

# kapitola XII.

## DIAGNOSTICKÁ ČINNOST TRENÉRA

### 1. VÝZNAM DIAGNOSTIKY V PRÁCI TRENÉRA

Pedagogická diagnostika je důležitou součástí činnosti každého trenéra. Mimo jiné je to i podmínka individuálního přístupu ke každému sportovci i celé sportovní skupině. *Jde o poznání jedince* pro efektivní uplatnění trenérského působení. De facto dělá diagnózu každý trenér, i když si to někdy ani neuvědomuje: snaží se rozpoznat chyby sportovce při návratu pohybové dovednosti, hledá příčiny jeho špatné soustředěnosti či vytrvalosti, přemýšlí nad nepřátelskou atmosférou ve skupině apod.

*Funkce* diagnózy je dvojitá: zjišťováním údajů o sportovci i celé skupině získává trenér informace, které mu slouží ke korektivním výrokům a celkové regulaci sportovce, ale je to i zdroj poznání i pro něho samotného, k modifikacím programu tréninku i pokynů v soutěži.

Úplné odmítnutí diagnostiky se vlastně rovná jakési střelbě naslepo, z níž nemůže nic dobrého vzejít. Naopak čím je poznání sportovce důkladnější a komplexnější, tím je tu lepší předpoklad k úspěšné práci trenéra v interakci. Ovšem jen *předpoklad*, protože uplatnění informací získaných pomocí diagnostických prostředků závisí na dalších schopnostech trenéra, v první fázi na jeho posuzovacích schopnostech, na tom, jak je s to rozhodnout údaje, které získá. Je to celý komplex činností od pouhého bleskového reagování při chybě sportovce až po rozbor záznamů z pozorování, testování apod. pro dlouhodobou práci při plánování. Uplatňuje se tu především princip zpětné vazby (*feed back*), jako "informace o výsledku činnosti".

Diagnóza umožňuje dvojitou vazbu: jednak směrem ke sportovci (korekce, stimulace atd.), jednak k trenérovi samotnému (pro adjustaci působení, plánu atd.).

Diagnóza je cennou součástí práce trenéra, ale je to samozřejmě jen *předpoklad* úspěšnější činnosti v *interakci*. Výsledky diagnózy závisí na výběru diagnostických prostředků i na schopnostech trenéra získané údaje adekvátně interpretovat. Proto je tu snaha zpracovávat diagnostiku vhodné pro trenérskou činnost a přibližovat trenérům problémové diagnózy na vyšší vědecké úrovni. Sport totiž dnes angažuje

Problémem však je *hodnocení*. Nesoulad v hodnocení chyb či nezdarů je svým způsobem přirozeným důsledkem rozdílu v kritériích, ale i jen v postavení hráčů v dané situaci a zorném úhlu, pod kterým činnost vidí. Opakuje-li se situace, pak se důvěra pomalu vytrácí a hráč, který dvakrát, třikrát neuspěje, třeba i nazavíněně, začne být pomalu, ale jistě izolován. V extrémním případě je pak vlastně svými spoluhráči psychologicky rozleptán natolik, že ztrácí sebedůvěru a jeho výkon skutečně klesá.

V dobře spolupracujícím družstvu takové případy probíhají jinak. Každý člen družstva na hřišti je příliš cenný, než aby byl - byť jen zčásti, např. v útočných činnostech - eliminován. Je třeba mu poskytnout čas na *konsolidaci* a znovu jej plně *zapojit*, povzbudit, a to verbálně i herně. Hra je plná zdařilých i nezdařených akcí a situací, síla spolupráce družstva se projevívá právě zejména při drobných *krizích*, jimiž družstvo v průběhu utkání prochází a které dokáže překlenout.

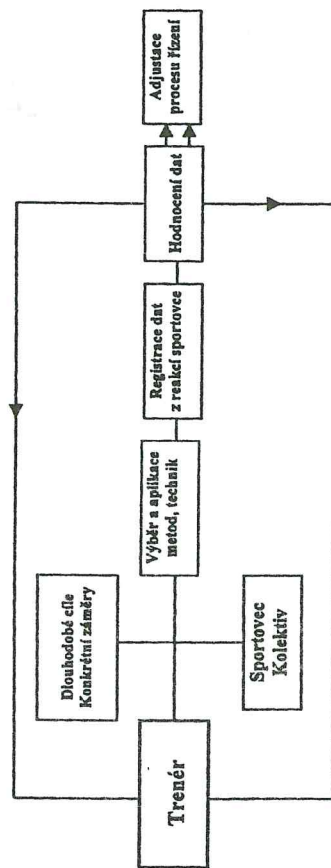
Rádi bychom vyjádřili podstatu spolupráce družstva ve sportovních kolektivních hrách jediným heslem. A snad tedy tímto: "*Hráč skóruje, ale ukání vyhrává celý tým*".

celou osobnost sportovce, a proto nestačí sledovat jen motorické předpoklady a výkony. V podstatě má trenér usilovat o diagnózu ve třech oblastech:

- 1) **Pohybové výkony** - čili nikoli jen sportovní výkon sám, ale celkovou psychomotorickou *výkonnost* a předpoklady k výkonům. Trenéroví přitom ne vždy stačí změřeni v centimetrech a sekundách; atletický výkon musí trenér posuzovat také po *technické* stránce, aby odhalil všechny nedostatky provedení. Obtížné je zvláště ve hrách poznání *taktických* vědomostí a předpokladů k výkonu. V mnoha případech - a to nejen v gymnastice nebo krasobruslení - neexistuje objektivní možnost poznání a měřítkem je pouze *odborné posouzení* činnosti sportovce.
- 2) **Struktura a dynamika osobnosti sportovce** - zahrnuje nejširší sféru předpokladů ke sportovnímu výkonu a zároveň je i východiskem pro výchovné působení. K předpokladům patří nejen motorické *schopnosti* (sílové, rychlostní atd.), ale i některé specifické schopnosti percepční (např. periferní vidění) a intelektové (zvláště kognitivní kapacita). Všimá si ovšem i *postojů a motivace* sportovce a celkové *zaměřenosti* osobnosti i *vlastností*, které jsou podstatné pro vývoj sportovce (jako jsou cílevědomost, sebeovládání, odolnost a další).
- 3) **Sociální vztahy** - uvnitř skupiny, i vztahy sportovce ke trenérovi, rozhodčím, divákům atd. Atmosféra ve sportovní skupině je důležitým faktorem v tréninku i v soutěži.

Jednotlivé diagnostické metody a konkrétní techniky vybíráme v závislosti na a) dlouhodobých i aktuálních cílech sportovní výchovy i konkrétních daných úkolech a

- b) věku, pohlaví, vyspělosti i intelektu sportovce, jejich počtu atd.



Obr. 20

Systémový model diagnostické činnosti trenéra

Zejména si trenér musí uvědomovat tuto dvojitě determinovanost diagnózy, nemůže výběr řídit jen podle svých záměrů, ale i podle toho, s kým pracuje.

