

PROBLEMATIKA MENTÁLNÍ HYGIENY ŽÁKŮ VE SPORTOVNÍCH TŘÍDÁCH ŽŠ

Jana MIŇHOVÁ, Vladimíra LOVASOVÁ

Abstrakt: *Speciální příprava sportovních talentů má i svá rizika. V našem výzkumu jsme se zaměřili na problematiku neurotičnosti žáků sportovních tříd jako důsledku zvýšené zátěže, které jsou vystaveni. Realizovaný výzkum vychází z Eysenckova pojetí neuroticismu jako dispozice k neurotické poruše. Zkoumaný vzorek tvořil 615 respondentů ve věku 11 – 14 let, z toho 315 dětí sportovních tříd (77 dětí - plavecké třídy, 80 dětí - lehkooatletické třídy, 82 – hokejové třídy, 78 dětí - fotbalové třídy) a 300 dětí kontrolních tříd. Vyšší stupeň testového neuroticismu u žáků sportovních tříd je zřejmě odrazem zvýšené zátěže, které jsou vystaveni. Zjistili jsme, že žáci sportovních tříd jsou skutečně přetíženi a že u nich často dochází k porušování zásad mentální hygieny, a to jak ze strany rodičů, tak ze strany pedagogických pracovníků.*

Klíčová slova: *sportovní třídy, duševní hygiena, neuroticismus, zátěž, rozvoj osobnosti*

Úvod

V současné době se do centra zájmu pedagogického a psychologického výzkumu dostávají děti, které vykazují v určitém ohledu mimořádné nadání. Tito jedinci se ovšem při nevhodném pedagogicko-psychologickém a didaktickém přístupu a při nerespektování mentálně hygienických zásad mohou stát problémovými žáky, kteří naplňují ordinace dětských psychiatrů a psychologů.

Jednou z cest vedoucích k optimálnímu rozvoji specifických schopností těchto dětí jsou třídy s rozšířeným vyučováním, které jsou součástí základních či středních škol. Vedle tříd s jazykovým, matematickým, přírodovědným či s hudebním zaměřením existují také třídy sportovní, jejichž cílem je vytvořit optimální podmínky pro přípravu budoucích vrcholových sportovců. Protože si uvědomujeme, že tato speciální příprava sportovních talentů má i svá rizika, zaměřili jsme se v našem výzkumu na problematiku neurotičnosti žáků sportovních tříd jako důsledku zvýšené zátěže, které jsou vystaveni.

Přesto, že jsou žáci do těchto tříd vybíráni mimo jiné i na základě školního prospěchu, tzn. že lze u nich předpokládat určitou úroveň rozumových schopností, naskýtá se otázka, zda i tito vybraní žáci budou schopni zvládnout zvýšené požadavky, které na ně rozšířené sportovní vyučování klade.

Intenzivní sportovní příprava umožňuje rozvoj specifických pohybových schopností a dovedností i některých pozitivních osobnostních vlastností, ovšem pro zvýšené nároky kladené na osobnost žáka představuje dosti výrazný zásah do jeho života.

1. Výzkum neurotičnosti žáků sportovních tříd

1.1 Vymezení problému a cíl výzkumu

Na katedře psychologie FPE probíhá longitudinální výzkum zaměřený na výskyt neurotičnosti žáků sportovních tříd základních škol a na faktory jejich neurotizace.

Cílem našeho výzkumu bylo ověřit hypotézu, že žáci sportovních tříd vzhledem k větší zátěži, které jsou vystaveni, vykazují vyšší stupeň neuroticismu než žáci v kontrolních třídách.

Ve svém výzkumu budeme vycházet z Eysenckova pojetí neuroticismu jako dispozice k neurotické poruše. S pojmem „neuroticismus“ se setkáváme v Eysenckově pojetí dvou dimenzí osobnosti. Eysenck (1967) označuje tímto termínem „obecnou tendenci k neuróze“, kdežto neurózu definuje jako „funkční poruchu nervové soustavy. Eysenckům neuroticismus je jedním ze dvou na sobě nezávislých faktorů osobnosti, který se projevuje citovou vratkostí, kolísáním základní nálady, zvýšenou pohotovostí k úzkosti, a větší zranitelností na některé interakce. Podobně je tomu u Cattella (1965), u něhož se „neuroticismus“ objevuje jako faktor druhého řádu. „neuroticismus“ u Cattella a Eysencka je nutno chápat jako dimenzi představující stupnici, na níž každý jedinec zaujímá určité místo. S pojmem „neuroticismus“ se setkáváme i u Říčana (1982), který spatřuje jeho psychofyziologický základ ve zvýšené reaktivnosti autonomního systému, který ovládá různé tělesné funkce a souvisí velmi úzce s city. U jedince s vysokým neuroticismem vyvolá týž podnět silnější tělesnou a citovou reakci. Tato přehnaná reaktivita autonomního nervového systému ztěžuje přizpůsobení jedince k prostředí, zvláště takovému, kde je vystaven nepříznivým vlivům. Dobiáš (1974) považuje za terminologické ekvivalenty pojmu „euroticismus“, „emocionalita“ a „instabilita“, Knobloch (1956) „neurotičnost“ a Vondráček (1972) „neuropatie“. Ve svém výzkumu budeme používat pojmu neuroticismus synonymně s pojmem neurotičnost.

