Studia Kinanthropologica, XIX, 2018, (1), 27–40
The Scientific Journal for Kinanthropology

DEMOTIVAČNÍ OKOLNOSTI UKONČENÍ SPORTOVNÍ KARIERY TALENTOVANÉ MLÁDEŽE

DEMOTIVATING CIRCUMSTANCES LEADING TO DROP OUT FROM SPORT OF TALENTED YOUTH

K. Jurková & P. Slepička

Univerzita Karlova v Praze, FTVS, Katedra pedagogiky psychologie a didaktiky TV a sportu

ABSTRACT

This article presents the results of a study about problem of drop out talented youth from sport. This often occurring phenomen in sports is related to the occurrence of demotivational circumstances, the nature of which was identified by this pilot study. The starting point was the self-determination theory, basic needs sub-theory, which are generally accepted in sport and sport psychology, and the resulting achievement motivation operating with the existence of two personality performance needs, with motive to approach success and motive to avoid failure. The study was based on the assumption that if the rules for intrinsic motivation were not sustained in relation to sport and with inadequate increase of demotivational factors it leads to the case of athletes abandoning the sport field, especially in the adolescence period, before reaching the highest peak level. To identify the motivational and demotivational factors leading to the change of adolescent´s lifestyle, we used the qualitative methods of research, namely interpretative phenomenological analysis and multiple case study. A pilot study was conducted on four top athletes, two boys and two girls who recently completed or were currently considering finishing an active racing career.
Athletes most often identify as factors that have led to drop out from sport: the trainer's profile and his / her training methodology / characteristics; too much time consumig; the impossibility of reconciling the requirements of sport with school / job requirements. A possible practical consequence of this work is the recommendation to bring closer the relationship between researchers and trainees in the practice. Especially because of the importance of feedback from the investigations carried out and the subsequent conclusions. Only in this way can coaches, federations, and education system for coaches become aware of the motivation factors that lead to the drop out of talented athletes.

Keywords: motivation; achievement motivation; burnout syndrome; sport in adolescent

SOUHRN

V článku jsou prezentovány výsledky studie problému odchodu talentované mládeže ze sportu. Tento často se vyskytující jev ve sportovní praxi je dáván do souvislosti s výskytem demotivačních okolností, jejichž povaha byla touto pilotní studií zjišťována. Východiskem byla, ve sportu a sportovní psychologii obecně akceptovaná, teorie sebe determinace a její sub teorie základních potřeb a následně také teorie výkonové motivace operující s existencí dvou výkonových potřeb osobnosti, a to potřebou úspěšného výkonu a potřebou vyhnutí se neúspěchu. Studie vycházela z předpokladu, že při nedodržení zákonitostí pro vytvoření vnitřní motivace ve vztahu ke sportu a při neadekvátním navýšení demotivačních faktorů dojde k opuštění sportovního prostředí, konkrétně v období adolescence, tedy před dosažením nejvyšší vrcholové úrovně. Pro zjištění motivačních a demotivačních faktorů vedoucích ke změně životního stylu u adolescentů jsme využili postupů kvalitativního výzkumu, konkrétně interpretativní fenomenologické analýzy a vícepřípadové studie. Pilotní studie proběhla na čtyřech vrcholových sportovcích, dvou chlapcích a dvou dívkách, kteří nedávno ukončili či aktuálně zvažovali ukončení aktivní závodní kariéry.
Sportovci nejčastěji identifikují jako faktory, které vedly k opuštění sportovního prostředí: profil trenéra a jeho metodiku/charakteristiku tréninku; časovou náročnost; nemožnost sladit požadavky sportu

s požadavky školy/zaměstnání. Možný praktický důsledek této práce je doporučení přiblížit vztah mezi výzkumnými pracovníky a pracovníky v dané praxi – trenéry. Zejména z důvodu důležitosti zpětné vazby z provedených šetření a následných závěrů. Pouze tímto způsobem si mohou trenéři, federace a vzdělávací systém trenérů uvědomit motivační faktory, které vedou k odchodu talentovaných sportovců.

Klíčová slova: motivace; výkonová motivace; sebedeterminace; syndrom vyhoření; sport v adolescenci

---

Úvod

Problematika motivace a jejích proměn v průběhu sportovní kariery talentované sportující mládeže ve výkonnostním sportu, je závažným psychosociálním problémem jak z pohledu teoretického, tak z pohledu sportovní praxe. Zejména sportovní praxe se potýká s problémem postupné ztráty zájmu o sport u adolescentů, kteří mají za sebou část své často úspěšné sportovní kariery. Vzniká pak otázka, jaké okolnosti jsou příčinou této ztráty zájmu u jedinců, kteří byli v dosavadním sportovním životě úspěšní a jejich předpoklady je předurčovali k obdobným výsledkům i v budoucnosti. Ve sportovní psychologii se hovoří o demotivačních okolnostech vedoucích k modifikaci původně pozitivní motivační orientace s následným výskytem tendence prostředí sportu opustit.

Z hlediska sportovní praxe je často na tento stav pohlíženo jako na situaci, kdy počáteční „investice", ať již pocházející z celospolečenského prostředí či z mikrosociálního prostředí sportu, (rodina, trenéři) se u těchto jedinců sportovně nezhodnotila. V uvedených souvislostech a to i přesto, že odchod talentované mládeže je běžná praxe napříč různými sportovními odvětvími, stále není zcela jasné, jaké jsou příčiny tohoto jevu. Pokud se, při pohledu na tento jev, soustředíme především na význam motivace a motivační struktury, pak na důležitost těchto faktorů poukazují jak domácí (Slepička & Mudrák, 2010; Kopecká, 1985), tak zahraniční výzkumy (Barker, Barker-Ruchti, Rynne, et al., 2014; Pierre-Nicolas, Glyn & Jim Stray-Gundersen, 2007; Gustafsson, Hassmén & Podlog, 2010; Feigley, 2016; Dále & Weinberg, 1990). Tyto studie se zaměřily na problematiku modifikace motivační struktury v průběhu vývoje sportovní kariery adolescentních sportovců, kteří opustili sportovní prostředí. Poukázaly především na význam specifického sociálního prostředí sportu, způsobu vývoje sportovní kariéry i reakcí nejbližšího sociálního okolí na tento vývoj, pro vznik tendence z tohoto prostředí odejít.

Při hledání možných vazeb mezi změnami motivace a ukončováním sportovní kariery adolescentů je nutné respektovat skutečnost, že motivace chování vychází jak převážně z vnitřních pohnutek, ke kterým patří především potřeby, tak také z vnějších popudů, (tzv. incentivy.) Potřeby a incentivy jsou základními zdroji lidské motivace (Hrabal, Man & Pavelková, 1989). Rozdíly mezi dvěma typy teorií motivace, které se týkají toho, odkud motivace pochází, co jí způsobuje a jak motivace působí na chování, popisuje i Nolen – Hoeksema (2012). Dle Heluse, Hrabala, Kuliče a Mareše (1979) jsou potřeby a incentivy ve velmi úzkém vztahu a na základě jejich vzájemné interakce vzniká a vyvíjí se motiv, který je již v těsném vztahu k chování člověka. Incentivní a pudové teorie motivace nabízejí odlišné pohledy na řízení motivace. Panuje však všeobecná shoda v názoru, že oba typy příslušných procesů se vyskytují téměř u každého typu motivace (Toates, 1986).

Incentivy jsou vnější zdroje motivace – podněty, jevy, události apod., které mají schopnost vzbudit a většinou i uspokojit potřeby člověka. Jevy a předměty okolního světa obvykle nejsou jednoznačně vázány k uspokojení pouze jedné potřeby člověka. Proto častěji mluvíme o komplexních incentivách, které jsou schopny uspokojit řadu lidských potřeb (Hrabal, Man & Pavelková, 1989). Je-li potřeba nějakým vnějším podnětem vzbuzena, vzniká motiv, což je důvod, pro který člověk začíná jednat určitým způsobem. Motivy se vytvářejí ve vzájemné interakci potřeb a incentiv a jsou již v těsném vztahu k chování člověka (Helus, Hrabal, Kulič & Mareš, 1979).

