

Psychologie sportu v univerzitních a trenérských studiích

Hana Válková

Fakulta tělesné kultury, Univerzita Palackého v Olomouci

Abstrakt

Sdělení nastiňuje vývoj psychologie sportu v univerzitních studiích v ČR, popisuje současnou situaci ve studiích tělesné výchovy a sportu ČR (sportovní a pedagogické fakulty) a v odborných studiích psychologie (filosofické fakulty). Dále se zabývá proporcemi sportovní psychologie ve studiích trenérů v jednotlivých sportovních federacích v ČR. Seznamuje s literaturou v oblasti psychologie sportu. Uvádí nosná témata pro výkon cvičitelské, resp. trenérské práce v těchto studiích a reflektuje připomínky trenérů z praxe. Sdělení předpokládá diskusi k nastoleným tématům ve vztahu ke zkvalitnění praxe.

Klíčová slova: psychologie sportu, vývoj psychologie sportu, univerzitní studia, trenérská studia, vyučovací témata.

Úvod

Psychologie sportu, resp. tělesných cvičení, jako samostatná disciplína, už není disciplínou poměrně novou, jak pamatují ze svých studií. V letošním roce by mohla slavit 80 let, pokud spojíme disertační práci A. Pechláta (*Psychologie tělesných cvičení* - 1928) se vznikem této disciplíny. Publikována byla až v roce 1948 (Macák a Hošek 1989). Mezi oběma světovými válkami, v minulém století, byla publikována v pořadí druhá práce B. Chudoby s názvem *Psychologie tréninku* (1932). Skutečný rozvoj psychologie tělesné výchovy, resp. sportu, začíná od 50. let minulého století. Vůbec první učebnicí, resp. učebním textem, byla *Psychologie sportu* Antonína Stránského. Psychologie Tv, resp. sportu, je v následujícím období spojena v České republice se jménem Miroslav Vaněk, na Slovensku se jménem Ivan Macák. Zvýšenou aktivitu v psychologii je možné zaznamenat v 70. a 80. letech minulého století. V danou dobu se psychologie Tv a sportu učila na obou tělovýchovných fakultách (Praha – Univerzita Karlova, Bratislava – Komenského univerzita) a v Olomouci. Odborné aktivity a učebnice byly spojeny se jmény Vaněk (dvojdílná skripta *Psychologie sportovní činnosti* – 1970), Macák, Hošek, Rychtecký, Man, Válková. Při přechodu na studijní koncept učitelství pro 5.-12. ročník (včetně učitelství Tv) se psychologie Tv a sportu učila i na všech pedagogických fakultách, vychovávajících učitele Tv. Navazovala na obecný základ psychologický, který sestával z psychologie obecné, vývojové, pedagogické a sociální (obvykle v hodinové dotaci 2/2 týdně, tj. 2 hod. přednášek a 2 hod. seminářů/cvičení týdně). Psychologie sportu v dotaci 1/1 týdně. Základní učebnicí byla nejdříve učebnice Vaněk, Hošek, Rychtecký, Slepíčka (1983) s názvem *Psychologie sportu*. Praha: Olympia. Později Macák, Hošek (slovenská mutace, 1988) resp. Hošek, Macák (česká mutace, 1989) *Psychologie tělesné výchovy a sportu*. Praha: Státní pedagogické nakladatelství. Orientace na psychologii sportu byla možná v tzv. profesním doktorátu (rigorózní řízení) a v systému kvalifikačního řízení na titul CSc. (kandidát věd).