Přirozeně, že trenér může aplikovat pedagogickou diagnózu nejen komplexně, k vytvoření úplné charakteristiky sportovce, ale i specificky ke zvláštním účelům. Primitivně typizující posudky (jako např. to je nekonstruktivní hráč, tento má jen dobrou přihrávku) by pak ustoupily propracované diagnóze, zvláště když se dnes už zjišťuje významnost všech faktorů pro výkon sportovce.

## 2. PRŮBĚH DIAGNÓZY

Každé poznávání je zároveň spojeno s *hodnocením*. Nemůžeme provést diagnózu sportovce, aniž bychom jej současně nehodnotili. *Hodnocení je připisování hodnoty určitému jevu*, který sledujeme. Například zjišťujeme, že sportovec bystře chápe i složité taktické úkoly, rychleji než ostatní i než bychom sami očekávali - ohodnotíme proto velmi vysoko jeho schopnosti taktického myšlení. Hodnoty, které nějakým jevům takto připisujeme, jsou většinou relativní (vzhlédem k úrovni družstva nebo výkonnosti třídy), někdy však i absolutní (např. v rozpětí začátečník - mistr světa), dále pozitivní a negativní (např. vlastnosti sportovce z hlediska společenské morálky), aktuální a potenciální (schopnost samostatného tvořivého myšlení v taktice se někdy uplatní až na určité úrovni). Hodnocení uskutečňujeme vždy podle nějakého měřítka (je dáno našimi vědomostmi), které je buď myšlené nebo konkrétně vyjádřené (verbálně, graficky, číselně). Čím lépe je měřítko vyjádřeno, tím je i hodnocení relativně přesnější a objektivnější.

Naši snahou je dosáhnout toho, aby pedagogická diagnóza byla co nejplatnější pomůckou trenérovi v jeho práci. Diagnózu realizujeme pomocí jednotlivých *diagnostických prostředků* nebo metod; klademe na ně určité požadavky, tj. aby byly a) *validní*, tj. platné, čili aby opravdu zjišťovaly to, co zjišťovat s jejich pomocí chceme; b) *spolehlivé*, tj. aby byly především stabilní, aby výsledky jejich pomocí zjištěné se příliš nelišily při aplikaci metody po určitém časovém odstupu (za týden či za měsíc) u stejného jedince či skupiny.

Po pravdě řečeno, zejména *validita diagnostických prostředků* k poznání osobnosti použitelných ve sportovní praxi není vysoká (problémem je už sama validizace například posuzovacích škál). Důležité však je vůbec si tento problém uvědomovat, neboť i to je jistá záruka vedoucí k vyšší nepředpojatosti, "objektivitě". Trenérovi může prokázat pochopitelně platné služby i diagnostická metoda, která nemá statistické charakteristiky.

Je například nereálné složitě testovat mladé začínající sportovce, nebo jim dávat náročnější dotazníky, neboť jejich schopnost vhledu je nízká; rovněž je nevhodné besedovat o problémech, se kterými se každý svěží maximálně v rozhovoru mezi čtyřma očima.

Potřeba vzájemného *doplňování diagnostických metod* je jistě evidentní. Jakmile si zvolíme určitou metodu a konkrétní techniku, snažíme se jí věnovat ústředně do programu tréninku a zajistit motivaci sportovce.

To se týká i *pozorování*, pro které si trenér musí minimálně vytvořit podmínky, tj. zorganizovat činnost skupiny tak, aby se mohl pro pozorování zcela koncentrovat. Uplatňuje-li testy (nebo dotazníky), obvykle stačí vytvořit situace soutěžního charakteru, protože zájemci o sportovní výkon mají většinou takovou potřebu výkonu, že se to promítá i do všech oblastí, které s danou sportovní disciplínou souvisejí.

**Registrace dat podle reakcí sportovce.** Doba, kdy trenérovi stačila k řízení tréninku písťalka a zkušenosti z vlastní sportovní dráhy, je už minulostí, a to i při práci s mládeží. Nestačí také jen sledovat své svěřence, analyzovat jejich chyby i chování. Důraz na výchovné aspekty a dlouhodobé pojetí práce vedou k potřebě plánování a konfrontace plnění všech záměrů. Bezprostřední reakce sportovce trenér sice nejčastěji koriguje ihned, ale zároveň by - v určitých větších celecích (tréninková hodina, přípravné období atd.) - měl dělat bilanci, do jaké míry byly všechny tréninkové (tj. i výchovné) záměry splněny.

Je docela přirozené, že trenéři poměrně podrobně plánují svou práci, ale méně pozornosti věnují *konfrontaci plánu a realizaci*. Tím však se vlastně narušují některé pozitivní prvky řízeného procesu, a to nejen z hlediska dlouhodobého pohledu, ale pro bezprostřední interakci trenéra se sportovci.

Předpokladem jakékoli zpětné kontroly je *registrace údajů*. Je možno experimentálně prokázat, že i bezprostředně po skončení tréninku není nikdo s to zaznamenat úplně všechny podstatné údaje o projevech sportovce (či dokonce celé skupiny). Čím větší časový odstup, tím méně informací jsme schopni si vybavit a reprodukovat. Odstup je užitečný pro globální, komplexní dojem, ale pro plánování další práce potřebujeme také konkrétní údaje, data.

Nejllepší je proto dělat záznamy ihned, v průběhu tréninku či soutěže. Ve většině sportů je to realizovatelné za předpokladu, že použijeme *kódovacích systémů*. Při aplikaci jakýchkoli testů či dotazníků jsou *záznamy* samozřejmě součástí celého průběhu, takže uplatnění kódovacích systémů se týká hlavně pozorování (a do jisté míry i rozhovoru, u něhož však v některých případech dáváme přednost záznamu ex post).

Když např. při nácviku určité taktické varianty sledujeme, v čem chybí skupina útočících hráčů, musíme zachycovat prostorové, časové i individuálně všechny chyby a zaznamenat je některými znaky (číslly, písmeny, začátkem slova atd.) do plánuk hřiště. Tak můžeme nakonec shrnout, kam zaměřit příští výcvik, protože jinak v paměti podržíme jen bezprostředně poslední pokusy.

Kódovací systémy jsou známy např. z technických záznamů; mají své problémy, ale i výhody. Někdy se poukazuje na to, že trenér - především u mládeže - musí neustále sledovat své svěřence a nemůže odvádět svou pozornost zápisky. Oba extrémny jsou škodlivé, vazba pouze na celkový dojem, právě tak jako jen na detailní záznamy.

Trenér musí usuzovat na prožitek sportovce spíše z jeho neverbálních projevů než ze slovních formulací (což je dáno sportovní činností). Zdrojem informací jsou:

1. *pohyby těla*, ovšem jen ty, jež mají výrazový charakter, nikoli to, co patří k plnění úkolu;
2. *mimika*, výrazy obličje (vraštění čela, pohyby víček a obočí, oči, úst);
3. *výměry pohledů* (vyhýbání se pohledem značí např. zakrývání afektu). Horní částí obličje umožňují rozlišit znaky negativních emocí, zatímco dolní obličejová část spíše určuje kladné emoce. Výrazy tváře dále přináší spíše informace o typu afektu, kdežto celkové chování sportovce (pohyby rukou, těla) ukazují na stupeň emoce.

