

Univerzita Palackého v Olomouci  
Fakulta tělesné kultury

AGRESIVITA TRENÉRŮ VE FOTBALOVÉM PROSTŘEDÍ (kasuistická studie)  
Bakalářská práce

Autor: Tomáš Machálek, Aplikovaná Tělesná výchova

Vedoucí práce: PhDr. Hana Válková, CSc.

Olomouc 2014

## **Bibliografická identifikace**

**Jméno a příjmení autora:** Tomáš Machálek

**Název bakalářské práce:** Agresivita trenérů ve fotbalovém prostředí (kasuistická studie)

**Pracoviště:** Katedra kinantropologie a společenských věd, Fakulta tělesné kultury, Univerzita Palackého v Olomouci

**Vedoucí bakalářské práce:** Válková Hana Prof. PhDr., CSc.

**Rok obhajoby bakalářské práce:** 2014

**Abstrakt:** Bakalářská práce se zabývá agresivitou ve fotbalovém prostředí. Cílem práce bylo zjistit agresivitu mezi skupinou fotbalových trenérů různého věkového složení, držitelů různých trenérských licencí. Výzkumný soubor tvořili trenéři provádějící svoji praxi v různých soutěžích FAČR. Záměrem bylo porovnání jejich výsledných hodnot s normami běžné populace a srovnání jejich hodnot v souvislosti s jejich věkem a odlišností soutěží, ve kterých trénují. Na základě metody dotazníkového šetření proběhl výzkum u skupiny populace fotbalových trenérů působících v různých soutěžích v celkovém počtu 60-ti osob pomocí standardizovaného psychologického inventáře B-D-I.

**Klíčová slova:** trenér fotbalu, dimenze agresivity, dotazník B-D-I, posuzovací škála.

Souhlasím s půjčováním bakalářské práce v rámci knihovních služeb.

## **Bibliographic identification**

**Autor's name and surname:** Tomáš Machálek

**Title of the thesis:** Aggression coaches in the football environment ( casuistic study)

**Department:** Department of Kinantropology and Social Sciences, Faculty of Physical Culture, Palacký University in Olomouc

**Supervisor:** Prof. Hana Válková Prof. PhDr., CSc.

**The year of presentation:** 2014

**Abstract:** This Bachelor's thesis deals with aggression in a football environment. The aim of this work was to determine the aggressiveness between a group of football coaches of different age structure , holds various coaching licenses. Participants were trainers conducting their practice in various competitions FAČR. The aim was to compare the resulting values with those of the general population and compared their values in relation to their age differences and competitions in which they train. On the basis of a questionnaire survey conducted by the research on groups of the population of football coaches working in various competitions with a total of 60 people using a standardized psychological inventories BDI .

**Key Words:** football coach, dimensions of aggression, BDI questionnaire, survey scale.

I agree the graduate thesis paper to be lent within the library service.

Prohlašuji, že jsem bakalářskou práci zpracoval samostatně pod vedením  
prof. PhDr. Hany Válkové, CSc. uvedl všechny použité literární a odborné zdroje a dodržoval  
zásady vědecké etiky.

V Olomouci dne 10. 4. 2014

Vlastnoruční podpis.....

Na tomto místě bych rád poděkoval vedoucí své bakalářské práce prof. PhDr. Haně Válkové, CSc., za poskytnuté rady, pomoc a vstřícnost při psaní mé práce.

## **OBSAH**

1	ÚVOD.....	8
2	PŘEHLED POZNATKŮ K TÉMATU .....	9
2.1	Sport .....	9
2.1.1	Typologie sportů .....	10
2.2	Pojetí trenéra v soudobém sportu .....	11
2.2.1	Definice profese trenéra – kouče .....	12
2.2.2	Osobnost trenéra a typy trenérů .....	15
2.2.3	Činnosti trenéra a jeho trenérská role.....	17
2.2.4	Profesní kompetence a vzdělávání trenérů.....	20
2.2.5	Trenérství jako pomáhající profese .....	22
2.3	Agrese a agresivita.....	26
2.3.1	Vymezení pojmů .....	26
2.3.2	Druhy agrese ve sportu.....	28
2.3.3	Agrese a emoce .....	30
2.3.4	Agrese a motivace .....	31
2.3.5	Projevy agrese v rámci sportu .....	32
3	CÍL A ÚKOLY PRÁCE.....	35
3.1	Formulace problému .....	35
3.2	Cíl práce .....	35
3.3	Dílčí cíle.....	36
3.4	Formulace výzkumných otázek.....	36
3.5	Úkoly práce a postup.....	36
4	METODIKA.....	37
4.1	Výzkumný vzorek .....	37
4.2	Sběr dat .....	37
4.3	Zpracování dat .....	38
5	VÝSLEDKY.....	39
6	DISKUSE .....	56
7	ZÁVĚR.....	57
8	SOUHRN.....	58
9	SUMMARY .....	59
10	REFERENČNÍ SEZNAM .....	60

11 PŘÍLOHY .....	62
------------------	----

# 1 ÚVOD

Sportovní prostředí a sport, jakožto oblíbená lidská aktivita, se zdá být zajímavým polem pro výzkum agresivního chování, jelikož je to jedna z mála oblastí dnešní kultury, kde je agresivní chování v určitých formách sociálně akceptováno a oceňováno. Výzkum mezi sportovní činností a agresivitou jedince, sportovce, trenéra, je jednou z cest umožňující lepší pochopení, kontrolu a využití agrese v životě člověka.

Bakalářská práce je zaměřena na výzkum problematiky emočních a agresivních projevů fotbalových trenérů v oblasti výkonnostní kopané.

Cílem práce bylo porovnat charakteristiky dotazníkové agresivity s agresivitou chování fotbalových trenérů v utkání a tyto vztahy formulovat. Výsledky následně předat trenérům v praxi.

Ve své struktuře bakalářská práce obsahuje šest kapitol, zahrnující teoretickou a empirickou část.

V teoretické části bakalářské práce jsou vymezeny základní pojmy a teoretické přístupy problematiky. Cílem první kapitoly je definovat pojem sportu. V návaznosti na toto téma je v kapitole druhé přistoupeno k vymezení pojmu trenér, specifikace jeho postavení ve vztahu k jeho činnosti a k práci. Definuje jeho role, vzdělání a profesní zaměření.

Třetí kapitola se věnuje samotné problematice emočních a motivačních procesů ve sportu a zejména ústřednímu pojmu bakalářské práce – agresi.

V empirické části práce nalezneme nejdříve čtvrtou kapitolu, zaměřenou na metodologii a samotný cíl výzkumu. K dosažení tohoto cíle jsou formulovány výzkumné otázky, jejichž zodpovězení v rámci empirického šetření povede ke splnění stanoveného cíle.

Výsledky výzkumu, interpretace dat, kazuistiky a vyhodnocení výzkumných otázek je obsahem kapitoly páté.

Závěrečná diskuze přímo předkládá pozitivní i negativní hlediska výsledků empirického šetření. Tato práce může být východiskem pro obsáhlejší studium problematiky projevů agresivního chování u fotbalových trenérů.



## **2 PŘEHLED POZNATKŮ K TÉMATU**

### **2.1 Sport**

Sport je významným sociálním jevem a neoddělitelnou složkou společenského dění. Jedná se o organizovanou aktivitu, která je určována pravidly a výkonem sportovce.

Sport je společenským jevem, který společně s tělesnou výchovou a pohybovou rekreací náleží do sféry tělesné kultury. Podle Evropské charty sportu pro všechny (1994) se jím rozumí „všechny formy tělesné činnosti, které ať již prostřednictvím organizované účasti, či nikoli, si kladou za cíl projevení či zdokonalení tělesné i psychické kondice, rozvoj společenských vztahů nebo dosažení výsledků v soutěžích na všech úrovních“.

Za dobu své existence se sport vypracoval z původních činností zvyšujících především bojeschopnost do dnešní podoby významného společenského fenoménu. V současnosti se dostal do pozice, kdy je považován za neodmyslitelnou součást společenského života v převážné většině světových společenství. Podle Sekota (2008) se sport vyvinul v masovou zábavu a veřejně přístupnou atrakci, jenž stále významněji přesahuje do okruhů komunálních struktur, politiky, ekonomie, masové kultury, masových médií, právního systému, ekologických a občanských iniciativ. Jeho mezinárodní fenomén se stal důležitým pro politiku a světové vůdce a to nejen proto, že přispívá k dynamice ekonomického rozvoje, ale i například pro svou možnost šířit globální povědomí prostřednictvím sportovních událostí. Sport ovšem nepřináší pouze pozitiva ve formě např. zábavy nebo kladného vlivu na člověka. Je doprovázen také celou řadou negativních jevů, které se stávají jak ve sportu, tak i ve společnosti problémem. Korupce, doping, podvody, ale i problematika agrese, mohou být v tomto kontextu brány za velmi významné.

Sport ovlivňuje sport jedince ve třech základních oblastech: zdravotní, vzdělávací a výchovné.

#### **1. oblast zdravotní**

Je všeobecně známé, že jakákoli sportovní aktivita působí pozitivně na zdraví jedince. Působí preventivně při vzniku různých chorob, jako např. kardiovaskulárních chorob, chorob srdce, dýchacích obtíží, atd.

## **2. oblast vzdělávací**

V rámci sportovní aktivity dochází ke vzdělávání jedince. Sportovec si osvojuje nové postupy, nové prvky tak, aby zdárně vykonal dané sportovní pohyby, osvojuje si pravidla hry, aby dle stanovených pravidel mohl hrát a případně i vyhrát.

## **3. oblast výchovná**

„Působení v oblasti výchovné vyplývá přímo z mechanismu samotného sportovního procesu. Překonávání zátěží vysokého objemu a intenzity společně s nutností respektovat příslušná pravidla ovlivňuje osobnost jedince ve směru rozvoje morálně volních vlastností, zvyšování frustrační tolerance a psychické odolnosti“ (Šafář, 2003, s.37).

### **2.1.1 Typologie sportů**

Jednotlivé sporty můžeme rozdělit do jednotlivých skupin, přičemž kritériem této klasifikace jsou: druh, kvalita sportovního prostředí a způsob vyrovnání se s cíli dané činnosti – charakter schopností, charakter dovedností, způsob překonání soupeře atd.

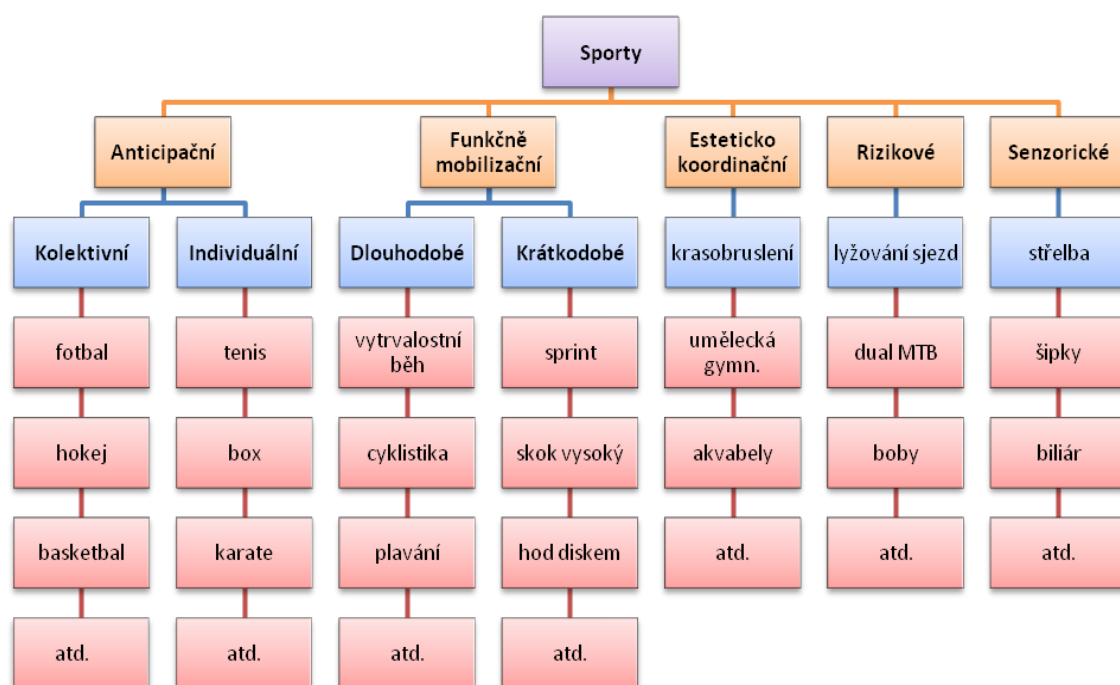
Na základě těchto kritérií stanovil Kodým (1970) tuto typologii:

sporty rozděluje do několika skupin:

- Senzorické sporty
- Funkčně mobilizační sporty
- Esteticko- koordinační sporty
- Rizikové sporty
- Anticipační sporty

Z hlediska problematiky bakalářské práce blíže vysvětlím sporty anticipační. Podle Hoška (2005) to jsou sporty, jejich psychologickým základem je předvídání (anticipace) následných dějů a tvořivé řešení vyskytujících se problémových úloh (heuristika). Psychologický rozdíl je když jde o činnost jednotlivce, individuální rozhodovací procesy (jako např. v tenisu, boxu, zápasu, karate apod., kde je třeba předvídat činnost soupeře a tvořivě takticky na ni reagovat), nebo skupiny, kdy jde o součinnost týmu, zpravidla v reakci na činnost soupeře (kolektivní hry, nároková hráčskou inteligenci).

Ať už jde o individuální nebo skupinovou aktivitu, jde vždy o proměnlivé činnosti s velkým počtem nepředvídatelných činitelů. Sportovec musí rychle reagovat podle soupeře a anticipovat jeho příští jednání.



Obrázek 1. Rozdělení jednotlivých sportů (Kodým, 1970).

## 2.2 Pojetí trenéra v soudobém sportu

Sigmund Freud hovořil o trenérství podobně jako učitelství jako o „nemožném povolání“. Důvodem jeho názoru je skutečnost, že trenér nemůže sám zajistit, aby byl ve své práci úspěšným. Jeho úspěch je vždy závislý nejen na schopnostech, ale také na vůli jeho svěřenců.

Výkonnostní sport se dnes stává v silné konkurenci a ve společenském tlaku pro sportovce velkou dřinou a zátěží a vyvolává řadu emocí. Trenér je jedním z těch, kteří při výkonu stojí po boku sportovce a mohou mu se zvládnutím zátěže významně pomáhat. Trenér by měl umět podporovat u sportovce získávání určitých „technických“ dovedností týkající se zvládnutí daných pohybových aktivit a předávat mu informace o příslušném sportovním odvětví a podmínkách výkonu, ale měl by umět také v krajních situacích krize poskytnout sportovci oporu a pomoc.

Trenérství je zařazeno mezi pedagogické profese. Podobně jako pedagog z jiné oblasti, měl by i trenér v průběhu svého vzdělávání nabýt nejen kompetence odborné (ve vztahu k vykonávání sportu a dosahování výkonu), ale také kompetence osobnostní či sociální. Mezi tyto kompetence patří i tzv. krizově intervenční kompetence, která trenérovi umožňuje poskytnout odbornou pomoc, resp. podporu těm svěřencům, kteří ji potřebují a žádají.

### **2.2.1 Definice profese trenéra – kouče**

Sportovní trenér představuje specifickou profesi s více jak stoletou tradicí, jejíž teoretické vymezení nacházíme mj. již v díle Pierra de Coubertina. Trenéři působí nejen v soutěžním a vrcholovém sportu, ale mnohdy i ve sportu školním a rekreačním. Pracují na nejrůznějších úrovních (např. pomocný trenér, smluvní trenér, trenér ve sportovní škole, asistent trenéra, reprezentační trenér apod.), s různými skupinami (z hlediska věku, sportovní výkonnosti, ale třeba i sociálních či kulturních specifik dané komunity apod.) a ve sportovních klubech rozdílného zázemí (od menších klubů v „malých sportech“, kde často trenéři vykonávají prakticky všechny potřebné aktivity nutné pro zabezpečení soutěžního sportu, až po velmi selektovanou dělbu práce ve velkých a ekonomicky dobře saturovaných klubech) (srov. Lazarová, Jůva 2006).

Práce trenéra tedy může nabývat různých podob, je velmi rozmanitá a trenér při ní **vykonává řadu činností a zastává různé role** (srov. např. Lazarová, Uhlířová 2006, Svoboda 2003). Pro definici práce trenéra v přesných pojmech nám pomůže nahlédnout do zákona, který zmíněnou profesi vymezuje. Katalogem prací je činnost trenéra chápána jako „*Zajišťování odborné trenérsko-metodické a sportovní přípravy v daném sportovním odvětví*“, ale také jako „*Odborná trenérsko-metodická a přímá pedagogická činnost při řízení sportovní přípravy...*“ apod. (Katalog 2014).

