

## Využití dotazníku SUPSO v posuzování subjektivních prožitků a stavů fotbalových rozhodčích

Viktor Pacholík, Jiří Voborný

Masarykova univerzita, Fakulta sportovních studií, Brno  
pacholik@fsps.muni.cz

### Abstrakt

Snad v žádném jiném sportu nelze zaznamenat tolik kontroverze a spekulací nad rozhodnutím rozhodčího, jako právě ve fotbalu. Zodpovědnost, kterou sebou nese činnost sportovního rozhodčího, i drobnohled, pod kterým se fotbalový rozhodčí ocitá jak ze strany odborníků – hráčů, trenérů i kontrolních orgánů, tak ze strany laické veřejnosti – fanoušků a fotbalových nadšenců, představuje výraznou psychickou zátěž. Vývoj utkání, atmosféra na hřišti, příjemné i nepříjemné zážitky, to vše výrazně ovlivňuje aktuální psychický stav rozhodčího a tedy i jeho činnost. Dynamika subjektivních prožitků a stavů fotbalových rozhodčích se proto jeví jako velmi důležitý aspekt rozhodcovské činnosti. Naše práce se zabývá zkoumáním subjektivních prožitků a stavů fotbalových rozhodčích, získaná zjištění uvádíme do vztahu s druhem mistrovské soutěže, věkem i délkou rozhodcovské praxe probandů. Jako doplňkové vnímáme zjištění temperamentového typu jednotlivých rozhodčích, které je určujícím faktorem dynamiky prožívání.

**Klíčová slova:** fotbalový rozhodčí, dynamika subjektivních prožitků a stavů

### Abstract

*Use of SUPSO questionnaire in the evaluation of subjective experiences and states in football referees*

*There is probably no other sport, in which there are so many controversies and speculations about a referee's decision, as there is in football. Responsibility of sports referees as well as detailed monitoring and evaluation from professional players, coaches, control bodies, and public, present significant psychological stress. The development of a match, atmosphere of a football pitch, pleasant and unpleasant experiences – all of these influence the actual psychological state of the referee and subsequently his activity. Thus, the dynamics of subjective experiences and psychological states of football referees are very important aspects of referees' activity. Our paper is focused on the subjective experiences and psychological states of football referees. Our findings are discussed in terms of type of competition, age, and length of referees' practice. As a supplement, it considers an evaluation of the temperament type of each referee, which is an important factor for the dynamics of subjective experience.*

**Keywords:** football referee, dynamics of subjective experiences and states

### ÚVOD DO PROBLEMATIKY

Profese sportovního rozhodčího klade na jedince vysoké nároky jak po stránce fyzické, tak po stránce psychické. Fotbalový rozhodčí musí disponovat dobrou fyzickou kondicí, aby na ploše hřiště vždy zaujímal výhodnou pozici, ze které bude mít přehled o dění kolem sebe. Hlavním tématem našeho příspěvku jsou však psychické dispozice rozhodčího pro optimální vykonávání jeho profese a vliv psychicky náročných situací na změny jeho prožívání a aktuálních psychických stavů.

Jednu z nejčastěji teoreticky i prakticky zkoumaných oblastí psychologie sportu představuje problematika osobnosti ve sportu. Literatura hovoří především o osobnosti sportovce, domníváme se však, že mnohé teorie lze uplatnit také v případě sportovního rozhodčího. Osobnost rozhodčího ve sportu zaujímá v této oblasti zkoumání specifické postavení. Klíčovým tématem je vzájemná

interakce aktivní rozhodcovské činnosti a výkonu rozhodčího s osobnostními vlastnostmi. Další oblast, která souvisí s osobností rozhodčího ve sportu, představuje rozhodčího v sociálním prostředí a sociální interakci. Povrchní znalosti osobnosti rozhodčího, nedostatečná sebereflexe a znalost vlastních reakcí a chování představují zásadně limitující faktory pro systematickou práci a výkonnostní růst rozhodčího.

Způsob, jakým rozhodčí jedná při řešení herních situací, je vždy vymezen souborem vnitřních a vnějších činitelů, jejichž hodnota je proměnlivá. Proto se v psychologii objevují snahy o výčet osobnostních znaků a charakteristik. Uvádíme body, které Slepíčka (1988) spojuje především s osobností sportovce. Jak již bylo řečeno, domníváme se, že totéž platí také v případě fotbalového rozhodčího.

1. Základní soubor schopností, znalostí, dovedností a zkušeností
2. Základní znaky temperamentu
3. Základní znaky charakteru
4. Motivační profil
5. Případné nepřiměřené nebo osobité vlastnosti nebo rysy rozhodčího.