U dětí je zvláště obtížné určit rozdíl mezi neuroticismem a neurotickou poruchou, neboť se u nich zpravidla nesetkáváme s plně rozvinutou formou této funkční poruchy. Děti s více či méně rozvinutou neurotickou symptomatologií zpravidla vykazují vysoké skóre testové neurotičnosti (Werner /1973/, Kafka /1998/).

Etiologii neuroticismu musíme vidět jednak v predispozici dítěte, ať už vrozené či získané v rané ontogenezi, jednak v neurotizujících podnětech, které na dítě působí. Na základě pilotáže jsme zjistili, že právě u žáků sportovních tříd je nervová soustava vystavena působení neurozogených činitelů ve větší míře než u dětí v „normálních třídách“.

1.2 Metodika výzkumu a charakteristika zkoumaného vzorku

Výzkum byl proveden na základních školách v plzeňském regionu, kde jsou kromě normálních tříd také sportovní třídy zaměřené na plavání, lehkou atletiku, lední hokej a fotbal.

Objektem zkoumání byli žáci 6., 7., a 8. výše uvedených sportovních tříd. Jako kontrolní skupina sloužila ke každé sportovní třídě jedna z paralelních tříd, do kterých docházejí děti z obvodu školy.

K ověření základní hypotézy jsme užili standardizovaného dotazníku Junior Eysenck Personality Inventory (JEPI) doplněného klinickými metodami (pozorováním v přirozených podmínkách – při vyučování, při tréninkových hodinách, rozhovorem se žáky, s vyučujícími a trenéry žáků).

Ke zjištění některých osobnostních rysů respondentů jsme aplikovali test HSPQ. U žáků sportovních tříd jsme použili ke zjištění jejich sociální a emoční zralosti a některých patologických symptomů Baltruschův kresební test a Lüscherům barvový test.

K objasnění specifčnosti zátěže dětí ve sportovních třídách jsme zadali žákům anketu, jejímž cílem bylo zjistit míru jejich přetíženosti.

Eysenckův dotazník byl zadán celkem 712 žákům 6.–8. tříd základních škol v plzeňském regionu. Z celkového počtu 712 dětí (352 – žáci sportovních tříd a 360 – žáci kontrolních tříd), kterým byl zadán test JEPI, bylo pro vysoké skóre lži vyřazeno 97 žáků. Návratnost dotazníků byla 100 %, protože žáci je vyplňovali ve škole pod dozorem psychologa.

Zkoumaný vzorek tedy tvořilo 615 respondentů ve věku 11–14 let, z toho 315 dětí sportovních tříd (77 dětí - plavecké třídy, 80 dětí - lehkootletické třídy, 82 – hokejové třídy, 78 dětí - fotbalové třídy) a 300 dětí kontrolních tříd (77 dětí – kontrolní skupina k plaveckým třídám, 77 dětí – kontrolní skupina k lehkootletickým třídám, 76 dětí - kontrolní skupina k hokejovým třídám, 80 dětí - kontrolní skupina k fotbalovým třídám).

1.3 Výsledky výzkumu

1.3.1 Výskyt neurotičnosti u žáků sportovních tříd

V následujících tabulkách je uvedeno rozložení četnosti žáků s neurotickými rysy v jednotlivých sportovních a kontrolních třídách.

Tabulka č. 1 Neurotičnost žáků v jednotlivých třídách plaveckých a kontrolních

Třída	Plavecké třídy			Kontrolní třídy		
	Počet zkoumaných dětí	Počet neurotických dětí		Počet zkoumaných dětí	Počet neurotických dětí	
		N	%		N	%
6.	25	10	40,0	29	4	13,8
7.	24	10	41,6	22	3	13,6
8.	28	12	42,8	26	4	15,4
Celkem	77	32	41,5	77	11	14,3

Jak je patrné z tabulky, byly z celkového počtu 77 žáků plaveckých tříd zjištěny neurotické tendence u 32 žáků (41,5 %). V kontrolních třídách (paralelních s plaveckými) ze 77 respondentů se zvýšené skóre neurotičnosti objevilo u 11 dětí (14,3 %).

