Dokonce u závodníků jsou hodnoty několikrát nižší.

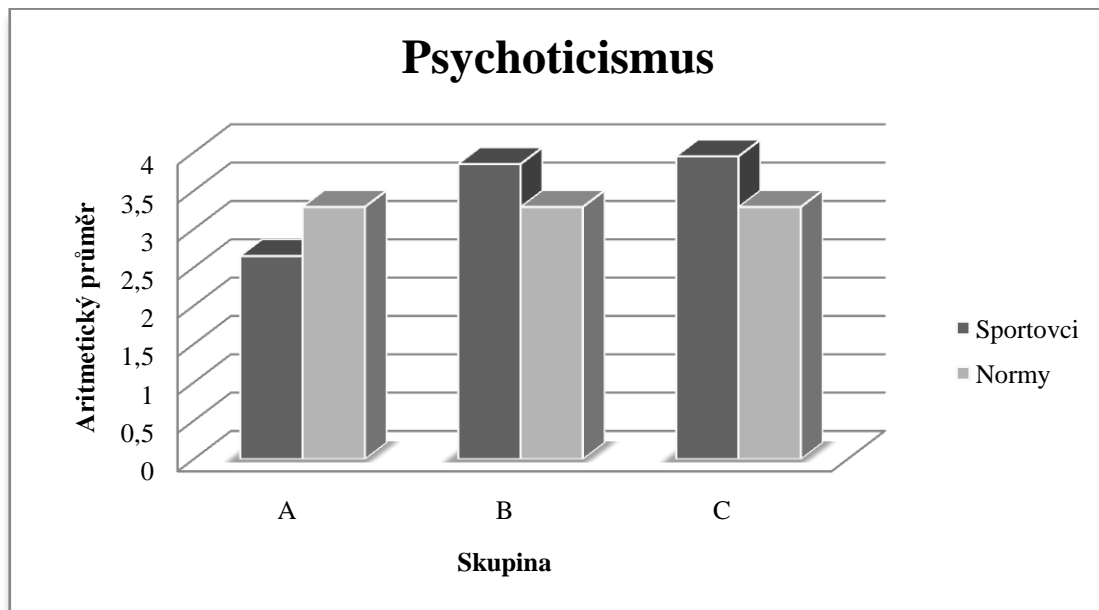


Hodnoty verbální agrese jsou u sportovců nižší, než je norma.

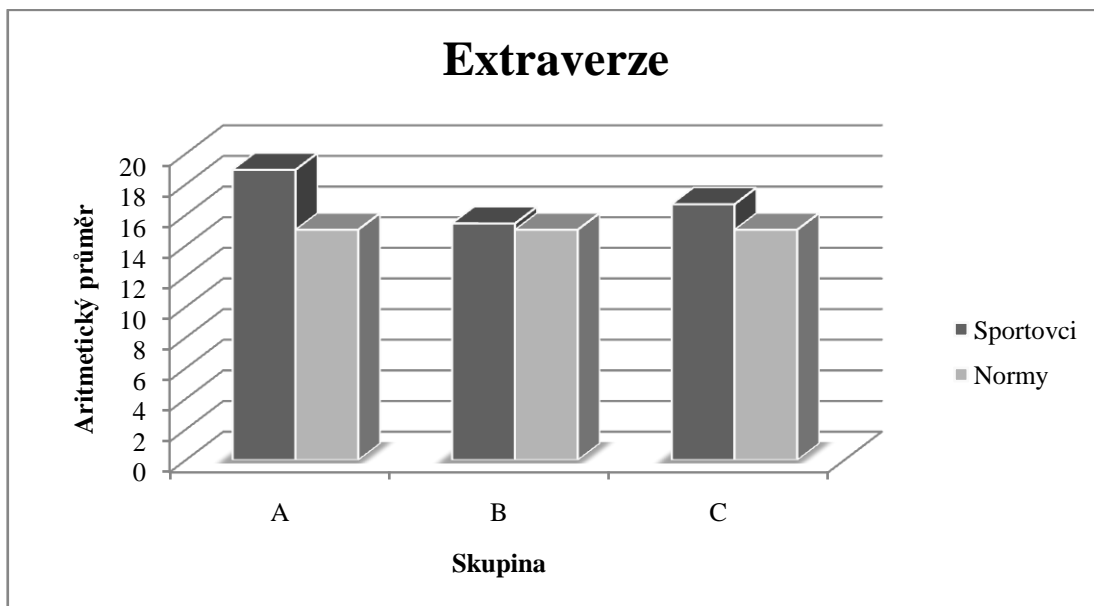


Hodnoty pocitu viny jsou u závodníků a pokročilých menší než norma, naopak u začátečníků jsou větší.