Vnitřní a vnější motivace bývala často stavěna proti sobě. Dříve se předpokládalo, že vnější motivace „tlumí" motivaci vnitřní. Některé výzkumné studie (Vlachopoulos, Karageorghis & Terry, 2000; Vallerand & Losier, 1999), ale tyto předpoklady korigují. Ukazuje se totiž, že oba dva typy motivace se dostávají do velmi složitých vzájemných vztahů a mezipodob. Vnější motivace ne vždy „tlumí" tu vnitřní, dokonce ji někdy velmi vhodně doplňuje (podněcuje) a rozšiřuje tím motivační radius jedince. Doplnění vnitřní motivace tou vnější je zvláště vhodné v situacích, kdy cesta k dosažení cílů je náročná a dlouhodobá, a která jen velmi těžko může spadat do oblasti zájmu. Je však nutné připomenout, že

nelze očekávat automatické sčítání vnitřní a vnější motivace a z toho vycházet, zejména při ovlivňování intenzity motivace sportujících jedinců.

Podle Pavelkové (2002) pro sportovní motivaci sehrávají rozhodující úlohu tři skupiny potřeb. Jde o potřeby poznávací, protože tréninkové činnosti představují jednu z forem poznávací činnosti, potřeby sociální, protože tréninkové činnosti jsou realizovány především v sociálním kontextu a potřeby výkonové, protože na sportovce jsou prostřednictvím jednotlivých úkolů jak v tréninku, tak v soutěži kladeny určité požadavky (Biddle, Wang, Kavussanu & Spray, 2003). V optimálním případě se tréninková činnost stává komplexní incentivou pro všechny tři výše zmíněné skupiny potřeb (Hrabal, Man & Pavelková, 1989).

Bylo opakovaně prokázáno, že vnitřní motivace sportovců má pozitivní dopad na kvalitu jejich tréninku, respektive dopad na herní výkon (Pavelková, 2002; Lonsdale, Hodge & Rose, 2009). Je to zejména z důvodu, že sportovci, které tréninková, tedy učební činnost zajímá, se v nich více angažují, častěji z nich pociťují vnitřní uspokojení a vykazují vyšší kvalitu porozumění a pochopení souvislostí. Potvrzen byl i pozitivní dopad na paměťové pochody a na koncentraci a menší unavitelnost při učení.

Jsou-li při trénování vzbuzovány poznávací potřeby, dochází nejspolehlivěji k úspěchu ve sportovní činnosti a vytváření kognitivních dispozic. Jedinec, který je vnitřně motivován, se učí nebo trénuje proto, že učení, respektive trénink pro něj představuje zdroj poznání, protože to, co se učí, ho zajímá. Podstatné tedy je, že jde o vnitřní motivaci z hlediska tréninkové činnosti, jelikož sama tréninková činnost uspokojuje danou potřebu jedince. Angažování se v činnostech, které jedince zajímají, bývá velmi spontánní a zaměření na ně je autentické. To, co jedinec dělá, dělá plně z „vlastní vůle". Uspokojováním potřeb poznávání se současně zpevňuje proces jejich rozvoje (Pavelková, 2002). Důležitou sociální potřebou, která umožňuje sociální učení a prostřednictvím něho také postupné vřazování do mezilidských vztahů je potřeba identifikace (Lau, Fox & Cheung, 2004; Hrabal, Man & Pavelková, 1989). Poslední, avšak neméně důležitou potřebou je potřeba výkonu. Existuje několik teorií výkonové motivace, z nichž Atkinsona patří mezi nejuznávanější. Je založena na představě nezávislosti potřeby úspěšného výkonu a potřeby vyhnutí se neúspěchu. Tyto dvě potřeby jsou základem výkonové orientace skládající se dále ze stupně přitažlivosti výkonové aktivity pro jedince a subjektivní pravděpodobnosti očekávaného výsledku. Výsledná orientace člověka ve výkonové situaci pak závisí na převaze jedné nebo druhé orientace. Další existující teoretická úvaha o výkonové motivaci je sociálně kognitivistický přístup (Nicholls, 1984), ve kterém se předpokládá existence dvou hlavních cílových perspektiv, jež nacházejí uplatnění ve výkonových kontextech.

Na počátku sportovní kariéry prochází sportovec generalizací motivační struktury, kdy se řídí především libostí prožitků. Druhým vývojovým stádiem motivační struktury je její diferenciace, na základě které seberealizační motivy a úspěch střídá pouhé prožitky. Libost nemizí, ale začíná být spojována s úspěchem ve sportovní činnosti. Tak se tvoří relativně trvalý základ motivace a vzniká dominantní zaměření na určitý sport. Třetí, kulminační stadium je stadium stabilizace motivační struktury, tedy racionálního vztahu ke svému sportu (Slepička, Hošek & Hátlová, 2009). V období dospívaní se jedinec nachází mezi druhým a třetím stadiem vývoje motivační struktury. Toto období je také zároveň mnoha autory popisováno jako klíčové období, v průběhu kterého se často rozhoduje o tom, zda jedinec bude či nebude dále usilovat o dosažení nejvyšší úrovně (Bloom, 1985, Stambulova, 1994, Cote, 1999, Wylleman & kol. 2004). Frazer-Thomas, Cote & Deakin (2008) pak poukazují na fakt, že zřejmě právě tehdy ze sportu odchází největší množství mladých úspěšných jedinců.

Burnout syndrome, neboli syndrom vyhoření je na základě předchozích výzkumů (Raedeke, 1997; Schaufeli & Buunk, 2003) definován jako „psychofyziologický syndrom a dysfunkční stav charakterizovaný emocionálním a fyzickým vyčerpáním, které vedou ke snížené tendenci k dosažení úspěchu, a tím následně ke sportovní devalvaci". Ani tato definice ale není všeobsahující a konečná, proto Schaufeli a Buunk (2003) doporučují, aby se tato definice syndromu vyhoření postupně dále rozvíjela.

Dnes je syndrom vyhoření považován mezi sportovci za velmi vážný stav. Odhadovaná prevalence vyhoření mezi sportovci se podle mnohých autorů (Eklund & Cresswell, 2007, Gustafsson, Kenttä, Hassmén, & Lundqvist, 2007) pohybuje od 1 do 5%. Jak ale doplňují Gustafsson, Kenttä a Hassmén (2011) tyto odhady se musí interpretovat opatrně, protože jsou založeny na relativně malých skupinách z vybraných populací. Předpokládá se však, že výskyt vzrůstá kvůli zvyšujícímu se tréninkovému zatížení a zvyšujícímu se tlaku v elitních sportech (Gould & Dieffenbach, 2002; Dale & Weinberg, 1990). Hlavním argumentem pro toto tvrzení je, že sport na nejvyšší, elitní úrovni je provozován

téměř s celoročním úsilím, kdy je často nejasná hranice mezi sezónou soutěžení a mimosoutěžní, což poskytuje omezený čas na regeneraci (Weinberg & Gould, 2007).

Bylo prokázáno, že syndrom vyhoření vede k afektivním, kognitivním, motivačním a behaviorálním důsledkům (Goodger, Gorely, Lavallee & Harwood, 2007), což vede k chronickému emočnímu a fyzickému vyčerpání (Goodger, Wolfenden & Lavallee, 2007; Gustafsson, Hassmén, Kenttä & Johansson, 2008, Raedeke & Smith, 2001). Jedinec, který je vyhořelý, tak často zažívá depresivní náladu, snížený smysl pro úspěch, pocity bezmoci a v neposlední řadě také ztrátu motivace. To vše může v některých případech vést opouštění sportovního prostředí (Gould, Tuffey, Udry & Loehr, 1996; Smith, 1986).