Test JEPI byl obdobným způsobem zadán žákům dalších sledovaných sportovních tříd (viz. tabulky č. 2, 3, 4).

Tabulka č. 2 Neurotičnost žáků v jednotlivých třídách lehkootletických a kontrolních

Třída	Lehkootletické třídy			Kontrolní třídy		
	Počet zkoumaných dětí	Počet neurotických dětí		Počet zkoumaných dětí	Počet neurotických dětí	
		N	%		N	%
6.	26	12	46,1	24	4	16,6
7.	29	14	48,3	28	5	17,8
8.	25	10	40,0	25	4	16,0
Celkem	80	36	45,0	77	13	16,9

Z tabulky je zřejmé, že z celkového počtu 80 žáků lehkootletických tříd byly zjištěny neurotické tendence u 36 žáků (45,0 %). V kontrolních třídách (paralelních s lehkootletickými) ze 77 respondentů se zvýšená neurotičnost objevila u 13 dětí (16,9 %).

Tabulka č. 3 Neurotičnost žáků v jednotlivých třídách hokejových a kontrolních

Třída	Hokejové třídy			Kontrolní třídy		
	Počet zkoumaných dětí	Počet neurotických dětí		Počet zkoumaných dětí	Počet neurotických dětí	
		N	%		N	%
6.	26	8	30,7	25	4	16,0
7.	28	12	42,8	26	3	11,5
8.	26	10	38,4	25	3	12,0
Celkem	80	30	37,5	76	10	13,0

Z tabulky je zřejmé, že z celkového počtu 80 žáků hokejových tříd, byly zjištěny neurotické tendence u 30 (37,5 %). V kontrolních třídách (paralelních s hokejovými) byly z celkového počtu 76 žáků zjištěny neurotické rysy u 10 (13,0 %).

Tabulka č. 4 Neurotičnost žáků v jednotlivých třídách fotbalových a kontrolních

Třída	Hokejové třídy			Kontrolní třídy		
	Počet zkoumaných dětí	Počet neurotických dětí		Počet zkoumaných dětí	Počet neurotických dětí	
		N	%		N	%
6.	26	10	38,4	27	4	14,8
7.	24	8	33,3	28	5	17,8
8.	28	10	35,7	25	3	12,0
Celkem	78	28	35,8	80	12	15,0

Z tabulky vyplývá, že z celkového počtu 78 žáků fotbalové třídy, vykazuje 28 (35,8 %) neurotické tendence. V kontrolních třídách (paralelních s fotbalovými) z celkového počtu 80 respondentů se zvýšené skóre neurotičnosti objevilo u 12 žáků (15,0 %).

Z výše uvedených tabulek je evidentní, že z celkového počtu 315 žáků sportovních tříd jich 126 (39,94 %) vykazuje vyšší skóre neurotičnosti. U žáků kontrolních tříd (paralelní se sportovními) byly z celkového počtu 300 žáků zjištěny neurotické tendence u 46 dětí (15,3 %).

Jak vyplývá z rozboru výše uvedených tabulek, je ve sportovních třídách zkoumaného souboru statisticky signifikantně vyšší počet žáků s neurotickými tendencemi (χ^2 test, $p < 0,05$), než ve třídách kontrolních.

Na základě srovnání jednotlivých sportovních tříd u nich nezjišťujeme statisticky významný rozdíl mezi procentem neurotických dětí.

K zobecnění naší hypotézy jsme použili následujícího srovnání. Testem JEPI jsme vyšetřili všechny žáky 7. tříd základní škol v plzeňském regionu, kteří byli v době zadávání testu ve škole. Po vyřazení dětí, u kterých bylo zjištěno vysoké skóre lži, zůstalo 1 697 žáků. Z nich se neurotické rysy objevily u 272 dětí této věkové kategorie (16,02 %). Z 105 respondentů sedmých sportovních tříd (plavecké, lehkooletické, hokejové a fotbalové) byly u 44 (41,98%) zjištěny neurotické rysy. Rozdíl mezi počtem neurotických žáků v normálních 7. třídách a sportovních je tedy statisticky významný ($p < 0,01$, χ^2 test).

Vyšší stupeň testového neuroticismu u žáků sportovních tříd je zřejmě odrazem zvýšené zátěže, které jsou vystaveni.

1.3.2 Zátěžové faktory neurotizace žáků sportovních tříd

V další části výzkumu jsme se zaměřili na zjištění zátěžových faktorů, které mohou působit jako neurozogenní činitel. V čem spočívá specifická zátěž, které jsou vystaveni žáci sportovních tříd?