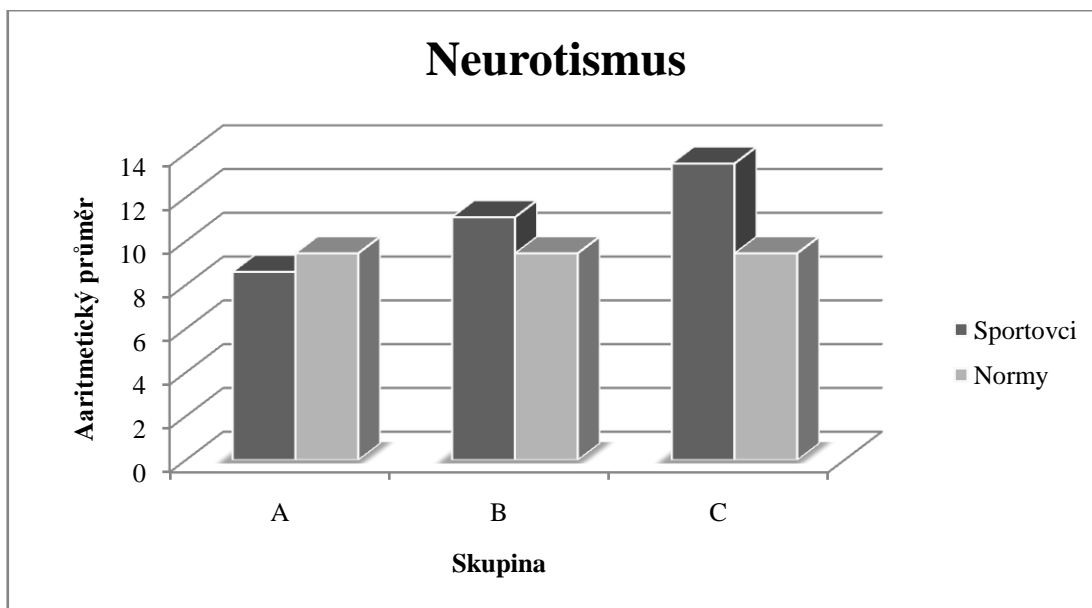
9.4 Rozdíly z hlediska DOPEN



Hodnoty psychotismu jsou u začátečníků a pokročilých vyšší než norma, naopak u závodníků jsou hodnoty nižší.



Hodnoty extraverze u závodníků a začátečníků jsou vyšší než norma, u pokročilých hodnoty normu pouze mírně převyšují.



9.5 K výchozím otázkám

V podkapitole 8.1 jsme si položili 2 výzkumné otázky:

1. Jakých hodnot dosahuje a jakou má strukturu agresivita kickboxerů a thaiboxerů?
 - u začátečníků je vyšší hladina fyzické a nepřímé agrese, iritability, resentimentu, podezíravosti a pocitu viny, než je hladina u závodníků
 - u pokročilých jsou hodnoty negativismu a verbální agrese vyšší než u závodníků
 - u všech skupin sportovců jsou v subtestech fyzická agrese, iritabilita, podezíravost a verbální agrese hodnoty nižší než je norma v BDI a v subtestu negativismus naopak vyšší
2. Existují osobnostní rozdíly mezi jednotlivými skupinami sportovců?
 - u skupiny pokročilých jsou hodnoty psychotismu vyšší než u závodníků a hodnoty extraverze nižší než u závodníků; hodnoty neuroticismu jsou u začátečníků vyšší než u závodníků
 - u skupiny závodníků a pokročilých jsou hodnoty psychotismu a neurotismu vyšší, než jsou normy DOPEN a u všech skupin jsou vyšší hodnoty extraverze, než jsou normy DOPEN

10. DISKUZE

Sport jako zvláštní součást lidského pohybu zaměřená na dosahování nejvyššího výkonu a jeho porovnávání s výkony druhých vychází z mnoha zdrojů. Některé jsou obecně rozpoznatelné a přijímané, jiné zůstávají povrchnímu zkoumání skryté. Potřeby poznání, sebeprosazení a sounáležitosti společně se silnými prožitky síly, radosti, úspěchu patří k těm zdrojům sportu, které jsou často vyzdvihovány a velebeny. Sport však má, podobně jako mnoho jiných lidských aktivit a stejně jako i člověk sám, také své „temné“ zdroje. Těmi jsou lidská agrese společně se strachem a bolestí, jež tvoří nedílnou součástí každého sportovního výkonu.