V závěru 70. let minulého století se dostala psychologie Tv a sportu do osnov vzdělávání učitelů pro 1. stupeň základních škol i pro učitelství pro mateřské školy. Do tehdejšího modelu tzv. volitelné „výchovy“ (hudební, výtvarná, pracovní, tělesná) předmětová rada pro Tv (předseda doc. Stejskal) prosadila předmět „fyziologie a psychologie tělesné výchovy“. Rozvoj předmětu byl na jednotlivých pedagogických fakultách v ČR spojen se jmény, jako např.: Jansa (Praha), Muhlbacher (Brno), Paulík (Ostrava), Man, Krejčí (České Budějovice), Täubner (Hradec Králové), Válková (Olomouc). I zde byla hodinová dotace 1/1 po dobu jednoho semestru. Základním texty byly orientovány vysloveně pro mladší školní věk, a to nejdříve text: Válková, H. (1980, 1983). *Psychologie tělesné výchovy (pro 1. st. ZŠ)*. Olomouc: Univerzita, Palackého. Následovala pak učebnice s celostátní platností: Kodým, M., Guttwirth, M., Jansa, P., Válková, H. (1985). *Fyziologie a psychologie žáků mladšího školního věku*. Praha: Státní nakladatelství. I v tomto studijním oboru byla možná orientace na psychologii sportu v tzv. profesním doktorátu (rigorózní řízení) a v systému kvalifikačního řízení na titul CSc. (kandidát věd).

Vyučujícími byli většinou psychologové s obecným psychologickým vzděláním, bez vztahu ke sportu i sportovní entusiisté, nebo odborníci v Tv s vnitřním vztahem k psychologii. V ojedinělých případech se vzděláním v obou oblastech (Man, Válková).

Ve školení trenérů různých kvalifikačních stupňů psychologie sportu nikdy nechyběla. Studijní programy garantovala buď Vědecká rada ČSTV nebo Tělovýchovná škola ČÚV ČSTV, které garantovaly vydávání studijních textů (např. Jindrová a kol. 1979). Jednotlivé sportovní svazy si zajišťovaly odborníky z praxe pro specializaci v daném sportu.

Současný stav psychologie sportu ve studiích učitelství Tv

V 90. letech došlo ke značné diverzifikaci oborů v zastřešujícím programu „Tělesná výchova a sport“. Mimo tradiční dvouoborová studia učitelství tělesná výchova a druhý předmět animátor pohybových aktivit, management sportu, se studuje rekreologie, management sportu, animátor pohybových aktivit, regenerace a výživa ve sportu, specializace jako edukace bezpečnostních složek, ochrana obyvatelstva, Tv pro armádní složky, aplikované pohybové aktivity, vychovatelství či sociální práce se zaměřením na Tv a samozřejmě „čistý obor“ tělesná výchova a sport se zaměřením buď na volnočasové aktivity nebo trenérskou činnost. Rozmanitost (i rozpaky) pak působilo, či ještě působí, rozčlenění na stupeň bakalář (Bc.) a magistr (Mgr.).

Jestliže si uvědomíme, že veškeré namátkou vyjmenované studijní obory, nikoliv výstupní profese, jsou tzv. inter-akční, tj. obory vyžadující komunikaci s partnery na různých úrovních a v různých obsahových sférách, začlenění psychologie a psychologických disciplin je neoddiskutovatelné. Tvůrci kurikul ani realizátoři výuky se tomuto zařazení nebrání. Problémem je vybrat základ psychologických kompetencí pro stupeň Bc. a stupeň Mgr., stejně jako základ obecný pro profese kinantropologické (Tv a sport) a pro specializace ve vyjmenovaných oborech. Zatím jasný je pedagogicko-psychologický výstup v Bc. (volnočasové aktivity, asistent pedagoga, činnost v komunálních institucích) a v Mgr. (učitelská způsobilost a s ní související pedagogicko-psychologická příprava).

Současný stav výuky psychologie na 3 fakultách rozvíjejících specificky kinantropologii podávají Novotná, Motyková a Coufalová (2008, str. 21).

Úroveň Bc. :

- FTVS Praha (5 leté studium) : počet předmětů A 9 počet kreditů 26
- FTK Olomouc 8 15
- FSpS Brno 3 8

Mgr.