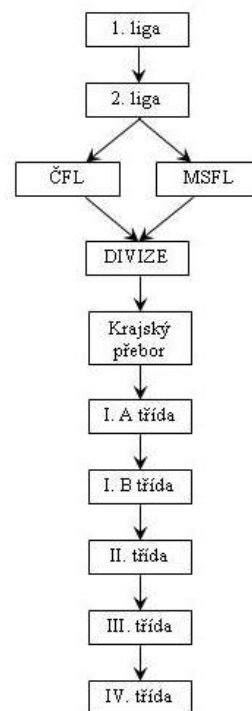
Každý rozhodčí disponuje specifickými osobnostními rysy, které se promítají do jeho chování a projevují se zejména v interpersonálních reakcích a sociálních interakcích. Objektivita rozhodčího, schopnost kritického myšlení a uvědomování si vlastních chyb a nedostatků jsou jedním z předpokladů pro správné řešení konkrétních herních situací. V podstatě není v praxi možné dokonale poznat všechny osobnostní složky rozhodčího. Lze je však vypořádat podle projevů v činnosti na hřišti, při řešení situací před, v průběhu a po utkání (Voborný, 2010). Co nejlepší poznání především těch složek osobnosti, které jsou limitující pro optimální výkon rozhodčího, znamená možnost jejich ovlivňování a regulace, což vede ke zlepšování výkonnosti rozhodčího.

Ústředním tématem našeho příspěvku je pojem *dynamika subjektivních prožitků a stavů*. Pod pojmem prožívání rozumíme subjektivní psychické zážitky (vnitřní zážitky), které jsou aktuálně přístupné pouze danému jedinci. Jejich obsah se navenek projevuje prostřednictvím vnějšího chování. Prožívání nelze od objektivních nervových procesů a vnějšího chování striktně oddělit (Čáp, 1983). Podle Plhákové (2004) může být předmětem prožívání vnější svět, stav vlastního těla i vlastní mysli. Typickým znakem prožívání je jeho proměnlivost (dynamika), která souvisí s vnitřními změnami a také se změnami vnějších podmínek. Dynamiku prožívání můžeme chápat jako průběh a střídání psychických stavů, procesů a činností a jejich různé intenzity.

Z hlediska dynamiky psychických stavů chápe Mikšík (2004) psychický stav jako veličinu dynamickou, pro niž je typická proměnlivost aktivace psychiky spolu se změnami základních kvalit prožívání, a která se odráží v dynamice vnitřní (psychické) a vnější (motorické) činnosti subjektu.

Jakákoli změna vnitřního nebo vnějšího prostředí jedince má za následek komplex nesespecifických psychických změn a následnou potřebu aktualizace určitého psychického stavu vedoucího ke znovuobnovení psychické rovnováhy mezi jedincem a aktualizovanou životní situací. Představuje základní linii nesespecifických změn v psychice od vzniku a uvědomění si nerovnovážného stavu, přes jeho řešení, až po odeznění jeho bezprostředního efektu a vzniku nových aktivačních a prožitkových situací.

V našem výzkumu jsme si všimli také druhu mistrovské soutěže, ve které rozhodčí působí. Soutěže řízené Českomoravským fotbalovým svazem (ČMFS) mají odlišnou strukturu u mužů, žen a mládeže. Systém soutěží mužů je znázorněn na obr. 1.



Obrázek 1 Systém mistrovských fotbalových soutěží mužů řízených ČMFS

Soutěže mládeže lze rozdělit na dorostenecké soutěže (1. liga, Česká fotbalová liga + Moravskoslezská fotbalová liga, divize, krajský přebor, I. třída, II. třída) a soutěže žákovské (Česká liga žáků + Moravskoslezská liga žáků, divize, krajský přebor, I. třída, II. třída). Specifické rozdělení mají soutěže žen (1. liga žen, II. Česká ženská fotbalová liga, III. Česká liga žen), kde je mnohem nižší počet družstev než u mužů.

Všichni rozhodčí na jakékoli úrovni spadají do působnosti řídicího orgánu, který představuje příslušný fotbalový svaz zastoupený vlastní komisí rozhodčích. Tato komise řeší všechny otázky a problémy týkající se rozhodčích. Zajišťuje pořádání seminářů a fyzické prověrky rozhodčích, zajišťuje školení nových rozhodčích, obsazuje rozhodčí na přátelská i mistrovská utkání, zabývá se kontrolou zápisů o utkání a v případě prohřešků předává provinivší se rozhodčí s návrhem trestu disciplinární komisi (Voborný, 2010).

## VÝZKUMNÉ ŠETŘENÍ

V roce 2010 proběhl na Fakultě sportovních studií Masarykovy univerzity v rámci závěrečné práce (Voborný, 2010) výzkum, jehož cílem bylo zhodnocení změn vybraných komponent psychického stavu rozhodčích v závislosti na druhu mistrovské soutěže. Dílčím cílem pak byl rozbor změn psychických stavů u vybraných rozhodčích a sledování těchto změn ve vztahu k temperamentu.