Požadavky na životní události, ať již školní nebo pracovní, dále pak finanční problémy, dysfunkční vztahy nebo sociální konflikty ovlivňují tréninkovou toleranci sportovce a tím zvyšují riziko nedostatečné výkonnosti (Miller, Vaughn & Miller, 1990). Tím, jak se stresové faktory akumulují, mohou ústit ve stres chronický (McEwen, 1998; Semmer, McGrath & Beehr, 2005). To vysvětluje, proč mnohé, i když malé, každodenní potíže mohou přispět k narušení adaptace na trénink, přetrénování a nakonec rozvoji syndromu vyhoření (Cresswell, 2009, Gustafsson, Hassmén, Kenttä & Johansson, 2008, Rowbottom, 2000). Je však také důležité poznamenat, že ne každý, kdo zažívá stres, vyhoří (Raedeke, 1997).

Některé studie uvádí jako časté důvody předčasného odchodu mládeže ze sportu například negativní vlivy rodinného prostředí, nedostatečný výkonnostní nárůst spojený s negativními prožitky či nemožnost sladit požadavky sportovní kariéry s požadavky školy (Hošek & kol., 1985, Slepičková & Kavalíř, 1997). Jiné pak na příklad nedostatek radosti, vnímání kompetencí, sociální tlak, konkurenční priority a fyzické faktory (vyspívání a zranění) (Crane & Temple, 2014). Autoři Gustafsson, Kenttä a Hassmén (2011) pak poukazují na fakt, že v rámci mnoha studií na toto téma si mohou velmi často jednotlivé výsledky a závěry odporovat.

V návaznosti na výše uvedené poznatky a na základě citovaných studií, které dokumentují význam změn motivace pro ovlivnění kariéry talentované mládeže lze soudit, že toto její předčasné ukončování je poměrně časté. Můžeme také konstatovat, že se jedná o problematiku projevující se u různých sportů, v různých obměnách i za rozdílných společensko-ekonomických podmínek a má tudíž povahu závažného jevu ovlivňujícího i efektivitu sportovní přípravy dětí a mládeže.

Z tohoto důvodu bude v předkládané studii cílem analyzovat některé důvody, které vedly k předčasnému ukončení sportovní kariéry v období dospívání u jedinců, kteří v jejím průběhu prokazovali sportovní talent a dosahovali, ve srovnání s ostatními, lepších výsledků.

Metodika

Pro studii jsme využili postupy kvalitativního výzkumu, konkrétně fenomenologické interpretativní analýzy (Smith & Osborne, 2008) podle plánu vícepřípadové studie. Ta byla zvolena z důvodu co největšího porozumění určitému sociálnímu objektu v jeho úplné jedinečnosti a komplexitě (Hendl, 2005). V případové studii jde o zachycení složitosti případu, popisu vztahů v jejich celistvosti a zaměření se na hledání relevantních ovlivňujících faktorů a na interpretaci těchto vztahů. Případová studie pak vypráví historii tohoto ohraničeného sociálního objektu, kdy je účelem dojít k přesným a hloubkovým závěrům, což byl hlavní záměr tohoto výzkumu (Stake, 2006).

Z možností volby případové studie jsme zvolili osobní, protože přesně odpovídá záměrům našeho výzkumu. Při osobní případové studii se pozornost věnuje minulosti, kontextovým faktorům a postojům, které předcházely určité události, v případě tohoto bádání sportovnímu životu probanda, respektive důvodům jeho ukončení. Zkoumají se možné příčiny, determinanty, faktory, procesy a zkušenosti, které k dané události, sportovní život probanda a jeho ukončení nebo uvažování o jeho ukončení, přispěly. To vše odpovídá teorii, která tvrdí, že případová studie je nejvhodnější strategie v případě, kdy nás zajímají otázky „proč" a „jak" v daném problému, kdy zároveň nemáme kontrolu nad průběhem událostí a zaměřujeme se pouze na přítomný fenomén v rámci jeho reálných kontextů (Hendl, 1997). Hlavní výzkumná otázka uváděné studie je zaměřena na to, jaké motivační faktory se podílely na změně životního stylu respondentů v období dospívání.

Před zahájením výzkumu byl výzkumný projekt schválen etickou komisí FTVS UK.

Účastníci studie

Výběr probandů byl záměrný, a důvodem bylo, že se studie mohl účastnit pouze ten, kdo prošel cíleným tréninkem v dětství a v dospívání tento trénink ukončil, nebo o tom uvažoval. Probandi byli

ve věkovém rozmezí mezi 19 – 22 lety, přičemž všichni buď sportovní karieru již ukončili, anebo o zanechání sportu intenzivně uvažovali, navzdory tomu, že dosahovali úspěchů v této činnosti a vykazovali předpoklady k dosahování úspěchů i budoucnosti. Tento věk jsme zvolili také z důvodu aktuálnosti proběhnuté události opuštění sportovního prostředí. Zároveň se jedná o věk, kdy jsou tito jedinci schopni sebeanalýzy a možnosti identifikovat nejdůležitější momenty a motivy jejich rozhodnutí.

Probandi pro tuto pilotní studii byli 4, dva chlapci a dvě dívky, jak z individuálních, tak kolektivních sportů pro možné ilustrativní porovnávání jejích výpovědí. Toto porovnání bylo vzhledem ke kvalitativní studii pouze interpretační, nikoliv statistické.

Tabulka 1./ Table 1.
Přehled účastníků pilotní studie./ Overview of Pilot Study Participants.

Jméno (name)	věk (age)	sport	doba závodní činnosti (roky) the duration of the racing aktivity (years)	závodní činnosti (roky) doba od ukončení time after the end of racing (years)	nejlepší výsledky v průběhu závodní činnosti best results during racing
Sára	19	basketbal (basketball)	10	1	mistryně světa 3×3 v basketbalu 2016 (world champion 3× 3 basketball 2016)
Martina	22	moderní gymnastika (artistic gymnastic)	15	2	členka seniorského reprezentačního týmu, účastnice MČR, ME (member of the senior representation team, participant of the Czech/Europian Championship)
Dan	22	baseball	13	2	člen Americké NFL, účastník seniorského MČR a ME (Member of NFL, participant of the Czech/Europian Championship)
Dominik	22	lední hokej (ice hockey)	16	2	člen juniorského i seniorského extraligového týmu (member of the junior and men´s extraleague team)

Sběr dat

Sběr dat byl určen konceptuální strukturou, vědeckou otázkou a kritérii pro výběr probandů. Po zvážení těchto hledisek jsme jako výzkumnou metodu pro sběr dat k této studii zvolili polostrukturovaný rozhovor. Linie vedení rozhovoru je určena předkládáním problémových oblastí a cílenými otázkami (Kvale, 1996).

Konkrétní formu polostrukturovaného rozhovoru tvořil rozhovor fenomenologický, který je jednou z variant rozhovoru zaměřeného na historii života dotazovaného. Požaduje, aby dotazovaný konstruoval a dával význam svému jednání v konkrétních sociálních situacích (Miovský, 2006).

Na základě teorií sebedeterminace (Deci & Ryan, 1985) a sociálně-kognitivních modelů výkonové motivace (Dweck, 2000, Elliot & Dweck, 2005) byla připravena témata, která měl každý rozhovor pokrývat. Okruhy otázek se tak týkaly především témat vnitřních faktorů, jako jsou zdroje vnitřní motivace, vlastnosti jedince, apod., dále pak vnějších faktorů, kterými jsou zdroje vnější motivace, podmínky apod. Tyto odpovědi vyvstaly z otevřených otázek typu: „Proč jsi skončil/a se sportem?", „Proč jsi začal/a se sportem?", „Co tě vedlo k tomu, že jsi začal/a uvažovat o odchodu?" apod. Poslední okruh otázek měl postihnout výpovědi okolností, a to životních i sportovních, tedy např. zdraví, souběh okolností apod. Otázky v těchto okruzích byly tvořeny osnovou rozhovoru, ale zároveň, jak doporučuje Hendl (2005) bylo vhodné reagovat na aktuální odpovědi respondentů. Každý rozhovor byl zaznamenán na diktafon, následně přepsán do textové podoby a dále analyzován.