V odpovědi na tuto otázku vycházíme jednak z dosavadních výzkumů z oblasti psychologie sportu a psychologie nadání, jednak z poznatků získaných na základě aplikace testu HSPQ, doplněné projektivními technikami (Baltrusch, Lüscher) a klinickými metodami (pozorování v přirozených podmínkách, psychologické interview a anketa).

Zátěžové faktory, které působí v některých případech na organismus žáka sportovní třídy jako noxa, jsme rozdělili do několika skupin:

1. Zátěž vyplývající ze specifických rysů závodního sportu

Aktivní sportovní činnost, tak jako každá činnost, vyvolává určité změny v osobnostní struktuře jedince. Intenzivní sportovní příprava podporuje rozvoj některých pozitivních povahových rysů, ale může mít i vliv na rozvoj některých negativních vzorců chování, popř. vlastností osobnosti, které vyplývají ze specifických zvláštností závodního sportu. Řada autorů (Fiala /1973/, Hošek /1974/, Svoboda /1980/, Knotek /1982/, Řehoř /1985/) vymezuje základní charakteristické znaky závodního sportu, kterými se odlišuje od ostatních druhů tělesné výchovy.

Jako první charakteristický rys závodního sportu lze uvést snahu po nejlepším výkonu. Závodění přestává být prostředkem nebo metodou tělesné výchovy a stává se hlavním cílem. Snaha po vyšším a nejvyšším sportovním výkonu má jednak svůj pozitivní pedagogický význam, protože vede k rozvoji takových vlastností jako je bojovnost, houževnatost, samostatnost apod., jednak se může podílet na vzniku negativních rysů osobnosti dospívajícího jedince, např. rivalita, individualismus, nadměrná ctižádostivost, ambicióznost (v testu HSPQ vykázali žáci sportovních tříd vyšší G faktor).

Neméně závažným znakem závodního sportu je sportovní specializace. Ve snaze vyhledat co nejdříve děti nadané k určitému specifickému sportu a vychovat z nich

vrcholové závodníky, dochází často k předčasné specializaci, která je v protikladu k požadavku harmonického vývoje osobnosti. Tato diskrepance mezi mentálně hygienickým požadavkem všestranného duševního a tělesného rozvoje a celosvětovou tendencí snižovat věkovou hranici závodních sportovců může být jedním z faktorů přetíženosti organismu pubescenta. Tento fakt se projevil u našich respondentů sportovních tříd v projektivním vyšetření a v řízeném rozhovoru.

Dalším znakem závodního sportu je jeho výběrovost, která odpovídá přirozeně cíli závodního sportu, tj. snaze po nejvyšším absolutním výkonu. Z hlediska pedagogického je to znak negativní, který může být u zrodu takových vlastností, jako je velikášství, egocentrismus, negativismus vůči autoritám apod. Ve sportovních třídách našeho souboru bylo zjištěno na základě rozhovoru s jejich učiteli výrazné procento dětí, s kterými jsou značné výchovné problémy.

Významným charakteristickým znakem závodního sportu je sportovní exhibice, tj. předvádění sportovních výkonů také pro diváky. Tento faktor při nedostatečném pedagogickém vedení může sklouznout k nezdravému sklonu k předvádění až k exhibicionistickým a narcistickým formám chování.

Rizikem závodního sportu, především sportovních her, je nebezpečí „povelového automatismu“. Děti, které jsou při trénincích či sportovních utkáních zvyklé poslouchat převážně na jednoslovné povel, mohou mít problém s normální verbální komunikací. Tento fakt byl potvrzen u dětí našeho souboru pozorováním jejich komunikace ve školním prostředí.

Konečně posledním charakteristickým znakem závodního sportu jsou záporné emoce spojené s myšlenkami na soupeře, které se zvláště v některých sportovních disciplínách mohou až manifestně projevit. Sledované sportovní disciplíny bohužel mezi ně patří. S tím souvisí i výrazné projevy agresivity, která se často při sportovním zápoulení nazývá „bojovností“.

Pro všechny výše uvedené znaky je nutno si uvědomit, že forma závodního sportu je z hlediska pedagogicko-psychologického velmi náročná především proto, že se může podílet na vytvoření nežádoucích forem chování, které se ustálí v osobnostní struktuře a mohou tak představovat pro žáka vnitřní zátěž, s kterou se musí vyrovnávat.

Přetíženost dětí zabývajících se aktivně sportem tedy spočívá nejen ve fyzické zátěži, ale i v zátěži psychické, která vyplývá z výše uvedených specifických rysů závodního sportu.