V pojednání o problematice profese **sportovního trenéra** je třeba nejprve rozlišit dva pojmy, které se ve sportovním prostředí objevují a evokují sportovní trénink a práci

s jednotlivci-sportovci či sportovními týmy. Jde o pojmy **trenér** a **kouč**. V našich podmínkách a zejména na nižších sportovních úrovních někdy tyto dva pojmy splývají v jeden, v zahraničí a ve špičkových profesionálních klubech se význam těchto pojmů diferencuje.

## **Trenér**

V řadě kontextů pojem trenér označuje konkrétní povolání s dlouhou tradicí. V českém prostředí je výraz trenér vztahován téměř výhradně ke sportovní edukaci, i když původní anglický termín „*trainer*“ má v anglicky mluvících zemích poněkud širší využití.

Podle Rychteckého (1998, s. 225) jde při řízení sportovního tréninku z pohledu trenéra o „*vědomé, racionální a zdůvodněné pokyny a zásahy do tréninku, při nichž se uplatňují aspekty psychologické, pedagogické (didaktické) a technologické*“. Trenér přebírá řadu sociálních rolí a jeho „*pracovní aktivity mají teoretický i interakčně-praktický charakter*“ (Svoboda 2003, s. 137).

Trenér realizuje tzv. trénink, který však může znamenat **výcvik v jakékoliv oblasti, tedy nejen sportovní přípravu**. Výcvik může být pojímán jako praktická průprava pro vykonávání konkrétní specializované pracovní role, tzn., že trenér může být chápán i jako vzdělavatel ve výcvikových formách profesního vzdělávání a instruktor při výcviku praktických dovedností (Průcha, Walterová, Mareš 2003, s. 252). V kontextu osobnostního nebo profesionálního rozvoje se u nás, na rozdíl od anglicky mluvícího prostředí, pojmu trenér využívá spíše ojediněle.

Trenér je zařazován mezi **pedagogické profese**, z čehož pak logicky vyplývá požadavek široce koncipovaného vzdělání, které se v případě trenéra zaměřuje jednak na kinantropologické aspekty se zdůrazněním specifík daného sportovního odvětví, ale současně i na aktuální problémy pedagogické, psychologické, sociologické, etické atd. Se zařazením sportovního trenéra mezi pedagogické pracovníky se setkáváme v českém zákoně č. 536/2004 Sb. o pedagogických pracovnících a o změně některých zákonů, který uvedenou profesi v rámci školských zařízení charakterizuje z pohledu jeho požadavků na vzdělání. Trenér je vymezen jako pracovník vykonávající **přímou pedagogickou činnost**, který musí mít mj. pro tuto práci odbornou kvalifikaci, je bezúhonný a zdravotně způsobilý (Zákon 2004).

Odborná kvalifikace trenéra je specifikována různými vzdělanostními požadavky, a to absolvovaným vysokoškolským studiem se zaměřením na učitelství tělesné výchovy či tělesnou výchovu a sport nebo středním vzděláním s maturitou. V obou případech je však

nutnou podmínkou také získání osvědčení nejméně II. třídy trenéra příslušné specializace. Trenérské vzdělávání má v České republice ucelený systém, jde o trenérské licence A, B, C, tzn. třídy I., II. a III., které jsou přesně vymezeny požadavkem na počet absolvovaných výukových hodin. Licenci A je možné získat pouze studiem v akreditovaných programech příslušných vysokých škol se sportovním zaměřením (Lazarová, Jůva 2006).

*„Ze zákona o pedagogických pracovnících, je pedagogickým pracovníkem ten, kdo koná přímou vyučovací, přímou výchovu, přímou speciálně pedagogickou nebo přímou pedagogicko-psychologickou činnost přímým působením na vzdělávaného, kterým uskutečňuje výchovu a vzdělávání na základě zvláštního právního předpisu. Přímou pedagogickou činnost tedy vykonává: Učitel, vychovatel, speciální pedagog, psycholog, pedagog volného času, **trenér**, vedoucí pedagogický pracovník“* (Bělka, Dvořák 2006).

Z výše uvedeného vyplývá, že trenér je pedagogickým pracovníkem a vykonává přímou pedagogickou činnost. A proto je mezi trenérskou a pedagogickou činností mnoho paralel (Bělka, Dvořák 2006).

## **Kouč**

Pojem trenér jako organizátor a realizátor sportovního tréninku ztratil v českém prostředí koncem 20. století svou exkluzivitu. V některých (původně amerických) sportech (např. v baseballu) je pojem trenér postupně vytlačován pojmem kouč.

Kouč je českým ekvivalentem anglického coach (angl. *to coach*), které má následující významy (Macmillan English Dictionary 2002, s. 260):

1. vést hráče nebo sportovní týmy,
2. vyučovat někoho speciálním dovednostem, zejména spojených s výkonem prezentovaným na veřejnosti,
3. radit někomu co říkat nebo dělat ve zvláštních situacích.

V českém sportovním prostředí (zvláště na nižších úrovních soutěží a v řadě sportů) se trenérství a koučink striktně nerozlišují, zatímco v některých jiných zemích jsou oblasti působení sportovního trenéra a sportovního kouče odděleny. Trenér se zabývá spíše pravidelnou fyzickou přípravou sportovce před startem nebo zápasem, kouč se zaměřuje především na rozhodovací, technicko-taktické a strategické aspekty sportovní činnosti. V této práci pojmy kouč a trenér nerozlišujeme a budeme jednotně používat pojem trenér.

## 2.2.2 Osobnost trenéra a typy trenérů

Profesionalizace trenérství jako profese vyžaduje její přesnější definici a vyjasnění podmínek včetně kompetencí (i osobnostních) pro její úspěšné vykonávání.

Svoboda (2003, s. 123) ve své studii naznačuje odlišnosti mezi trenéry jednotlivců-sportovců (běžec na lyžích, atlet aj.) a sportovních her (fotbal, házená aj.). Trenéři sportovních her vykazují nízký neuroticismus a vysokou extroverzi. Mají také poněkud vyšší tendence k submisivitě, skromnosti a závislosti. Na rozdíl od trenérů jednotlivců – sportovců jsou více dobrodružní a aktivní, a také více obratní a vypočítaví. Oproti tomu trenéři sportovců – jednotlivců a ostatní trenéři vykazují (v porovnání s trenéry sportovních her) větší tvrdost a realismus a jsou překvapivě více závislí na skupině.

Šafář (2005) aspiruje na poněkud podrobnější výčet osobnostních vlastností a předpokládá, že úspěšný trenér je po osobnostní stránce:

- přiměřeně inteligentní (důraz je kladen na personální složky inteligence),
- flexibilní,
- tvořivý,
- motivován k dosažení úspěchu,
- emocionálně stabilní,
- rozhodný,
- vytrvalý,
- odolný frustracím,
- sebevědomý, s dostatečnou sebedůvěrou,
- orientován na realitu,
- schopný dobře komunikovat.

Nezbytnou vlastností trenéra je **přirozená autorita** z osobnostních vlastností se dále v souvislosti s trenérstvím často zmiňuje **schopnost motivovat** svěřence (nadšení, zapálenost pro věc), **sebereflexivita** a také **faktor vůdcovství** (Lazarová, Uhlířová 2006).

Vhodným předpokladem (i když ne nutně nezbytným) pro efektivní trenérskou práci je **předchozí aktivní kariéra sportovce**. Úspěšná realizace tréninkového procesu mimo jiné závisí i na interakčních dovednostech trenéra, na jeho vzdělání, zkušenostech, motivačních a intelektuálních schopnostech a na jeho schopnosti **vytvářet vztah se svěřenci**. Trenér by měl

být dostatečně empatický, se schopností akceptace – to zejména z toho důvodu, aby dokázal pomáhat udržovat emoční stabilitu sportovce, respektovat sportovce (nejen ho ovládat), u kolektivních sportů pak podporovat klima v týmu. U nejpobulárnějších kolektivních sportů (např. fotbal, lední hokej) trenér reprezentuje sportovce také před veřejností, která sleduje jeho projevy (i ve stresových situacích) a odvozuje od nich vlastnosti jeho osobnosti.

Co trenér, to odlišná osobnost. Popsat tedy jednotně osobnost „správného“ či „úspěšného trenéra“ či požadované vlastnosti dobrého trenéra není možné. Psychologové proto pro popis osobnosti tradičně využívají různá **typologická schémata**.

S různými typologiemi se tedy setkáváme i u trenérů a převážně se vztahují ke stylu jeho řízení/vedení.

Jedno ze základních členění stylů vedení je Lewinovo (Kurt Lewin) klasické rozlišení na typ autoritativní, demokratický (interaktivní) a liberální (laissez-faire). Gonclaves (2005, In Lazarová, Uhlířová 2006) bere v úvahu zejména faktor síly řízení a uvádí tři typy trenéra fotbalu:

- příkazující kouč (má vždy pravdu, nesdílí své názory se sportovci, raději kritizuje atd.),
- submisivní kouč (je spíše chůvou, mnohdy si stěžuje na chování sportovců, nedokáže udržet disciplínu),
- kooperativní kouč (každé důležité rozhodnutí konzultuje s týmem, analyzuje a vybírá nejlepší rozhodnutí, je transparentní, hodnotí společně s týmem).

Podnětnými pro tuto práci nacházíme v odborné literatuře i jiné snahy o vymezení typologie trenéra, které jsou definovány pomocí hlavních rolí, resp. úkolů trenéra, avšak jsou již více podrobné a používají specifickou terminologii (Tutko, Richards In Svoboda 2003).

**A. Trenér autoritářský** („studený nos – hard-nosed“), nejdůležitější je pro něj kázeň, vyžaduje precizní plnění úkolů. Nejde mu o podporu a přátelské vztahy. Má ve své týmu pořádek apod.

**B. Trenér přátelský** („prima chlapík – nice guy“) pozitivně motivuje, někdy experimentuje, má zájem o sportovce. Družstvo drží pohromadě, ale někdy je tento typ považován za „slabocha“.



**C. Trenér intenzivní** („hnaný - driven“) je podobný autoritářskému, ale méně trestá a velkou roli u něj hrají emoce. Často dramatizuje situace, je stále nespokojený, má nerealistické nároky, popohání ostatní.

**D. Trenér snadný** („easy-going – lehce překonávající“) jeho emoce jsou stabilní, nic není problém, rád improvizuje. Sportovci se cítí dobře, ale někdy může pod takovým řízením klesat výkonnost.

**E. Trenér chladný počtář** (business like) umí získat potřebné informace a využít je. Sází na logiku, je praktik, ale vůči sportovcům emočně chladný.

Typologie trenérů se tedy vztahují především k jeho řídicímu stylu. Nedokážou sice zcela adekvátně vystihnout realitu, ale pomáhají ji pochopit.

### 2.2.3 Činnosti trenéra a jeho trenérská role

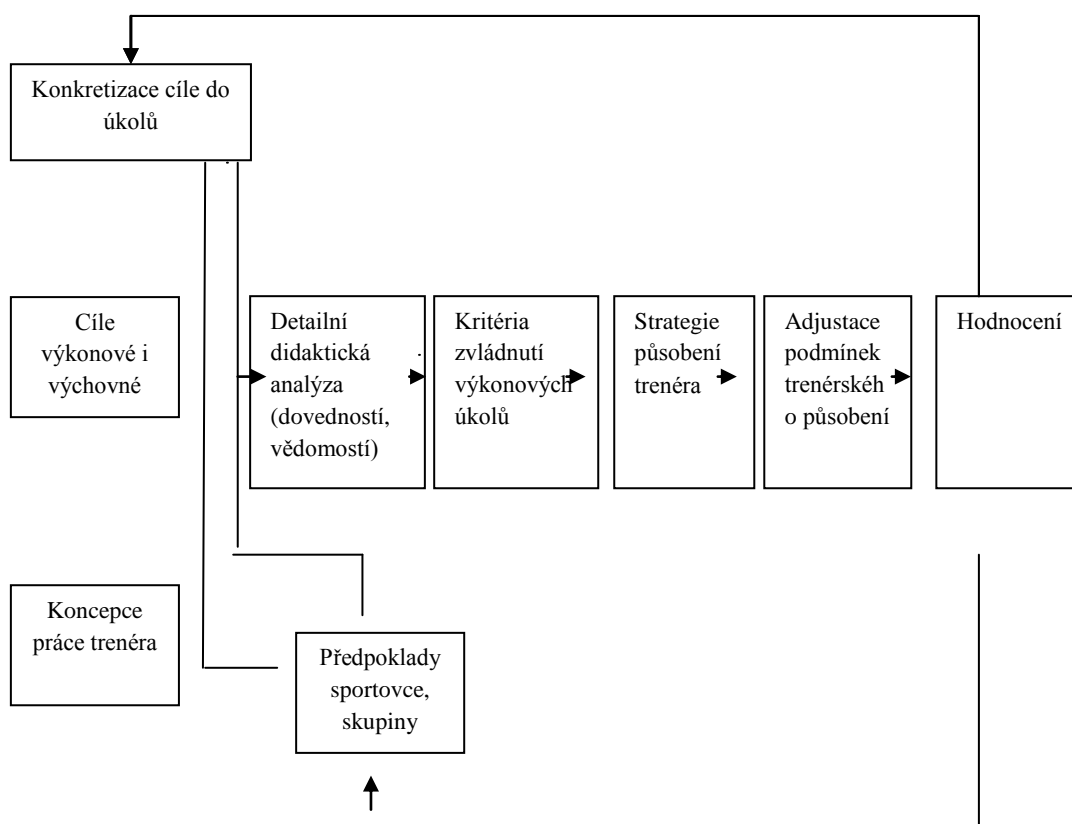
V následující části věnujeme pozornost činnostem trenéra a rolím, které při výkonu své profese zastává. Abychom mohli **identifikovat role trenéra**, je třeba začít od popisu jeho hlavních činností.

Profese trenéra bývá v odborné literatuře charakterizována *výčtem základních činností* v různé míře konkretizace. Podle Rychteckého a Fialové (2002) jde při řízení sportovního tréninku z pohledu trenéra o *vědomé, racionální a zdůvodněné pokyny a zásahy do tréninku*, při nichž se uplatňují aspekty *psychologické, pedagogické (didaktické) a technologické*. Stejní autoři rozlišili činnosti trenéra na:

- *projekční a plánovací* (příprava a tvorba koncepce tréninku, stanovení cílů, rozložení do postupných úkolů apod.),
- *organizační* (jde o řízení celého systému, zajištění materiální, dopravy, soutěží – ve vrcholovém sportu však přebírá tyto povinnosti jiná pověřená osoba),
- *realizační* (jde o samotný trénink, interakce se sportovci apod.).

Někteří autoři (např. Stanley 1998) zdůrazňují zejména **organizační a manažerské činnosti trenéra**. Jeho ústřední činností je, podle tohoto pohledu, řízení jednotlivců a jejich chování, řízení týmu, sezóny apod. (např. Lazarová, Uhlířová 2006).

Při analyzování role trenéra sledujeme především psychické složky jeho projevů v interakci se sportovci; nemůžeme je však oddělit od specifického sportovního obsahu.



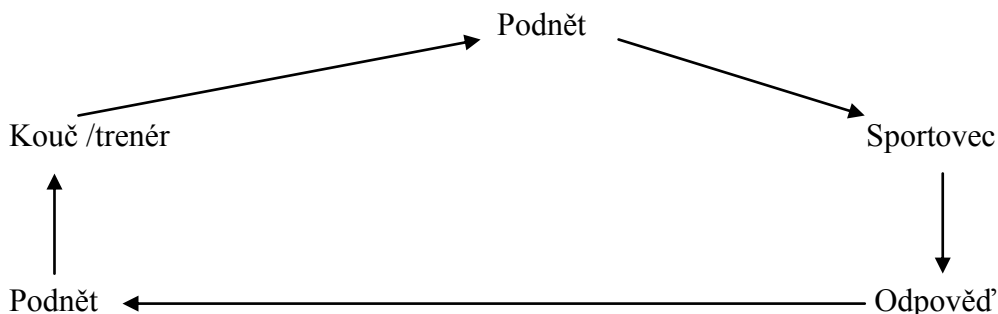
Obrázek 2. Systém modelu činností trenéra (Řádková, 2006).

Všeobecně je trenér učitelem, vědcem, cvičitelem, psychologem i filozofem. Konkrétněji se dají tyto dimenze označit jako vydávání příkazů, podněcování, diskutování, instruování, demonstrování a analyzování (Tutko, Richards 1971).

Výše zmínění autoři vymezili následující dimenze trenérských činností, ze kterých lze odvodit **role trenéra**:

- informátor – instruuje, informuje, vysvětluje,
- důvěrník – hledá důvody jednání sportovců, kteří se mu svěřují se svými starostmi
- ukazňovatel – vyžaduje poslušnost, trestá,
- motivátor – podněcuje k aktivitě nepřímo, odměňuje,
- referent – řešení problémů přenáší na výbor oddílu, na výbor jednoty, na kolektiv,
- vychovatel – nejde mu jen o výkon, ale i o působení na osobnost sportovce.