### 3. HODNOCENÍ A POSUZOVÁNÍ

Všechny údaje, které trenér získá pomocí diagnostických prostředků, mají cenu jen tehdy, jsou-li patřičně vyhodnoceny. Když trenér získá objektivní výsledky z testu schopností silových či rychlostních, techniky či taktiky v podobě číselných hodnot, musí je dát do vztahu k ostatním údajům (ke stupni rozvoje, k sportovní vyspělosti, k fyzickým možnostem atd.) a k jejich výkladu, k určení "co projev znamená".

S hodnocením je vždy spojeno poznávání a usuzování; výkon sportovce v testové situaci nebo prostě jeho projev musí trenér vždy správně rozpoznat, kvalifikovat jej a usoudit, zda odpovídá normě, představě trenéra (např. výsledek v soutěži a v tréninku, sportovní či nesportovní chování v situaci napadení protivníkem, taktický nápad). Pedagogický přístup má vždy zahrnovat i myšlenkové procesy (trenér ví, proč takto hodnotí) a i tzv. sekundární hodnocení (primární

hodnocení je zkrácené, bezprostřední hodnocení bez promyšlení, které připadá v úvahu při zjevných, standardních chybách, např. v motorickém učení).

*Čím objektivnější, přesnější a úplnější údaje má trenér k dispozici, tím lépe může hodnotit.* Proto je ostatně sport tak oblíbený, že dává možnost srovnání v číselných výsledcích. Zajímá-li trenéra jen výkon v sekundách nebo alespoň v bodech v testové situaci, dostává kvantitativní údaje, které lze snáze kvalifikovat a pozorovat. V pedagogické práci to však nestačí; je nutno hodnotit i techniku pohybu, taktickou orientaci, chování sportovce. V technice je možno ještě udělat např. biomechanický rozbor, ale v otázkách taktiky a morálky je fyzikální vyjádření a převedení na kvantitativní základ nemožné (pokud nepočítáme se zjednodušením, s redukcí). Nejvíce to platí o *morálních kvalitách*, které jsou podmíněny souhrnem objektivně funkcionálních závislostí.

Například *afektivní reakce* sportovce po faulu soupeře je podmíněna řadou okolností, jako jsou předchozí zranění či nemoc, stav utkání, psychický stav sportovce, sociální situace, životní problémy, diváci, spoluhráči atd. Vše je nutno brát v úvahu.

Trenér má přistupovat k hodnocení v zásadě ze společenského hlediska, tj. má všechny projevy sportovce hodnotit podle norem platných pro celou společnost; pro specifické sportovní otázky si má vytvořit soustavu sportovních, morálních, estetických a dalších stupnic pro vyjádření kladných a záporných tendencí.

Z výcvikových a výchovných důvodů si někdy trenér vytváří normy, které se dočasně nekryjí s vlastním cílem. Různí trenéři také uplatňují různé postupy a z tohoto stanoviska hodnotí. Takové hodnocení z určitého, zcela specifického hlediska je možno označit také jako *posuzování* (pro odlišení).

Například určitý instrukční film lze z obecného hlediska hodnotit jako vynikající, ale nevhodný pro začátečníky či pro mládež. Nebo trenér posoudí jako nesprávný pohyb, který ve fázi nácviku podtrhl, ale který ve výsledné činnosti již tak výrazný být nesmí.

4.

## DIAGNOSTICKÉ PROSTŘEDKY

### POZOROVÁNÍ

Pozorování charakterizujeme jako plánovité a metodické sledování založené na výběrovém a soustředěném vnímání. Patří k těm diagnostickým metodám, bez nichž se trenér neobejde. Začíná smyslovým vnímáním, ale zahrnuje i kognitivní (poznávací) prvky.

Výsledek pozorování je závislý nejen na tom, jaké má trenér *pozorovací schopnosti a zkušenosti*, ale i na *předmětu* pozorování a na *technice* pozorování. Je samozřejmě obtížnější sledovat vlastnosti osobnosti, zvláště u sportovce, který je uzavřený (introvertnější), než přestupky proti pravidlům nebo chyby v technice pohybu. Náročnost pozorování vlastností jedince je násobena ještě skutečností, že frekvence projevů je nepravděelná, kdežto pohybovou činnost trenér sám spouští a může se koncentrovat na postižení sledovaných evidencí.

V technikách pozorování lze rozlišit dvě hlavní tendence: snahu o relativně *úplný záznam*, tj. postižení situace v komplexu (obvykle filmem, videomagnetofonem, protože jinak je to nereálné), anebo uplatnění *selektivních systémů*, kdy se sledují jen vybrané charakteristiky.

Pro běžnou práci trenéra jsou zcela postačitelé techniky selektivní. Předpokládáme samozřejmě, že trenérova činnost má charakter bezprostřední sociální interakce, že trenér musí ihned reagovat na chyby, podněcovat atd. Když však hledá příčiny nezdaru v nějaké oblasti (v taktice, ve vývoji kolektivu, v osobnosti sportovce apod.), dostává se do role výzkumné; pátrá, v čem je chyba, a to může zjistit nejužitečněji tak, že použije dostupné metody a techniky výzkumu. (K takovým patří např. i *kategoriální systémy pozorování*).

Základem je vždy teoretická koncepce, v níž dominuje záměr trenéra (co chce zjistit, sledovat) a vytvoření seznamu evidencí, projevů či indikátorů příznačných pro sledovanou charakteristiku (např. všechny možné chyby v technice pohybu). Ty, které jsou stejného druhu, řadí k sobě, a tak tvoří kategorie (na základě zkušenosti a odborných vědomostí trenéra).

O *pozorování* přitom mluvíme hlavně tehdy, jestliže jsou splněny následující podmínky: trenér si jasně stanoví cíle sledování (např. počet přihrávek v postupném útoku nebo - což je obtížnější - úsilí v tréninku, dodržování taktického plánu v soutěži apod.). Dále si vytypuje evidence toho, co sleduje v projevech sportovce (neboť např. úsilí v přípravě či dodržení taktiky jsou abstraktní pojmy, za nimiž jsou teprve konkrétní projevy a ty nás zajímají). Konečně zařadí trenér *registruje* příznačné evidence, které skórují pro sledovanou charakteristiku. *Písemný záznam* registrovaných znaků je samozřejmě nejlepší, ale i poznámky ex post jsou užitečné, pokud nejde o přímou regulaci chyb, o bezprostřední zpětnou vazbu po každém projevu.

Výzkumem bylo mnohokrát prokázáno, že výcvik v systematickém pozorování výrazně zlepšuje výsledky, tj. množství identifikovaných projevů. Trenéři by měli procházet *výcvikem* tohoto typu, neboť v některých případech je evidentně možné připsat obtíže trenéra na vrub špatné pozorovací kapacitě.