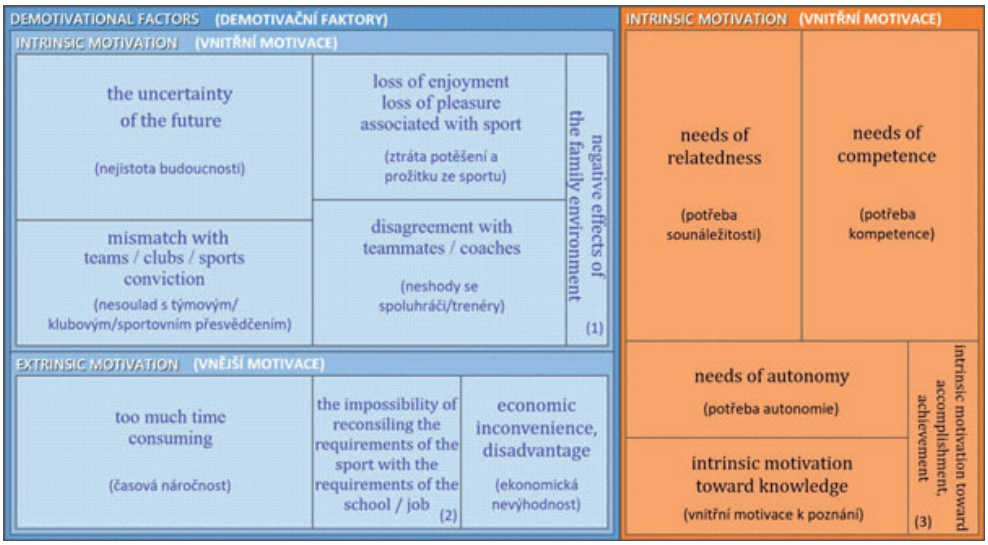
Analýza a interpretace

Přepsaná data byla analyzována s využitím postupů, které jsou doporučovány autory vycházejícími z interpretativně-konstruktivistického paradigmatu (Smith & Osborn, 2008, Stake, 2006). Hlavním předmětem analýzy rozhovorů byl subjektivní význam, který dávali respondenti situacím objevujícím se v jejich vývoji. Cílem analýzy bylo odhalit, jaké motivační, respektive demotivační faktory se podílely na rozhodnutí respondentů ukončit jejich závodní činnost. S tímto záměrem byla v rozhovorech hledána relevantní společná témata, která byla následně detailněji rozpracovávána pomocí objevujících se kategorií, u nichž pak byly hledány vzájemné vztahy. Tato témata a jejich vzájemné vztahy pak byly

dále diskutovány v kontextu dalších výzkumů, především vycházejících ze sebedeterminační teorie a ze sociálně kognitivních teorií výkonové motivace.

Na základě literárních zdrojů, předešlých výzkumů a analýzy získaných rozhovorů byly vytvořeny následující kategorie vzniklých témat. Vycházeli jsme z předpokladu, že nenaplnění základních potřeb pro vytvoření vnitřní motivace (Deci & Ryan, 2002), zároveň nenaplnění potřeb, které jsou typické pro sportovní prostředí (Pavelková, 2002) a zvýšený výskyt demotivačních faktorů povedou k ukončení činnosti jednotlivcem. Toto kategorizační schéma zachycuje nejčastější faktory, respektive důvody, jež se podílely na změně životního stylu účastníků studie, a tím vedly k opuštění sportovního prostředí. Hierarchický graf na obr. 1 byl vytvořen pomocí programu NVivo11 a zobrazuje zastoupení a poměr nejčastěji se objevujících důvodů k ukončení sportovní kariéry v rozhovorech.

Obrázek 1./ Figure 1.
Hierarchický graf zachycující zastoupení a poměr jednotlivých kategorií./ A hierarchical graph depicting representation and the ratio of each category.



1 – negativní efekt rodinného prostředí
2 – nemožnost sladit požadavky sportu s požadavky školy/práce
3 – vnitřní motivace k úspěšnému výkonu

Výsledky a diskuse

V následující části jsou proto prezentovány výsledky studie prostřednictvím popisu jednotlivých kategorií a jejich vzájemných vztahů, které byly získány analýzou provedených rozhovorů. Vzhledem k našemu záměru přiblížit prožité zkušenosti respondentů, jsou jednotlivé kategorie doplněny odpovídajícími úryvky z rozhovorů. Dále jsou v rámci výsledků prezentovány vztahy mezi kategoriemi tak, jak vyplynuly z analýzy.

Jak můžeme vidět z obr. 1., hlavním zjištěním této pilotní studie je fakt, že na opuštění sportovního prostředí v období adolescence se v našich rozhovorech více podílely demotivační faktory, které na obr. 1. zaujímají větší plochu, než nenaplnění podmínek k vytvoření vnitřní motivace. Můžeme se domnívat, že je tomu tak zejména proto, že tito jedinci, kteří se dostali na určitou výkonnostní úroveň, již ve své sportovní kariéře projevili jistou vnitřní motivaci k činnosti, jež relativně dlouhodobě provozovali.

Demotivační faktory

Při vytváření kategorie demotivačních faktorů je v rámci teorie sebedeterminace, zejména její subteorie organismické integrace (Deci & Ryan, 2002) nutné připomenout, že o „demotivaci" můžeme hovořit pouze v případě, pokud je vztahována k činnosti, ke které již jedinec dříve vykazoval motivované chování. Nemluvíme tedy o činnostech, které bychom ve vztahu k jedinci mohli označit

za amotivované. V tomto případě by se nejednalo o demotivační faktory, ale o absolutní nezájem a nedostatek smyslu pro konání konkrétní činnosti.

Dále jsme kategorii „demotivační faktory" rozdělili na faktory související převážně s vnitřní motivací a na faktory související převážně s motivací vnější. Vycházeli jsme z předpokladu, že v období adolescence již jedinec není, nebo alespoň nemusí být tolik ovlivněn a svázán vnějšími činiteli. Chtěli jsme tedy zjistit, nakolik je toto tvrzení pravdivé, případně vidět i poměrové zastoupení v jednotlivých rozhovorech.

Faktory související s vnitřními motivy

Mezi faktory, které se váží tak zvaně do nitra jedince, tedy takové, které souvisí s jedincovou vnitřní motivací, jsme zařadili *nejistotu budoucnosti, ztrátu potěšení a prožitku ze sportu, nesoulad s týmovým/klubový/sportovním přesvědčením, neshody se spoluhráči/trenéry a negativní efekt rodinného prostředí.* V následující tabulce jsou zaznamenány některé úryvky odpovědí respondentů, které byly zařazeny do této kategorie.

Tabulka 2./ Table 2.