- FTVS Praha - -
- FTK Olomouc 8 15
- FSpS Brno 7 15
-

Tabulka je sice ilustrativní, ale nemůže odpovědět na otázku týkající se jak objemu výuky (kredity jsou chápány různě od zátěže výuky studenta 25 hod = 1Kr až po 1 Kr za 13/15 hod. přímé výuky), tak obsahu – co se za daným názvem skrývá. Vůbec už nelze presentovat stanovisko, co je správné, nebo dokonce – jak by to mělo být:

Namátkově vybírám jen některé názvy volitelných předmětů z trsu psychologických disciplin na různých fakultách, obvykle v hodnotě 2 Kr:

- Psychologie sportu (Tv a sportu). Je uváděna všemi fakultami.
- Psychologie nadání
- Psychologie handicapu
- Psychologie zdraví
- Psychologie v zážitkové pedagogice
- Psychologie reklamy, marketingu
- Psychologie obrany, sebeobranu
- Motorické učení
- Sebepoznání, sebereflexe
- Psychologická příprava

Jde o ještě o dynamický rozvoj v šíři disciplin v současné společnosti a rozvoje studijních oborů kinantropologických, nebo o bezbřehost tvořenou „graduanty Tv“-entusiasty pro psychologii, ale bez znalosti odborné psychologie.

Co se týká obsahu psychologie Tv a sportu, jsou tradičními tématy:

- Motorické chování, motorické učení
- Stress a sportovní výkon
- Regulace psychických stavů
- Coaching.

Současná témata se stále více týkají „pohybu a zdraví“, především motivace a adherence, školní Tv a volnočasových aktivit, funkce rodiny jak v kontextu volnočasových aktivit nebo při ovlivňování dítěte na dráze k vrcholovému sportu. Stále více se pak prolínají témata pedagogická a psychologická, ale dochází k prolínání i s ostatními tématy: filosofie, etika, historie, didaktika v systémovém řešení Tv. Bohužel, témata hraniční, prolínající se mezioborově, nejsou zcela zvládnána specialisty v Tv.

Tématická orientace v trenérských studiích

Nová témata, která se výrazně projevovala na poslední konferenci FEPSAC (Federace evropských psychologů sportu, Chalkidiki 2007) a jsou doporučována k zařazení do programu trenérských studií:

- Sociálně psychologické aspekty dyadických sportů : výběry pro dyádu, vztahové analýzy, naladění na výkon, partnerství v dyádě
- Trénink dětí a mládeže : kritika přetrvávání somato-bio-antropometrických přístupů, ovšem bez náhrady řešení a tudíž přebírání dřívějších modelů, sport – dítě – rodina, sport a „vykořisťování“ dětí,
- Celoživotní sportovní vývoj, především z hlediska tzv. teorie přechodu (transition). Od „transition“ sportovců do tzv. sportovního „důchodu“ se věnuje pozornost i přechodům mezi motivačními etapami v celoživotní kariéře sportovce.
- Specifické problémové situace: ψ a sport minorit, harassment, sexualita, psychiatrické problémy, sport a prevence patologických jevů, sport jako zdroj patologických jevů.

Hranice a přesahy psychologie Tv a sportu ve studiích kinantropologických a odborné psychologie na filosofických fakultách

Obory kinantropologické jsou všechny obory, související s programem Tv a sport, s profesním uplatněním především v interakčních profesích, zaměřených na pohybové aktivity a mobilitu v kontextu prostředí tělesných cvičení a sportu. Především je to učitelství Tv, dále animace pohybových a volnočasových programů, aplikované pohybové aktivity, v bezpečnostních či vojenských složkách, obory sportovního managementu.

Studenti a absolventi jsou vybaveni pohybovým potenciálem, pohybovými dovednostmi, jsou laděni realizovat pohybové programy v praxi. Mají pouze základní psychologické představy.

Zdrojem inklinace k psychologii sportu je obvykle vlastní sportovní činnost nebo jistá trenérská zkušenost.

Už z výčtu oborů a navazujících profesních kompetencí je potřeba psychologie a aplikovaných disciplin psychologických. Je otázka, co by mělo být v psychologickém základu a co ve specializacích v rámci kinantropologie.

Obory ve studiích psychologie jsou buď spojovány s oborem dalším, většinou edukativního a personalistického charakteru, nebo se studuje jako jednooborová odborná s možným typem specializace (pedagogická, sociální, klinická, atd...). Profesní realita ve specializacích je rozmanitá, opět interakční, a to v kontaktu buď s jednotlivci či skupinami v problémových situacích, nebo prostřednictvím instituce, úřadu.