Je to problém zejména ve hrách. Trenér je postaven před úkol registrovat všechny *podstatné akce* hry vlastního družstva i soupeře, výrazné projevy jednotlivců, změny taktiky, reakce rozhodčích, únavu a zranění hráčů a desítky dalších podstatných i méně důležitých znaků dění na hřišti. Všechny tyto projevy ukládá do krátkodobé paměti, zhodnocuje a konfrontuje s taktickým plánem a s dalšími okolnostmi, jako jsou úroveň náhradníků, čas hry atd. Pak ale přijde chvíle, kdy mozkový computer musí zapracovat a vydat výsledek ve formě rozhodnutí, po němž následuje akce.

Obtíže plynou z toho, že *vše se řítí rychle za sebou*: diagnóza, hodnocení, rozhodnutí, akce. Počítač je ovšem užitečný pro registraci údajů v perspektivní analýze.

Využití videozáznamu, které je dnes v vrcholových sportovních družstev už běžné, se týká dlouhodobých výsledků pozorování. Je nesporně cenné v mnoha ohledech, zejména proto, že umožňuje opakování situace, ale nezabývá trenéra nutností cvičit se v pozorování.

## POSUZOVACÍ ŠKÁLY

Věda se staví k posuzovacím škálám s velkou rezervou, a to hlavně ze dvou důvodů: zaprvé je u nich obtížný proces *validizace* (tj. ověření platnosti škály) a zadruhé vedou obvykle jen k *relativním výsledkům*. Nsledujeme-li výzkumné cíle, nýbrž používáme posuzovacích škál jako prostředků či pomůcek v tréninku, pak jsou velmi užitečné, jestliže se spokojíme s relativními výsledky v rámci skupiny (což většinou postačuje) a jestliže posuzujeme jen takové jevy, které jinak ani postihnout nelze. Pro tento účel se posuzovací škály hodí: jde tu o *posouzení* druhé osoby nebo sebe sama pomocí předem připraveného *měřítka* nebo *škály*.

Posouzení je založeno buď na dlouhodobějším pozorování takové osoby, nebo na vícetázovém přímém pozorování. Sebeposuzování podle propracované škály je rovněž možné. V každodenním životě vlastně neustále posuzujeme druhé lidi i sebe sama, většinou pouze kvalitativně, bez nějakého měřítka ověřeného jinak než jen zkušeností.

Posuzovací škály právě takové nedostatky do jisté míry odstraňují. Obecně je pro vytvoření posuzovací škály nutno:

- vymežit *předmět* posuzování (tj. např. vlastnosti osobnosti, techniku dovednosti, taktickou vyspělost, úroveň spolupráce);
- určit *rozměr* čili kontinuum, tzn. stanovit, odkud až kam, např. od "rychlého a perfektního zvládnutí dovednosti až po naprosto nepochopení podstaty pohybu";

c) rozdělit podle potřeby tento rozměr na postizitelné stupně čili *opěrné body* a definovat je co nejuplněji (např. mezi výše uvedené póly ještě vsunout: "pomalu, ale poměrně dobře zvládne každou dovednost").

Praxe potřebuje totiž rozvrstvení do více stupňů, nestačí pouze dvoustupňový rozměr (zvládl - nezvládl, odolný - neodolný). Počet stupňů musí ovšem odpovídat realitě toho, co sledujeme, a kapacitě posuzovatele. Obvykle se používá 5 až 7 stupňů. Čím přesnější jsou *stupně* definovány v *termínech konkrétních projevů* sportovce, tím větší je předpoklad pro správné posouzení.

Posuzovací škály užíváme jen pro diagnózu takových znaků, které nemůžeme zjišťovat přesněji a spolehlivěji, především fyzikálními mírami a testy. Většinou jsou to znaky *kvalitativní*, jako např. technické provedení pohybu, vlastnosti osobnosti, taktická úroveň. Použijeme-li při tom bodových hodnocení, musíme si být vědomi zjednodušení, kterého se při tom vždy dopouštíme, a s výsledky podle toho pracovat. Číselné výsledky mají jen orientační význam, posuzovací škály jsou sice jistou obdobou měření, ale se dvěma výhradami:

1. *kvalifikace* kvalitativních znaků je v některých případech zplošťující a vždy zjednodušující;

2. *škály*, se kterými pracujeme (např. 1 až 5 bodů), mají charakter *stupnic pouze pořadových*, nikoli intervalových (jako testy a měření pomocí fyzikálních veličin).

## Typy posuzovacích škál

### Numerické škály

Bývají obvykle kombinované s verbální charakteristikou jednotlivých stupňů škály; například škála 5 4 3 2 1 může být doplněna jednotlivými slovy či výrazy jako *vždy, často, občas, zřídka, nikdy, vůbec ne, pokud jde o frekvenci nějakého znaku, nebo např. silně ano, ano, průměrně, ne, vůbec ne*, pokud jde o intenzitu. Vyjadřujeme-li hodnoty pozitivní i negativní, můžeme použít např. škály +2, +1, 0, -1, -2. Tyto způsoby posuzování jsou poměrně dobře známé i u nás. K popisu příslušného stupně můžeme použít i celých vět, jako je tomu v příkladech převzatých z posuzovacích škál pro hodnocení sportovců ve "snaze dosahovat vrcholných úspěchů".

### Příklady:

- Nepotřebuje úspěch
- Vítězství není pro něho důležité
- Nestojí o to dělat věci lépe než jiní
- Být nejlepší není důležité
- Nevydává maximum, má jen omezené ambice

3,0 Má touhu být úspěšný

3,5 Důležité je pro něho vyhrávat

4,0 Chce dělat vše lépe než druzí

4,5 Má silnou touhu být na vrcholu

5,0 Vždy vydává ze sebe vše. Velmi citlivostivý.

Většinou nepožadujeme rozlišování do více než 7 stupňů; více než 11 stupňů je považováno za nereálné, méně než 5 za nevyužití rozlišovacích schopností hodnotitelů.

Nedostatkem tohoto typu škál je často velká rozdílnost hodnocení *mezi jednotlivými hodnotiteli* v pojetí jednotlivých standardů a rozložení v hodnocené skupině. Většina hodnotitelů nedává nejhorší stupeň a vyhybá se extrémům. Mimoto někdo považuje skupinu, kterou hodnotí, za průměrnou a nejvyšší hodnotu dá jen výjimečně, zatímco druhý vychází z méně přísného předpokladu (jeho nejvyšší ocenění má pak vlastně jinou hodnotu než u prvního hodnotitele).

Posuzujeme-li větší počet znaků v malé skupině (například kdybychom chtěli zjišťovat všechny významnější vlastnosti členů sportovního družstva), použijeme uvedeného způsobu - tedy bez charakterizujících slov či vět - a vystačíme tak s posouzením, které je založeno na srovnávání členů skupiny. (Problématické členy skupiny má hodnotitel posuzovat nakonec, a to srovnáním s typickými členy, jimiž začíná).