Úryvky odpovědí související s demotivačními faktory vázanými na vnitřní motivaci./ Response excerpts related to demotivational factors linked to internal motivation.

nejistota budoucnosti	Martina: *„Bylo to těžký.. Bylo to těžký, jako přeci jenom to byl můj celý život že jo.. a teď prostě najednou.. Hrozně dlouho jsem nad tím přemýšlela, jako že bych tam třeba zůstala trénovat dvakrát týdně nebo tak. Ale pak jsem si říkala jako že to fakt jako nemá význam. Vůbec. Že radši se teď budu věnovat naplno něčemu jinýmu."* Dan: *„Už toho bylo dost no a říkal jsem si, že ne jen baseball. Že jsou i nějaký jiný věci na život, který jsou důležitý.."* Dominik: *„měl jsem tréninků spoustu a nechodil jsem do školy, tak jsem vlastně i propadl, takže jsem si pak řekl, že mi nestojí za to věnovat čas tomu, aby pak o mě celý život někdo rozhodoval.."*
ztráta potěšení a prožitku ze sportu	Sára: *„já jsem se snažila třeba jako.. aby mě to zase začlo bavit nebo takhle.. ale to prostě nešlo.."* Dominik: *„asi bych se pokusil o to, aby ten hokej pro mě nebyl tak stresující. Protože pak už jsem si to ani neužíval a byl to jenom fakt takovej dril no. Prostě fakt to mít na párku, jak se říká. Já už jsem tam nechodil s takovou tou láskou, ale chodil jsem tam s takovym tim "musim""*
nesoulad s týmovým/ klubovým/ sportovním přesvědčením	Sára: *„taky je tam taková ta rivalita mezi holkama. Taková ta nepříjemná atmosféra. Teda většinou.. nevim jak jinde, ale v našem klubu je to hrozný po týhle stránce.. a to fakt nechci.."* Martina: *„A je to ve všech klubech. Je to hrozně smutný, ale je to tak.. Jako v tom klubu samotnym je to míň, ale hlavně klub vůči klubu je to strašný. Hrozně moc!"* Dominik: *„tam je podle mě problém ten, že já jsem hrozně cítil z toho, že jsem v nepříjemným prostředí. Já jsem cítil tu hrozně špatnou energii z toho, že ti něco nepřejou. A nebylo to takovýto "jo, on je dobrej a já chci bejt stejně dobrej jako on", ale bylo to "on je dobrej.. ty jo, mohlo by se mu něco stát, aby nehrál.." Taková ta.. mě vadila ta faleš na tom."*

	Dominik: *„Ale já jsem byl vlastně tak zhusenej, že já jsem neměl ani náladu vůbec nikam jít. Já jsem začal hrát.. já jsem byl loni poprvý! Od tý doby, co jsem skončil to trvalo dva a půl roku. Já jsem to nemohl ani vidět. Fakt jako.. a třeba už jsem si říkal, že bych šel, ale představa, že tam lezu a zase.. mě to přišlo, jak kdyby kolem mě byl takovej strašák a takhle mě to uplně svíralo.. to bylo fakt hrozný. Já jsem přestal sledovat i NHL a takhle."* Dominik: *„Prostě mě se to nelíbí, tady ty vztahy no.. mě se to fakt příčí. Ale když vidim, jak to vedení a všude ty vedení se stavěj k těm hráčům, k těm lidem.. to nemam zapotřebí prostě.."*
neshody se spoluhráči/ trenéry	Sára: *„Ale on vůbec necítil, že dělá něco špatně. On si vůbec nemyslel, že ta chyba je na jeho straně. On si myslí, že všechno dělá dobře a že my se nesnažíme.. "* Dominik: *„Já kdybych toho člověka viděl teď.. já jsem měl fakt jako takovou nenávist.. já kdybych ho teď viděl, já bych ho pozdravil, já bych mu řekl "pane vy jste byl tak ubohej, podivejte se na sebe, mě je vás tak líto.. " Protože mě je ho fakt líto. Protože vozit se vlastně po dětech.. to je.. to dítě rozhodíš hned."* Dominik: *„Já už se třeba s klukama fakt jako vůbec nestýkám. Nechci. Já už si s nima nemam co říct. Oni jsou prostě takový jako nafintěný a namyšlený a ta jejich póza že jo. A jsou fakt jako některý zlý."*
negativní efekt rodinného prostředí	Dan: *„to jsem byl taky tlačenej z domova, že já jedu všude a ona nikam.. ale no.. je to takový.. je to nefér že jo, to cejtim. Je to prostě nefér."*

Někteří autoři (Bloom, 1985; Ericsson & Charness, 1994; Frazer-Thomas, Cote & Deakin, 2008), pro pokračující angažovanost v intenzivním tréninku v průběhu dospívání a později uvádí jako nezbytné mimo jiné to, aby sportovec začal vnímat svoji sportovní kariéru jako součást své identity a aby měl reálnou možnost věnovat se sportovní přípravě jako práci na plný úvazek. Účastníci této pilotní studie představují průběh vývoje, při němž jedno nebo obě tato kritéria nebyla naplněna. Buď začali některé aspekty přípravy vnímat jako neslučitelné s charakteristikami, se kterými se identifikovali, nebo považovali za nemožné věnovat se přípravě stejně intenzivně jako dříve.

Důležitou sociální potřebu, která umožňuje sociální učení a prostřednictvím něho také postupné vřazování do mezilidských vztahů, vidí potřebu identifikace i Hrabal, Man a Pavelková (1989). Tato potřeba provází člověka celý život, v průběhu se však mění objekt identifikace.

Dominik udával jako hlavní důvody odchodu ze sportovního prostředí především interní faktory, konkrétně prožitek nesouladu s klubovým nebo týmovým přesvědčením. V tomto případě potvrzuje fakt, že nedochází-li k situaci, při které jedinec vnímá celou svou sportovní dráhu jako součást své identity, vede to k ukončení závodní činnosti. Kategorie „nejistota budoucnosti" může v tomto případě simulovat neschopnost věnovat se sportovní přípravě jako práci na plný úvazek. I v této kategorii uváděli všichni respondenti důvody svého ukončení, nebo alespoň omezení sportovní činnosti. Jako hlavní důvod k opuštění sportovního prostředí ztrátu potěšení a prožitku z činnosti udávala Sára. I toto tvrzení poukazuje na nevytvoření osobní identity se sportem.

Faktory související s vnějšími motivy

Naproti kategoriím, které souvisí převážně s vnitřními motivy, jsme postavili kategorii, do které byly zařazeny ty výpovědi, u kterých byl hlavní činitel postaven mimo vnitřní nastavení jedince. Jedná se o *časovou náročnost, nemožnost sladit požadavky sportu s požadavky školy/práce a ekonomickou nevýhodnost.* V následující tabulce jsou opět zaznamenány některé úryvky odpovědí, které byly zařazeny do této kategorie.

Tabulka 3./ Table 3.

Úryvky odpovědí související s demotivačními faktory vázanými na vnější motivaci./ Response excerpts related to demotivational factors linked to external motivation.

časová náročnost	Sára: *„Přišlo mi, že mě to omezuje v ostatních věcech. Jakože jsem měla jen ten basket a nic jinýho. Jsem prostě se ráno vzbudila, šla do školy, šla na trénink, šla do školy, šla na trénink a domu. A neměla jsem jiný kamarády a nemohla jsem nikam chodit a tak."* Dan: *„Jeden z důvodů, proč jsem takhle skončil bylo, že mi to vlastně bralo strašnýho času.."* *„Nevim, jak je to v těch ostatních sportech, ale u nás je to hlavně kvůli tomuhle.. to prostě člověku sebere uplně každej víkend od dubna do září."* Dominik: *„Já jsem vůbec neprožíval takový ty věci jako chodit ven s holkama, protože jsem furt dojížděl z Kladna do Prahy. Jako já jsem nepotřeboval chodit po diskotékách, ale já nemohl jít ani na ples že jo.. a mě to hrozně chybělo. Takovej ten společenskej život trošku."*
nemožnost sladit požadavky sportu s požadavky školy/práce	Dan: *„Neměl jsem čas na to, abych vydělával peníze, jak bych potřeboval, abych byl schopnej se normálně uživit.. normálně bez toho, aniž by mě museli podporovat rodiče."*
ekonomická nevýhodnost	Dan: *„...baseballem letos zameškal 60 pracovních dnů za celou sezónu a nemá za to nic. Takže to je absolutně nemyslitelný, abych v tomhle teď pokračoval dál. To už prostě nejde."* Dominik: *„Ale jako placená stylem, že třeba dostaneš dvojku. A proplatěj ti cestovný. V první lize se třeba můžeš dostat na 20.000, ale to je směšný prostě.. To už je fakt lepší pracovat někde normálně a máš aspoň kariérní růst. Tadyto je zoufalý."*

Všechny tři kategorie u demotivačních faktorů souvisejících s vnějšími motivy dokazují, že nedošlo k naplnění předpokladu úspěšně proběhnuté sportovní kariéry až do postupné fáze involuce kvůli nemožnosti věnovat se sportovní kariéře jako práci na plný úvazek. *Časová náročnost* sportu v průběhu života jedinců a přibývajících životních povinností přechází na *nemožnost sladit požadavky sportu s požadavky školy/práce* a dále pak na *ekonomickou nevýhodnost.* I přes ukázku pouze vybraných odpovědí respondentů v tabulce č. 3 na tento problém odkazovali shodně všichni účastníci studie.