V průběhu sportovní činnosti dochází k vytváření sociálních vazeb mezi sportovními realizátory, v psychologii koučování se vytváří **vzájemná interakce** mezi sportovcem a koučem/trenérem je označována jako **dyadická interakce**.



Obrázek 3. Schéma činnosti kouče – dyadická interakce (Vaněk a kol., 1983).

Jedná se o vzájemné působení kouče/trenéra a sportovce, kde chování jednoho se stává podnětem pro druhého, jehož reakce se stává podnětem pro prvního. Kouč/trenér musí mít vyvinuty některé vlastnosti ve vztahu ke specifičnosti sportu a průběhu jeho soutěžní činnosti, zejména musí být tvůrčí osobností. (Vaněk a kol. 1983).

**Trenérova profesní role** a jeho postavení se také mění v závislosti na vývoji sportovního světa. Stále vyšší nároky jsou kladeny na trenérovy velmi široké odborné znalosti, na jeho vůdcovskou roli, na **strategické a taktické schopnosti**, ale současně i na jeho pedagogickou odpovědnost. Právě v této souvislosti je trenér zařazován, jako profese pedagogická, z čehož vyplývá, podobně, jako u učitele či pedagoga volného času, požadavek široce koncipovaného vzdělání, které se v případě trenéra zaměřuje i na aktuální **problémy pedagogické, psychologické, etické** atd. (Lazarová, Jůva 2006).

V průběhu sportovního utkání nebo soutěže jsou trenéři často vystaveni vysokému psychickému tlaku a jejich činnost nemusí odpovídat aktuálním potřebám sportovce v průběhu soutěže. Role kouče/trenéra spočívá především v sociálním vztahu a v sociální pozici (jeden ze základních vztahů osobnosti k společenským a sociálním systémům). Ve sportu jsou sociální role a sociální pozice velmi dynamickým jevem, čemuž odpovídá i dynamičnost prostředí, ve kterém sportovní činnost probíhá (Vaněk a kol. 1983).

## 2.2.4 Profesní kompetence a vzdělávání trenérů

Z činností trenéra, z očekávání na něj kladených, resp. z různorodosti zastávaných profesních rolí je možné odvozovat některé požadavky na profesní kompetence a vzdělávání trenérů.

Edvard a Moris (1996 In Bělka, Dvořák 2006) vidí kompetence jako kombinaci znalostí a dovedností se schopností jejich dalšího využití v konkrétní situaci v praxi. Mohou obsahovat **motivy**, očekávání a hodnoty jako **aspekty** sebeřízení a vztahují se k výkonnosti člověka i jeho možného úspěšného nasazení či uplatnění pro řešení určité činnosti, úkolu či problému.

Hovoříme-li o kompetencích, pak tedy spíše o tom, jak nabytých schopností, znalostí a dovedností adekvátně, účelně, resp. profesionálně využít v konkrétní situaci.

Autoři (Bělka, Dvořák 2006) mezi hlavní profesní kompetence **trenéra** zařazují především:

- sebehodnocení, sebereflexe, sebekontrola, předcházení „vyhasínání“ (burn-out syndrom),
- sociální orientace, zdůrazňování a respektování osobnosti dítěte z hlediska jeho individuálních potřeb a práv,
- schopnost správné pedagogicko-psychologické diagnostiky skupiny i jednotlivce, rozpoznání patologických jevů (např. šikana, drogová závislost atd.),
- komunikativní schopnosti,
- organizační schopnosti,
- dodržování etických principů a vystupování.

Polemiky o profesních pravomocech trenéra neodmyslitelně zavádějí k problematice **vzdělávání trenérů**. Trenérská profese vyžaduje značnou dávku odborných znalostí, pedagogických, antropologických, kinantropologických, sociologických, psychologických apod., a je také potřebné rozvíjet specializované vzdělání ve sportu, kterému se trenér věnuje.

Podle **zákona** získává **trenér** odbornou kvalifikaci:

- vysokoškolským vzděláním získaným studiem v akreditovaném magisterském studijním programu v oblasti pedagogických věd zaměřených na přípravu učitelů tělesné výchovy a získáním osvědčení nejméně II. třídy trenéra příslušné specializace,

- vysokoškolským vzděláním získaným studiem v akreditovaném bakalářském a magisterském studijním programu ve studijním oboru tělesná výchova a sport a získáním osvědčení nejméně II. třídy trenéra příslušné specializace,
- středním vzděláním s maturitní zkouškou získaným ukončením vzdělávacího programu středního vzdělávání nebo středním vzděláním s výučním listem získaným ukončením vzdělávacího programu středního vzdělávání a trenérskou školu tělovýchovných fakult vysokých škol a získání osvědčení nejméně II. třídy trenéra příslušné specializace (Bělka, Dvořák 2006).

Podle Vajcechovského (1975, In Bělka, Dvořák 2006) je pro trenéra základním kamenem jeho odborná připravenost ve všech oborech úzce souvisejících s trénováním a s daným sportem. **Trenérská profese** – podobně jako řada jiných – je specifická celoživotním vzděláváním, protože rychle přibývá nových informací týkajících se podmínek pro dosahování o výkonu, techniky, materiálů apod.

### **Vzdělávání fotbalových trenérů (FAČR)**

Vzdělávání fotbalových trenérů v České republice doznalo v nedávné době značných obměn.

Převážná část změn vyplynula ze snahy Evropské fotbalové federace (UEFA) sjednotit systémy vzdělávání trenérů v členských zemích ve všeobecný systém umožňující vzájemné uznávání výchovy a tréninku ve fotbale (tzv. Konvence vzdělávání evropských trenérů). Optimalizace a sjednocení vzdělávání trenérů bylo podníceno také snahou podpořit evropskou integraci a umožnit volný pohyb pracovníků (Konvence o vzdělávání trenérů, 2009).

Českomoravský fotbalový svaz (dnes Fotbalová asociace České republiky - FAČR) se do zmíněného programu UEFA zapojil v roce 1999, kdy byla podepsána „Konvence o vzdělávání evropských trenérů“. Tato smlouva umožňuje udělování licenci s mezinárodní platností, které splňují nároky evropského UEFA modelu vzdělávání trenérů.

Dle směrnice pro udělování trenérských licenci (2012) má FAČR právo v rámci jednotného vzdělávacího modelu udělovat následující licence:

<b>Licence</b>	<b>Motto</b>	<b>Kategorie</b>	<b>Platnost</b>
„C“ licence	„radost ze hry“	přípravka - mladší žáci	3 roky
UEFA Grassroots „C“ licence	„radost ze hry“	přípravka - žáci	neomezeně
UEFA „B“ licence	„výchova a učení“	přípravka – žáci - dorost	3 roky
UEFA „A“ licence	„učení a výkon“	žáci – dorost - dospělí	3 roky
Trenér mládeže UEFA „A“	„výchova, učení, výkon“	rozvoj a péče o talenty	3 roky
UEFA „PRO“	„výkon a úspěch“	profi fotbal dospělých	3 roky

Tabulka č. 1 Rozdělení trenérských licencí (Směrnice pro udělování trenérských licencí, 2012).

Směrnice pro udělování trenérských licencí (2012) popisuje nejvyšší trenérskou UEFA „PRO“ licenci následujícím způsobem:

UEFA „PRO“ licence – je speciální trenérsky manažerský kurz zajišťující přípravu trenérů pro požadavky profesionálního fotbalu. Kurz je směřován k vzájemnému propojení teoretických vědomostí, praktických dovedností a schopností potřebných pro vykonávání trenérské a manažerské činnosti v profesionálním fotbale. Studium klade důraz na fotbalovou specializaci, poznatky z jiných odborných disciplín a jazykovou průpravu (AJ, NJ). Součástí studia je také povinná individuální stáž u zvoleného profesionálního klubu v ČR nebo zahraničí. Od účastníků kurzu se požaduje platný průkaz UEFA „A“ licence, doklad o minimálně dvouleté trenérské činnosti s touto licenci nebo s licenci trenér mládeže „A“ a splnění podmínek pořadatele kurzu (příhláška, poplatek, lékařské potvrzení, výpis z rejstříku trestů).

### 2.2.5 Trenérství jako pomáhající profese

Trenérství sice není typickou pomáhající profesí jako je lékař či psycholog, nicméně má celou řadu společných prvků. **Pomáhání**, jak již vyznívá z předchozího textu, je integrální součástí trenérství. Trenér se mnohdy stává sportovci důvěrníkem, tráví s ním spoustu času, má k němu tedy určitý vztah a zná jej mnohdy stejně dobře, jako jeho rodina. Trenérství patří (i když mnohdy nepřímě) mezi **pomáhající profese**.

Pomáhající profese jsou velmi náročné na psychickou odolnost, další rozvíjení a vzdělávání sebe sama. Pracovník v pomáhající profesi se dostává do vztahů, do kterých

přenáší a promítá své vlastní životní zkušenosti. Proto je sebereflexe podmínkou úspěšné práce.

Také vztah mezi trenérem a sportovcem je důležitým faktorem, který ovlivňuje efektivitu působení trenéra a zvláště v těch případech, má-li sportovci pomáhat v nelehkých chvílích. K tomu, aby trenér dokázal navázat a udržet adekvátní vztah, obvykle nestačí standardní vzdělání a odborné kompetence. Správně reagovat v nestandardních, resp. zátěžových či krizových situacích se nelze jednoduše naučit. Ke správným reakcím je třeba jisté osobnostní a sociální kompetence, přesněji kompetence poradenské či krizově, intervenční.

### **Krizově intervenční kompetence trenéra**

*„Pojem krizově intervenční kompetence vyjadřuje způsobilost pracovníka využít adekvátně a účelně v nezvyklé, nestandardní situaci své speciální znalosti, dovednosti a zkušenosti“* (Lazarová 2005 s. 25). Jde o kompetenci, která zahrnuje dovednost (v našem případě trenéra) poskytovat sociální oporu a poradenství, neboť tyto dovednosti jsou mnohdy potřebné ke zvládnutí zátěžových situací (ve sportu a někdy i v osobním životě) a krizí.

**Krizově intervenční kompetence** může pracovníkovi (trenérovi) umožnit profesionálně zvládat tyto základní činnosti, resp. profesionální reakce na problémovou situaci:

- rychle se zorientovat v situaci.
- zvážit vlastní možnosti, práva a povinnosti ve vztahu k problému, sportovci.
- rychle a adekvátně zasáhnout nebo vypracovat plán intervencí, resp. rychle a účelně se rozhodovat o dalších postupech.
- vyhodnotit účelnost své intervence a reflektovat novou zkušenost.

Krizově intervenční kompetence nelze oddělit od těch předpokladů, které jsou nazývány osobnostními kompetencemi či sociálními dovednostmi. Patří sem především řízení vlastních emocí, schopnost sebereflexe, empatie apod. Předpokladem pro profesionální zvládnutí krizových situací je tedy nejen specifická znalost a orientace v tématu, ale především **osobnostní zralost trenéra** (podle Lazarová 2005).

Trenér je laikem v psychologickém poradenství, měl by však být odborníkem v poradenství pedagogickém a měl by umět poskytnout minimálně sociální oporu a profesionálně se zachovat k situaci krize.

Trenérství vyžaduje odhodlanost, obětavost a nadšení pro práci. Pojímat svou práci jako výkon svěřených pravomocí bez osobního zájmu o klienta není ovšem ani v pomáhajících profesích nijak zvláštním jevem. Trenér, který neaspíruje na to, aby byl účinným spojencem svého svěřence v jeho boji o dobré výsledky, a spatřuje svoje poslání jen v řízení tréninkové jednotky, se stává neangažovaným pracovníkem. Podobně jak je tomu v jiných pomáhajících profesích, i profese trenéra patří k těm, které mohou nadchnout, které jsou s to angažovat člověka celého. Jsou jednou z možností, jak se vyhnout rozštěpení života na dvě části, kdy jedna část – práce – je pouze nezbytnou obětí pro umožnění skutečného života, jenž začíná až po pracovní době. I v trenérství je tedy třeba **vyvažovat mezi angažováním, obětavostí a neangažovaností.**

Ochota pomáhat nesmí být zaměňována s vůlí kontrolovat – tedy mluvit svěřencům do jejich osobních záležitostí, radit, mentorovat či snažit se pomáhat bez žádosti o pomoc. I trenér by měl dokázat dobře **rozlišovat mezi poskytováním pomoci a mezi sociální kontrolou.** Nadměrná kontrola brání rozvoji autonomie. Angažovaný pracovník ji používá v dobré víře, že jde o zájem svěřenců. Snadno se k ní uchýlí v časové tísní, neboť je v aktuální situaci nejrychlejším řešením.

Určité povahy mají k nadměrné kontrole blízko. Jde například o lidi, které nesouhlas blízkých druhých osob velmi znejistí, a proto jim lépe vyhovuje situace, kdy prostor pro projev nesouhlasu s jejich záměry není velký. Trenér pak zachází i s dospělými jako dětmi namísto toho, aby právě naopak i v dítěti dovedl vidět a respektovat autonomního jedince a partnera v dialogu tak dalece, jak je to jen možné (Kopřiva 1997). Krajním případem sociální kontroly je obětování se pro svěřence. Trenér si počíná tak, jako kdyby svěřenec nebyl autonomním jedincem, ale jako kdyby závisel na jeho péči a potřeboval, aby trenér za něj téměř dýchal. Nedbá na svoji vlastní potřebu odpočinku.

Krizově intervenční kompetence tedy zahrnují především schopnost trenéra reagovat adekvátně a profesionálně na požadavek pomoci, **poskytování sociální opory, umění komunikovat, správně se rozhodovat** a reflektovat sebe sama v situaci pomáhání.

### **Motivování jako pomoc**

Motivování sportovců patří k postupům, které pomáhají sportovcům zlepšovat výkon. Právě motivace je někdy tím pravým **regulačním prostředkem** pro správnou aktivaci sportovce před blížícím se výkonem nebo i po něm. Jde o jeden z nejčastějších cílů poskytování pomoci či sociální opory ve sportovním kontextu.



I trenéři by měli mít znalosti z oblasti motivace, aby věděli, jak u osob a zejména u dětí podporovat lásku ke sportu. Tato znalost může významnou měrou napomoci ke zvýšení radosti z tréninku, vytvořit radostné a podpůrné dělné tréninkové prostředí, v němž se mnohem snadněji pracuje se sportovci a dochází ke zlepšování výkonnosti (In Blahutková, Řehulka, Dvořáková 2005).

**Nejsilnějšími motivy** jsou lidské potřeby, a proto je důležité, aby i trenér, chce-li sportovce motivovat, dokázal pracovat (resp. pomoci mu saturovat) jeho potřeby. Potřeby jsou seřazeny následovně:

- potřeba výkonu a úspěch k seberealizování a sebeposílení – potřeba sociálního uznání,
- potřeba variací napětí – potřeba intenzity zážitku v sociální oblasti exponovaných situacích ve sportu,
- potřeba zvyšovat schopnosti, zdokonalovat je a diferencovat – potřeba zvyšovat výkonnost v porovnání s druhými sportovci,
- potřeba řešení psychického napětí (event. po konfliktu, frustraci, agresi) – potřeba se psychicky „odreagovat“ v průběhu sportovního střetnutí,
- potřeba cítit se celkově dobře a zdravě (spokojenost).

(Macák, Hošek 1989, Blahutková, Řehulka, Dvořáková 2005)

### **Působení na sportovce před startem**

Hlavním cílem psychologického přístupu k vedení sportovců je ovlivnění sportovce takovým způsobem, aby byl schopen optimálně využít svou výkonnostní kapacitu. Bezprostředně před startem jde o vytvoření podmínek pro **navození optimální úrovně aktivity** v rámci předstartovních a startovních stavů.

Působení bezprostředně před startem lze vymežit časovým údobím od příjezdu na sportoviště do okamžiku startu či utkání. V tomto časovém údobí vykonává trenér řadu činností, které mají přímý či zprostředkovaný vliv na aktuální psychický stav sportovce.

### **Psychologická podpora během soutěže**

Při rozpoznávání podpory a pomoci během soutěže, je třeba rozlišovat mezi interakcemi. Je třeba brát v úvahu, zda jde o jednotlivce, týmy, ženy, muže, dospělé či děti. Každá tato kategorie si vyžaduje svoje odlišnosti v přístupu a vedení. Trenér musí jak se skupinou, tak i

jednotlivci sdílet úspěchy a neúspěchy a motivovat je k další práci. V některých individuálních a kolektivních sportech lze působit na sportovce i v průběhu soutěže. V takovém případě obvykle hovoříme o **koučování**, které má silný psychologický náboj.