*Příklad:*

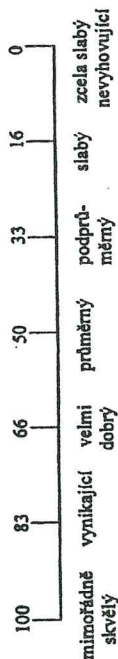
HRÁČ	UKÁZNĚNOST	AGRESIVITA
J.B.	5 4 3 2 1	5 4 3 2 1
V.K.	5 4 3 2 1	
A.H.		

*Grafické a další škály*

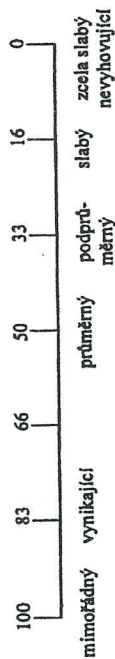
Grafické škály jsou rovněž kombinované, s verbálním vyjádřením i číselným označením frekvence či intenzity; pozornost hodnotitele je však vedena nikoli k číslu, ale více k verbální charakteristice, přičemž umožňuje jemnější a volnější rozlišování. Další typy posuzovacích škál (grafické, pořadové srovnávání, analytické, párové srovnávání, třídící atd.) viz literatura.

Stupně uvažované na numerické či verbálně stanovené škále bývají neprávem považovány za ekvidistantní; ve skutečnosti však první stupeň od druhého není stejně vzdálen jako druhý od třetího atd. To znamená, že i z hlediska statistického je nutno s výsledky zacházet jako se *stupnicí pořadovou* a nikoli intervalovou.

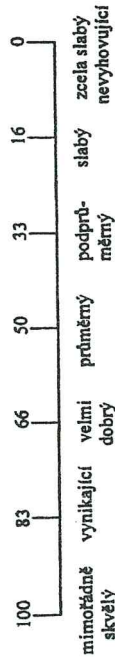
1. Po odborné stránce, tj. pokud jde o vědomosti z daného sportu je



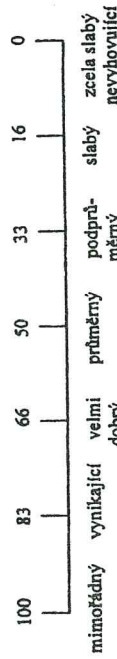
2. Jako člověk působící i výchovným vlivem na své svěřence je



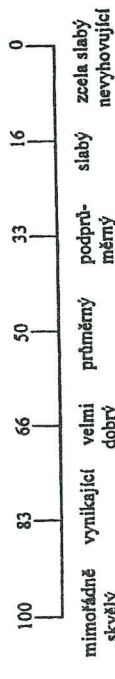
3. Umí si získat důvěru sportovců, kteří mu věří a spoléhají na něho



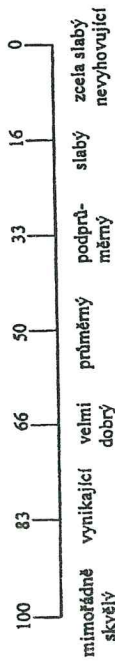
4. Dovede své svěřence podněcovat k aktivitě, k mobilizaci sil



5. Poradí si ve všech problematických situacích tréninku i soutěži



6. Je to člověk i trenér spolehlivý a zodpovědný



Obr. 21

Příklad analytické posuzovací škály

Nejpracovanějším typem škál jsou škály standardizované. Mají verbálně definované stupně (obvykle 7, ale maximálně 11 stupňů), zařazené nejprve autorem podle jeho vědomostí a zkušeností. Tyto definice dá autor škály - bez označení stupně - k vyjádření expertů v počtu 20 až 40. Ti přidávají podle svého mínění jednotlivým verbálním vyjádřením svoje hodnocení v bodech (např. 1 - 7). Průměr všech těchto vyjádření dá tzv. škálovou hodnotu (takže místo 1 - 2 - 3 ... dostaneme třeba 1,25 - 2,12 - 3,60). Standardizace je tedy relativní, ale vypovídá dobře pro praxi. Ovšem i tato škála má stupnici jen pořadovou.

Škálová hodnota	Stupně	Položka
6,42	7	Útočník začíná klamavým pohybem, na který navazuje driblík kteroukoli stranou, získává převahu nad soupeřem.
5,31	6	Útočník začíná klamavým pohybem, na který navazuje driblík vždy stejnou stranou, nebo dribluje perfektně na obě strany, získává výhodu nad soupeřem.
4,60	5	Útočník ovládá driblík perfektně jen na jednu stranu nebo dribluje na obě strany, ale jen ve vhodných situacích, získává výhodu nad soupeřem.
3,25	4	Útočník ovládá driblík na obě strany, ale málokdy jej používá, nebo jen jednou stranou, ale pouze ve vhodných situacích, je pomalý, jen občas získává výhodu.
2,29	3	Útočník dribluje na obě strany, ale musí kontrolovat míč nebo je pomalý nebo dělá kroky či ztrácí míč, dribluje v nenáročných situacích, nezískává výhodu.
1,36	2	Útočník dribluje jen jednou stranou, musí kontrolovat míč nebo je pomalý a dopouští se kroků či ztrácí míč.
0,18	1	Útočník se po zakončení driblíku dopouští téměř vždy kroků či ztrácí míč nebo se nedokáže vůbec uvolnit driblíkem.

Obr. 22  
Příklad standardizované škály (autor Jansa)

## TECHNIKA KRITICKÝCH PŘÍPADŮ

Flanaganova metoda kritických znaků či případů je spíše metodou pozorování; umožňuje však vytvořit i posuzovací škálu. V podstatě jde o to najít skupinovou normu pro to, co činí jedince v určité činnosti efektivním, resp. neefektivním. V oblasti výkonnosti sportovce lze uplatnit tuto metodu zhruba asi takto:

Hledáme např. příčiny neúspěchu v utkáních u hráče, který je jinak po všech stránkách dobře vybaven (fyzické a technické předpoklady). Vytvoříme nejprve soupis posudků o tom, co tvoří dobrého a špatného či úspěšného a neúspěšného hráče, a to v jazyce konkrétních případů chování ve hře. Hodnotitele potom požádáme, aby posoudili skupinu hráčů a aby nejen rozčlenili tyto hráče na úspěšné a neúspěšné, ale aby také určili, *kteří znak u nich vždy rozhodl pro příslušné zařazení.*

Kritické případy takto získané pak tvoří základ škály pro další posuzování. Tak můžeme např. zjistit, že kritickým znakem v našem případě je smysl pro souhru (protože spolupráce je alfou a omegou hry) a dalším v pořadí schopnost orientace ve spleťtých situacích a podobně. (Záleží zřejmě i na úrovni skupiny a jiných okolnostech).