2. Zátěž vyplývající z nerespektování emocionálních, motivačních a sociálních charakteristik nadaných dětí

Problémy, které mohou vznikat při práci s nadanými dětmi, vyplývají někdy z nerespektování charakteristických zvláštností jejich vývoje. Hříbková (2005) uvádí některé emocionální, motivační a sociální charakteristiky, které je nezbytné brát v úvahu v přístupu k nadaným dětem. K emocionálním charakteristikám autorka řadí zvýšenou potřebu emocionální podpory a emocionálního přijetí, impulzivitu a expresivní vyjadřování názorů a menší citovou vyzrálou ve srovnání s vrstevníky. Za motivační charakteristiky nadaných dětí považuje autorka převahu vnitřní motivace nad vnější, vytrvalost při vykonávání činnosti, která je v centru zájmu dítěte a chování, které je řízeno vědomým cílem. K sociálním charakteristikám typickým pro nadané děti podle autorky

patří potřeba volnosti a aktivity, tlak na okolí ke zvýšené pozornosti k jejich činnostem, odvaha k prezentování vlastních názorů, nekonvenčnost a nonkonformita. Na základě strukturovaného rozhovoru se žáky a s učiteli sportovních tříd jsme zjistili, že právě výše uvedené charakteristiky, které se projevují samozřejmě i u pohybově nadaných jedinců, jsou často zdrojem chování, jež některé učitele provokuje a vyvolává v nich negativní reakce. Důsledkem toho jsou časté poznámky v žákovských knížkách, různé zákazy a jiné formy trestů, které mohou být zdrojem neurotizace těchto dětí.

3. Zátěž, která je odrazem nevhodného režimu dne a nevhodné organizace činnosti dětí

Na základě rozboru ankety zadané žákům sportovních a kontrolních tříd jsme zjistili, že žáci sportovních tříd jsou skutečně přetížení a že u nich často dochází k porušování zásad mentální hygieny, a to jak ze strany rodičů, tak ze strany pedagogických pracovníků. Po vyhodnocení ankety zaměřené na denní režim žáků a stupeň jejich přetížení jsme dospěli k následujícím závěrům:

a) Žáci sportovních tříd věnují přípravě na vyučování globálně více času než žáci kontrolních tříd.

Z celkového počtu 315 žáků sportovních tříd se pouze 21,3 % učí denně méně než 1 hodinu, a to převážně v 6. třídě. Největší procento respondentů se připravuje na vyučování 1–2 hodiny (57,3 %), 19,3 % se doma připravuje 2–3 hodiny. Ani jeden žák sportovních tříd neuvěděl, že se doma vůbec neučí. Jestliže porovnáme tyto výsledky s odpověďmi žáků kontrolních tříd, zjistíme, že 34,5 % se připravuje na vyučování méně než 1 hodinu, 46,0 % se denně učí 1–2 hodiny. Na rozdíl od sportovních tříd 12 žáků kontrolní skupiny se přiznává, že se doma neučí vůbec. Pouze 6 žáků kontrolních tříd se připravuje na vyučování více než 3 hodiny denně. Z tohoto rozboru vyplývá, že žáci sportovních tříd se připravují na vyučování zodpovědněji než žáci kontrolních tříd. Tato skutečnost je zřejmě dána již samotným faktem, že dobrý prospěch je jedním z kritérií docházky do těchto tříd.

b) Žáci sportovních tříd se převážně připravují na vyučování ve večerních hodinách.

Z celkového počtu 315 žáků sportovních tříd se jich 79,3 % učí večer, a to 38,0 % dětí po 19. hodině, 41,3 % dokonce po 20. hodině. Jako důvod uváděly děti v rozhovoru, že v odpoledních hodinách se věnují tréninku nebo jiné mimoškolní činnosti. Naproti tomu v paralelních kontrolních třídách pouze 30 % dětí odpovědělo, že se učí převážně ve večerních hodinách. V tomto směru je tedy rozdíl mezi sportovními a kontrolními třídami statisticky významný (χ^2 test, $p < 0,01$).

c) Při sestavování tréninkových hodin se často nepřihlíží k věkovým zvláštěm a k zásadám duševní hygieny.

Žáci hokejových, fotbalových a lehkootletických tříd mají tréninkové hodiny odpoledne, výjimečně večer. Žáci plaveckých tříd však trénují často ráno před vyučováním a ve večerních hodinách. Z hlediska mentální hygieny jsou zvláště náročné ranní tréninky (od 6.00 hodin), protože žáci, kteří bydlí ve vzdálenějších čtvrtích města, musí nepřiměřeně brzy vstávat a po tréninku, kdy nastává přiro-

zený útlum následkem fyzické únavy a pobytu ve vodě, musí podávat normální výkon ve škole. Při rozboru rozvrhu hodin jednotlivých plaveckých tříd jsme se však přesvědčili, že na tuto skutečnost většinou není brán zřetel. Např. v 7. třídě mají děti po ranním tréninku předměty v tomto pořadí: český jazyk, matematika, cizí jazyk...., tedy předměty, které kladou zvýšené nároky na abstraktní myšlení a na koncentraci pozornosti.

d) Žáci sportovních tříd trpí chronickým nedostatkem spánku.