### Hypotézy práce

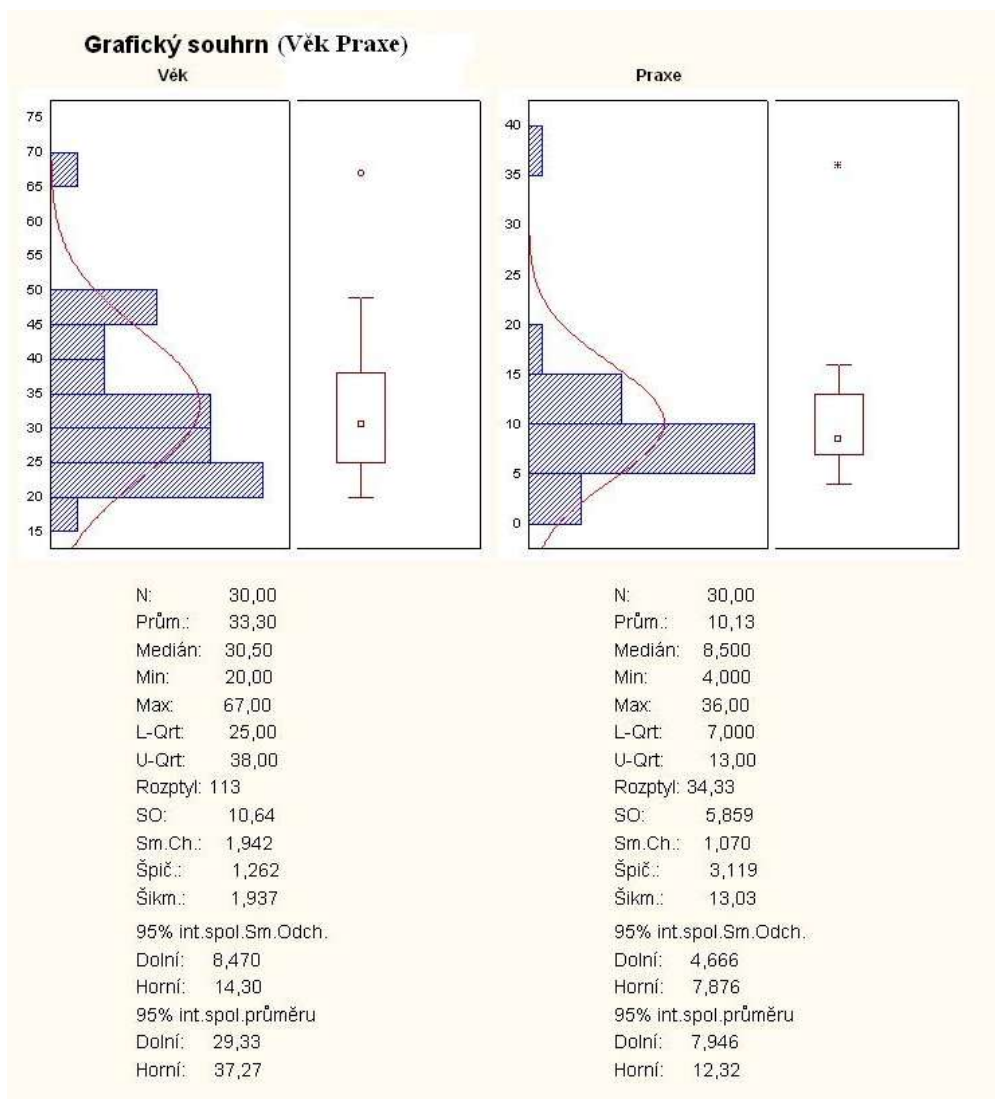
**H1)** Rozhodčí vyšších soutěží jsou zkušenější a mají pravděpodobně více osvojených mechanismů ke zvládnutí psychických zátěží. Předpokládáme, že rozhodčí vyšších soutěží budou vykazovat méně výrazné změny psychických stavů než rozhodčí nižších soutěží.

**H2)** Temperament tvoří základ pro dynamiku osobnosti sportovce. Předpokládáme, že rozhodčí s převahou cholerického typu temperamentu budou vykazovat výraznější změny psychických stavů než rozhodčí s převahou flegmatického typu temperamentu.

**H3)** Z hlediska dynamiky subjektivních prožitků a stavů osobnosti je pro mentální a fyzickou zátěž příznačný posun ve směru rozlady a psychického vyčerpání. Předpokládáme, že u rozhodčích fotbalu se v grafu SUPSO tento trend projeví posunem získaných hodnot do pravého dolního kvadrantu.

### Výzkumný soubor

Výzkumný soubor byl sestaven ze 30 rozhodčích působících v soutěžích Krajského fotbalového svazu Vysočina. Z krajského přeboru bylo vybráno 8 rozhodčích, z I. A třídy 8 rozhodčích, z I.B třídy 7 rozhodčích a z okresních soutěží také 7 rozhodčích. Pro rozdělení do kategorií podle věku jsme použili klasifikaci Matějčka (in Vaněk et al., 1980). Do období střední adolescence spadali 2 rozhodčí, do období pozdní adolescence 7 rozhodčích, do období mecitmy 6 rozhodčích, do období životního stabilního vyvrcholení 10 rozhodčích, do období středního věku 4 rozhodčí a do období stáří 1 rozhodčí. Sledovali jsme také délku rozhodcovské praxe. Rozložení zkoumaného vzorku z hlediska věku a rozhodcovské praxe uvádíme na obrázku 2.



Obrázek 2 Popisná statistika – Věk rozhodčích a délka praxe

## Použité metody

Pro zjištění základních údajů o zkoumaných osobách jsme použili *Osobnostní anketu* (Voborný, 2010). Anketa zjišťovala věk, pohlaví, rodinný stav a dále specifické otázky týkající se vlastní rozhodcovské praxe (délka praxe, kvalifikace, soutěž, ve které rozhodčí působí apod.).