Studenti a absolventi jsou vybaveni potenciálem pro specializovanou interakci, různými typy psychologických teorií a principů, případně výcviky. Mají minimální pohybovou či sportovní připravenost. Zdrojem inklinace k psychologii sportu je obvykle předchozí vlastní sportovní činnost, v jednom specializovaném odvětví.

Orientace na psychologii sportu zde by asi více potřebovala praktickou zkušenost pohybovou a didaktickou, v kontaktu se sportovním prostředím. Dobrým příkladem byla dvouoborová mezifakultní studia Tv a sportu na FTVS UK a studia psychologie na FF UK v Praze.

Vzhledem k tomu, že téma pohyb, resp. sport, se postupně stává stále více uznávaným fenoménem prevence (resp. i řešení) tzv. civilizačních chorob, osou tématu pohyb a zdraví, aktivní životní styl apod., asi by se měla věnovat pozornost vzdělávání odborníků v oblasti psychologie sportu, ať už původem jsou graduanti z oblasti kinantropologie či psychologie.

Studia trenérská

O obsahu studií (či školení) rozhodují jednotlivé sportovní federace, obvykle pod supervizí určitých komisí dané federace, většinou v souladu s mezinárodními konvencemi kompetencí trenérů určité úrovně licence (B – A – profi-, apod.).

Federace s univerzitami v realizaci vzdělávacích kursů spolupracují. Faktem je, že prioritou daného vzdělávacího stupně je daná sportovní specializace jako základ. Psychologie jako důležitá podpůrná oblast je vždy zařazena, ale stále přetrvávají biologizující přístupy (somato-antropometrické, fyziologické, apod.). Svědčí o tom dotace hodin psychologie, přitom např. trenéři s B-licencí většinou pracují v kategorii mládeže a měli by mít i výbavu z oblasti vývojové psychologie:

B-licence (II. tř.) – 4 hod

A-licence (I. tř.) - 8 hod. obecný základ

- 8 hod. ψ sportu

Triáda sportovec – trenér – psycholog u nás zatím také není zcela obvyklá, i když vlašťovky se již objevují. Příčina má dvě stránky: jednak v trenérech, kteří psychologa volají až v momentě krize, kdy už se v podstatě nedá nic dělat. Psycholog je pak v pozici „neodborníka“, protože „s tím

neuměl nic udělat“. Jednak v psychologovi, neboť je jistě vybaven teorií, případně klinickou praxí, ovšem nemá znalostní základ, praxi a pochopení, či dokonce vcítění do oblasti sportu.

Problém je pojmenován, co dál

Základní otázkou je, jak koncipovat studia s respektem k profesním kompetencím: psychologa sportu ve vztahu k tzv. dráze akademické (s dostatečnou erudicí praktickou) nebo k dráze klinického psychologa sportu (s dostatečnou erudicí teoretickou). Obojí stránky ve formování psychologa sportu jsou nezbytné.

Sportovní psychology by pak měly sekundárně respektovat profesní kompetence objektů, na které působí: osobnost vrcholového sportovce, osobnost učitele Tv – atd.

Výsledkem je připravenost pro praxi.

V jednáních ISSP či FEPSAC se témata profesních kompetencí sportovních psychologů již vyskytují a jsou stále frekventovanější. Asociace psychologů sportu v ČR by měla sehrát aktivnější úlohu a určitě ji sehraje.

Literatura

Belej, M. (1994). *Motorické učenie*. Prešov: Pedagogická fakulta.

Hošek, V. (Ed.) (1975). *Psychologie a sport*. Praha: Olympia.

Hošek, V. & Macák, I. (1988, 1989). *Psychologie tělesné výchovy a sportu*. Praha: Státní pedagogické nakladatelství.

Hošek, V. & Rychecký, A. (1975). *Motorické učení*. Praha: Státní pedagogické nakladatelství.