Jedním z cílů mé práce bylo získat všechny dostupné informace o agresivě, agresivitě či agresivním chováním ve vztahu k bojovým uměním. Z počátku jsem si myslela, že se mi na základě dobře prostudované literatury podařilo proniknout do této oblasti a porozumět jí. Prostudovat literaturu se mi podařilo, ale musím přiznat, že takové literatury není mnoho. Zvláště pak týká-li se to thajského boxu a kick boxu. Chceme-li se naučit těmto sportům, není problém sehnat příručku či knihu, která se bude věnovat technikám boje. Již se ale nedozvíme nic o historii či vzniku daného bojového umění. Pokud se o něčem takovém kniha zmiňuje, je to jen jakési sporadické sdělení. A to vůbec nemluvím o vlivu takového bojového umění na psychiku jedince.

Je tedy smutné, že nám zůstávají pouze internetové zdroje, kde ani nejsou známi jednotliví autoři článků. Text není příliš odborný a píše jej většinou nadšenci těchto sportů. I já jsem se pustila do textu, pro který jsem neměla přílišné podklady. Je to podkapitola Sportogram. Odborné podklady pro vytvoření sportogramu nebývají k dispozici. Takový sportogram je kno-whow každého sportovního klubu či sdružení. Navíc si myslím, že zrovna u bojových umění není nic podobného vypracováno. Týká se to tedy především pro fotbal, hokej a další světoznámé a oblíbené sporty. Jediné, co jsem měla, byly mé vlastní zkušenosti z provozování obou sportů.

Ani literatura v zahraničí není příliš bohatá. Když jsem v knihovnách hledala nějakou literaturu, která by spojovala agresivitu a sport, a zároveň se celá nevěnovala sportovním fanouškům, našla jsem pouze jedinou a to z roku 1987.

Knihy se mi příliš zastaralá, ale po delším pátrání jsem zjistila, že už asi žádnou lepší a tématu přiléhající knihu nenajdu. V minulém roce se začaly objevovat články o

jednotlivých výzkumech v USA, které se týkaly násilí, bojových umění a nápravě záškoláků. Byla jsem ráda, že se výzkumy pohnuly směrem kupředu. Na druhou stranu musím přiznat, že mi moc výsledky jejich zjištění nepomohly. Bojová umění zkoumaná v Americe měla hlubokou filosofii. To jistě nemá ani jedno z bojových umění, které jsem zkoumala v této práci. Právě tato filosofie měla být klíčovým prvkem k „polepšení“ záškoláků. Je tedy nasnadě otázka, zda si nevybrat jiné bojové umění, jako je třeba Aikido, které je téměř nekontaktní. Jsem si vědoma, že jsem agresivitu zkoumala jen u plnokontaktních bojových umění. Do budoucna bych ovšem chtěla zapojit další bojová umění, zvláště ta nekontaktní.

Byla to ovšem výzva zkoumat agresivitu v kickboxu a thajském boxu, kdy je v těchto bojových uměních vidět očividné násilí. Člověk si řekne, že zde musí být přeci agresivita velká. Ale cítí v sobě závodníci při zápasech vůči soupeři nenávist či hněv. Jistě cítí vztek, když ho soupeř zasáhne. Přenáší si tyto emoce do osobního života?

Při předložení inventáře BDI jsem si uvědomila, že agrese se u závodníků musí projevit jako zvýšená. Vždyť co má člověk odpovědět na otázku, zda někdy někoho uhodil, když se o to v zápase snaží každou chvíli. Změnila jsem instrukci, takže respondenti vypovídali tak, jak se chovají v osobním životě a neuvažovali o tom, jak se chovají v ringu.