Na základě rozboru ankety jsem zjistili, že 43,3% žáků sportovní třídy spí méně než 7 hodin denně, což je v tomto věku výrazné porušování zásad duševní hygieny. Souvisí to jednak s pozdním odchodem na lůžko v důsledku přetíženosti, jednak s časným vstáváním dětí dojíždějících ze vzdálenějších čtvrtí města. V kontrolních třídách pouze 10 % dětí udává, že jejich průměrná doba spánku je menší než 7 hodin. I zde je tedy statisticky významný rozdíl ($p < 0,01$) mezi sportovními a kontrolními třídami (χ^2 test). Na otázku, jak dlouho trvá cesta ze školy, odpovědělo 53,9 % žáků sportovních tříd, že jim cesta do školy trvá déle než 30 minut. Žákům kontrolních tříd trvá cesta do školy maximálně 10 až 15 minut. Pouze 19 žáků 8. kontrolních tříd uvedli, že v důsledku přestěhování do nového bydliště jim trvá cesta do školy 20 minut. Tato diskrepance je dána tím, že do sportovních tříd docházejí děti z různých čtvrtí města, kdežto do kontrolních tříd příslušných škol chodí převážně děti z obvodu školy.

e) Faktorem zátěže žáků sportovních tříd je i nepřiměřená pozitivní nebo negativní akcentace v dimenzi „úspěch – neúspěch“.

V odpovědích na otázky ankety i v exploračním rozhovoru žáci vypovídali o postojích rodičů k jejich sportovním výkonům a školnímu prospěchu a o formě trestání, popř. odměňování dobrých výsledků. Tyto otázky jsme zadali pouze žákům sportovních tříd. Z celkového počtu žáků sportovních tříd jich 71,0 % uvedlo, že rodiče pozorně sledují jak jejich sportovní výkony, tak prospěch. Na otázku, jak reagují rodiče na neúspěch ve sportu či ve škole, odpovědělo 88 % respondentů, že za každý pokles sportovního výkonu či zhoršení prospěchu následuje přísný trest. V rejstříku trestů je na 1. místě zákaz oblíbené činnosti, na 2. místě zákaz kontaktu s vrstevníky a na 3. místě vyčítání a emoční vydírání.

Na obdobnou otázku, jak reagují rodiče na úspěch ve sportu či prospěchu, odpovědělo 61,0 % žáků sportovních tříd, že jsou bezprostředně za pozitivní výsledek odměňováni. Nejčastější formou ocenění výkonu žáka je materiální odměna, ve 24 případech dokonce finanční.

4. Zátěž vyplývající z přehnané tendence k udržení prospěchového limitu, který je „nepřesahovatelným“ kritériem docházky do sportovní třídy

Učitelé působící v těchto třídách často přehnaně vedou žáky k udržení určité úrovně prospěchu, někdy i bez ohledu na jejich intelektové možnosti. Důvodem je pravděpodobně obava pedagogů i vedení školy z nařčení, že u dětí podporují předčasnou specializaci a podceňují rozvoj intelektových schopností. Žáci jsou tak mnohdy již při mírném zhoršení prospěchu vystaveni ze strany učitelů psychickému tlaku a nevhod-

ným formám komunikace, které mohou vyústit až ve vyhrožování přeřazením do „normální“, tedy nesportovní třídy. Vyloučení ze sportovní třídy považují žáci za osobní selhání, které se může projevit poruchou vývoje jejich selfkonceptu. Jakékoliv zakolísání v prospěchu tedy pro ně představuje výrazný stres, který může být neurotizujícím faktorem. Vyloučení ze sportovní třídy považují žáci za osobní selhání, které se může projevit poruchou vývoje jejich selfkonceptu. Jakékoliv zakolísání v prospěchu tedy pro ně představuje výrazný stres, který může být neurotizujícím faktorem.

5. Zátěž vyplývající z některých osobnostních rysů žáků souvisejících s nižší frustrační tolerancí

Analýzou profilových křivek Cattellova HSPQ jsme dospěli k vymezení některých osobnostních markant neurotického žáka sportovní třídy. S vyšším stupněm neuroticismu v našem zkoumaném souboru statisticky významně (χ^2 test, $p < 0,001$) korelují následující vlastnosti:

- emoční labilita a tendence ke konfliktovosti (C-)
- vyšší míra vzrušivosti, tendence předvádět se a upozorňovat na sebe (D+)
- úzkostnost a enormně vyvinutí smysl pro povinnost (O+)
- nedostatečná schopnost sebeovládání v zátěži (Q3-)
- výrazně vyšší ctižádostivost a perfekcionalismus (G+)
- zvýšené napětí a snadná vzrušivost (Q4+).