Motivační faktory na základě teorie základních potřeb v rámci sebedeterminační teorie

Na základě teorie sebedeterminace a její subteorie základních potřeb (Deci & Ryan, 2002) jsme jako další kategorii stanovili nenaplnění právě těchto základních potřeb, které by měly vést ke snížení vnitřní motivace k činnosti.

Mezi základní potřeby k vytvoření vnitřní motivace k činnosti patří potřeba autonomie, potřeba kompetence a potřeba sounáležitosti, respektive dobrých vztahů. Teorie základních potřeb vychází z předpokladu, že tyto potřeby jsou univerzální, tedy nezávislé na věku a pohlaví, ani na sociokulturních faktorech. Vnější zásahy ovlivňují vnitřní motivaci do té míry a takovým způsobem, nakolik napomáhají, resp. brání uspokojování těchto základních potřeb. Uspokojením těchto základních potřeb je poté splněna nezbytná podmínka pro osobní růst jedince a následné pociťování subjektivní životní pohody. Naopak existence faktorů bránících uspokojení těchto potřeb, vede jedince k negativním důsledkům.

Autonomie vyjadřuje potřebu být původcem vlastního jednání, schopnost kontrolovat situaci, příp. vlastním jednáním vyvolávat změny v okolí. Kompetence se týká potřeby být efektivní ve vlastním jednání a pociťovat v něm jistotu. Je také velmi důležité, zda jedinec vnímá vnější zásah jako kontrolující, nebo pouze jako informující. Pokud je pozitivní zpětná vazba o tom, jak se jedinci v dané aktivitě daří, vnímána čistě jako signál o jeho kompetenci, je pravděpodobné, že nebude rozhodující z hlediska dalšího vykonávání činnosti, tedy že jeho vnitřní motivaci nenaruší. V případě, že se jedinec

cítí určitými událostmi tlačen, ztrácí pocit sebedeterminace a může tak dojít k oslabení vnitřní motivace. Potřeba vztahů pak postihuje potřebu vzájemnosti a sounáležitosti a týká se především potřeby někam patřit, družit se s ostatními, být ostatními přijat, apod.

V následující tabulce jsou opět zaznamenány některé úryvky odpovědí respondentů, které byly do této kategorie zařazeny.

Tabulka 4./ Table 4.

Úryvky odpovědí související se základními potřebami vztahující se k vytvoření vnitřní motivace k činnosti./ Response excerpts related to the basic needs related to the creation of internal motivation for action.

potřeba sounáležitosti	Dan: *„Během jednoho roku asi pět lidí skončilo. Neříkám, že to byli všichni jako ze základu, ale byl to prostě hlavní kmen toho týmu. Kamarádsky. A to je pro mě teď určitě to nejdůležitější."*
potřeba kompetence	Martina: *„Já jsem byla i šikovná na náčiní, takže jsem toho mohla i hodně spojit dohromady. Ale tohle bohužel viděl málokdo.. pořád jsem taky poslouchala, jak jsem tlustá a tak a už toho bylo moc. Dva roky byla dlouhá doba tohle poslouchat a zvládat to.."* Dan: *„Byl jsem takovej zklamanej z toho.. třeba z našeho trenéra, že udělal nějaký rozhodnutí, který udělal..na jednom turnaji mě defakto nenapsal na soupisku.. a dost mě to zklamalo v tu chvíli.."*
potřeba autonomie	Martina: *„Vůbec neposlouchali, co já chci. Oni měli to svoje a.. nedalo se s tím nic moc dělat."* Dominik: *„Že budu něčí hráč, že trenér bude rozhodovat o mým postu, jestli budu hrát nebo nebudu hrát, jaký budu mít peníze nebo nebudu mít. Jo, to mi vadilo prostě. Že tam nemáš vlastně svojí volbu. Tam jsi prostě součást týmu nebo klubu a ten trenér tě buď může zašlapat nebo nemusí. To se mi nelíbilo prostě.. aby mě celý život někdo ovládal."* Dominik: *„Skončil jsem z toho důvodu, že jsem viděl, jak kluci, kteří odešli z juniorů a měli nabídky do áčka a už měli smlouvy, tak nedostali prostor v tom áčku, ale protože měli podepsanou smlouvu, tak je zadupali někde v druhý lize."*

Vnitřní motivace, je-li navozena, bývá velice stálá a napomáhá kontinuální motivaci k tréninku, a to i po ukončení aktivní sportovní kariéry, kdy jedinci prokazují aktivní zájem o daný sport, nebo sport celkově. Z výzkumů autorů Deciho a Ryana (2002) ale vyplývá, že oslabený pocit kompetentnosti a autodeterminace snižuje jedincovu vnitřní motivaci. Z vybraných odpovědí v tabulce č. 4 je jasně vidět, že téměř všichni respondenti jako jednu oblast z důvodů vedoucí k ukončení sportovní kariéry uváděli právě nenaplnění základních potřeb. Vzhledem k faktu, že se jednalo o jedince, kteří se během své sportovní kariéry, i když před očekávaným vrcholem, dostali na jistou sportovní úroveň, neočekáváme, že nenaplnění potřeby kompetence bude významné. Naopak ale můžeme tušit, že nenaplnění potřeb dobrých vztahů a zejména potřeby autonomie bude u respondentů zmiňováno častěji. Jak je vidět z obrázku č. 1 tyto předpoklady se nenaplnily zcela.

Teorie základních potřeb upozorňuje na z motivačního hlediska podstatný rozdíl situací, kdy si může jedinec úkol stanovit a vybrat sám a situace, kdy je mu úkol určen, přidělen někým jiným. V těchto teoriích bývá pak rozlišováno jednání auto determinované, tedy takové, kdy jedinec jedná na základě vnitřní podpory, nezávisle, spontánně, bez nátlaku a v souladu se svým přáním, pociťuje svobodu, pohodu a potěšení a jednání řízené, kontrolované, což odpovídá nemožnosti výběru, nutnosti zadanou činnost splnit, což bývá doprovázeno negativními emocemi, jako je tlak, napětí, nervozita apod. (Pavelková, 2002). Nejvíce omezení autonomie udával Dominik, u kterého je ale nutné brát v potaz výběr sportovní disciplíny – hokej, který je v České republice na profesionální úrovni.

Diskuse

Tento výzkum ukázal, stejně jako předchozí (Fonseca et al., 2010; Hošek & et al., 1985; Slepičková & Kavalíř, 1997; Crane & Temple, 2014; Gustafsson, Kenttä & Hassmén, 2011), že existuje mnoho faktorů, které mohou vést k opuštění sportovního prostředí.