*Dotazník SUPSO* (Subjektivní prožitky a stavy; Mikšík, 2004) patřil mezi stěžejní diagnostické nástroje v našem výzkumu. Představuje výsledek faktorové analýzy zahrnující 28 adjektiv, postihujících jednotlivé konkrétní symptomy psychických prožitků, pocitů a stavů jedince. Zjišťované komponenty psychického stavu jsou:

P = psychická pohoda (pocit spokojenosti, příjemného naladění a příjemného psychického nažhavení, které je často provázáno prožitky euforie a sebedůvěry),

A = aktivnost, činorodost (pocit síly a energie, které jsou spojené s prahnutím po akci),

O = impulsivnost, odreagovávání se (neřízené, spontánní uvolňování energetického napětí a psychických tenzí),

N = psychický nepokoj, rozlada (prožívání psychického napětí, kdy není možné najít ventily pro jeho uvolnění),

D = psychická deprese, pocit vyčerpání (jedná se o komplex pocitů a stavů, jejichž hlavní znaky představují tendence k pasivitě a apatie),

U = úzkostné očekávání, obavy (jde o komplex pocitů nejistoty, prožitků psychického napětí, úzkostných nálad, obav z možných důsledků budoucího apod.),

S = sklíčenost (jedná se o prožitky, které lze vyjádřit slovy smutný, osamělý, přecitlivělý, nešťastný).

Výše uvedené komponenty lze vnitřně členit podle dvou klíčových kritérií vzhledem k základnímu směřování prožitkových a aktivačních dimenzí obvyklých i aktualizovaných psychických stavů. Jedná se o kritéria:

KD = komfort versus dyskomfort (kritérium rozčleňující výše uvedené komponenty na ty, které jsou ukazateli vnitřní pohody a čínorodosti, a na ty, které vyjadřují subjektivně nepříjemné prožitkové a interakční naladění, nabuzení, nebo odezvy a stavy),

PA = prožívání versus aktivace (kritérium rozčleňující uvedené komponenty na různé kvality prožívání, tj. psychické pohotovosti a odezvy a na různé kvalitativní stránky reagování, tj. povahy motorické schopnosti a odezvy).

Všichni sledovaní rozhodčí vyplňovali dotazník před každým utkáním i bezprostředně po něm a v souladu s doporučenou instrukcí k administraci u každé položky vypovídali jak o aktuálním stavu, tak o obecné tendenci (pro snadnější rozlišení toho, co prožívají „právě teď“ a co „obvykle“). Součástí dotazníku kromě hodnocení stanovených pocitů je také možnost zaznamenat příjemné a nepříjemné zážitky v době mezi pre-testem a post-testem. To nám umožnilo vytvořit si představu o průběhu utkání a jeho celkovém subjektivním hodnocení rozhodčím. Subjektivní hodnocení jsme konfrontovali s vlastním sledováním zápasu nezaujatým pozorovatelem – výzkumníkem. Data získaná z dotazníků jsme vyhodnotili programem *Diaroswin*, který je určen pro elektronickou práci s dotazníkem.

Pro zjištění převažujících temperamentových rysů jsme použili *Test temperamentu* (Belov). Výsledkem testu je procentuelní zastoupení základních temperamentových typů sangvinik, cholerik, flegmatik a melancholik.

Ke statistickému zpracování výsledků jsme použili software *STATISTICA Cz 9.0*

## Získané výsledky

Získané výsledky jsme vyhodnotili souhrnně pro celý soubor testovaných osob i individuálně pro každou testovanou osobu.

Skupina testovaných osob (dále jen TO) patřících do krajského přeboru zaznamenala nejvýznamnější změny v oblasti psychické pohody, kde  $T - \text{skór} = 2,1$  při 5% hladině významnosti. Dále statisticky významný posun jsme zaznamenali v oblasti depresivity, kde  $T - \text{skór} = 3,8$  (1% hladina významnosti) a v oblasti úzkostnosti, kde  $T - \text{skór} = -4,2$  na 1% hladině významnosti (obr. 3).

| Škála | M    | SD   | t(mezi) |
|-------|------|------|---------|
| P     | 39,1 | 17,1 | 2,1*    |
| A     | 24,3 | 8,6  | -0,8    |
| O     | 9,1  | 6,8  | -1,7    |
| N     | 8,2  | 7,6  | -1,0    |
| D     | 10,0 | 7,0  | 3,8**   |
| U     | 7,0  | 6,5  | -4,2**  |
| S     | 2,4  | 4,7  | -0,7    |

|                      |      |
|----------------------|------|
| Komfort - Diskomfort | 2,0  |
| Prožívání - Aktivita | -0,1 |

Obrázek 3 Srovnání skupiny rozhodčích krajského přeboru s běžnou populací. T-test, hodnota „t (mezi)“  
 (\* 5% hladina významnosti, \*\* 1% hladina významnosti)