Tím pádem narážím na další překážku. Inventář BDI je zastaralý, jeho normy u nás nejsou řádně ověřené, ale k mému výzkumu ho považuji za dostačující. Když jsem přemýšlela, jakými dalšími způsoby, by se dala zjistit agresivita, napadl mě Hand test. Ten jsem zamítla, neboť se domnívám, že různá gesta by respondenti pochopili jinak. V bojových uměních se kromě nohou často používají ruce. A tak jsem se bála, že by tato skutečnost příliš ovlivnila výsledky Hand testu.

Vyvstává tu také otázka, zda je vzorek dostatečně velký a reprezentativní. Kickboxu i thaiboxu se sice věnuje mnoho klubů v České republice, ale pokud bychom spočítali závodníky, nebylo by jich mnoho.

Stále se hovoří všude kolem nás o agresivitě, násilí, ale již se příliš nezkoumají alternativní způsoby, jak ji zvládat. Toto téma je sice hodně projednáváno, v souvislosti s bojovým uměním se říká, že jsou to agresivní sporty. Mám pocit, že si lidé myslí, že není nutno tento aspekt zkoumat a že je očividně jasné, že tyto sporty jsou agresivní. Zde se projevuje agrese otevřeně, takže proč ji ještě zkoumat v této oblasti.

Výsledky potvrdily, že čím déle člověk provozuje kickbox či thai box, fyzická agrese se snižuje. Nejsou ale výsledky zkreslené, nesnažili se jen závodníci postavit se do

„lepšího světla“? V kapitole o organizaci a průběhu šetření jsem se zmínila, že ne všichni závodníci, byli ochotní zúčastnit se výzkumu. Dotazníky si sice vzali, vyslechli instrukce, ale zpátky již nevrátili. Někteří se mi po ukončení sběru dat dokonce svěřili, že mi je nechtěli vyplňovat. Že by neměly dostatečnou odvahu? Čeho se bály? Byl ohrožen jejich sebeobraz?

Myslím si, že právě bojová umění mohou pomoci agresi zvládat a jedinec si takovýmto společensky přijatelným způsobem může agresi vybit. Ze zkušenosti vím, že tyto lidé nevyvolávají na ulici hádky či rvačky, ale když na ně někdo zaútočí, brání se několika údery pouze tak, aby útočníka paralyzoval.

Tématu bojových umění bych se chtěla věnovat i nadále. Zajímalo by mne, zda některá bojová umění by mohla mít terapeutické využití i u nás. Myslím si, že je to zajímavá oblast, která není dostatečně prozkoumána a jistě za prozkoumání stojí.

11. ZÁVĚR

Dosáhli jsme těchto závažnějších zjištění:

- Hodnoty v subtestu fyzická agrese u začátečníků jsou vyšší než hodnoty u pokročilých a závodníků.
- Hodnoty v subtestu nepřímá agrese jsou u začátečníků vyšší než u závodníků.
- Skupina začátečníků je popudlivější než skupina závodníků
- Skupina začátečníků i pokročilých má v subtestu resentment hodnoty vyšší než skupina závodníků.
- Začátečníci i pokročilí jsou podezřívavější než závodníci.
- V subtestu verbální agrese jsou u pokročilých hodnoty vyšší než u závodníků..
- Hodnoty v subtestu pocit viny jsou u začátečníků vyšší než u pokročilých a závodníků.
- Hladina fyzické agrese u závodníků je více než o polovinu nižší než norma BDI
- V subtestu resentment jsou u závodníků hodnoty téměř o polovinu nižší, než je norma BDI.
- Nízké hodnoty byly naměřeny v subtestu podezřívavost u všech skupin, nejvýrazněji však u závodníků.

12. SOUHRN

V diplomové práci řeším problematiku vztahu mezi agresivitou a sportovní aktivitou - konkrétně bojovým uměním.

Ve sportu existuje mnoho psychologických problémů, jako je například doping, motivace, sportovní taktika, problémy sportovních závodů, charakteristika předstartovní situace a agrese.

Vymezení pojmu agrese není zcela jednotné. Pojem agrese může nabývat mnoha významů a může být chápán z různých hledisek. Konečnou definicí, kterou jsem se řídila v této práci, je, že agrese je záměrné jednání, jehož cílem je ublížit jinému člověku.

Agrese se dělí podle rozličných hledisek. Nejčastějším rozdělením je rozlišení agrese instrumentální a emocionální. Běžně se mluví o fyzické a verbální agresi, které se mohou ještě dále dělit na přímou a nepřímou. Dalších druhů agrese nejsou již tak časté.