Z *frekvence* jednotlivých *kritických znaků* u úspěšných, resp. neúspěšných sportovců lze samozřejmě sestavit posuzovací škálu, která umožní lépe zařazovat každého sportovce. Kritický případ se ovšem musí týkat vyhraněných a pozorovatelných nebo dostatečně srozumitelných případů. Kromě přímého pozorování je možno uplatnit tuto metodu i u písemných zpráv o činnosti posuzovaných osob nebo jejich výpovědi.

Techniky kritických případů se hodně využívá např. v průmyslové psychologii; analogicky je možno ji použít i ve sportovním oddíle nebo klubu, chceme-li analyzovat příčiny stagnace družstva. Má význam tam, kde se nám zdá, že příčin je mnoho a problém je příliš komplexní.

**Problémy posuzování.** Využije-li trenér pro svoji práci posuzovacích škál převzatých nebo nějakou sám konstruuje, vždy si musí být vědom určitých nedostatků, s nimiž je posuzování podle škál spojeno.

**Výběr škál a hodnotitelů.** Numerické škály jsou považovány za nejméně spolehlivé. Grafické škály přinášejí dobré výsledky tehdy, posuzuje-li hodnotitel v jedné charakteristice nejprve všechny členy sledované skupiny a pak přejde ke znaku dalšímu. Vytvářejí se tak lepší předpoklady pro srovnání. Relativní komparace přináší vůbec nejspolehlivější a nejobektivnější výsledky, což hovoří pro preferenci párového srovnávání. Jinak záleží výběr škál na pedagogickém záměru trenéra.

Také počet hodnotitelů je závislý na účelu. Pro sportovní pedagogické cíle postačí dva hodnotitelé. Hodnotitelé musí pochopitelně znát dobře předmět sledování, např. při rozhodování v gymnastice všechny prvky cvičení, při posuzování vlastností sportovce ty, které mají hodnotit. Subjektivnost posuzování je ovšem vždycky zdrojem určitých pokřivení, a proto každé výsledky pečlivě zvažujeme a popř. doplňujeme dalšími diagnostickými prostředky.

## ROZHOVOR

Další - svým způsobem klasicou - metodou diagnostiky je rozhovor, čili interview. Sportovní trenér může rozhovoru použít zvláště jako doplňující metody pro pozorování, v němž nelze rozpoznat zejména příčiny projevů sportovce. V rozhovoru se pomocí promyšlených otázek snaží dopátrat jejich vysvětlení, ať již zjišťováním údajů z minulosti sportovce, nebo z mimosportovní sféry nebo konečně ověřováním jeho postojů, motivace, zájmů, vztahů k lidem a podobně.

Nejužitečnější je určit základní téma či problém a ponechat sportovci volnost vyjádření (volný rozhovor), postupně pak přejít k připraveným otázkám v určitém pevném sledu (*řízený rozhovor*).

Důležité je uklidnění dotazovaného a navázání kontaktu, důvěry, intimity - zvláště je-li cílem explorační skutečnosti pro dotazovaného ne příliš příjemné. Cílem rozhovoru nemusí však být jenom osobnostní diagnóza, ale i řešení didaktických, tj. tréninkových problémů (např. technika, ale i řešení apod.). Rozhovoru se používá jako diagnostické metody v mnoha oborech lidské činnosti, zvláště však v lékařství a soudnictví. Následující čtyři zásady jsou chápány jako nejdůležitější:

1. Vytvořit a udržet dobrý kontakt s vyšetřovaným.
2. Soustředit se na údaje hodnotné pro diagnózu.
3. Vést rozhovor *nenásilně* (ale důsledně), *neovlivňovat* výpovědi, vystříhat se sugestivních otázek.
4. Písemný záznam dělat pokud možno až po rozhovoru.

Jinak je obtížné uvádět nějaké schéma otázek; doporučuje se vyvarovat se otázek typu "ano - ne" a volit zvláště otázky typu "jak", které vyvolávají iniciativu tázaného. Chceme tu získat *informace*, a proto nemáme přesvědčovat dotazovaného ihned po výpovědi, leda bychom chtěli provokovat určité reakce.

Rozhovor jako diagnostická metoda je dosti *náročný* na schopnosti a takt dotazujícího se trenéra. Rovněž interpretace výsledků musí přihlídnout k různým okolnostem, jako zvláště k subjektivitě pohledu tázaného sportovce. Výsledky mohou být pro potřebu trenéra přesto cenné.

## DOTAZNÍK

Dotazník je vlastně písemnou formou rozhovoru. Dotazovaná osoba odpovídá na nejrůznější otázky (podle záměru autora dotazníku) a přináší tak svědectví o svých vědomostech a schopnostech, nebo vypovídá o svých vlastnostech či o tom, jak by se chovala v různých situacích, jaké má postoje k různým lidem, věcem, institucím, jaké má názory a zájmy. Předpokladem je proto většinou *schopnost posoudit sebe sama* a smysl dotazů a přirozeně i ochota vypovídat. Dotazníky se hodí proto nejvíce pro dospělé, existují však i osobnostní dotazníky pro 13 a 14 leté děti, a pokud jde o zjišťování vědomostí, schopností, postojů a zájmů, i pro mladší.

Dotazování, v němž je dána volnost odpovědím, bývá označeno jako *anketa*; její vyhodnocení je obtížnější a má smysl tehdy, chceme-li získat informace předem v úplnosti těžko předpokládané (např. jak by si členové družstva představovali přípravu) nebo chceme-li podnítit tvořivot a samostatnost v přístupu k tématu. Většinou však anketu používáme jen jako základ pro sběr možných případů a řešení a ve vlastním dotazníku omezuje odpovědi na alternativy, které můžeme vyhodnocovat i kvantitativně. Ve snaze dotazník maximálně strukturovat se pak dospívá k většímu počtu dotazů, které však vyčerpávají všechny možnosti vyjádření ke sledovanému jevu. A protože se například omezí v odpovědích na prosté "ano, ne, nevím", výsledek je snadno zpracovatelný. Takové dotazníky bývají označeny jako *inventáře*.

Všechně je samozřejmě rozdíl mezi dotazy na *reálné*, objektivně kontrolovatelné skutečnosti (jako jsou anamnestické údaje) a na jevy relativní, *problematické*, jako jsou například motivy, postoje. V prvním případě není sestavení dotazníku příliš obtížné, záleží tu nejvíce na formulaci otázek, které nemají být dvojsmyslné, nejasně, dlouhé, dvojitě negativní, částečně pravdivé a částečně ne apod. Jestliže však zaměříme dotazník na méně evidentní stránky osobnosti, pak dáваме přednost složitější konstrukci položek. Místo abychom se dotazovali přímo na nějakou vlastnost, požadujeme např. *vyjádření k chování v situacích*, které jsou určitým svědectvím o sledované vlastnosti. Někdy v takových případech pak už dotazovaný vůbec neví, kam vlastně jednotlivé položky míří (šikmé otázky), což je zvláště výhodné v případech, kdy přímým dotazem bychom vzbuzovali rozpaky tázaného. Konstrukce takovýchto dotazníků je už ovšem velmi náročná a pro trenéra nepřehledná v úvahu. Je-li takový dotazník vybaven všemi náležitostmi (standardizace, validita, stabilita), stává se vlastně už testem. *Rozdíl mezi dotazníkem a testem* jakožto standardizovanou zkouškou (při níž výsledky jsou posuzovány tak, že každý, kdo test vyhodnocuje, jej vyhodnotí úplně stejně) je pouze v tom, že v testu se zjišťuje například nějaká schopnost v konkrétních výkonech, nezávisle



na subjektivních pocitech a postojích testovaného, kdežto ve standardizovaném dotazníku je přece jen výsledek závislý na subjektivní analýze dotazovaného.