Skupina TO patřících do I. A třídy zaznamenala nejvýznamnější změny v oblasti depresivity, kde T – skór = 3,8 (1% hladina významnosti) a dále v oblasti úzkostnosti, kde T – skór = - 4,2 na 1% hladině významnosti (obr. 4).

| Škála | M    | SD   | t(mezi) |
|-------|------|------|---------|
| P     | 41,0 | 16,0 | 0,7     |
| A     | 25,5 | 11,2 | -1,0    |
| O     | 6,2  | 6,5  | -0,7    |
| N     | 7,2  | 8,6  | -0,2    |
| D     | 12,4 | 9,7  | 4,6**   |
| U     | 5,5  | 6,4  | -4,5**  |
| S     | 2,1  | 4,5  | 0,1     |

|                      |      |
|----------------------|------|
| Komfort - Diskomfort | 2,7  |
| Prožívání - Aktivita | -0,5 |

Obrázek 4 Srovnání skupiny rozhodčích I. A třídy s běžnou populací. T-test, hodnota „t (mezi)“  
 (\* 5% hladina významnosti, \*\* 1% hladina významnosti)

Skupina TO patřících do I. B třídy zaznamenala statisticky významnou změnu v oblasti na škále depresivity, kde T – skór = 4,8 na 1% hladině významnosti (obr. 5).

| Škála | M    | SD   | t(mezi) |
|-------|------|------|---------|
| P     | 45,2 | 22,3 | -0,9    |
| A     | 26,9 | 12,6 | -1,4    |
| O     | 7,1  | 6,3  | -0,3    |
| N     | 5,5  | 8,4  | 1,6     |
| D     | 10,2 | 9,4  | 4,8**   |
| U     | 3,5  | 6,3  | -2,0    |
| S     | 1,6  | 3,9  | 1,8     |

|                      |      |
|----------------------|------|
| Komfort - Diskomfort | 4,0  |
| Prožívání - Aktivita | -0,4 |

Obrázek 5 Srovnání skupiny rozhodčích I. B třídy s běžnou populací. T-test, hodnota „t (mezi)“  
 (\* 5% hladina významnosti, \*\* 1% hladina významnosti)

Skupina TO patřících do okresních soutěží vykazuje statisticky zajímavou hodnotu na škále depresivity, kde T – skór = 2,5 na 1% hladině významnosti (obr. 6).

| Škála | M    | SD   | t (mezi) |
|-------|------|------|----------|
| P     | 30,8 | 13,2 | -1,2     |
| A     | 23,3 | 9,4  | -1,4     |
| O     | 10,9 | 8,2  | -0,2     |
| N     | 10,0 | 7,4  | 1,1      |
| D     | 12,2 | 9,8  | 2,5*     |
| U     | 7,7  | 6,2  | -1,5     |
| S     | 5,1  | 6,5  | 2,0      |

|                      |     |
|----------------------|-----|
| Komfort - Diskomfort | 0,2 |
| Prožívání - Aktivita | 0,3 |

**Obrázek 6 Srovnání skupiny rozhodčích I. A třídy s běžnou populací. T-test, hodnota „t (mezi)“**  
 (\* 5% hladina významnosti, \*\* 1% hladina významnosti)

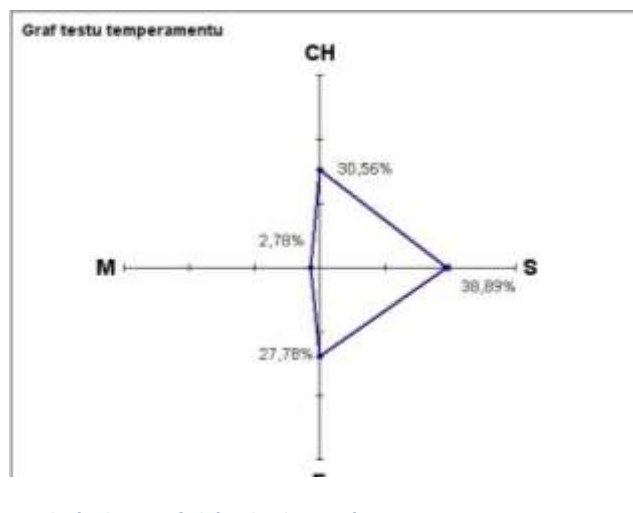
Při vzájemném srovnání všech skupin je patrné, že nejvýznamnější změny se projeví u skupiny TO patřících do krajského přeboru a to posunem škály v oblasti psychické pohody, depresivity a úzkostnosti. Naopak nejméně výrazné změny zaznamenala skupina TO z okresních soutěží, kde statisticky významný posun najdeme pouze na škále depresivity.

Dále jsme se zabývali kvalitativním rozbohem změn psychických prožitků a stavů jednotlivých rozhodčích před utkáním a po jeho skončení. Rozsah tohoto textu neumožňuje uvést všechny rozbor, proto zde uvádíme pouze jeden náhodně vybraný příklad (viz příloha 1, obrázek 7).

Na obr. 7a vidíme, že TO vykazuje před utkáním příznivé psychické „nažhavení“ a pocit spokojenosti (škála P). V ostatních škálách se pohybuje v pásmu průměru, patrná je pouze mírně zvýšená úzkostnost.