Činiteli, ovlivňujícími agresivní chování, jsou např. věk, pohlaví, osobnost, společenské prostředí a další. V souvislosti s těmito činiteli se věnuji konstituční typologii, která dává do souvislosti chování s fyzickým vzhledem člověka.

Existují různá teoretická pojetí agrese, různé pohledy jak na agresi celkově, tak na agresi ve sportu. Některé teorie se prolínají, jiné jsou zcela nové. Nejnovějším přístupem je multikauzální přístup, který spojuje několik teorií dohromady.

Freud považuje agresi za pud smrti, Konrad Lorenz zase za instinkt, který je sycen energií neustále se hromadící v nervových centrech. O sportu tvrdí, že je v lidském kulturním životě vyvinutá ritualizovaná zvláštní forma boje a že sport je výborný ventil pro nahromaděnou agresi. Zillmann dokazuje, že aktivační úroveň není universálním zdrojem pro vybavení agrese a pokud nabíjí agresi energií, pak toto nabití není nezbytně ve vztahu k předcházející úrovni aktivace.

Čermák rozděluje Bandurovu teorii na dvě části: koncepcí morální neangažovanosti a sociálně- kognitivní koncepcí agrese. Albert Bandura definuje agresi jako mnohoúrovňovitý fenomén, pro jehož porozumění nevystačíme s jedním nebo dvěma koncepty. Úplný obraz agrese lze získat jedině tehdy, když se nám podaří vysvětlit, jak se vzorce agresivního chování vyvíjejí, co provokuje lidi k tomu, aby se chovali agresivně a co posiluje takové chování po iniciaci agrese.

Pojetí, že společenské podmínky jsou zodpovědné za „frustrování“ a „zvýšenou agresivitu“, zastupoval především Plessner. Plack zase tvrdí, že sport jako náhrada války má vždy tendenci být přípravou na válku. Také Denker vychází z pojmu agrese ve sportu: Každý druh sportu v naší současné společnosti je také forma agrese. Na základě těchto tvrzení se rozlišují čtyři formy agrese: agrese vědomá - podle pravidel; agrese vědomá - mimo pravidla; agrese nevědomá - podle pravidel; agrese nevědomá - mimo pravidla.

Podle teorie učení a socializace je agrese ve sportu především výsledkem přejímání způsobů chování nejen posílením (učení vlastnímu úspěchu) a napodobováním (učení úspěchu ostatních), ale také sociálně důležitým očekáváním rolí a předpisy. Teorie učení a socializace se zabývají především chováním, které se odchyluje od formálních a neformálních pravidel.

V multikauzálním přístupu je pojem agrese neurčitý a zde se odlišují různé formy agresivního chování a jako nadřazený pojem bylo zvoleno „dominantní chování“. Rozlišuje se extrasportovní a intrasportovní dominantní chování.

Nesmím opomenout v současnosti velice moderní neurovědu a behaviorální genetiku. Ty se věnují tomu, jak geny mohou ovlivňovat chování člověka či nervové mechanismy v mozku. V případě agrese to jsou např. testosteron, chromozom Y, serotonin a nesmím opomenout ani sociální prostředí. Ukázalo se, že nízká hladina serotoninu způsobuje agresivitu, a protože geny mají vliv na hladinu serotoninu a jeho využití, mohou agresivitu způsobovat geny. Z výzkumů také vyplývá, že hladina testosteronu ovlivňuje chování a zároveň se hladina testosteronu mění podle chování.

Vědci dospěli k závěru, že oxid dusnatý působí u myši na chování jako brzda. Zatím nevíme, zda platí i u lidí nebo zda se u nich vyskytují nějaké přirozené mutace genu NOS. V neposlední řadě nesmíme zapomenout na vliv rodiny. Geny sice ovlivní to, jak často a snadno se člověk rozčílí, ale to jak se ve skutečnosti chová, závisí na zvycích naučených cvičením a opakováním.

Výsledkem tedy je, že se nedědí špatné chování nebo agresivita, ale spíše genetická citlivost na prostředí.

Bojová umění samozřejmě mají funkci obrannou, ale také funkci výchovnou, vzdělávací, tělovýchovnou, socializační, zdravotní, sebevýchovnou a v neposlední řadě funkci morální. Celá jedna skupina sportů je vytvořena z technik užívaných přímo v boji. Jedná se o tzv. úpolové sporty (box, karate) Tyto techniky jsou modifikovány a omezeny

pravidly tak, aby se minimalizovalo nebezpečí vážného poranění nebo zabití soupeře (váhové kategorie, chrániče a rukavice).