Z výše zmíněných a okomentovaných kategorií a následně jednotlivých výroků je více než důležité zdůraznit roli a dopad, který má trenér v životě sportovců a následně v chodu jednotlivých klubů, ať již v definici jejich kultury nebo jejich institucionálního etosu. Sportovci se velmi intenzivně a se zvláštním emocionálním vyjádřením odvolávají na vliv trenéra, jeho profil jako člověka a na charakter tréninku, který trenér zastává. Zdůrazňují také důležitost vztahu, který s nimi trenér udržuje, a to zejména při rozhodování v klíčových okamžicích, jako jsou soutěže nebo i osobní záležitosti sportovce. Z tohoto důvodu je důležité si uvědomit, že trenéři mohou být velmi důležitým faktorem, který může vést k opuštění sportovního prostředí, a to i v momentě, kdy si sami trenéři tuto svojí důležitost neuvědomují. Být sportovec na nejvyšší úrovni obnáší jednání s různými proměnnými, z kterých je většina z nich pod konstantním tlakem. Sportovci se v těchto kontextech potřebují cítit autonomní a kompetentní. Vždy také potřebují cítit možnost se zlepšovat (technicky a takticky) a možnost dosahovat úspěšného výkonu (Atkinson a Feather, 1966). Sami sportovci jsou zvyklí nekriticky poslouchat organizaci sportovních kontextů, nebo pouze přehodnotit některé konkrétní rituály, ale pouze za předpokladu pocitu motivování k přijmutí těchto pokynů. Musí mít také pocit, že „mají slovo" při definování vlastních cílů. Je tedy důležité nejen poslouchat jejich názory, ale je také třeba vzít je v úvahu. Podle našich výsledků je totiž toto přesně tou nejdůležitější věcí, kterou se sportovci snaží v trenérovi najít.

Dalším klíčovým problémem a následně výsledkem této studie byla ztráta potěšení a prožitku ze sportu. Tento faktor je někdy zvažován ve vztahu k jiným faktorům, jako je přílišná časová náročnost, kdy sportovci nemají čas na další, avšak stále důležité činnosti, jako jsou například společenské a kulturní aktivity. Nicméně ve většině vyobrazených příběhů nemohou tito sportovci poskytnout jedno racionální vysvětlení ztráty zájmu, potěšení a prožitku ze sportu (Donnelly a Kidd, 2003). Zdá se tedy, že se v tomto případě jedná o něco, co se odehrává pomalu a tiše, až do jednoho dne, kdy v důsledku akumulace všech těchto faktorů sportovci necítí stejnou vášeň, se kterou do sportovního prostředí vstupovali.

Rodiče a tzv. významní další jsou také označováni jako faktor, který vede k ukončení sportovní kariéry. Významnější než rodina se ale zdá být obtížnost sladění sportovních požadavků s požadavky školních povinností, zvláště v momentě, kdy se ocitnou v bodě, kdy se musí rozhodnout, zda pokračovat ve své sportovní kariéře, anebo ve studiu a pokračovat na vysokou školu. Stejně to platí i v momentě, kdy se rozhodují mezi sportem a případnou prací. Obtížnost sladění těchto dvou kontextů získává o to větší důležitost, když si sportovci uvědomí, že jejich budoucí kariéra nemůže být spojena s plnou sportovní kariérou z důvodu finančních podmínek (Crane & Temple, 2014; Fonseca et al., 2010).

Závěr

Nejdůležitějším závěrem z našeho úhlu pohledu je možný praktický důsledek této práce, kdy bychom doporučili přiblížit vztah mezi výzkumnými pracovníky a pracovníky v dané praxi – trenéry. Zejména z důvodu důležitosti zpětné vazby z provedených šetření a následných závěrů. Pouze tímto způsobem si mohou trenéři, federace a vzdělávací systém trenérů uvědomit motivační faktory, které vedou k odchodu talentovaných sportovců. Abychom se pokusili tomuto fenoménu vyhnout, je nutné připravit trenéry v jejich počátečním vzdělávání. Na této úrovni je důležité pokusit se vytvořit určité partnerství mezi vzdělávacími školami/centry pro trenéry a pokusit se zajistit jejich kvalitní vzdělávání, a to nejen po stránce technicky odborné, ale také po stránce plně rozsahové, kdy by výuka trenérů měla, mimo jiné, obsahovat i základy psychologie sportu.

Vhodným rozšířením tohoto výzkumu by mohlo být zařazení do rozhovorů otázky týkající se posouzení přínosů, ať již pozitivních nebo negativních, které má sport pro každodenní život. Zejména proto, že se tyto rozhovory dotýkají velmi významné části mladší populace, konkrétně mladší populace ve sportovním kontextu. Mohli by být proto považováni za společenský mikrosystém, kde dochází k sociálnímu vývoji. Přínosné by také jistě byly otázky na názory sportovců, které by je konfrontovaly

se společenskými, vzdělávacími a politickými problémy. Tyto otázky by se mohly týkat možností změn, a to jak v oblasti vybavení a infrastruktury, tak v oblasti vztahu sportu a školy.[1]

Literatura

Atkinson, J. W., & Feather, N. T. (1966). *A theory of achievement motivation.* New York: John Wiley and Sons, Inc.

Barker D., Barker-Ruchti N., Rynne, S., & Lee, J. (2014). Moving out of Sports: A Sociocultural Examination of Olympic Career Transitions. *International journal of sports science & coaching*, *9*(2), 255–270.

Biddle, S. C. K., Wang, J., Kavussanu, M., & Spray, Ch. (2003). Correlates of achievement goal orientations in physical activity: A systematic review of research. *European Journal of Sport Science*, *3*(5), 1–20.

Bloom, B.S. (1985). *Developing Talent in Young People.* New York: Ballantine.

Cote, J. (1999). The influence of the Familyin the Development of Talent in Sport. *The Sport Psychologist*, *13*, 395–417.

Crane, J., & Temple, V. (2014). A systematic review of dropout from organized sport among children and youth. *European Physical EducationReview*, *21*(1), 114–131. First published date: October-31-2014.

Cresswell, S. L. (2009). Possible early signs of burnout: A prospective study. *Journal of Science and Medicine in Sports*, *12*, 393–398.

Dale, J., & Weinberg, R. (1990) Burnout in sport: A review and critique, *Journal of Applied Sport Psychology*, Vol. 2 , Iss. 1.

Deci, E. L. & Ryan, R. M. (1985). *Intrinsic Motivation and Self-Determination in Human Behavior.* New York: Plenum Press.

Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2002). *Handbook of Self-determination Research.* Rochester: University of Rochester Press.

Doherty, J. K. (1964). *Modern training for running.* Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall.

Donnelly P., & Kidd B. (2003). *Realizing the expectations: youth, character, and community in Canadian sport. The sport we want: Essays on current issues in community sport in Canada.* Canadian Centre for Ethics in Sport.

Eklund, R. C., & Cresswell, S. L. (2007). Athlete burnout. In G. Tenenbaum & R. C. Eklund (Eds.), *Handbook of sport psychology* (pp. 621–641). New York: Wiley & Sons.

Ericsson, K. A. & Charness, N. (1994). Expert Performance: Its Structure and Acquisition. *American Psychologist*, *49*(8), 725–747.

Feigley, D. (2016). Psychological Burnout in High-Level Athletes, *The Physician and Sportsmedicine* (pp 108–119), Published online: 12 May 2016.

Fonseca, A. M., Dias, C., Corte-Real, N. (2010). Da participação ao abandono da prática desportiva / From the participaion to the dropout of sport. *Revista Portuguesa de Ciências do Desporto*, *2*, 96–114.

Frazer-Thomas, J., Cote, J., Deakin, J. (2008). Examining Adolescent Sport Dropout and Prolonged Engagement from a Developmental Perspective. *Journal of Applied Sport Psychology*, *20*, 318–333.