## 2.3 Agrese a agresivita

### 2.3.1 Vymezení pojmů

V dějinách lidstva lze najít nespočet události ovlivněných kromě, např. touhy po moci a majetku, rovněž touto vrozenou vlastností: násilné činy, vraždy, znásilňování, rasové konflikty, tyrani, mučení. Přesto všechno však „agresivita sama o sobě není špatná věc, protože patří k základní výbavě lidského rodu. Agresivitu potřeboval člověk nejen k lovu a k boji, k obraně sebe, své rodiny, své vlasti atd., ale vůbec k přemáhání jakýchkoliv překážek. Agresivita může pomáhat a sloužit – může však i ubližovat a škodit.“ (Matějček, 2005, 144). Proto agresivitu není možné chápat pouze v negativním kontextu jako něco nechtěného, něco, co by mělo být nejlépe úplně vytěsněno. Naopak, agresivita je pro člověka přirozenou a nezbytnou součástí jeho každodenního života. Díky ní je schopen prosazovat se, bojovat za svá práva, osamostatňovat se atd. Jedná se tak o plnohodnotnou součást lidské přirozenosti. Společenský život nabízí nespočet oblastí, ve kterých je možné zkoumat agresi a agresivitu. Velmi specifickým a zajímavým prostředím je sport. Jedná se místo společenského života, kde se prvky agresivního chování agrese v hojně míře vyskytují, jsou do určité míry tolerovány, mnohdy cíleně vyžadovány.

Agresivní chování se zde projevuje nejen u samotných sportovců, ale rovněž u jejich trenérů, kteří tímto způsobem přímo ovlivňují nejen je, ale i okolí. Od sportovců se v dnešní době vyžaduje stále větší agresivita, což je patrné především v týmových sportech jako je fotbal. Trenéři preferují, a od svých svěřenců požadují, agresivní, nátlakovou hru. Protože většina fotbalových trenérů, převážně bývalých aktivních hráčů, byla dříve vychovávána k obdobnému způsobu hry a dnes vede další generace hráčů, zajímalo mně, jaká míra agresivity se objevuje při prosazování svých myšlenek v trenérské práci u sledované skupiny trenérů.

**Agrese** – (z latinského ad gredi = jít proti, ad gredior = přistoupit blízko, napadnout)

jedná se o komplexní termín ve velké míře frekventovaný v oblasti sociální psychologie. Definice podle Spurného (1996, 17) udává že, „agresí rozumíme destruktivní chování,

směřující k fyzickému (brachiálnímu), slovnímu (urážka, pomluva) nebo symbolickému (pomocí gest) útoku vůči jinému jedinci (předmětu)“.

Lovaš (2008) nahlíží na agresi jako na chování vyznačující se určitými rysy. Toto chování:

- poškozují jinou osobu,
- má cílevědomý charakter,
- je záměrné,
- není motivované snahou pomoci druhé osobě.

Na základě výše uvedeného můžeme agresi ve stručnosti popsat jako záměrné, cílevědomé chování, jehož cílem je poškodit jinou osobu (jednorázový aktuální projev). Mimo uvedený pojem agrese se lze setkat v literatuře ještě s dalšími obsahově více či méně podobnými termíny, které s problematikou mezilidského ubližování souvisí.

**Agresivita** – (z latinského *aggressivus* = agresivní, útočný)

Podle autorů Hartla a Hartlové (2000, 23) se jedná o útočnost nebo také o „tendenci k hrozbě nebo útočnému jednání vůči druhému jedinci. Agresivita je dle Berkowitz (1993) sklon k agresi. Podle něj člověk, který „nadán vysokou mírou agresivity, je často a velmi snadno v nejrůznějších situacích náchylný jednat agresivně“ (in Čermák, 1999, 13).

**Hostilita** - (z latinského *hostilis* = nepřátelský)

Hostilita vyjadřuje podle Čermáka (1998, 13) „negativní postoj k jedinci nebo k více lidem“. V podání Paulíka (2010, 52) jde o „nepřátelský postoj k lidem, který však nemusí mít agresivní vyústění“.

**Násilí**

Násilné chování nebo také násilí je podle Čermáka (1998, 12) „záměrný pokus fyzicky někomu ublížit“. Podobně se vyjadřuje J. Meloy (1997), který si pod pojmem násilí představuje „otevřené vyhrožování použitím síly, které pravděpodobně vyústí v poškození člověka“ (in Čermák 1998, 11). Hartl a Hartlová (2000, 342) zase násilí považují za „uplatňování síly k překonání odporu“.

**Asertivita** – (z latinského assero, assertum = osobovati si něco, přiřknout)

V obecné rovině a také ve sportu je za přijatelnou míru lidské agresivity považována Asertivita – sebeprosazení, tj. uplatnění vlastních kapacit, nikoli na úkor či poškozením druhého. Podle Hoška (1999, 48) ji lze popsat jako „nenásilné sebeprosazování spojené s celou řadou sociálních dovedností (neurážlivé odmítnutí, požádání o laskavost, kladení požadavků aj.)“. Čermák říká, že „v takovémto druhu chování jde o to přimět ostatní, aby připustili, že jedinec má právo se rozhodnout, jak bude myslet a jednat“ (1998, 12). Hartl a Hartlová (2000, 56) zdůrazňují, že se jedná o „umění něco jasně tvrdit a stát na svém slovu“.

Sportovní prostředí a sport, oblíbená lidská aktivita, se zdá být zajímavým prostředím pro výzkum agresivního chování, jelikož je to jedna z mála oblastí dnešní kultury, kde je agresivní chování v určitých formách sociálně akceptováno a oceňováno.

### **2.3.2 Druhy agrese ve sportu**

Projevy agrese, se kterými se můžeme setkat v oblasti sportu, můžeme roztřídit dle různých hledisek (Hošek, 1995).

#### **1. Podle intenzity emocí**

##### **A. Afektivní agrese (hostilní, zlostná, emocionální)**

Je charakteristická přítomností intenzivních nebo dlouhotrvajících emocí zlosti. Pro vznik agrese musí být přítomen spouštěcí podnět, na který daný agresor reaguje hostilitou a silným negativním emocionálním stavem (zlostí). Výsledkem působení podnětu je impulzivní fyzické nebo verbální agresivní chování, které vede ke katarzi – odplavení nelibých pocitů.

##### **B. Instrumentální agrese**

Chování jedince plynoucí z agresivního jednání je motivováno určitými zisky. Jedinec kalkuluje s účinky takového chování, vynaloženým úsilím a riziky, či důsledky agresivního chování. Pokud existuje určitá forma chování, která by v dané situaci byla účinnější a přinesla větší zisk než agresivní počín, vybere si daný jedinec tuto formu (nijak nepreferuje agresivní jednání). Ve sportu je tento typ agrese velice častý a dá se říct, že i poměrně žádoucím jevem.

### **C. Agrese vyvolávající odpor a smutek**

Destruktivnější dopad agresivního jednání, než daný agresor zamýšlel, může být doprovázeno pocitem odporu a smutku. Obecně však můžeme říct, že mezi jednotlivými typy existuje velice úzká linie a není nic neobvyklého, když jeden typ agrese přechází v druhý.

## **2. Podle směru agrese**

### **A. Autoagrese**

Tento typ agrese směřuje k vlastní osobě, extrémním případem může být v běžném životě sebevražda. Ve sportu hovoříme například o sebeobviňování, přemáhání se či nadávání vlastní osobě po nevydařeném výkonu.

### **B. Heteroagrese**

Toto chování je zaměřené vůči druhému člověku nebo skupině. Ve sportu se projevuje jako nedovolený faul.

## **3. Podle projevené formy agrese (Slepička, 2009)**

**A. Imaginativní** – jedná se o pouhé představy napadení druhé osoby.

**B. Verbální** – v tomto případě hrají hlavní roli nadávky.

**C. Fyzická** – tělesný atak protihráče.

## **4. Podle směřování agrese**

**A. Přímá** – směřuje přímo na protivníka, kterému bráníme uspět (př. faul).

**B. Nepřímá** – agrese není projevena přímo vůči protivníkovi, ale např. vůči jeho hodnotám

**C. Přesunutá** – v tomto případě dochází k přesunu agrese na náhradní objekt a to v tom okamžiku, kdy protihráč není přítomen.

## 5. Podle poměru sil

- A. **Symetrická** – tento typ je ve sportu častějším jevem, jedná se o přibližnou vyrovnanost sil mezi protivníky. Napomáhá tomu i legislativa sportu (věkové kategorie, váhové kategorie atd.)
- B. **Asymetrická** – v tomto případě síly protivníků nejsou vyrovnání. Jedná se o zbabělý čin, který je okolím odsouzen.

### 2.3.3 Agrese a emoce

Pojem Emoce (z lat.slova emovere = vzrušovat) je složen ze tří základních částí: první složku tvoří: subjektivní fenomenologická komponenta, sem řadíme city, pocity, druhou složkou je výrazové (expresivní) chování, které je bezděčným projevem emocí a třetí složka je tělesná, ke které patří fyziologické změny organismu v důsledku působení emoce.

“(Čermák, 1998, s.29) cituje „Lidé se chovají v každodenním životě agresivně ne proto, aby uspokojili svou touhu někomu ublížit, ale proto, že jsou náhle zaplaveni negativními emocemi, hněvem, vztekem, zlostí“. Jedinec na základě těchto emocí může jednat impulzivně, kdy částečně ztrácí kontrolu nad vlastním jednáním, dochází také k tomu, že silná emoce zablokuje anticipační funkci mysli a člověk pak reaguje, aniž by domyslel možné důsledky vlastního jednání. Pokud dojde k prolínání hladiny aktivační úrovně s dalšími faktory (kognitivní procesy, vrozené dispozice, naučené chování a emocionální stavy), pravděpodobnost výskytu agresivního chování stoupá. Jejich vzájemné propojení má velký vliv na výskyt agresivního chování.

### Emoce ve sportu

Sport je oblastí, která je nazývána emociogenní, tj. zdrojem emocí. Jedinec při sportovní činnosti zažívá celou škálu emocí od velice libých až po nelibé. Vaněk (1980) ve své knize hovoří o tom, že emocionální zážitky ve sportu jsou jednou z forem odrazu reality, která souvisí se sportem. Jsou odrazem vztahů sportovce k této realitě. Obecně lze konstatovat, že vše, co napomáhá jedinci k dosažení cíle v rámci sportovní činnosti, vyvolává libé emoce a city, a to, co brání dosažení tohoto cíle, vyvolává nelibé emoce a city. Sportovní aktivita je charakteristická silnou emocionalitou, která je daná zátěžovým a současně přitažlivým programem sportu. Dle Slepíčky (2009) je vysoká emocionalita sportu daná především

soutěživostí sportovních aktivit, které vyvolávají bouřlivou emoční dynamiku, nejistota sportovního výsledku a zastoupení různých herních prožitků.

Samotné emoce v rámci sportovní aktivity můžeme rozdělit dle časového sledu na emoce v rámci: předsportovních stavů, soutěžních stavů a pozávodních stavů. Z kvalitativního hlediska se jedná potom o emoce stenické a astenické. Stenické emoce (vztek) jednotlivé činnosti povzbuzují, astenické (strach) mají opačný směr, tlumí aktivitu.

Emoce doprovázející agresi v rámci sportovní činnosti:

#### **A. Hněv (vztek)**

Obecně vede ke zvýšení aktivity sportovce, řadíme ho z hlediska činnosti k citům pozitivním (stenickým).

#### **B. Strach**

Stává se velice významným činitelem v rámci sportovní činnosti, vzniká v situaci ohrožení hodnot. Vaněk (1980) zjistil, že přibližování se nebezpečí vede vesměs ke zvýšení aktivační úrovně negativního směru, což se projevuje snížením aktivní energie, ochrnutím volní svalové činnosti, třesem apod.

#### **C. Nenávist**

Negativní emoce projevovaná vůči soupeři, charakteristická nevraživostí a nepřátelstvem.

#### **D. Úzkost**

Nereálné, neurčité ohrožení sportovce, vyvolává tento emoční stav. Jedná se o nejasnou předtuchu nebezpečí, kterou sportovec není schopen přesně definovat, přičemž tento stav prožívá velice nelibě s bohatým somatickým a aktivačním doprovodem.

### **2.3.4 Agrese a motivace**

Motivace (z lat. slova movere = hýbat). (Plháková, 2003, 319) uvádí: „Motivaci lze definovat jako souhrn všech intrapsychických dynamických sil neboli motivů, které zpravidla aktivizují a organizují chování i prožívání s cílem změnit existující neuspokojivou situaci nebo dosáhnout něčeho pozitivního“.

„Agrese jako snaha něčeho aktivně dosáhnout, přesvědčit se tím o vlivu a účinku vlastního chování“ (Poněšický, 2005, 91). Agrese se může stát motivem, který má obranný, sebezáchovný charakter, především v boji o fyzické nebo psychické přežití jedince.

Pojmeme-li agresi jako prostředek posilování vlastní sociální identity, můžeme rozlišit tyto podstatné motivy, z kterých vychází:

- **Motiv sebepotvrzení**, kdy agrese vyvolává či obnovuje respekt nebo jinou příznivou reakci od okolí.
- **Motiv odplaty** – lidé, kterým je ublíženo, často myslí na odplatu, někteří ji dokonce realizují. Odplata může přijít za skutečnou nebo domnělou křivdu, nespravedlnost, za zpochybnění autority nebo jiné kompetence.
- **Motiv spravedlivého rozhořčení** nastává v případě, že je cíl útoku přesvědčen o tom, že ho útočník znevažuje. To je doprovázeno pocitem ponížení. Snaží se tedy o odstranění této nepřijatelné identity, snaží se ponížení zmírnit.
- **Motiv opovržení** – jeho projevem je záměrná verbální nebo neverbální urážka, která vyjadřuje nerespektování nebo opovržení druhou osobou.
- **Motiv atribuce úmyslu**. Při dosahování vlastních cílů se nevyhneme ohrožení osobní hodnoty jiných.
- **Motiv zajištění výhody** pro posílení vlastní hodnoty.

### 2.3.5 Projevy agrese v rámci sportu

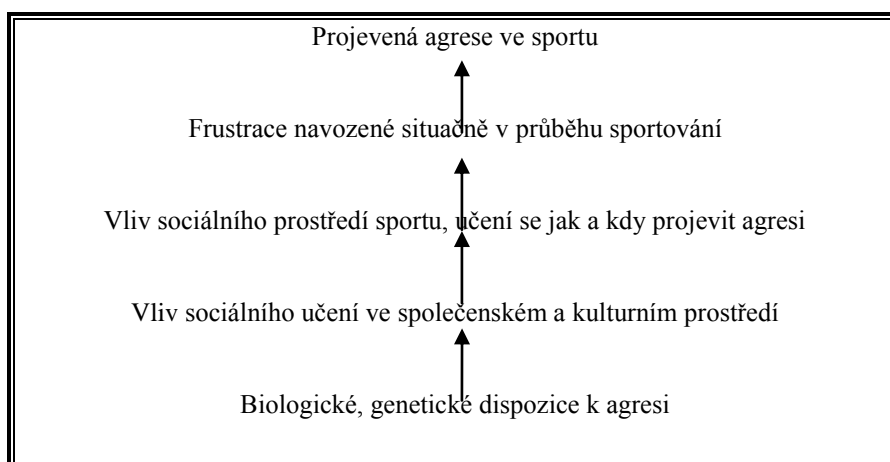
Sport, specifická oblast společenského dění, přináší nejen pozitivní hodnoty v podobě rozvoje osobnosti, ale i značné negativní jevy, do kterých řadíme samozřejmě i agresi.

V současné době je často prosazován názor, že agrese v rámci sportu by měla být tolerována nebo dokonce podporována, neboť sport představuje vhodné prostředí k tomu, aby byla agrese pozitivně prožívána. Na druhé straně stále více sílí hlasy o tom, že v dnešním sportu přibývá agresivních projevů sportovců, které mají za cíl zranit protihráče, vyřadit ho ze sportovní aktivity a tím získat určitou výhodu pro vlastní osobu. Slepíčka (2009) zdůrazňuje, že tento vzrůst agrese ve sportu je dáván do souvislosti se společenskou tolerancí k projevům a prezentaci agresivity v různých sférách společenského života. Agrese na poli sportu je dávána také do souvislosti s dnešní vzrůstající komercializací sportu, kdy úspěch, ať už je



dosažen jakýmkoli způsobem, je ekonomicky zhodnocen. Agrese se také uplatňuje v rámci samotné taktiky hry či boje.