Sám Cattell považuje tento faktor za ústřední složku schopnosti snášet frustraci. Právě tyto vlastnosti jsou signifikantní pro menší schopnost snášet zvýšenou zátěž.

6. Zátěž související se sociální a emoční nezralostí

V projektním vyšetření (Baltrusch) se projevila výrazná sociální a emoční nezralost dětí ve sportovních třídách. Ve srovnání s vrstevníky jsou tyto děti často vychovávány jednostranně, všechny životní aktivity kromě učení se podřizují jejich náročné sportovní přípravě. Tyto děti většinou nestačí realizovat jiné volnočasové aktivity ani se podílet na běžných situacích rodinného života. není tedy divu, že se dospívající sportovec či sportovkyně chová často nezrale při řešení běžných či náročných životních situacích. Tito jedinci, za které většinu praktických aktivit v každodenním životě řeší dospělí, mají v určitých ohledech ve srovnání s vrstevníky infantilní pohled na svět.

V Baltruschově testu a v řízeném rozhovoru se žáky sportovních tříd se rovněž projevila emoční nezralost na bázi navazování erotických vztahů. Zvláště markantní je to v pohlavně homogenních třídách, tedy hokejových a fotbalových. Důvodem může být na jedné straně absence normálního erotického vztahu ve smyslu tzv. prvních lásek, na druhé straně vystavení obdivu dívek stojících za mantinely stadionů či hřišť. Při rozhovoru s těmito dospívajícími chlapci často slyšíme větu: „Já bych chtěl, aby mě nějaká dívka měla ráda proto, jaký jsem, a ne kvůli tomu, že hraji hokej či fotbal“. U těchto jedinců dochází často k frustraci erotického vztahu a ke zkrácenému pohledu na druhé pohlaví.

2. Závěr

Na základě provedeného výzkumu jsme dospěli k následujícím poznatkům:

1. Sportovní třídy vykazují vyšší počet neurotických dětí v důsledku jejich přetíženosti.
2. Přetíženost žáků sportovních tříd spočívá nejen ve fyzické zátěži, ale i v „nepsaném“ prospěchovém limitu, v častém narušování zásad mentální hygieny, v nespektování emocionálních, motivačních a sociálních charakteristik nadaných jedinců ze strany učitelů a ve vnitřní psychické zátěži vyplývající ze specifických zvláštností závodního sportu.

Pro zvýšené nároky, které vyučování ve sportovních třídách klade na osobnost žáka, stojí před pedagogickými pracovníky, působícími na těchto školách, následující konkrétní úkoly:

1. S přihlédnutím k fyzické a psychické zátěži žáků důsledně uplatňovat individuální přístup spočívající v citlivém sestavení rozvrhu hodin a v aplikaci vhodných vyučovacích metod.
2. Ve spolupráci s trenéry a sportovními oddíly či kluby stanovit optimální dobu na tréninky s přihlédnutím k obecným zásadám mentální hygieny a věkovým zvláštnostem žáků.
3. Důsledně dbát na to, aby sportovní specializace nebyla v rozporu s požadavkem harmonického tělesného a duševního rozvoje dětí.
4. Respektovat emocionální, motivační a sociální charakteristiky speciálně nadaných dětí.
5. Uvědomovat si specifické rysy závodního sportu a citlivým výchovným přístupem ve spolupráci s trenéry a s rodiči snižovat jejich rizika na minimum.
6. Dbát na to, aby agresivita sportovních hráčů, která se na hřišti či na stadionu nazývá „bojovností“ měla své hranice a nepřenašela se do jiných sociálních situací.
7. Uvědomit si, že u sportujících jedinců existuje riziko „povelové automacie“. Při vyučování a při rozhovoru s těmito žáky je žádoucí dávat jim podněty k rozvoji řečového projevu a tím minimalizovat tento jev, který může mít až patologickou úroveň.
8. Nenásilným způsobem korigovat slovní projev sportujících dětí. Výrazy, které jsou při sportovních hrách považovány za normu a často plní i motivační roli, v jiných sociálních situacích a v jiném prostředí jsou považovány za neadekvátní a mohou být zdrojem interpersonálních konfliktů.

Učitelé ve sportovních třídách by měli v každodenním působení na své žáky postupně vytvářet „pomyslný most“ mezi vrcholovým sportem, který již přestává být hrou, a tzv. rekreační sportovní aktivitou, jejímž cílem je udržování fyzické a psychické kondice člověka a pěstování smyslu pro tělesnou a duševní harmonii. S tím úzce souvisí i skutečnost, že tělesná aktivita je jedním z hlavních pilířů podpory zdraví definované WHO jako „stav tělesné, duševní a sociální pohody“.