*Příklad:*

1. Přicházíte často do konfliktu s pravidly?
2. Podléháte snadno vlivu cizích osob?
3. Plníte příkazy bez odmítání?

Tyto a další otázky zodpovídané "ano, ne" jsou určitým svědectvím obecně o submisivitě čili schopnosti se podřídit, což se ve sportu zrcadlí i ve způsobu, jak se sportovec podrobuje vedení trenéra.

Trenér by nejen měl být informován o náročnějších dotaznících pro případnou spolupráci, ale měl by i odložit zbytečné rozpaky před aplikací některých jednodušších, a přece účelných pomůcek tohoto druhu, např. vědomostních dotazníků, jejichž sestavení se ostatně bez účasti trenéra - odborníka ani neobejde, protože musí být specificky orientovány (vzhledem k věku, dosavadním výsledkům výcviku apod.).

Příklad dotazníků pro hráče tenisu, zaměřených k pravidlům hry, technice úderu a taktice hry v různých variantách. Otázky s *alternativními odpověďmi*, což je metoda známá; *potvrzování* správnosti či nesprávnosti výpovědi, např.: 8. Dotyk nohou základní čáry v průběhu podání se nazývá chyba nohou. Dotázaný křížkem vyznačí, že je tomu tak (+), a kroužkem, že nikoliv (O). *Vybavování* správných odpovědí uvádí např. tak, že označí číslý hřiště a jednotlivá pole a dotazovaný hráč doplňuje správné názvy. Podobně je *doplňování* správných slov nebo částí věty, např. 33. Úder míče nad hlavou s úmyslem jej "zatlouci" se nazývá...

Nebo výběr z výrazů (zkráceně):

1. Volej
2. Hra
3. Shoda
4. Chyba nohou
5. Lob
6. Half - volej atd.
43. Získají-li obě strany tři body
44. Hraniční čára tenisového hřiště
45. Úder míče hned po odrazu od země
46. Získ 2 bodů po shodě atd.

Podobným způsobem může trenér vytvářet dotazníky (většinou už testového charakteru, protože se zjišťují intelektové výkony) podle svých cílů a úrovně svých svěřenců. Rovněž zjišťování zájmů, a zvláště postojů speciálně ke sportovním problémům (tréninkovému systému, rozhodování, životosprávé, spoluhráčům, soupeřům apod.) je specifickou záležitostí, která může trenérovi jen pomoci v jeho působení.

*Příklad:* Jako příklad uvádíme několik položek z postojového inventáře k poznání postojů trenérů (v tomto případě ke sportovci):

1. Vlastnosti sportovce jsou důležité pro jeho výkonnost.
4. Úspěšné vedení sportovce předpokládá znalost jeho soukromí.
18. Šablonovitý přístup k závodníkům je chyba.
21. Mravně zkažený člověk může dosáhnout ve sportu úspěchu.
27. Individuální přístup je ve sportu reálný. Atp.

## TESTY

Jako test mnohdy označujeme prostě každou zkoušku, v užším významu však jde o *standardizovanou* zkoušku (s přesně vymezenými podmínkami a okolnostmi úkolu) a *objektivním* hodnocením. Testovaný reaguje na určité situace podle instrukce a získá určitý počet bodů podle kódu. U testů zjišťujeme vždy alespoň některý z jednotlivých druhů validity a spolehlivosti. Pomineme-li některé dotazníky, které vlastně už mají testový charakter, pak existují dvě hlavní skupiny testů, a to: 1. *výkonové* a 2. *projekční*. Aplikace druhých je náročná, vyžaduje vyškoleného odborníka - psychologa, takže pro informaci trenéra nám zbyvá zmínit se krátce o testech výkonových.

Nejrozšířenější jsou testy *schopností* a testy *osobností*. K prvním patří nejen měření obecná, tj. inteligence, ale i specifických schopností a nadání. Velkou skupinu tu tvoří *motorické testy*. Řada motorických testů je u nás vyzkoušena a nic nebrání jejich využití ve sportovní praxi (Kovář, Měkota a další).

Do kategorie testů schopností bývají zařazovány i testy didaktické, v nichž měříme výsledky učení - vědomosti a dovednosti. Sem tedy patří i zjišťování pokroku a úrovně sportovních dovedností, ať již jde vysloveně o techniku výkonu (příklad 1), nebo specifické schopnosti (příklad 2), či komplexnější sledování, v němž hraje úlohu více faktorů (příklad 3).

*Příklad 1:*

Test podání v odbjžené: Každý hráč podává míč 10krát (z obvyklého místa v duchu pravidel hry) a snaží se zasáhnout nejvíce bodované prostory hřiště ze sítě na straně soupeře.

*Příklad 2:*

Měření postřehu: Každému hráči (kopané, hokeje, košíkové apod.) předkládáme na deset vteřin diagramy jednoduchých herních kombinací. Po deseti vteřinách mu vždy náčrt odebereme a dáme mu čistý plánek hřiště, na který má sledovanou kombinaci zakreslit v přesné reprodukci. Existují i testy bočního vidění, únavnosti, reakční doby, driblingové a střelecké testy i testy vědomostní atd.).

### Příklad 3:

Na dovednosti zahrávat míč po dobu 30 vteřin proti odrazové desce se měří všeobecné předpoklady hráče kopané. Korelace u vynikajících a méně vyspělých hráčů to potvrzují. Záleží tu na zpracování odraženého míče, přesnosti kopu, ale i rychlosti, koordinaci pohybové atd.

Náročnější jsou *testy osobnosti*, ať již zjišťují všeobecně strukturu osobnosti nebo jednotlivé, pro sport významné faktory, jako je agresivita, emocionální stabilita, aspirační úroveň, sociabilita, kreativita (tvůrčivost) atd. - tyto testy je třeba do sportu uvádět ve spolupráci se sportovním psychologem.

## 5. NEDOSTATKY V POSUZOVÁNÍ A OSOBNOST POSUZOVATELE

Kapacita člověka hodnotit, posuzovat druhé lidi, a to i na podkladě objektivních dat (nebo i sebe sama) není nezávislou samostatnou schopností, nýbrž je vždy výsledkem řady předpokladů, k nimž patří:

1. *zkušenosti* (životní i sportovní), lépe hodnotí lidé starší 30 let, ženy posuzují většinou lépe než muži;
2. *vědomosti, podobnost* - první je evidentní, mimoto má trenér spíše pochopení pro sportovce, který je stejného založení, a naopak nechápe dobře jedince zcela odlišné;
3. *inteligence*, neboť jde o poznávací proces, chápání vztahů - uplatní se lidé racionální, se schopností vhledu;
4. *komplexnost* - primitivní člověk neposuzuje dobře proto, že nechápe složitou podmětnost všech projevů;
5. *odstup* - ten, kdo je pln sympatií, nedokáže se oprostit od svého emocionálního vztahu při posuzování;
6. *estetické cítění* je důležité pro pochopení celku, symetrie, harmonie pozorovaných znaků či osobností.