Výrazné změny zaznamenala především škála „D – psychická deprese, vyčerpání“, což je typické pro náročnější situace provázené pocitem slabosti a zmoženosti. Tento posun koresponduje s uváděnými negativními pocity – vulgárními urážkami rozhodčího. Velmi výraznou změnu zaznamenala škála „O – impulsivnost, odreagování se“ ve smyslu spontánního uvolňování energetického napětí a psychických tenzí. Také tato změna může být důsledkem negativních prožitků uváděných výše.

Celkové těžiště psychických stavů (v grafech označeno jako ⊕) se posouvá do pravého dolního kvadrantu, což je typické pro psychickou a fyzickou zátěž.



Obrázek 8 Grafické vyhodnocení testu temperamentu TO 2

U TO je patrná převaha sangvinicko-cholerického typu temperamentu, což se projevuje sklonem k impulzivité a potřebě odreagování rostoucí s negativními zážitky a zkušenostmi.

## Závěry

K jednotlivým hypotézám:

**H1)** Rozhodčí vyšších soutěží jsou zkušenější a mají tím pádem více osvojených mechanismů ke zvládnání psychických zátěží. Předpokládáme, že rozhodčí vyšších soutěží budou vykazovat méně výrazné změny psychických stavů než rozhodčí nižších soutěží.

Hypotéza se nepotvrdila.

Nejvýznamnější posuny psychických stavů zaznamenali rozhodčí vyšších soutěží, naopak nejméně výrazné změny se projeví u rozhodčích nižších soutěží.

**H2)** Temperament tvoří základ pro dynamiku osobnosti sportovce. Předpokládáme, že rozhodčí s převahou cholerického typu temperamentu budou vykazovat výraznější změny psychických stavů než rozhodčí s převahou flegmatického typu temperamentu.

Hypotéza se potvrdila.

Nejvýraznější posuny hodnot zaznamenali rozhodčí s převahou cholerického typu temperamentu, zatímco u rozhodčích s převahou flegmatického typu temperamentu byly tyto změny méně výrazné.

**H3)** Z hlediska dynamiky subjektivních prožitků a stavů osobnosti je pro mentální a fyzickou zátěž příznačný posun ve směru rozlady a psychického vyčerpání. Předpokládáme, že u rozhodčích fotbalu se v grafu SUPSO tento trend projeví posunem získaných hodnot do pravého dolního kvadrantu.

Hypotéza se potvrdila.

Získané hodnoty zaznamenaly posun ve směru rozlady a psychického vyčerpání, což se projeví posunem získaných hodnot do pravého dolního kvadrantu.

Nejvýraznější posun psychických stavů jsme zaznamenali u rozhodčích vyšších soutěží, a to zejména u rozhodčích krajského přeboru, i když jsme předpokládali, že trend bude opačný. Domníváme se, že tato skutečnost může být způsobena větší obtížností a důležitostí utkání ve vyšších soutěžích. Větší obtížnost utkání ve vyšších soutěžích vyplývá z kvalitnějšího herního projevu družstev a výrazně rychlejšího tempa hry. Družstva hrající vyšší soutěže pracují s výrazně vyššími rozpočty než oddíly z nižších soutěží, což se projevuje vyšším tlakem sponzorů na hráče i funkcionáře, zvláště jedná-li se o problémy týkající se případného postupu nebo sestupu. Tento



tlak i případná nervozita se přenáší i na rozhodčí, kteří mohou rozhodujícím způsobem zasáhnout do průběhu utkání svými rozhodnutími. U rozhodčích vyšších soutěží se předpokládá důkladnější příprava na utkání, jeho prožívání i následná sebereflexe.

Struktura temperamentu tvoří základ pro dynamiku psychických stavů rozhodčího. Potvrzuje se, že rozhodčí s převahou cholericko-sangvinického typu temperamentu výrazněji reagují na pozitivní, případně negativní situace, které před, během a po utkání nastávají. Výbušnost a výrazná dynamika subjektivních prožitků a stavů u tohoto typu temperamentu předurčuje reakci na konkrétní situaci, která se v grafickém vyjádření projeví významným posunem hodnot. U rozhodčích s převahou flegmatického typu temperamentu nejsou odchylky výchozích hodnot významným způsobem vyšší. Vyrovnanost a rozvaha znamená pro rozhodčího schopnost řešit nastalé herní situace klidným jednáním a bez emocí. Problémem rozhodčích s tímto typem temperamentu může být nedostatek dynamiky, bez které nelze rychle a důsledně řešit sporné okamžiky v utkání. Další oblast, ve které mají tito rozhodčí potíže, představuje získávání autority na hrací ploše i mimo ni. Bez těchto vlastností není rozhodčí schopen dosáhnout požadované výkonnostní úrovně.