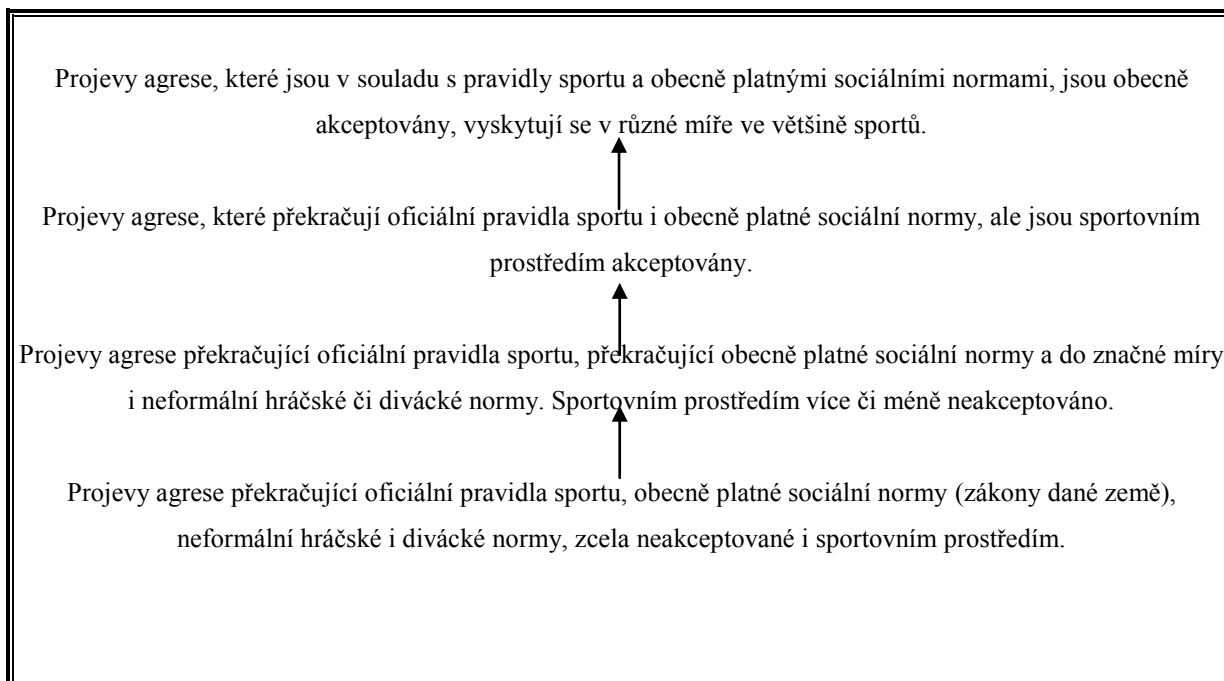
Existují určité aspekty sportu, které jsou přímo spjaté s lidskou agresí. Tak například používané termíny sportu pro popis jednotlivých aktivit mnohdy vychází z termínů používaných a vzniklých v boji (např. útok, obrana, strategie, napadání, úder). Názvy sportovních klubů, či používaná symbolika má také mít zastrašující charakter (např. draci, supi, tygři).



Obrázek 4. Agrese ve sportu (Slepička, 2009).

Slepička (2009) dále popsal důležité situační faktory, zvyšující pravděpodobnost agresivního chování ve sportu:

- A) Agresivní divácké reakce, které mohou mít svůj odraz v agresivitě samotných sportovců.
- B) Agresivní projevy ze strany soupeře.
- C) Přehnané zdůrazňování významu daného závodu či zápasu. Již dopředu je o tomto např. zápasu hovořeno jako o klíčovém zápasu v dané sezóně, čímž je vytvářen tlak na hráče a vytvářena emocionálně vypjatá atmosféra, což může vést ke zvýšení agrese v rámci tohoto zápasu.
- D) Dílčí neúspěchy v rámci utkání.
- E) Klimatické a terénní podmínky. Např. při fotbalovém utkání, kdy je hřiště značně znehodnoceno hustým deštěm a kdy je těžké uplatnit technické dovednosti hráčů, se do popředí dere síla a agrese.



Obrázek 5. Agrese ve sportu ve vztahu k obecným sociálním normám a pravidlům sportu Slepíčka (2009).

Je pochopitelné, že v rámci dynamicky probíhajícího utkání, se mohou vyskytnout momenty, které působí na daného sportovce dosti frustrujícím dojmem, čímž se podporuje teoretická koncepce frustrace – agrese pro vysvětlení agresivních projevů v rámci sportovní aktivity. Na druhé straně ale stojí i faktory, které na dané sportovce působí pozitivně a mají eliminující vliv na agresivní projevy v rámci utkání. K těmto projevům můžeme zařadit:

- a) Pozitivní průběh daného utkání, kdy dosavadní výsledek koresponduje s aspirací daného sportovce.
- b) Pozitivní emoční vyladění týmu, které je dáno především dlouhodobými kvalitními výsledky týmu v rámci celoroční soutěže.
- c) Pravděpodobnost postihu sportovce za agresivní projevy ze strany společnosti.

Na základě těchto informací můžeme říci, že dnešní moderní sport se stal důležitou součástí společenského života. Jedná se o odvětví, kde je doposud agrese v určité míře tolerována a může být svobodně projevována. Problémem se stává až tehdy, pokud zachází za hranici stanovenou pravidly nebo je projevována ve sportovním hledišti.

### **3 CÍL A ÚKOLY PRÁCE**

#### **3.1 Formulace problému**

Jako metoda empirického výzkumu byly použity dotazníkové šetření a strukturované pozorování. Jejich cílem je zjistit data a jejich vzájemnou korelaci, které ve vybraných parametrech povedou následně k zodpovězení výzkumných otázek.

Agresivita je nedílnou součástí sportu celou věčnost. Stejně tomu je i ve fotbalovém prostředí. Většina trenérů bývala dlouhodobými hráči, kteří byli vedeni k agresivitě. Díky tomu můžeme říct, že se tato vlastnost u hráčů trénuje. Po hráčích je vyžadovaná nátlaková, agresivní hra. To dokazuje i čím dál tím větší zájem řešit tuto problematiku. Předchozí studie fakulty tělesné kultury Univerzity Palackého v Olomouci ji řešili dotazníkově pomocí inventáře Buss Durkeeové (dále jen B-D-I).

Smyslem mé práce bylo porovnat dotazníky B-D-I s realitou v průběhu utkání. Vzhledem k pilotní studii jednotlivcem, jsem vybral pět trenérů ze stejné soutěže. Po vyplnění standardizovaného psychologického dotazníku B-D-I jsem porovnával uvedené hodnoty ve třech utkáních. Tato utkání jsem vybral podle racionální předpovědi o jejich odlišnosti. Nejdříve přátelské utkání v přípravném období a následně dvě soutěžní utkání dle postavení týmu v soutěžní tabulce tak, aby mužstvo bylo jednou favoritem na vítězství a jednou outsiderem.

#### **3.2 Cíl práce**

Hlavním cílem práce je porovnat charakteristiky dotazníkové agresivity s agresivitou chování fotbalových trenérů v utkání a tyto vztahy formulovat. Výsledky předat trenérům v praxi.

### 3.3 Dílčí cíle

Hlavní cíl je naplněn dílčími cíly:

1. Zjistit B-D-I u pěti trenérů z Moravskoslezské fotbalové ligy.
2. Zjistit reálné chování v minimálně třech zápasech posuzovací škálou (viz. Přílohy práce).
3. Porovnat a formulovat pomocí kazuistik poznatky z pozorování.

### 3.4 Formulace výzkumných otázek

Zadání výzkumných otázek bylo klíčové pro určení všech úkolů práce. Na základě vytyčeného cíle jsem si kladl následovné otázky:

- a) Ve kterých dimenzích jsou nejvíce odlišné dotazníkové odpovědi od provedeného pozorování?
- b) Souvisí to s biografií trenéra a jak?
- c) Které z ukazatelů jednotlivých dimenzí (8) jsou u nich frekventované?
- d) Který parametr nejvíce ovlivňuje míru agresivity u trenérů?

### 3.5 Úkoly práce a postup

Dle hlavního cíle práce a výzkumných otázek jsem si zadal tyto úkoly:

1. prostudovat a zpracovat literaturu,
2. prostudovat práci s dotazníkem B-D-I,
3. vytvořit škálu pozorování,
4. organizovat šetření projektu,
5. osobně se realizovat:
  - a. zjistit biografická data
  - b. vyhodnotit data z dotazníků B-D-I
  - c. pozorovat tři utkání u pěti trenérů,
6. zpracovat výsledky,
7. zpracovat závěrečnou bakalářskou práci s dokumentací,
8. předat zjištěné poznatky trenérům do praxe

## 4 METODIKA

S ohledem na pilotní studii zabývající se komplexním ověřením úrovně agresivity u fotbalových trenérů jsem zvolil analyticko-syntetickou deskriptivní a dále kazuistickou strategii. Pro získání informací byl použit kvantitativní výzkum.

### 4.1 Výzkumný vzorek

Vyšetřovanou skupinou je záměrně vybraných pět fotbalových trenérů z Moravskoslezské fotbalové ligy. Záměrně znamená, že jsou ze stejné soutěže, s minimální trenérskou Licencí UEFA „A“. Všech pět dotázaných dobrovolně souhlasilo s vyplněním dotazníku a následným sledováním se zachováním anonymity. Z důvodů časové vytíženosti při sledování dohromady patnácti utkání a zpracování jednotlivcem bylo vybráno pouze pět trenérů. Sportovní historie a biografické údaje jednotlivých trenérů jsou uvedeny ve výsledcích (viz Tabulka 1.).

Hodnocení pozorování a konečné srovnávání poznatků z dotazníku a z praxe bylo zpracováno kazuistikou. U každého z trenérů mě nejdříve zajímaly biografické údaje, jako věk, jak dlouho hrál fotbal, jakou úroveň, proč se stal trenérem, jakou má licenci, kolik let trénuje a na jaké úrovni. Dále kazuistika pokračuje vyhodnocením dotazníku B-D-I a v neposlední řadě popsáním nejfrekventovanějších dimenzí agresivity při pozorování třech utkání. Nakonec jsem logicky zanalyzoval poznatky.

### 4.2 Sběr dat

Přehled poznatků a výběr dokumentů k vypracování odborné části práce byl dle klíčových slov. Sběr dat byl zajištěn pomocí standardizovaného dotazníku B-D-I. Ten popisuje agresivitu osmi na sobě relativně nezávislými způsoby chování (viz kapitola Dimenze agresivity). Protože nejsem kvalifikován v oboru psychologie, pracoval jsem pod odborným vedením psychologa.

Dotazník je složen ze 75 otázek, na které dotazovaný odpovídá buď ano, nebo ne a jeho vyplnění trvá 15 – 25 minut. Následně se výsledky v jednotlivých dimenzích vynásobí příslušným koeficientem a poté je srovnáváme s normou (viz níže uvedená Tabulka 1).

Pro pozorování jsem za pomoci vedoucího práce prof. PhDr. Hany Válkové, CSc. vytvořil škálu pozorování. Vybrali jsme 3 hlavní způsoby postoje a u každého dalších 5 způsobů chování, které se projevovali buď s doprovodem výkřiků, nebo bez výkřiků (viz Přílohy práce).

Trenéra jsem sledoval z místa, kde jsem na něj viděl a zároveň tak blízko, abych slyšel veškeré projevy. Nezbytnou součástí byly hodinky a zápisník pro poznamenání údajů a délky daných projevů chování.

#### 4.3 Zpracování dat

Vyplněný dotazník B-D-I se rozdělil na dva faktory. První faktor je celková agresivita, kterou získáme součtem třech subtestů. A to 1+2+7, tedy součtem fyzické, nepřímé a verbální agresivity. Druhý faktor je celková hostilita. Tu získáme součtem čtyř subtestů, 3+4+5+6. Celková hostilita je sycena iritabilitou, negativismem, resentimentem a podezíravostí. Pocit viny, tedy subtest 8 je možné brát jako agresí obrácenou dovnitř. Je to tedy samostatná jednotka přidaná spíše z výzkumných důvodů.

Dotazovaní odpovídali na otázky buď souhlasem, nebo nesouhlasem. Souhlas byl hodnocen bodem, pouze u tučně zvýrazněných otázek (9, 10, 11, ...75) se bodoval nesouhlas. Dosažený výsledek subtestu, tedy hrubý skóre (HS) se vynásobil daným koeficientem a získal jsem výsledek subtestu (V). Nakonec jsem porovnával s normou (N), která má u všech subtestů orientační hranici sociálně patologického chování 5 bodů (u verbální agresivity -H- je hranice vyšší). Další zpracování bylo podle manuálu B-D-I.

Škála vytvořena pro pozorování hodnot agresivity či hostility při utkání byl další dokument ke zpracování. Při pozorování nás nejvíce zajímala délka daných projevů chování. Ty jsem následně sečetl jak v jednotlivých utkáních, tak i ze všech třech sledovaných utkání dohromady a dostal časové výsledky sledování. Pro přehlednost jsem tyto výsledky převedl na procenta (viz Kasuistika trenéra).

## 5 VÝSLEDKY

Výsledky práce jsou zpracovány pomocí pěti kasuistik. Ty vznikly logickým zanalyzováním poznatků z dotazníku B-D-I a z pozorování trenérova chování ve třech odlišných utkáních. Dalším hlediskem k celkovému formulování poznatků jsou biografické údaje trenérů (viz níže uvedená Tabulka 1) a následné ohlédnutí k „literární“ části práce.

### Sumární biografické údaje

	Věk	DHK	UHK	DTK	TL	M	NUTM	UTM
1	52	17 let	2. liga	29 let	UEFA PROFI	zranění, studium	2. liga	popředí
2	47	aktivní	1. liga	27 let	UEFA "A"	láska k fotbalu	MSFL	průměr
3	44	14 let	Nižší než Divize	19 let	UEFA "A"	nabídka trénovat	MSFL	průměr
4	41	24 let	Divize	11 let	UEFA "A"	nabídka trénovat	MSFL	průměr
5	44	16 let	Nižší než Divize	25 let	UEFA PROFI	studium	MSFL	průměr

Tabulka 2. Sumární biografické údaje

V rámci interpretace dat tabulka v první řadě zachycuje věk trenérů. Ukazuje se, že průměrný věk se pohybuje kolem 45-ti let. Dále nás zajímala délka a úroveň hráčské kariéry, přičemž délka hráčské kariéry byla u všech trenérů dostatečně dlouhá. Úroveň hráčské kariéry je u jednotlivých dotazovaných rozdílná. Důležitými údaji v tabulce jsou délka trenérské kariéry a úroveň dosaženého trenérského vzdělání. U délky trenérské kariéry pozorujeme výrazné rozdíly (u trenéra 1 je dvojnásobná než u trenéra 4), za to u dosaženého vzdělání se odlišují jen trenér 1 a trenér 2 – držitelé profi licence. Dále jde o zjištění motivu vedoucího k zahájení kariéry. Dle zjištění byly spouštěcími mechanismy k trenérské práci láska k fotbalu, brzké zranění a studium. Posledními daty v tabulce jsou zjištění o nejvyšší úrovni trénovaného družstva a úroveň momentálně trénovaného týmu. Zjištěné poznatky se mnoho neliší.

Poznámky:

DHK... délka hráčské kariéry

UHK... úroveň hráčské kariéry

DTK... délka trenérské kariéry

TL... trenérská licence

M... motivace k zahájení trenérské kariéry

NUTM... nejvyšší úroveň trénovaného mužstva

UTM... úroveň trénovaného mužstva

## 5.1 Výsledky dotazníků B-D-I

		NORMA	TR1	TR2	TR3	TR4	TR5	P
A	Fyzická	4<	6,00	1,00	7,00	1,00	4,00	3,80
B	Nepřímá	7<	5,50	3,30	8,80	4,40	5,50	5,50
C	Irritabilita	4<	0,91	1,82	2,73	1,82	1,82	1,82
D	Negativismus	3<	4,00	0,00	6,00	4,00	2,00	3,20
E	Resentiment	2<	2,50	2,50	0,00	0,00	0,00	1,00
G	Podezřívavost	4<	3,00	5,00	4,00	2,00	1,00	4,40
H	Verbální	7<	6,93	6,93	6,16	4,62	3,85	5,70
K	Vina	7<	4,40	5,50	6,60	2,20	2,20	4,18
	Celková agr.	15<	18,40	11,20	22,00	10,00	13,40	15,00
	Celková host.	20<	10,40	9,32	12,70	7,82	4,82	9,01
	Celkové BDI	40<	33,20	20,60	34,70	17,80	18,20	24,90

P... průměr

Tabulka 3. Sumární výsledky dotazníků B-D-I

Tabulka vyhodnocuje míru agresivity jednotlivých trenérů, kterou jsme zjistili vyhodnocením 75 otázek, předložených zkoumanému vzorku v dotazníku B-D-I. V následující části si vyhodnotíme odpovědi jednotlivých trenérů, srovnáme je s provedeným pozorováním.

Pro vyhodnocení výsledků pozorování byla vytvořena škála projevů chování při utkání (viz Přílohy práce). Výsledky jsem zapsal do pěti tabulek ke každému trenérovi zvlášť.



Poznámky k tabulkám:

1. zápas – přátelské utkání
2. zápas – mistrovské utkání – outsider
3. zápas – mistrovské utkání – favorit

Porovnání charakteristik dotazníkové agresivity s agresivitou chování trenérů při utkání jsem popsal pomocí kasuistik.