Struktura osobnosti sportovce je jako plující ledovec. Pod hladinou je dědičně podmíněný konstituční základ osobnosti čili temperament, výše je schopnost s genetickým základem v dispozičních. Nad nimi je charakter a nejvýše postavená je sociální role jedince. Osobností sportovce se zabývá psychosportografie. Na základě charakteristiky sportovního odvětví jsou kladeny vysoké specifické nároky na osobnost sportovců. Seznam těchto nároků se nazývá psychoprofesiogram.

Výzkum jsem zaměřila na zjištění souvislostí mezi agresí a bojovým uměním v praxi. Zkoumaný soubor tvořilo 60 respondentů, kteří byli rozděleni do tří skupin: skupina začátečníků, skupina pokročilých a skupina výkonnostních sportovců. Skupiny tvořilo vždy 20 respondentů. Výběr byl příležitostný. Celkový průměrný věk byl 23,6. Průměrný. Počet žen byl 17 a počet mužů 43. K měření agresivity jsem použila BDI a ke zkoumání osobnosti sportovce DOPEN.

Hodnoty fyzické agrese u závodníků jsou nižší než u začátečníků a než u normy BDI. I další hodnoty v jednotlivých subtěstech jsou u závodníků, někdy i pokročilých nižší než u začátečníků. Všechny skupiny sportovců výrazněji převyšují normu BDI v subtestu negativismus. Též všechny skupiny sportovců jsou převážně extroverti a skupiny pokročilých i začátečníků mají hodnoty psychoticismu a neuroticismu vyšší než jsou normy DOPEN.

Doufám, že tato práce může změnit některé negativní náhledy jiných lidí a pomůže je alespoň trochu pochopit.

SEZNAM LITERATURY

1. Atkinsonová, R. L., Atkinson, R. C., Smith, E. E., Bem, D. J., & Hocksema, S. (1995). *Psychologie*. Praha: Victoria Publishing
2. Čepelák, J. (1983). *Psychometrické zkoumání agresivity*. Praha
3. Čermák, I. (1995). *Princip specifičnosti při studiu agrese*. *Československá psychologie*, XXXIX, č.3, s.117 – 125
4. Čermák, I. (1999). *Lidská agrese a její souvislosti*. Žďár nad Sázavou: Fakta
5. Fojtík, I. (1999). *Duch Budó*. Olomouc: Votobia
6. Fojtík, I., Kračmar, B. (1993). *Aikidó – cesta harmonie*. Praha: Naše vojsko
7. Freud, S. (1990). *O člověku a kultuře*. Praha: Odeon
8. Freud, S. (1991). *Vybrané spisy I, II*. Praha: Avicenum
9. Gabler, H. (1987). *Aggressive Handlungen im Sport*. Schorndorf: Hofmann
10. Hall, Lindzey (1999). *Psychológia osobnosti: úvod do teórií osobnosti*. Bratislava: Slovenské pedagogické nakladateľstvo
11. Hamer, D., Copeland, P. (2003). *Geny a osobnost*. Praha: Portál
12. Hewstone, M., Stroebe, W. (2007). *Sociální psychologie*. Praha: Portál
13. Höschl, C., Libiger, J., Švestka, J. (2002). *Psychiatrie*. Praha: TIGIS
14. http://cs.wikipedia.org/wiki/Muay_Thai
15. <http://www.csfu.cz/stuff/PRAVIDLA%20CSFU%202006.doc>
16. <http://www.delroys-gym.cz/kickbox-p/>
17. http://www.hanumangym.com/index.php?site=muay_thai
18. <http://www.kickbox.kat.cz/>
19. <http://www.webpark.cz=utf/kungfu-uvod/31.htm>
20. <http://www.webpark.cz=utf/kungfu-uvod/32.htm>
21. Kretschmer, E. (1925). *Körperbau und Charakter: Untersuchungen zum Konstitutionsproblem und zur Lehre von den Temperamenten*
22. Lewis, P. (1996). *Bojová umění*. Praha: Cesty
23. Lorenz, K. (1966). *On Aggression*. New York: Harcourt, Brace and World
24. Macák, I., Hošek, V. (1989). *Psychologie tělesné výchovy a sportu*. Praha: Státní pedagogické nakladatelství
25. Mugford, S. (2005). *Základní bojová umění*. Bratislava: Příroda