V průběhu každého utkání dochází k různým herním situacím, z nichž některé mohou být i pro zkušeného rozhodčího nové. Jejich správné a citlivé vyřešení v duchu hry jsou předpokladem pro získání respektu a vytvoření autority rozhodčího, které usnadňují rozhodčímu jeho úlohu. Důsledkem všech faktorů, které rozhodčího během utkání ovlivňují, je aktuální psychický stav rozhodčího po utkání. Podaří-li se rozhodčímu utkání uřídit bez komplikací, jsou jeho zážitky velmi pozitivní, i když se projeví fyzická a psychická únava. Dojde-li v utkání k negativním zážitkům, mezi které rozhodčí nejčastěji řadí vulgární chování funkcionářů a diváků, dostává se těžiště psychického stavu rozhodčího do oblasti psychické rozlady, úzkostného prožívání a depresivity. Dalším negativním faktorem, který rozhodčí uvádí, je negativní hodnocení delegátem svazu, který by měl rozhodčímu spíše pomoci, rozebrat s ním jeho chyby a poradit mu, jak se jich příště vyvarovat. Bohužel ne všichni delegáti dokážou s rozhodčím utkání citlivě rozebrat. Rozhodčí působící převážně v nižších soutěžích je ve většině případů na řešení a rozbor vlastních zážitků z utkání sám. Tento stav vyžaduje vysokou míru sebereflexe, kdy rozhodčí je schopen objektivně vyhodnotit příslušné utkání, uvědomit si vlastní chyby a získávat tak stále nové zkušenosti. Stresové situace, kterým je rozhodčí vystavován, znamenají další oblast, kde se ve značné míře projevují vlastnosti osobnosti rozhodčího. Vhodná volba psychického odreagování a zvyšování frustrační tolerance jsou klíčovými faktory pro zvyšování psychické odolnosti rozhodčího.

## Literatura

Čáp, J. (1983). *Psychologie pro učitele*. Praha: Státní pedagogické nakladatelství.

Mikšík, O. (2004). *Dotazník SUPSO*. Manuál. Brno: Psychodiagnostika s.r.o.

Plháčková, A. (2004). *Učebnice obecné psychologie*. Praha: Academia.

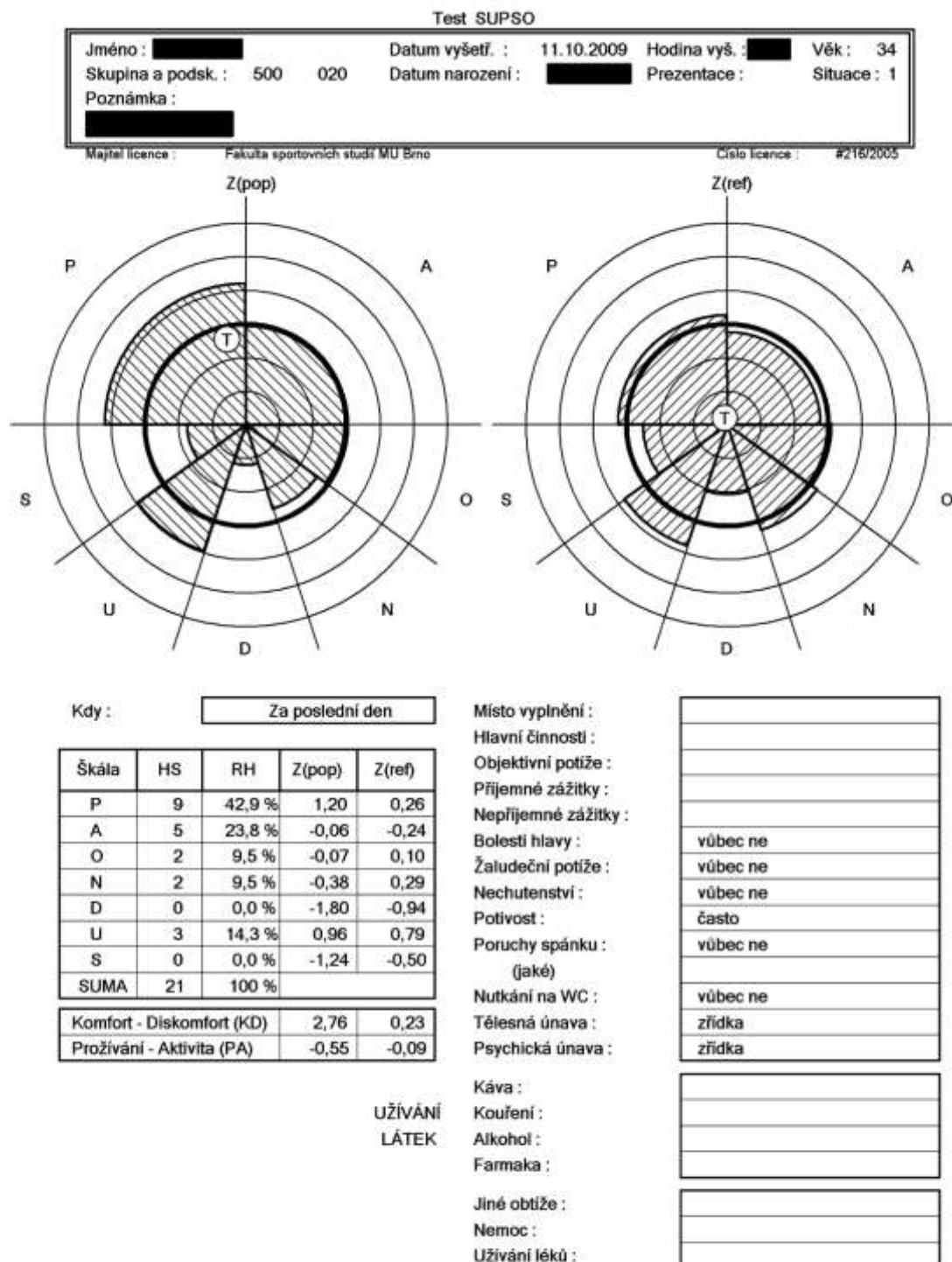
Slepička, P. (1988). *Psychologie koučování*. Praha: Olympia.