Janák, V. (1995). Psychologie. In Zdeněk Pavliš (Ed.). *Školení trenérů ledního hokeje*. Praha: Český svaz ledního hokeje. Pp. 150-195.

Janák, V. (1997). Psychologie a její úloha ve sportu. In Mario Buzek (Ed.). *Trenér fotbalu „A“ UEFA licence. I díl – obecné kapitoly*. Praha: Olympia. 117-145.

Jindrová, Š. a kol. (1979). *Psychologie sportu pro školení trenérů III. a II. třídy*. Praha: Olympia

Kodým, M., Guttwirth, M., Jansa, P. & Válková, H. (1985). *Fyziologie a psychologie žáků mladšího školního věku*. Praha: Státní nakladatelství.

Kodým, M. Jansa, P. & Válková, H. (1983). *Psychologie tělesné výchovy pro učitele 1. stupně základních škol*. Praha: Univerzita Karlova.

Macák, I. (1968). *Šport a psychika súčasného človeka*. Bratislava: Socialistická akadémia.

Macák, I. (1971). *Psychológia športu*. Bratislava: Státní pedagogické nakladatelství.

Machač, M., Macháčová, H., & Hoskovec, J. (1985). *Emoce a výkonnost*. Praha: Státní pedagogické nakladatelství.

- Novotná, V., Motyková, J. & Coufalová, J. (2008). Problémy v pojetí pedagogicko-psychologické přípravy ve studijních programech učitelství. In Jana Coufalová (Ed.) *Redukce bariér při získávání učitelské kvalifikace. Sborník z konference ESF, Srní*. 19-26.
- Pacina, V. & Vaněk, M. *Sport bez svatozáře*. Praha: Mladá fronta, Máj.
- Paulík, K. (1988 a 2007). *Psychologie sportu*. Ostrava: Pedagogická fakulta.
- Rychtecký, A. (1984). *Determinanty volního úsilí v pohybové činnosti*. Praha: Univerzita Karlova.
- Slepička, P. (1973). *Úvod do sociální psychologie sportu*. Praha: Státní pedagogické nakladatelství.
- Slepička, P. (1982). *Sociální interakce ve sportovní činnosti*. Praha: Univerzita Karlova.
- Slepička, P. (1988). *Psychologie koučování*. Praha: Olympia.
- Slepička, P. (1990). *Sportovní diváctví*. Praha: Olympia.
- Slepička, P., Hošek, V., Hátlová, B. (2006). *Psychologie sportu*. Praha: Univerzita Karlova, Karolinum.
- Šlédr, J. (1985). *Psychologie tenisu*. Praha: Olympia.
- Täubner, P. (1987). *Fyziologie a psychologie sportu*. Hradec Králové.
- Schubert, F. (1987). *Psychológia medzi štartom a cieľom*. Bratislava: Šport.
- Stránský, A. (1958). *Psychologie sportu*. Praha: Státní pedagogické nakladatelství.
- Svoboda, B., Vaněk, M., & Hošek, V (1974). *Studie osobnosti ve sportu*. Praha: Univerzita Karlova.
- Svoboda, B. & Vaněk, M. (1986). *Psychologie sportovních her*. Praha: Olympia.
- Válková, H. (1980, 1983). *Psychologie tělesné výchovy (pro I. st. ZŠ)*. Olomouc: Univerzita Palackého.
- Válková, H. (2008). Profesionální dimenze kinantropologické, učitelství Tv a strukturovanost studia. In Jana Coufalová (Ed.) *Redukce bariér při získávání učitelské kvalifikace. Sborník z konference ESF, Srní*. 105-111.
- Vaněk, M. (1963). *Psychologické základy tělesné výchovy*. Praha: Státní pedagogické nakladatelství.
- Vaněk, M. a kol. (1970). *Psychologie sportovní činnosti. I. a II. díl*. Praha: Státní pedagogické nakladatelství.
- Vaněk, M. a kol. (1983). *Psychologie sportu*. Praha: Olympia.
- Vaněk, M., Hošek, V. & Man, F. (1982). *Formování výkonové motivace*. Praha: Univerzita Karlova.