26. Nakonečný, M. (1970). *Agresivní chování*. Československá psychologie, XIV, č. 1, s. 1 – 17
27. Nakonečný, M. (1998). *Základy psychologie*. Praha: Academia
28. Nakonečný, M. (1999). *Psychologie osobnosti*. Praha: Academia
29. Pokorná, E. (1994). *Thajský box*. Tělesná výchova a sport mládeže, 60/7, s. 45 – 47
30. Puni, A. Z. (1961). *Abriss der Sportpsychologie*. Berlin: Sportverlag
31. Rebac, Z. (2006). *Thajský box: plnokontaktní bojový sport z Asie*. Praha: Naše Vojsko
32. Reber, A. S., Reber, E. S. (2001). *The Penguin dictionary of psychology*. London: Penguin Books
33. Ruisel, I., Müllner, J. (1990). *DOPEN – příručka*. Bratislava: Psychodiagnostické a didaktické testy, š.p.
34. Sheldon, W. H. (1942). *The varieties of temperament: a psychology of constitutional differences*. New York: Harper
35. Slepíčka, P. et al (2006). *Psychologie sportu*. Praha: Nakladatelství Karolinum, Univerzita Karlova
36. Stuchlíková, I. (2005). *Základy psychologie emocí*. Praha: UK Karolinum
37. Šafář, M. (2001). Agresivita jako zdroj sportovní aktivity. *2. mezinárodní konference: Pohyb a zdraví* (s. 455 – 457) Olomouc: Univerzita Palackého
38. Volkamer, M. (1972). *Experimente in der Sportpsychologie*. Schorndorf: Hofmann
39. Výrost, J., Slaměník, I. (2008). *Sociální psychologie*. Praha: Grada Publishing
40. Weinmann, W. (1997). *Lexikon bojových sportů*. Praha: Naše vojsko

PŘÍLOHY

1. Zadání magisterské diplomové práce

2. Abstrakt

3. BDI

4. DOPEN

Vysoká škola: **Palackého univerzita Olomouc**

Fakulta: **filozofická**

Katedra: **Psychologie**

Školní rok: **2008/2009**

ABSTRAKT DIPLOMOVÉ PRÁCE

Jméno: **Lucie Kozlerová**

Obor: **Psychologie - jednooborová**

Rok imatrikulace: **2004**

Vedoucí práce: **doc. PhDr. Zdeněk Vtípil, CSc.**

Oponent::

Počet stran: **83**

Název diplomové magisterské práce:

Agresivita v bojových uměních

Abstrakt diplomové práce:

Diplomová práce sleduje problematiku agrese a agresivity v bojových uměních. Zaměřuje se také na osobnostní vlastnosti sportovce a jeho spojení s bojovými sporty. Vytváří obraz či náhled, jaká vlastně jsou bojová umění a k čemu jsou dobrá.

Výzkum u závodníků, pokročilých a začátečníků zjišťuje, jakých hodnot dosahuje a jakou má strukturu má jejich agresivita. Výzkum se dále zaměřil na osobnostní rozdíly mezi jednotlivými skupinami sportovců, především na psychoticismus, extraverci a neuroticismus.

.

Klíčová slova:

agrese

agresivita

osobnost

bojová umění

psychologie sportu

University: **Palacký University in Olomouc**

Faculty: **Philosophical**

Department: **Psychology**

School year: **2008/2009**

THESIS ABSTRACT

Name: **Lucie Kozlerová**

Branch: **Psychology**

Matriculation year: **2004**

Supervisor: **doc. PhDr. Zdeněk Vtípil, CSc.**

Opponent:

Number of pages: **83**

Thesis title:

Aggressiveness in martial arts

Thesis abstract:

Thesis is engaged in questions and aggressiveness in martial arts. It is focusing also on traits of sports personality and his connection wit martial arts. It produce an impression or outlook, in fact what are martial arts and what are they good for?

Research with fighters, advanced sports group and beginners group determines, what values attains their aggressiveness and of what structure he has. Research further intent on personal discrepancy between single groups of sportsmans, in particular on psychoticismus, extraversion and neuroticismus.

Key words:

Aggression

Aggressiveness

Personality

Martial arts

Sport psychology