Vaněk, M. (1980). *Psychologie sportu*. Praha: Státní pedagogické nakladatelství.

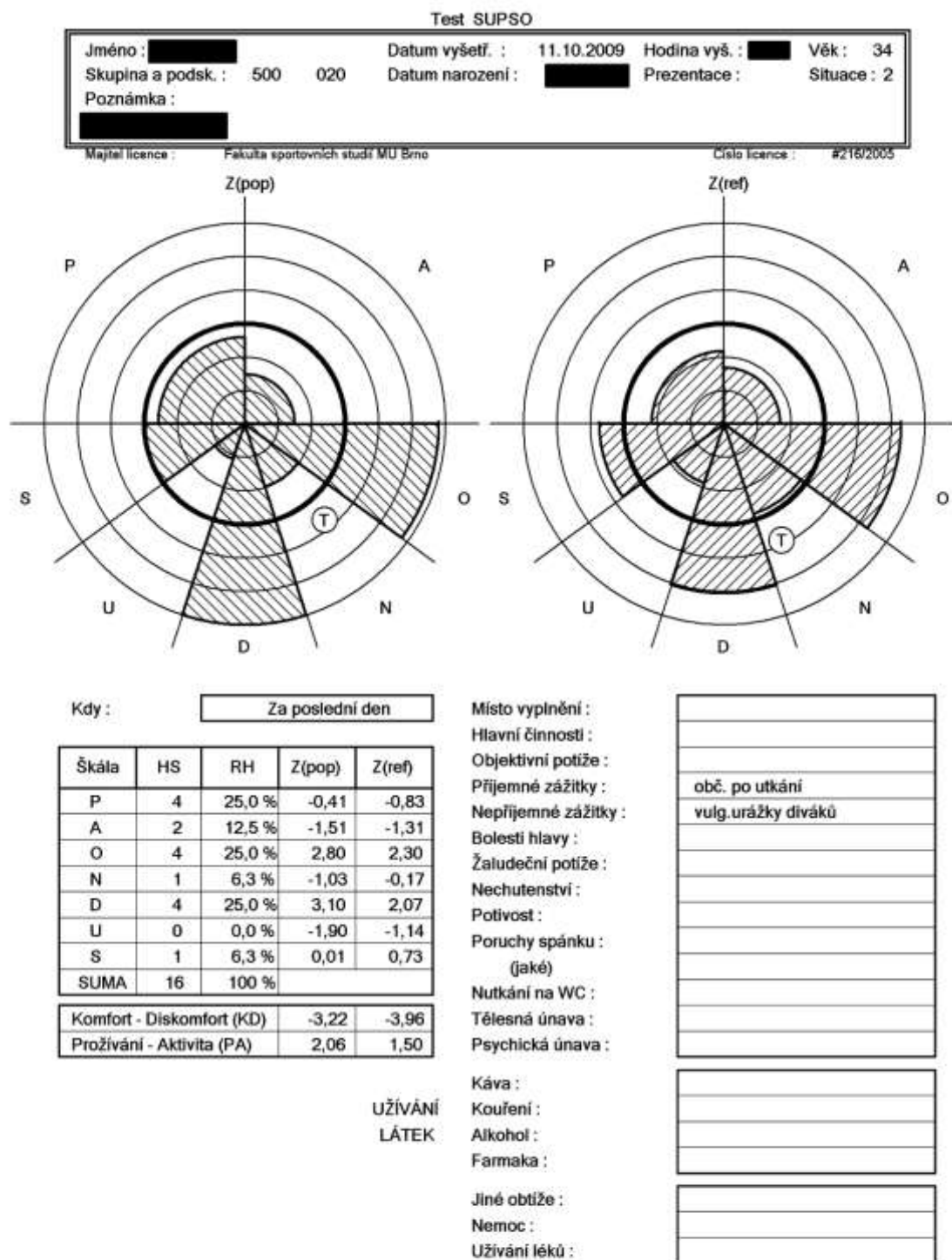
Voborný, J. (2010). *Dynamika subjektivních prožitků a stavů fotbalových rozhodčích v závislosti na druhu mistrovské soutěže*. Bakalářská práce. Brno: Masarykova univerzita, Fakulta sportovních studií.

**Příloha 1**

**Testovaná osoba č. 2:** Obrázky 7a, 7b - Výsledky testu SUPSO (TO2)



Obr. 7a Stav před utkáním



Obr. 7b Stav po utkání