I když má trenér všechny optimální předpoklady k posuzovací činnosti, může se při tom stejně dopouštět chyb, z nichž nejzávažnější jsou:

1. *chyby standardní* - někdo je ve všech posouzeních velmi blahovolný, kdežto jiný opět velice přísný, všechno vidí jako velmi špatné. Jde-li o skutečně systematickou chybu, nemusí to být tolik na závadu;

2. *haló efekt* - je vlastně chybou pramenící ze vztahu posuzovatele k posuzovanému. První všeobecný dojem výrazně dobrý či špatný, který si trenér o sportovci udělá, ovlivní všechno jeho další hodnocení;

3. *chyby pramenící ze vztahu posuzovatele k předmětu posuzování*, např. k ukázněnosti, plni, pořádku. Člověk na sebe přísný má tendenci vidět ostatní jako lajdáky;

4. *centrální tendence* - je snaha vyhýbat se krajním hodnotám. Takový trenér by na škále 1 až 5 nedal ani jednou 1 bod či 5 bodů, ale pouze 2, 3 a 4. Příčinou může být snaha neuskodit, ale také jen nepostačující vědomosti;

5. *předsudky a stereotypizace* - předsudek je "před úsudek", např. názor, že lidé s určitou barvou vlasů jsou nespolehliví či zákešní. Nelze také soudit, že jeden znak sportovce - třeba zamlklost - má stejné příčiny jako v případě, který už trenér poznal v minulosti. Příčina může být zcela odlišná.

Posuzovací škály a techniky pozorování zpřesňují proces kvalitativního hodnocení, ale přesto je nutno brát v úvahu relativně nízkou validitu a spolehlivost těchto diagnostických prostředků a používat je skutečně jen pro posuzování kvalitativních jevů, které nemůžeme měřit. Pro posouzení takových kvalit, jako jsou vlastnosti jedince, vztahy ve skupině, technické a taktické projevy a schopnosti, jsou to však diagnostické prostředky velmi užitečné.

6.

## OBSAHOVÁ ANALÝZA

*Zvláštní technikou diagnózy*, uplatňující se při analýze kvalitativních údajů, je *obsahová analýza*. Je definována jako způsob kategorizace verbálních nebo behaviorálních dat pro účely klasifikace, sumarizace a interpretace. Je to náročné téma hodnocení, které vyžaduje vědomosti pro dané téma i patřičný intelekt.

Původně byla užívána k analýze a kvantifikaci komunikačních materiálů, jako je obsah článků v novinách, časopisech, či rozhlasových přenosů. Pro trenéra může být užitečná ve dvojím směru: při rozboru literatury všeho druhu pro stanovení např. metodických nebo taktických trendů v daném sportu, a nebo při analýze vlastních záznamů z přípravy a průběhu tréninků a reakcí sportovců pro korekce dalších záměrů.

Např. trenér košíkové, házené atd. zjistí, že se stále nedáří jeho družstvu uplatnit nacvičené kombinace v utkání. Rozborem odborné literatury zjistí, že kritickým bodem v tomto případě je integrace nacvičených činností pomocí modelování situací simulujících stresové situace utkání. Analyzuje-li z tohoto

hlediska i svoje záznamy přípravy a průběhu tréninků, může zjistit nedostatky v tomto ohledu a pokusit se o nápravu.

Tak jako ve všech diagnostických prostředcích, hledáme i v tomto případě inspiraci ve výzkumu. Fox (1969) uvádí 3 základní účely pro obsahovou analýzu:

- a) analýzu oblastí sémantického obsahu,
- b) určení směru obsahu (pozitivní, negativní),
- c) stanovení zdroje sémantického obsahu.

Na manifestní úrovni se v obsahové analýze držíme striktně toho, co bylo řečeno či napsáno: jde o přímou transkripci odpovědi ve smyslu určitého stanoveného kódu. Na latentní úrovni se pokoušíme naopak kódovat význam záznamu a motivaci popsaného projevu v chování. Tyto dvě úrovně je nutno dobře odlišit.

Pro realizaci obsahové analýzy je vždy důležité určit *jednotku obsahu* (tedy co budeme považovat za jednotku pro zhodnocení, např. chování sportovce ve stresové situaci). Dále je potřebné stanovit *kategorie*. Všechny tyto okolnosti účelné obsahové analýzy nejlépe vysvětlíme z příkladu, který se týká výchovných problémů, s nimiž se setkávají naši trenéři ve svých sportovních skupinách.

Trenéři ve svých zprávách popsali některé situace jako kazuistiky a ty se staly jednotkou obsahu pro analýzu.

*Směr obsahu* těchto situací (jednotek obsahu) byl stanoven takto:

- 0 pouze formální komentář,
- 1 pozitivní: řešení přispívající k úspěchu trenéra,
- 3 smíšený: přispívající i narušující práci trenéra,
- 5 negativní: narušující trénink a výsledky práce.

Pokud jde o *sémantickou analýzu*, byly stanoveny kategorie zdrojů výchovných problémů:

- 100 - rodiče
- 200 - škola, učitelé
- 300 - funkcionáři
- 400 - osobnost sportovce
- 500 - interpersonální vztahy
- 600 - přístup trenéra
- 700 - sportovní vzory
- 800 - neznámé zdroje

Dále také *oblasti vlivů* (čeho se týkaly):

- 10 - tréninková morálka
- 20 - denní režim
- 30 - účast na tréninku

40 - alkohol, kouření ap.

50 - skupinová atmosféra

60 - vztahy trenéra a sportovce

70 - zanechání sportu

80 - výkonnost

Číselné výsledky tohoto šetření byly prezentovány v úpinosti v jiné práci (Svoboda, 1992).

Z charakteru obsahové analýzy je zjevné, že pilotní vyzkoušení vytvořených kategorií i jednotek analýzy je nutné. Je to však metoda zjišťování velmi pracná, ale i velmi užitečná a přístupná každému. Jde jen o to nepodléhat efektu sociální žádoucnosti, chceme-li se dobrat opravdu validních poznatků.

V závěru ještě upozornění na další diagnostické možnosti. Ty jsou ovšem spojeny se spoluprací s odborníky v příslušných oblastech studií sportovce (např. fyziologie, biochemie, biomechanika ap.). Zvláště pak je užitečné navázat kontakt s psychologem se zkušeností v daném sportovním odvětví. Specifické diagnostické prostředky psychologie mohou přinést trenérovi cenné informace.