Na závěr budou zodpovězeny výzkumné otázky, dle výsledků empirického šetření.

### 5.1.1 Výsledky dotazníku B-D-I Trenéra 1

Trenér 1 dosáhl v dotazníku vyšších hodnot v dimenzi fyzické a negativní agresivity a v resentimentu. Těsně na hranici se objevil v dimenzi verbální agresivity. Hodnot nad hranicí normy dosáhl trenér také u celkové agresivity. Z hlediska sociálně patologického chování se pohyboval na hranici také u nepřímé agresivity (Tabulka 3.).

		NORMA	TRENÉR 1
A	Fyzická	4<	6,00
B	Nepřímá	7<	5,50
C	Irritabilita	4<	0,91
D	Negativismus	3<	4,00
E	Resentiment	2<	2,50
G	Podezřívavost	4<	3,00
H	Verbální	7<	6,93
K	Vina	7<	4,40
	Celková agr.	15<	18,40
	Celková host.	20<	10,40
	Celkové BDI	40<	33,20

Tabulka 4. Vyhodnocení indexů dotazníku B-D-I u Trenéra 1

### 5.1.2 Výsledky pozorování u Trenéra 1

Při pozorování Trenér 1 nejčastěji stál a gestikuloval směrem do hřiště bez výkřiků. Tato činnost trvala 68:10 z 270 minut. Což je více než čtvrtina celkových projevů chování (přesně 25,25%). Dále klidné stání bez výkřiků 59:20 (21,98%) a chůze s gestikulací do hřiště bez výkřiků 36:00 (13,33%). Projevy, které nás více zajímaly, byly projevy s doprovodem výkřiků. Již pátý celkový nejčastější projev byl postoj s gestikulací do hřiště a doprovodem výkřiků trvajícím 16:10 celkového času ze třech utkání (6%). Následně klidný postoj s výkřiky trval 15:40 (5,80%) a chůze s gestikulací do hřiště s doprovodem výkřiků 8:10 (3%). Podrobné časové údaje o projevech chování Trenéra 1 viz níže uvedená Tabulka 8.

	1. zápas	2. zápas	3. zápas	Dohromady	Procenta
<b>1.1 A</b>	13:10			13:10	4,88%
<b>1.1 B</b>					
<b>1.2 A</b>					
<b>1.2 B</b>					
<b>1.3 A</b>					
<b>1.3 B</b>					
<b>1.4 A</b>	2:50			2:50	1,05%
<b>1.4 B</b>					
<b>1.5 A</b>					
<b>1.5 B</b>					
<b>2.1 A</b>	17:00	19:20	23:00	59:20	21,98%
<b>2.1 B</b>	2:30	7:00	6:10	15:40	5,80%
<b>2.2 A</b>					
<b>2.2 B</b>					
<b>2.3 A</b>	23:00	12:10	33:00:00	68:10	25,25%
<b>2.3 B</b>	4:20	7:10	4:40	16:10	5,99%
<b>2.4 A</b>	3:50	1:40	2:30	8:00	2,96%
<b>2.4 B</b>					
<b>2.5 A</b>			0:50	0:50	0,31%
<b>2.5 B</b>		1:20		1:20	0,49%

<b>3.1 A</b>	7:00	21:40	5:10	33:50	12,53%
<b>3.1 B</b>		6:00		6:00	2,22%
<b>3.2 A</b>					
<b>3.2 B</b>					
<b>3.3 A</b>	16:20	8:30	11:10	36:00	13,33%
<b>3.3 B</b>		4:40	3:30	8:10	3,02%
<b>3.4 A</b>					
<b>3.4 B</b>					
<b>3.5 A</b>					
<b>3.5 B</b>		0:30		0:30	0,19%

Tabulka 5. Projevy chování při utkání u Trenéra 1

### 5.1.3 Kasuistika Trenéra 1

Trenér 1 dosáhl vyšších hodnot v B-D-I inventáři v dimenzi fyzické a negativní agresivity a v resentimentu. Těsně na hranici se objevil u verbální agresivity, což se také projevilo v praxi. Kromě přátelského utkání, kde seděl pouze šestnáct minut, všechn zbylý čas ve třech utkáních odstál u postranní čáry ve svém vymezeném prostoru. Několikrát byl situací tak pohlcen, že vymezený prostor opustil a byl napomínán pomezním rozhodčím. Velmi intenzivní byla gestikulace k hráčům na hřišti, častokrát napovídal pomocí výkřiků, co mají udělat. To se dá přepisovat trenérově bohaté kariéře jak už trenérské, tak i hráčské. Přeci jen ve vyšší soutěži je větší kvalita a tím pádem má náročnější požadavky. Sporné situace si neodpustil ohodnotit poznámkou k rozhodčím, ale se vši slušností. Obzvláště byl slyšet v poločase, když jeho svěřenci nepodávali optimální výkon. Otázkou je, jak reagovat na trenérovo chování v poločase, protože v kabině si trenér dovolí mnohem víc než na veřejnosti. Prokázalo se i negativní napomínání místo kladného povzbuzení. I přesto jeho výtky byly výstižné a ve většině případů vedly ke zlepšení výkonu a následné pochvle. Trenérovo chování bylo doprovázeno repetitivními pohyby jako jsou kousání nehtů, zaujímání stejného postoje a shodným ukazováním při gestikulaci do hřiště.

### 5.1.4 Vyhodnocení výzkumných otázek u Trenéra 1

Ve vztahu k výzkumné otázce č. 1 lze konstatovat, že získané výsledky jsou v podstatě identické s provedeným pozorováním. U otázky č. 2 vyplývá přímá úměra mezi mírou agrese a získanými bibliografickými daty, zejména v oblasti zkušeností a výše trenérské licence – čím více zkušeností, větší náročnost a ambice, tím vyšší výskyt agresivních prvků chování. V oblasti otázky č. 3 lze vyhodnotit jako nejčastější projevy gestikulace a verbálního řízení směrem k hráčům. Z hlediska otázky č. 4 se na stupni agresivity trenéra podílí všechny sledované parametry, nejvíce však délka hráčské i trenérské kariéry (čím vyšší zkušenosti, tím vyšší míra agresivních projevů), dosažená licence (čím vyšší znalosti, tím nižší míra agresivních projevů) a zejména úroveň trénovaného mužstva, potažmo jeho výkon v utkání.

### 5.2.1 Výsledky dotazníku B-D-I Trenéra 2

Jediná dimenze, ve které Trenér 2 přesahuje hranici normy je podezřívavost a resentment spadající do subtestu celkové hostility. Stejných hodnot jako Trenér 1 dosáhl u verbální agresivity, kde je na hranici normy. Ze sociálně patologického hlediska (hranice normy je hodnota 5 u všech dimenzí) lehce přesahuje u pocitu viny (Tabulka 4).

		NORMA	TRENÉR 2
A	Fyzická	4<	1,00
B	Nepřímá	7<	3,30
C	Irritabilita	4<	1,82
D	Negativismus	3<	0,00
E	Resentiment	2<	2,50
G	Podezřívavost	4<	5,00
H	Verbální	7<	6,93
K	Vina	7<	5,50
	Celková agr.	15<	11,20
	Celková host.	20<	9,32
	Celkové BDI	40<	20,60

Tabulka 6. Vyhodnocení indexů dotazníku B-D-I u Trenéra 2

## 5.2.2 Výsledky pozorování u Trenéra 2

V utkáních, která jsem sledoval u Trenéra 2, byla jeho nejčastější činnost postoj s gestikulací do hřiště bez výkřiků. Tímto způsobem se trenér projevoval 107:10 (39,69%) ze tří utkání. Další více než čtvrtinu 68:30 (25,37%) stál klidně bez doprovodu výkřiků a 39:30 (14,63%) chodil podél postranní čáry a gestikuloval do hřiště, rovněž bez výkřiků. Co se agresivnějšího chování týče, stejné projevy chování, které jsem již zmínil, byly i s doprovodem výkřiků. Tedy klidné stání s výkřiky 11:10 (4,14%), postoj s gestikulací do hřiště a s doprovodem výkřiků 7:30 (2,78%).

	1. zápas	2. zápas	3. zápas	Dohromady	Procenta
<b>1.1 A</b>					
<b>1.1 B</b>					
<b>1.2 A</b>					
<b>1.2 B</b>					
<b>1.3 A</b>					
<b>1.3 B</b>					
<b>1.4 A</b>					
<b>1.4 B</b>					
<b>1.5 A</b>					
<b>1.5 B</b>					
<b>2.1 A</b>	28:00	28:30	12:00	68:30	25,37%
<b>2.1 B</b>	0:40	9:10	1:20	11:10	4,14%
<b>2.2 A</b>					
<b>2.2 B</b>					
<b>2.3 A</b>	30:10	35:00	42:00	107:10	39,69%
<b>2.3 B</b>	1:30	2:50	3:10	7:30	2,78%
<b>2.4 A</b>	3:10	1:00	2:50	7:00	2,59%
<b>2.4 B</b>					
<b>2.5 A</b>			0:30	0:30	0,19%
<b>2.5 B</b>		1:30		1:30	0,56%
<b>3.1 A</b>	12:20	5:00	3:00	20:20	7,53%
<b>3.1 B</b>	1:20	0:20		1:40	0,68%

<b>3.2 A</b>					
<b>3.2 B</b>					
<b>3.3 A</b>	9:00	6:30	24:00	39:30	14,63%
<b>3.3 B</b>	3:50	0:10	1:10	5:10	1,91%
<b>3.4 A</b>					
<b>3.4 B</b>					
<b>3.5 A</b>					
<b>3.5 B</b>					

Tabulka 7. Projevy chování při utkání u Trenéra 2

### 5.2.3 Kasuistika Trenéra 2

U většiny sledovaných trenérů bylo zásadou nebo rituálem, že se při utkání nesedali. Stáli u postranní čáry a snažili se být co nejvíce ve hře. Trenér 2 nebyl výjimkou. Všechny tři utkání odstál buď ve svém prostoru u lajny, nebo opřený ramenem o střídačku. Ve vypjatých situacích hodně chodil sem a tam a intenzivně gestikuloval směrem do hřiště. Podle B-D-I inventáře dosáhl vyšších hodnot v podezřívavosti a resentimentu. Ze sociálně patologického hlediska byl na hranici u verbální agresivity a lehce vyšší byly hodnoty viny.

Na chyby rozhodčího reagoval jen zřídka a slušným způsobem. Hráče se snažil hlavně povzbudit. Při gestikulaci vysvětloval, jak to měl udělat správně namísto vyčtení chyby. Jako většina trenérů si prošel trénováním mládeže a v chování k hráčům to bylo poznat. Působil dojmem, že mu záleží více na zdokonalení dovedností hráčů místo na bodovém zisku, výhře.

### 5.2.4 Vyhodnocení výzkumných otázek u Trenéra 2

U výzkumné otázky č. 1 lze vyhodnotit rozdíly mezi dotazníkovými výsledky oblasti podezřívavosti a resentimentu a získanými výsledky v pozorování. Nebyly pozorovány žádné zvýšené ukazatele v těchto oblastech. V oblasti otázky č. 2 vyplývá souvislost mezi mírou agrese a získanými bibliografickými daty, zejména v oblasti zkušeností v práci s mládeží – výsledkem je nižší míra projevů agresivního chování, spíše kladné hodnocení s důrazem na kvalitu provedení. Ve vztahu k otázce č. 3 lze jako nejčastější projevy trenéra pojmenovat

častou gestikulací a kladné verbálního řízení směrem k hráčům. Z hlediska otázky č. 4 se na stupni agresivity trenéra nejvíce podílí míra dosaženého vzdělání a zejména délka hráčské i trenérské kariéry v oblasti mládežnické kopané (čím vyšší znalosti v oblasti pedagogiky a psychologie, tím nižší míra agresivních projevů).

### 5.2.5 Výsledky dotazníku B-D-I Trenéra 3

Podle dotazníku B-D-I dosáhl Trenér 3 nejvyšších hodnot ze všech trenérů a to ve většině dimenzí. Nad hranicí měl výsledky fyzické, nepřímé agresivity a negativismu. Na hranici měl dimenzi podezřívavosti. Z hlediska sociálně patologického byla verbální agresivita a pocit viny lehce nad normou běžné populace (Tabulka 5). Co se celkové agresivity týče, jeho hodnoty byly mnohem vyšší než u Trenéra 1, který jako jediný byl také nad hranicí normy (Tabulka 2).

		NORMA	TRENÉR 3
A	Fyzická	4<	7,00
B	Nepřímá	7<	8,80
C	Irritabilita	4<	2,73
D	Negativismus	3<	6,00
E	Resentiment	2<	0,00
G	Podezřívavost	4<	4,00
H	Verbální	7<	6,16
K	Vina	7<	6,60
	Celková agr.	15<	22,00
	Celková host.	20<	12,70
	Celkové BDI	40<	34,70

Tabulka 8. Vyhodnocení indexů dotazníku B-D-I u Trenéra 3

### 5.3.1 Výsledky pozorování u Trenéra 3

Jako u jediného z trenérů se u Trenéra 3 vyskytovaly pouze činnosti z kategorie 2 (kategorie Stojí, viz škála pozorování). Nejčastěji stál klidně a bez doprovodu výkřiků a to více než polovinu celkového času, 167:00 (61,85%). Druhou nejčastěji vyskytovanou aktivitou bylo stání s gestikulací do hřiště rovněž bez výkřiků 63:00 (23,33%). Z hrubších projevů to byl postoj s intenzivními pohyby a gestikulací bez výkřiků 13:30 (5,00%) a totéž s výkřiky 5:40 (2,10%). Častěji než poslední zmíněný projev byl postoj s gestikulací do hřiště s výkřiky 7:20 (2,72%).

	1. zápas	2. zápas	3. zápas	Dohromady	Procenta
<b>1.1 A</b>					
<b>1.1 B</b>					
<b>1.2 A</b>					
<b>1.2 B</b>					
<b>1.3 A</b>					
<b>1.3 B</b>					
<b>1.4 A</b>					
<b>1.4 B</b>					
<b>1.5 A</b>					
<b>1.5 B</b>					
<b>2.1 A</b>	47:00	61:00	59:00	167:00	61,85%
<b>2.1 B</b>	1:10	1:30	2:40	5:20	1,98%
<b>2.2 A</b>					
<b>2.2 B</b>					
<b>2.3 A</b>	33:00	17:00	13:00	63:00	23,33%
<b>2.3 B</b>	1:30	0:50	5:00	7:20	2,72%
<b>2.4 A</b>	5:10	0:50	2:10	8:10	3,02%
<b>2.4 B</b>					
<b>2.5 A</b>	1:50	5:30	6:10	13:30	5,00%
<b>2.5 B</b>	0:20	3:20	2:00	5:40	2,10%
<b>3.1 A</b>					
<b>3.1 B</b>					



<b>3.2 A</b>					
<b>3.2 B</b>					
<b>3.3 A</b>					
<b>3.3 B</b>					
<b>3.4 A</b>					
<b>3.4 B</b>					
<b>3.5 A</b>					
<b>3.5 B</b>					

Tabulka 9. Projevy chování při utkání u Trenéra 3

### 5.3.2 Kasuistika Trenéra 3

I třetí z pěti vybraných trenérů stál, a to po celou dobu všech tří zápasů. Co se dotazníku týče, Trenér 3 dosáhl nejvyšších hodnot ze všech trenérů. A v praxi to bylo poznat. Jeho nejčastější činností bylo stání opřený ramenem o lavičku. Střídavě klidně stál anebo gestikuloval do hřiště. Při vyostřených okamžicích (neodpískání faulu, ofsajd, obdržení gól) trenér intenzivně gestikuluje a křičí do hřiště směrem k hráčům i rozhodčím. Větu často začínal vulgárním výrazem a pokračoval ve vyčtení chyby. Po změně stavu ve prospěch mužstva se vrací ke klidnému stání a mírné gestikulaci směrem k hráčům. Na trenéra soupeře nereaguje, když někdo z vlastních řad reagoval na poznámky soupeře, ihned uklidňoval situaci a vyčetl to svým funkcionářům. Chyby hráčů na hřišti ihned vysvětloval hráčům na lavičce. Po skončení utkání si vždy podal ruku s trenérem i asistentem trenéra soupeře, jak už tomu bylo u každého z pěti trenérů. Často se objevovaly vulgární výrazy na adresu hráčů i rozhodčích a zároveň negativní poznámky, které svým způsobem ovlivňovaly psychiku dotčeného hráče. V prohraném zápase, kdy byl tým favoritem, byl jeden moment, kdy při obdržení gólu švihl mikinou o zem a neodpustil si vulgární dovětek. Je otázkou, zda jeho chování souvisí s tím, že je to doposud nejvyšší soutěž, kterou Trenér 3 kdy trénoval nebo jeho povahou. Ostatní trenéři jsou u svého mužstva delší dobu, a tím pádem už nemusí tolik řvát a hráči ví, co je dobře a co špatně. Možná jde o tlak ze strany vedení na jeho pozici, a proto byl lehce nervózní.