Svým příspěvkem jsme rozhodně nechťeli popřít význam sportovních tříd, je-

jichž cílem je zajistit pohybově talentovaným jedincům maximální rozvoj jejich specifických schopností.

Chtěli jsme jen upozornit na některé mentálně hygienické aspekty, které je nutné při dalším rozvíjení těchto speciálních tříd brát v úvahu.

Literatura

- CATTELL, R. B., CATTELL, M. Osobnostní dotazník pro mládež HSPQ. Bratislava: 1965.
- COUNSILMAN, J. Závodní plavání. Praha: Olympia, 1974.
- DOBIÁŠ, J. Speciální psychiatrie. Praha: SZN, 1974.
- DSM IV. Diagnostic and Stabilitical Manual of Mental Disorders. Waschington, D. C.: APA, 1994.
- ENGELSMANN, E. Dotazníkové metody. Bratislava: SPN, 1969.
- EYSENCK, H.; RACHMAN, S. Neurosen – Ursachen und Heilmethoden. Berlin: 1967.
- FIALA, V. Cvičitel, trenér, pedagog. Praha: Olympia, 1973.
- FISCHER, J. Prevence dětských neuróz. Praha: Ústav zdravotní výchovy, 1966.
- HOŠEK, V. Posuzování osobnosti ve sportu. Praha: SPN, 1972.
- HOŠEK, V.; STRÁNSKÝ, A. Vybrané kapitoly z psychologie sportu. Praha: Olympia, 1974.
- HŘÍBKOVÁ, L. Nadání a nadaní. Praha: PEF UK, 2005.
- KAFKA, J. Psychiatria. Martin: Osveta, 1998.
- KNOBLOCH, F. Neurózy. Praha: SZN, 1956.
- KNOTEK, P. Některé souvislosti mezi vlastnostmi osobnosti a tělesnou výchovou. Časopis Československá psychologie. Praha: 1982.
- KONEČNÝ, R.; BOUCHAL, M. Psychologie v lékařství. Praha: Avicenum, 1979.
- MAREŠ, J.; KŘIVOHLAVÝ, J. Komunikace na škole. Brno: MU v Brno, 1995.
- MÍČEK, L. Duševní hygiena. Praha: Avicenum SZN, 1984.
- MIŇHOVÁ, J. a kol. Vybrané kapitoly z psychologie zdraví. Plzeň: PEF ZČU, 1996.
- MIŇHOVÁ, J. Psychopatologie pro právníky. Pelhřimov: A. Čeněk, 2006.
- MIŇHOVÁ, J. Psychopatologie pro učitele. Plzeň: FPE ZČU, 2000.
- Příručka k testu Junior Eysenck Personality Inventory. Bratislava: 1969.
- ŘEHOŘ, E. Metodické pokyny k osnovám športovej prípravy mládeže v plaveckých triedách na ZDŠ. Metodický list Šport. Bratislava: 1974.
- ŘEHOŘ, E. Výber talentovanej mládeže pre športovné plávanie. Metodický list Šport, Bratislava: 1985.
- ŘÍČAN, P. Psychologie osobnosti, Psychodiagnostické a didaktické testy. Bratislava: 1982.
- STOUDEMIRE, A. Clinical Psychiatry for Medical Students. Philadelphia: Lippiveott Company, 1990.
- VANĚK, M.; HOŠEK, V.; SVOBODA, B. Psychologie sportu, Praha: SPN, 1980.
- VONDRÁČEK, V. Speciální psychiatrie. Praha: SPN, 1972.
- WERNER, R. Diet'a s poruchami správania. Bratislava: SPN, 1973.
- ZVOLSKÝ, P. Speciální psychiatrie. Karolinum. Praha: Nakladatelství UK, 1997.

MENTAL HYGIENE PROBLEMS OF STUDENTS IN SPORTS CLASSES OF PRIMARY SCHOOLS

Abstract: Special training of sports talents has its risks. We have focused our research on the issue of neuroticism in pupils in sports classes as a result of the increased burden that they face. In this research will build on the concept of the Eysencks' neuroticism as predisposition to neurotic breakdown. The sample consisted of 615 respondents aged 11-14 years, including 315 children's of sports classes (77 children - swimming classes, 80 children - track –and-field athletics, 82 - hockey classes, 78 children - football class) and 300 children in control group classes. We found that the school sports classes are really overloaded and that they often violated principles of mental hygiene, both by parents and by teachers.

Key words: sports classes, mental hygiene, neuroticism, burden, personality development