### 5.3.3 Vyhodnocení výzkumných otázek u Trenéra 3

Otázka č. 1 - nelze stanovit zásadní rozdíly mezi získanými výsledky v dotazníku a provedeným pozorováním. U otázky č. 2 lze konstatovat, že častější projevy agrese mohou vyplývat z nižší kvality hráčských zkušeností a z nedostatečných znalostí v oblasti trenérského vzdělání (nízká úroveň hráčských a trenérských zkušeností = vyšší četnost vulgárních verbálních projevů. V oblasti otázky č. 3 lze pozorovat jako nejčastější projevy gestikulace a verbálního řízení směrem k hráčům s častým použitím vulgarismů. Z hlediska problematiky u otázky č. 4 lze usuzovat, že ze sledovaných parametrů se na míře agresivního chování trenéra nejvíce podílí délka hráčské i trenérské kariéry (menší zkušenosti - vyšší míra agresivních projevů), stupeň dosažené licence (čím menší znalosti, tím vyšší míra vulgárních projevů) a zejména úroveň vedeného mužstva v utkání (horší výkon – zvýšená agrese).

### 5.4.1 Výsledky dotazníku B-D-I Trenéra 4

Trenér 4 nepřesáhl hranici normy v žádné dimenzi agresivního chování. A to ani co se sociálně patologického chování týče (Tabulka 6).

		NORMA	TRENÉR 4
A	Fyzická	4<	1
B	Nepřímá	7<	4,4
C	Irritabilita	4<	1,82
D	Negativismus	3<	4
E	Resentiment	2<	0
G	Podezřívavost	4<	2
H	Verbální	7<	4,62
K	Vina	7<	2,2
	Celková agr.	15<	10
	Celková host.	20<	7,82
	Celkové BDI	40<	17,8

Tabulka 10. Vyhodnocení indexů dotazníku B-D-I u Trenéra 4

#### 5.4.2 Výsledky pozorování u Trenéra 4

Téměř polovinu času ze tří sledovaných utkání strávil Trenér 4 podobně jako jeho kolegové, stáním a gestikulací do hřiště bez výkřiků 127:00 (47,04%), dalších 90:10 (33,40%) stál klidně bez výkřiků a jako jeden z mála si dopřál pohodlí lavečky a klidně seděl 29:00 (10,74%). V kategorii B, tedy kategorii činností s výkřiky, strávil nejvíce času stáním a gestikulací do hřiště 9:30 (3,52%) a klidným stáním s výkřiky 5:50 (2,16%).

	1. zápas	2. zápas	3. zápas	Dohromady	Procenta
<b>1.1 A</b>	29:00			29:00	10,74%
<b>1.1 B</b>					
<b>1.2 A</b>					
<b>1.2 B</b>					
<b>1.3 A</b>					
<b>1.3 B</b>					
<b>1.4 A</b>					
<b>1.4 B</b>					
<b>1.5 A</b>					
<b>1.5 B</b>					
<b>2.1 A</b>	19:00	37:20	33:50	90:10	33,40%
<b>2.1 B</b>	1:10	3:40	1:00	5:50	2,16%
<b>2.2 A</b>					
<b>2.2 B</b>					
<b>2.3 A</b>	38:00	41:00	48:00	127:00	47,04%
<b>2.3 B</b>	2:30	6:10	0:50	9:30	3,52%
<b>2.4 A</b>					
<b>2.4 B</b>					
<b>2.5 A</b>	0:20	1:30	0:30	2:20	0,86%
<b>2.5 B</b>		0:20	0:20	0:40	0,25%
<b>3.1 A</b>					
<b>3.1 B</b>					
<b>3.2 A</b>					
<b>3.2 B</b>					

<b>3.3 A</b>			5:20	5:20	1,98%
<b>3.3 B</b>			0:10	0:10	0,06%
<b>3.4 A</b>					
<b>3.4 B</b>					
<b>3.5 A</b>					
<b>3.5 B</b>					

Tabulka 11. Projevy chování při utkání u Trenéra 4

#### 5.4.3 Kasuistika Trenéra 4

Inventář B-D-I u Trenéra 4 zaznamenal jedinou zvýšenou hodnotu agresivity a to negativní. Tato dílčí dimenze se prokázala v praxi, avšak na mě trenér působil velmi klidným dojmem. Jako ostatní trenéři i on se na lavičku posadil pouze v přátelském utkání (pouze 29 minut), zbylý čas strávil na nohou v klidném postoji u střídačky. Gestikulace směrem do hřiště byla nejčastěji se vyskytujícím chováním trenéra. Jeho poznámky, jak nám prokázal inventář, byly negativní a v malém množství se vyskytlo povzbuzení nebo pochvala. Ve vyjadřování byl slušný, nepoužíval vulgarismy. Překvapilo mě, že se ani jednou neobrátil směrem k hráčům na střídačce, aby jim vysvětlil spornou situaci nebo chybu mužstva. U týmu působí už několik let a má zdá se pevnou pozici v klubu. Nepůsobil nervózně, že by bylo po mužstvu vyžadováno vítězství za každou cenu. Jde o tým z poloviny tabulky, který nemá ambice postupovat a zároveň je daleko od sestupu.

#### 5.4.4 Vyhodnocení výzkumných otázek u Trenéra 4

U výzkumné otázky č. 1 lze pozorovat korelaci mezi získanými výsledky a provedeným pozorováním v rámci častého negativního postoje trenéra. Ve vztahu k otázce č. 2 můžeme vysledovat souvislost mezi mírou agrese a získanými zkušenostmi a dosaženého trenérského vzdělání (nedostatky v oblasti pedagogiky a psychologie – časté negativní prvky, absence pozitivních pokynů). V oblasti otázky č. 3 lze vyhodnotit jako nejčastější projevy gestikulace a negativního adresného verbálního řízení směrem k hráčům. Z hlediska otázky č. 4 se na stupni agresivity trenéra podílí zejména kvalita hráčské i trenérské kariéry (čím nižší

soutěže, tím vyšší míra negativních projevů), dosažená licence (čím menší znalosti, tím nižší kvalita verbálních projevů).

### 5.5.1 Výsledky dotazníku B-D-I Trenéra 5

Trenér 5 podobně jako Trenér 4 nepřesáhl hranici normy u žádné z dimenzí agresivity. Jediná nepřímá agresivita je lehce vyšší ze sociálně patologického hlediska, ale pouze o půl bodu (Tabulka 7).

		NORMA	TRENÉR 5
A	Fyzická	4<	4
B	Nepřímá	7<	5,5
C	Irritabilita	4<	1,82
D	Negativismus	3<	2
E	Resentiment	2<	0
G	Podezřívavost	4<	1
H	Verbální	7<	3,85
K	Vina	7<	2,2
	Celková agr.	15<	13,4
	Celková host.	20<	4,82
	Celkové BDI	40<	18,2

Tabulka 12. Vyhodnocení indexů dotazníku B-D-I u Trenéra 5

### 5.5.2 Výsledky pozorování u Trenéra 5

U všech trenérů se vyskytovali podobné kategorie chování, rozdílem nebyl ani Trenér 5. Ten nejvíce času strávil u postranní čáry, kde stál a gestikuloval směrem do hřiště 101:10 (37,47%) a další většinu času stál klidně 80:20 (29,75%), oboje bez výkřiků. Tento trenér seděl, stál i chodil a chůze s gestikulací do hřiště bez výkřiků byla třetí nejčastěji vyskytovaná činnost 12:10 (4,51%). Za zmínku stálo pouze stání s gestikulací do hřiště a s doprovodem výkřiků 8:10 (3,02%). Další časové údaje činností Trenéra 5 viz Tabulka 12.

	1. zápas	2. zápas	3. zápas	Dohromady	Procenta
<b>1.1 A</b>	15:00	19:00	8:30	42:30	15,74%
<b>1.1 B</b>					
<b>1.2 A</b>					
<b>1.2 B</b>					
<b>1.3 A</b>					
<b>1.3 B</b>					
<b>1.4 A</b>	2:40	1:20	0:30	4:30	1,67%
<b>1.4 B</b>					
<b>1.5 A</b>					
<b>1.5 B</b>					
<b>2.1 A</b>	48:20	14:00	18:00	80:20	29,75%
<b>2.1 B</b>	1:20	1:30	1:40	4:30	1,67%
<b>2.2 A</b>					
<b>2.2 B</b>					
<b>2.3 A</b>	19:00	37:00	45:10	101:10	37,47%
<b>2.3 B</b>		2:10	6:00	8:10	3,02%
<b>2.4 A</b>	3:40	1:10	0:50	5:40	2,10%
<b>2.4 B</b>					
<b>2.5 A</b>					
<b>2.5 B</b>					
<b>3.1 A</b>		6:00	4:00	10:00	3,70%
<b>3.1 B</b>			1:00	1:00	0,37%
<b>3.2 A</b>					
<b>3.2 B</b>					
<b>3.3 A</b>		7:50	4:20	12:10	4,51%
<b>3.3 B</b>					
<b>3.4 A</b>					
<b>3.4 B</b>					
<b>3.5 A</b>					
<b>3.5 B</b>					

Tabulka 13. Projevy chování při utkání u Trenéra 5

### **5.5.3 Kasuistika Trenéra 5**

Jediným ze sledovaných trenérů, který si dopřál pohodlí střídačky, byl Trenér 5. Když už jsem se zmínil o klidném dojmu u Trenéra 4, tak zde není pochyb o klidné povaze Trenéra 5. To se taky prokázalo v odpovědích při testu B-D-I. Ani jedna vyšší hodnota dílčích dimenzí agresivního chování trenérů. Ale vůbec nepůsobil flegmatickým dojmem. Sezení si nedopřával po celý zápas, žil s týmem a většinu času trávil ve stoji a gestikulaci do hřiště. Jako Trenér 2 i on si prošel mládežnickými kategoriemi a bylo to poznat. Povzbuzoval, chválil, často byly slyšet pokyny typu: makej, dobře, zpátky, nevádi, zaber apod. To jsou obecné výkřiky, hráči to konkrétní pokyn nezajistí. Stejně jako Trenér 4 působí u týmu delší dobu a pozice týmu v tabulce je totožná.

### **5.5.4 Vyhodnocení výzkumných otázek u Trenéra 5**

Ve vztahu k výzkumné otázce č. 1 lze konstatovat, že získané výsledky jsou v podstatě identické s provedeným pozorováním. U otázky č. 2 vyplývá přímá souvislost mezi mírou agrese a získanými bibliografickými daty, zejména v oblasti zkušeností a výše trenérské licence (vyšší vzdělání – nižší projevy agresivního chování). V oblasti otázky č. 3 lze vyhodnotit jako nejčastější projevy gestikulace a verbálního řízení směrem k hráčům. Z hlediska otázky č. 4 se na stupni agresivity trenéra podílí všechny sledované parametry, nejvíce však výše dosaženého trenérského vzdělání (čím vyšší zkušenosti, tím nižší míra agresivních projevů). Z hlediska menších hráčských a trenérských zkušeností vyplývá nižší kvalita a adresnost verbálních pokynů (nízká herní kvalita trenéra – méně adresné a výstižné pokyny).

## 6 DISKUSE

V části empirického výzkumu se bakalářská práce zaměřila na vyhodnocení dat získaných dotazníkovým šetřením, vyhodnocením dat získaných metodou pozorování chování trenérů při utkáních a vytvořením kasuistik u jednotlivých trenérů. Jednotlivě byly u každého trenéra vyhodnoceny výzkumné otázky, přičemž závěrečná diskuze je celkovou sumarizací a komparací předchozích dílčích výzkumných výsledků.

Výzkum neprokázal zásadní odlišnosti mezi dotazníkovými daty a výsledky pozorování. V nepatrné míře sledujeme určité odlišnosti u Trenéra 2 v oblasti podezřívavosti a resentimentu.

Při vyhodnocení podílu získaných biografických dat na projevy agresivity výzkum prokázal souvislost v oblasti hráčských a trenérských zkušeností, dosaženého trenérského vzdělání jak v pozitivním, tak i negativním smyslu. U trenéra 1, držitele profí licence, jeho bohaté hráčské a trenérské zkušenosti, vyšší ambice a náročnost na hráče, vedly k vyšší míře agresivních projevů chování trenéra. Naopak u Trenéra 5, taktéž držitele profílence, získané znalosti v oblasti pedagogiky a psychologie poukazují na sníženou míru agresivního chování. Nižší úroveň získaných hráčských a trenérských zkušeností společně s méně dostatečným trenérským vzděláním vykazují u Trenéra 3 a Trenéra 4 vyšší míru používání vulgarismů. U Trenéra 2 lze vyhodnotit kladný vliv bohaté hráčské kariéry a delší trenérské práce u mládeže na snížení agresivního chování vůči svěřencům, spíše registrujeme pozitivní přístup a hodnocení. Z uvedených výsledků tudíž nelze jednoznačně potvrdit souvislost mezi mírou projevené agresivity a získanými biografickými daty u jednotlivých trenérů. Výzkum také prokázal, že nejčastějšími projevy v chování sledovaného vzorku trenérů jsou hlasité verbální projevy a výrazná gestikulace směrem k hráčům, většinou bez požití vulgárních prostředků.

Z výzkumu prokazatelně vyplývá vliv dosaženého trenérského vzdělání, délky a kvality hráčské a trenérské kariéry na míru agresivního chování a vystupování trenérů. V neposlední řadě nepochybně zásadně ovlivňuje míru agresivního chování trenérů kvalita úrovně hry a výkonu jednotlivých hráčů a družstva.



## 7 ZÁVĚR

Cílem práce bylo porovnat charakteristiky dotazníkové agresivity s agresivitou chování fotbalových trenérů v utkání a tyto vztahy formulovat. Výsledky předat trenérům v praxi. Na základě stanovených výzkumných otázek a porovnání výsledků z dotazníku B-D-I s praxí bylo zjištěno následující.

Výzkum neprokázal zásadní odlišnosti mezi dotazníkovými daty a výsledky pozorování. V 80 % se dotazníková data shodovala s výsledky pozorování trenérů při utkáních.

Z uvedených výsledků výzkumu nelze jednoznačně potvrdit souvislost mezi mírou projevené agresivity a získanými biografickými daty u jednotlivých trenérů. Například v případě vyššího stupně dosaženého trenérského vzdělání je paradoxně patrná variabilita možného očekávaného chování, a to jak v pozitivním, tak v negativním smyslu.

Výzkum také prokázal, že nejčastějšími projevy v chování sledovaného vzorku trenérů jsou hlasité verbální projevy a výrazná gestikulace směrem k hráčům, většinou bez požití vulgárních prostředků.

Z výzkumu jednoznačně vyplývá vliv dosaženého trenérského vzdělání, délky a kvality hráčské a trenérské kariéry na míru agresivního chování a vystupování trenérů. V neposlední řadě nepochybně zásadně ovlivňuje míru agresivního chování trenérů kvalita úrovně hry a výkonu jednotlivých hráčů a družstva.

Dle mého názoru má velký vliv na chování trenérů stupeň dosaženého vzdělání. Výzkum tohoto charakteru nebyl v centru pozornosti této bakalářské práce. Ostatně, jedná se o téma natolik rozsáhlé, že by vydalo na samostatnou práci. V této problematice i v tématech bezprostředně souvisejících necht' hledají inspiraci a možnosti dalšího výzkumu autoři akademických prací budoucích.

## 8 SOUHRN

Cílem práce bylo porovnat charakteristiky dotazníkové agresivity s agresivitou chování fotbalových trenérů v utkání a tyto vztahy formulovat. Výsledky předat trenérům v praxi.

Zkoumaný soubor tvořilo 5 fotbalových trenérů z Moravskoslezské fotbalové ligy. Všichni trenéři měli minimální licenci UEFA „A“. U každého z trenérů jsem se nejdříve zajímal o biografické údaje, jako věk, jak dlouho hrál fotbal, jakou úroveň, proč se stal trenérem, jakou má licenci, kolik let trénuje a na jaké úrovni. Dále došlo k vyhodnocení dotazníku B-D-I a v neposlední řadě popsání nejfrekventovanějších dimenzí agresivity při pozorování třech utkání. Nakonec byly poznatky logicky zanalyzovány.

Sběr dat byl zajištěn pomocí standardizovaného dotazníku B-D-I. Dotazník je složen ze 75 otázek, na které dotazovaný odpovídá buď ano, nebo ne a jeho vyplnění trvá 15 – 25 minut. Pro pozorování jsem vytvořil škálu pozorování.

Ke zjištění výsledků jsem zvolil analyticko-syntetickou deskriptivní a dále kazuistickou strategii. Pro získání informací byl použit kvantitativní výzkum.

První část je pro přehlednost všech pojmů věnována získání dat k zadanému tématu. Zatímco druhá část bakalářské práce se zaměřuje na metody, cíle, výzkum a závěrečné zhodnocení práce.

Z výsledků vyplývá, že nelze jednoznačně potvrdit vztah mezi mírou projevené agresivity a získanými biografickými daty u jednotlivých trenérů.

## 9 SUMMARY

The aim of the study was to compare the characteristics questionnaire aggression with aggression behavior of football coaches in the game and formulate these relationships . Results before the coaches in practice.

The sample consisted of five football coaches from Moravian-Silesian Football League. All trainers have a minimum license UEFA " A". For each of the coaches I was first interested in the biographical data such as age, how long he played football, what level of why he became a coach , which has a license , how old trains and at what level. There was also an evaluation questionnaire BDI and last but not least, the most frequently used to describe the dimensions of aggression when observing three games. Finally, the findings logically analyzed.

Data collection was ensured by using a standardized questionnaire BDI . The questionnaire consists of 75 questions that the respondent is responsible either yes or no , and it takes 15 to 25 minutes . The observations I have created range of observations.

To determine the results , I chose the analytic- synthetic descriptive case report and strategy. To obtain information used quantitative research.

The first part is for clarity of concepts given to obtaining data to the specified topic. While the second part of the thesis focuses on the methods , goals, research and final evaluation of the work.

The results show that it is not clearly confirm the relationship between the level of aggression exhibited and obtained biographical data for individual trainers.

## 10 REFERENČNÍ SEZNAM

- BĚLKA, J., DVOŘÁK, M. Diference profesních kompetencí učitele TV a trenéra. In *Sport a kvalita života 2006*. Brno: Masarykova univerzita, Fakulta sportovních studií, 2006 [CD - ROM].
- BLAHUTKOVÁ, M, PACHOLÍK, V. (2012). *Psychologie sportu v praxi 2012 aneb Nedílná součást přípravy sportovce*. Sborník abstraktů z mezinárodní odborné konference. 1. vyd. Brno: Masarykova univerzita.
- BLAHUTKOVÁ, M., ŘEHULKA, E., DVOŘÁKOVÁ, Š. (2005) *Pohyb a duševní zdraví*, Brno: Paido.
- BUZEK, M., & kolektiv (2007). *Trenér fotbalu "A" UEFA licence*. Praha: Olympia.
- ČERMÁK, I. (1998). *Lidská agrese a její souvislosti*. Žďár nad Sázavou: Nakladatelství Fakta.
- HARTL, P. (1994). *Psychologický slovník*. Praha: Budka.
- HARTL, P., & HARTLOVA, H. (Eds.). (2000). *Psychologický slovník*. Praha: Portal.
- HODÁŇ, B. (1990). *Teorie tělesné kultury*. Olomouc: Univerzita Palackého.
- HOŠEK, V. (1995). *Psychologie odolnosti*. Praha: Karolinum.
- HOŠEK, V. (1995). *Psychologie odolnosti*. 2. vyd. Praha: Karolinum.
- KODÝM, M. (1970). *Psychologická analýza a třídění sportovní činnosti*. Praha: Státní pedagogické nakladatelství.
- KOPŘIVA, K. (1997). *Lidský vztah jako součást profese*. Praha : Portál.
- LAZAROVÁ, B. (2005). *Netradiční role učitele*. Brno: Paido.
- LAZAROVÁ, B., JÚVA, V. (2006). K některým otázkám vzdělávání trenérů. In *Sport a kvalita života*. Brno: Masarykova univerzita, Fakulta sportovních studií, [CD - ROM].
- LAZAROVÁ, B., UHLÍŘOVÁ, V. (2006). Osobnost trenéra a profesní požadavky. In *Sborník prací Fakulty sportovních studií – Sport jako sociálně-kulturní fenomén*. Brno: Masarykova univerzita, Fakulta sportovních studií.
- LOVAŠ, L. (2008). *Agrese*. In J. Vyrost & I. Slaměnik (Eds.), *Sociální psychologie* Praha: Grada Publishing.
- Macmillan English Dictionary*.(2002) Oxford, Macmillan Education.
- MARTENS, R. (2006). *Úspěšný trenér*. 1. vyd. Praha : Grada Publishing.
- MATĚJČEK, Z. (2005). *Výbor z díla*. Praha: Nakladatelství Karolinum.
- NAKONEČNÝ, M. (1995). *Lexikon psychologie*. Praha: Vodnář.

- PARMA, P. (2006). *Umění koučovat*. Praha: Alfa Publishing.
- PAULÍK, K. (2010). *Psychologie lidské odolnosti*. Praha: Grada Publishing.
- PLHÁKOVÁ, A. (2003). *Učebnice obecné psychologie*. Praha: Academia
- PONĚŠICKÝ, J. (2005). *Agrese, násilí a psychologie moci*. Praha: Triton.
- PONĚŠICKÝ, J. (2010). *Agrese, násilí a psychologie moci: v životě i v procesu psychoterapie*. Praha: TRITON.
- PRŮCHA, J., WALTEROVÁ, E., MAREŠ, J. (2001). *Pedagogický slovník*. Praha: Portál.
- RYCHTECKÝ, A., FIALOVÁ, L. (2002). *Didaktika školní tělesné výchovy*. Praha: Karolinum.
- ŘÁDKOVÁ, M. (2006). *Výzkum vlivu tréninkového působení na osobnost adolescenta ve vybrané sportovní disciplíně*: Bakalářská práce. Brno: Masarykova univerzita, Fakulta sportovních studií, 2006.
- SEKOT, A. (2003) *Sport a společnost*. Brno: Paido.
- SEKOT, A. a kol. (2004). *Kapitoly ze sportu*. Brno: MU v Brně.
- SEKOT, A. (2006) K sociálním aspektům profesní pozice trenéra In *Sborník prací Fakulty sportovních studií*. Brno: Masarykova univerzita, Fakulta sportovních studií.
- SLEPIČKA, P. (1988). *Psychologie koučování*. Praha: Olympia.
- SLEPIČKA, P. (2009). Agrese a násilí ve sportu. In P. Slepíčka, V. Hošek, & B. Hatlova, *Psychologie sportu* (165-178). Praha: Karolinum.
- SPURNÝ, J. (1996). *Psychologie násilí*. Praha: Eurounion.
- STEINER, H. (1980). Výkonnostní motivace ve vrcholovém sportu. In *Sborník psychologie sportu*. Praha: ÚV ČSTV.
- SVOBODA, B. (2003). *Pedagogika sportu*, Praha: Karolinum.
- ŠAFÁŘ, M. (2003). *Komparace agresivity ve vybraných sportovních skupinách*. Disertační práce. Olomouc.
- ŠAFÁŘ, M. (2005). Studijní materiály: *Psychologie sportu*. [cit. 30. 6. 2006]. Dostupné na WWW: <<http://www.psychologie-sportu.cz>>.
- TUTKO, T. A., RICHARDS, J. W. (1971). *Psychology of Coaching*. Boston: Allyn and Bacon, Inc.
- VANĚK, M. a kol. (1983). *Psychologie sportu*. Praha: Olympia.
- <http://www.cuscz.cz/files/291NjZ.pdf>
- [http://www.mpsv.cz/files/clanky/8980/Katalog\\_praci\\_UZ\\_1\\_10\\_2010.pdf](http://www.mpsv.cz/files/clanky/8980/Katalog_praci_UZ_1_10_2010.pdf)
- <http://zakony.centrum.cz/zakon-o-pedagogickych-pracovnicich>
- <http://nv.fotbal.cz/scripts/detail.php?id=135773&tmplid=1369>

## 11 PŘÍLOHY

- Příloha č. 1 – dotazník B-D-I
- Příloha č. 2 – škála pro pozorování hodnot agresivity při utkání

## Příloha č. 1 – dotazník B-D-I

1. Občas nedokážu zvládnout svoje nutkání ubližovat ostatním. ANO-NE
2. O lidech, které nemám v lásce, rozšiřuji někdy klepy. ANO-NE
3. Snadno se rozčílím, ale brzy mě to přejde. ANO-NE
4. Nepožádá-li mne někdo o něco pěkným způsobem, neudělám, co po mě chce. ANO-NE
5. Zdá se mi, že jsem ochuzován o něco, co mi patří, náleží. ANO-NE
6. Víím, že lidé o mně rádi mluví za mými zády. ANO-NE
7. Když neschvaluji jednání svých přátel, dám jim to jasně najevo. ANO-NE
8. Když jsem náhodou podváděl, trpěl jsem silnými výčitkami svědomí. ANO-NE
9. Nikdy nikoho neuhodím. ANO-NE
10. Nikdy nebývám tak dopálený, abych házel předměty. ANO-NE
11. Mám vždycky s lidmi trpělivost. ANO-NE
12. Když někdo stanoví nějakou zásadu, která se mi nelíbí, svádí mě to k tomu, abych ji porušoval. ANO-NE
13. Zdá se mi, že ostatní mají ve všem větší štěstí než já. ANO-NE
14. Dávám si pozor na lidi, kteří se ke mně chovají přátelštěji, než jsem očekával. ANO-NE
15. Často shledávám, že s lidmi nesouhlasím. ANO-NE
16. Někdy mám tak ošklivé myšlenky, že se stydím sám před sebou. ANO-NE
17. Když mě někdo uhodí, tak se neznám. ANO-NE
18. Když jsem navztekáný, třískám dveřmi. ANO-NE
19. Bývám mnohem více podrážděný, než si lidé myslí. ANO-NE
20. Chová-li se ke mně někdo pánovitě, dělám pravý opak toho, co chce. ANO-NE
21. Když si vzpomínám na to, co všechno jsem prožil, nemohu se ubránit pocitu rozmrzelosti. ANO-NE
22. Je mnoho lidí, kteří mě podle všeho nemají rádi. ANO-NE
23. Když se mnou lidé nesouhlasí, dostávám se s nimi do rozepře. ANO-NE
24. Když se někdo ulejí při práci, musí mít pocit viny. ANO-NE
25. Uráží-li někdo mě nebo moji rodinu, říká si o výprask. ANO-NE
26. Nikdy nedělám kanadské žertíky. ANO-NE
27. Pění se mi krev, když si ze mě někdo dělá legraci. ANO-NE
28. Když mě někdo sekýruje, dám si načas, jen abych mu ukázal. ANO-NE
29. Skoro každý den se setkávám s někým, kdo je mě protivný. ANO-NE

30. Zdá se mi, že řada lidí na mě žárlí. ANO-NE
31. Vyžadují, aby lidé respektovali má práva. ANO-NE
32. Skličuje mne, že jsem udělal málo pro své rodiče. ANO-NE
33. Lidé, kteří člověka ustavičně obtěžují, koledují si o jednu do nosu. ANO-NE
34. Když mám zlost, jsem rozmrzelý. ANO-NE
35. Když se mnou někdo jedná nespravedlivě, nedám se tím otrávit. ANO-NE
36. Když se na někoho rozhněvám, přestane pro mě existovat. ANO-NE
37. Někdy mě šírá žárlivost, třebaže to na sobě nedávám znát. ANO-NE
38. Někdy mám pocit, že se mi lidé posmívají. ANO-NE
39. Nepoužívám silných slov, ani když mě někdo rozzlobí. ANO-NE
40. Dělá mi starost, zda mi bude odpuštěno, čím jsem se kdy provinil. ANO-NE
41. Málokdy vracím ránu, dokonce i tehdy, uhodí-li mne někdo jako první. ANO-NE
42. Když není po mém, bývám nevrlý. ANO-NE
43. Někdy mě lidé obtěžují už jen tím, že jsou kolem mne. ANO-NE
44. Neznám člověka, kterého bych přímo nenáviděl. ANO-NE
45. Mým heslem je: „Nikdy nedůvěřuj cizím lidem.“. ANO-NE
46. Když mě někdo obtěžuje, řeknu mu, co si o něm myslím. ANO-NE
47. Dělán mnohé věci, které mi potom dělají výčitky svědomí. ANO-NE
48. Když se rozzuřím, jsem s to někoho zfackovat. ANO-NE
49. Od svých 10 let jsem neměl výbuchy zlé nálady. ANO-NE
50. Často si připadám jako sud prachu, který má už-už vybuchnout. ANO-NE
51. Kdybych dal lidem najevo, co cítím, považovali by mě za člověka, se kterým se dá těžko vyjít. ANO-NE
52. Často bych chtěl vědět, jaký skrytý důvod může někdo mít, udělá-li pro mne něco dobrého. ANO-NE
53. Když na mě někdo řve, řvu na něj taky. ANO-NE
54. Nepodaří-li se mi něco, dělám si kvůli tomu výčitky. ANO-NE
55. Dostávám se občas do rvačky. ANO-NE
56. Vzpomínám si, že jsem měl takovou zlost, že jsem popadl, co bylo po ruce a rozbil jsem to. ANO-NE
57. Někdy jsem hašteřivý a hádám se i pro maličkost. ANO-NE
58. Občas mám pocit, že je ke mně osud nespravedlivý. ANO-NE
59. Myslíval jsem si, že většina lidí mluví pravdu, ale teď vím, že to tak není. ANO-NE
60. Když se rozzuřím, říkám ošklivé věci. ANO-NE



61. Ukřivdím-li někomu, pronásledují mě výčitky svědomí. ANO-NE
62. Kdybych se měl uchýlit k fyzickému násilí, abych obhájil svá práva, samozřejmě to udělám. ANO-NE
63. Někdy projevuji svou zlost boucháním do stolu. ANO-NE
64. Někdy bývám hrubý k lidem, kteří se mi nelíbí. ANO-NE
65. Neznám takové nepřátele, kteří by si skutečně přáli ubližovat mi. ANO-NE
66. Nedokázal bych někoho odkázat do patřičných míst, kdyby to potřeboval. ANO-NE
67. Mám často pocit, že jsem nevedl správný život. ANO-NE
68. Setkal jsem se s lidmi, kteří mě zahnali tak daleko, že jsme se začali bít. ANO-NE
69. Všední věci, nad nimiž se druzí rozčilují, mne nechávají být. ANO-NE
70. Obvykle nemám pocit, že by se lidé snažili mě zlobit nebo urážet. ANO-NE
71. Často pronáším hrozby, které nemíním doopravdy. ANO-NE
72. Když se přu, mám pocit, že mám sklon zesilovat hlas. ANO-NE
73. V poslední době jsem nějaký nabručený. ANO-NE
74. Obyčejně skrývám své špatné mínění o druhých. ANO-NE
75. Raději nějakou věc uznám, než abych se kvůli ní hádal. ANO-NE

**Příloha č. 2 - Škála pro pozorování hodnot agresivity při utkání**

<b>1 Sedí</b>	<b>1.1</b> Sedí klidně	<b>1.1 A</b> bez výkřiků
		<b>1.1 B</b> s výkřiky
	<b>1.2</b> Sedí s doprovodem repetitivních pohybů	<b>1.2 A</b> bez výkřiků
		<b>1.2 B</b> s výkřiky
	<b>1.3</b> Sedí, gestikuluje do hřiště	<b>1.3 A</b> bez výkřiků
		<b>1.3 B</b> s výkřiky
	<b>1.4</b> Sedí, gestikuluje směrem k hráčům na lavičce	<b>1.4 A</b> bez výkřiků
		<b>1.4 B</b> s výkřiky
	<b>1.5</b> Sedí, intenzivní pohyby, gestikulace	<b>1.5 A</b> bez výkřiků
		<b>1.5 B</b> s výkřiky
<b>2 Stojí</b>	<b>2.1</b> Stojí klidně	<b>2.1 A</b> bez výkřiků
		<b>2.1 B</b> s výkřiky
	<b>2.2</b> Stojí s doprovodem repetitivních pohybů	<b>2.2 A</b> bez výkřiků
		<b>2.2 B</b> s výkřiky
	<b>2.3</b> Stojí, gestikuluje do hřiště	<b>2.3 A</b> bez výkřiků
		<b>2.3 B</b> s výkřiky
	<b>2.4</b> Stojí, gestikuluje směrem k hráčům na lavičce	<b>2.4 A</b> bez výkřiků
		<b>2.4 B</b> s výkřiky
	<b>2.5</b> Stojí, intenzivní pohyby, gestikulace	<b>2.5 A</b> bez výkřiků
		<b>2.5 B</b> s výkřiky
<b>3 Chodí</b>	<b>3.1</b> Chodí klidně	<b>3.1 A</b> bez výkřiků
		<b>3.1 B</b> s výkřiky
	<b>3.2</b> Chodí s doprovodem repetitivních pohybů	<b>3.2 A</b> bez výkřiků
		<b>3.2 B</b> s výkřiky

	<b>3.3</b> Chodí, gestikuluje do hřiště	<b>3.3 A</b> bez výkřiků
		<b>3.3 B</b> s výkřiky
	<b>3.4</b> Chodí, gestikuluje směrem k hráčům na lavičce	<b>3.4 A</b> bez výkřiků
		<b>3.4 B</b> s výkřiky
	<b>3.5</b> Chodí, intenzivní pohyby, gestikulace	<b>3.5 A</b> bez výkřiků
		<b>3.5 B</b> s výkřiky