Goodger, K., Gorely, T., Lavallee, D., & Harwood, C. (2007). Burnout in sport: A systematic review. *The Sport Psychologist*, *21*, 127–151.

Goodger, K., Wolfenden, L., & Lavallee, D. (2007). Symptoms and consequences associated with three dimensions of burnout in junior tennis players. *International Journal of Sport Psychology*, *38*, 342–364.

Gould, D., & Dieffenbach, K. (2002). Overtraining, underrecovery, and burnout in sport. In M. Kellmann (Ed.), *Enhancing recovery: Preventing underperformance in athletes* (pp. 25–35). Champaign, IL: Human Kinetics.

Gould, D., Tuffey, S., Udry, E., & Loehr, J. (1996). Burnout in competitive junior tennis players: II. A qualitative analysis. *The Sport Psychologist*, *10*, 341–366.

[1]Tento článek byl podpořen Programem institucionální podpory rozvoje vědy na Univerzitě Karlově – Progres Q19 – Společensko-vědní aspekty zkoumání lidského pohybu II a specifickým univerzitním výzkumem (SVV UK FTVS) - Univerzita Karlova v letech 2017-2019, č. 260 466.

Gustafsson, H., Hassmén, P., & Podlog, L. (2010) Exploring the relationship between hope and burnout in competitive sport. *Journal of Sports Sciences*, *28*(14), 1495–1504.

Gustafsson, H., Hassmén, P., Kenttä, G., & Johansson, M. (2008). A qualitative analysis of burnout in elite Swedish athletes. *Psychology of Sport & Exercise*, *9*, 800–816.

Gustafsson, H., Kenttä, G., & Hassmén, P. (2011). Athlete burnout: an integrated model and future research directions. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, Volume 4, Issue 1.

Gustafsson, H., Kenttä, G., Hassmén, P., & Lundqvist, C. (2007). Prevalence of burnout in adolescent competitive athletes. *The Sport Psychologist*, *21*, 21–37.

Helus, Z., Hrabal, V., Kulič, V., & Mareš, J. (1979). *Psychologie školní úspěšnosti žáků*. Praha: Státní pedagogické nakladatelství.

Hošek, V. (1985). *Motivace sportovního tréninku*. Praha: Karolinum.

Hrabal, V., Pavelková, I., & Man, F. (1989). *Psychologické otázky motivace ve škole* (2. upr. vyd.). Praha: Státní pedagogické nakladatelství.

Kopecká, T. (1985) Okolnosti odchodu sportovců ze střediska vrcholového sportu. *Sociologický časopis*, *21*(3), 322–326.

Lau, P. W. C., Fox, K. R., & Cheung, M. W. L. (2004). Psychosocial and Socio-Environmental Correlatesof Sport Identity and Sport Participationin Secondary SchoolAge Children. *European Journal of Sport Science*, *4*(3), 1–21.

Lonsdale, Ch., Hodge, K., & Rose, E. (2009). Athlete burnout in elite sport: A self-determination perspective, *Journal of Sports Sciences*, Vol. 27, Iss. 8.

Maslow, A. H. (c1970). *Motivation and personality* (2nd ed.). New York: Harper & Row.

McEwen, B. S. (1998). Protective and damaging effects of stress mediators. *New England Journal of Medicine*, *338*, 171–179.

Miller, T. W., Vaughn, M. P., & Miller, J. M. (1990). Clinical issues and treatment strategies in stress orientated athletes. *Sports Medicine*, *9*, 370–379.

Miovský, M. (2006). *Kvalitativní přístup a metody v psychologickém výzkumu*. Praha: Grada Publishing.

Mudrák, J., & Slepička, P. (2010). Změna životního stylu juniorských vrcholových sportovců během dospívání. *Česká kinantropologie*, *14*(3), 61–73.

Nicholls, J. G., (1984). *Conceptions of ability and achievement motivation*. In: Research on Motivation in Education, Vol. 1 (edited by R. Ames and C. Ames), pp. 39–73. New York: Academic Press.

Nolen-Hoeksema, S. (2012). Motivace. In Atkinson, R. L., Hilgard, E. R., & Nolen-Hoeksema, S. (Ed.) *Psychologie Atkinsonové a Hilgarda* (Vydání 3., přepracované). Praha: Portál.

Pavelková, I. (2002). *Motivace žáků k učení: perspektivní orientace žáků a časový faktor v žákovské motivaci*. Praha: Univerzita Karlova v Praze, Pedagogická fakulta.

Pierre-Nicolas L., Glyn, C. R., & Stray-Gundersen, J. (2007). Motivation, overtraining, and burnout: Can self-determined motivation predict overtraining in elite athletes?, *European Journal of Sport Science*, Norwegian University of Sport Science, Oslo, Norway, Published online: 02 Aug 2007.

Raedeke, T. D. (1997). Is athlete burnout more than stress? A commitment perspective. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, *19*, 396–417.

Raedeke, T. D., & Smith, A. L. (2001). Development and preliminary validation of an athlete burnout measure. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, *23*, 281–306.

Roberts, G. C., Treasure, D. C., & Balague, G. (1998). Achievement goals in sport: The development and validation of the Perception of Success Questionnaire. *Journal of Sports Sciences*, *16*(4), 337–347.

Rowbottom, D. G. (2000). Periodization of training. In W. E. Garret & D. T. Kirkendall (Eds.), *Exercise and sport science* (pp. 499–512). Philadelphia, PA: Lippincott Williams & Wilkins.

Semmer, N. K., McGrath, J. E., & Beehr, T. A. (2005). Conceptual issues in research on stress and health. In C. L. Cooper (Ed.), *Handbook of stress medicine and health* (pp. 1–44). Boca Raton: CRC Press.

Schaufeli, W. B., Buunk, B. P. (2003). Burnout: An overview of 25 years of research and theorizing. In M. J. Schabracq, J. A. M. Winnubst, & C. L. Cooper (Eds.). *The handbook of work and health psychology* (pp. 383–425). Chichester: Wiley & Sons.

Slepička, P., Hošek, V., & Hátlová, B. (2009). *Psychologie sportu* (2. vyd.). Praha: Karolinum.
Slepičková, I., & Kavalíř, P. (1997). Sociální a profesní adaptace vrcholových sportovců. In *Sborník Tělesná výchova a sport na přelomu století* (pp. 262–263). Praha: FTVS UK,.
Smith, R. E. (1986). Toward a cognitive-affective model of athletic burnout. *Journal of Sport Psychology*, *8*, 36–50.
Smith, J., A., & Osborn, M. (2008). Interpretative phenomenological analysis. In Smith, J. A. (Ed.) *Qualitative Psychology: A Practical Guide to Research Methods* (pp. 53–81). London: Sage,.
Stambulova, N. (1994). Developmental Sports Career Investigations in Russia: A post-perestrojka analysis. *The Sport Psychologist*, *8*(3), 221–237.
Toates, F. (1986). *Motivational systems*. Cambridge: Cambridge University Press.
Vallerand, R. J. & Losier, G. F. (1999). An integrative analysis of intrinsic and extrinsic motivation in sport, *Journal of Applied Sport Psychology*, *11*(1), 142–169.
Vlachopoulos S. P., Karageorghis C. I., & Terry P. C. (2000). Motivation Profiles in Sport: A Self-Determination Theory Perspective, *Research Quarterly for Exercise and Sport*, Vol. 71 , Iss. 4.
Weinberg, R. S., & Gould, D. (2007). *Foundations of sport and exercise psychology* (4th ed). Champaign, IL: Human Kinetics.
Wylleman, P., Alferman, D., & Lavallee, D. (2004). Career transitions in sport: European perspectives. *Psychology of Sport and Exercise*, *5*, 7–20.

Mgr. Bc. Kateřina Jurková, Ph.D.
UK FTVS, J. Martího 31, 162 52, Praha 6
katerina.jurkova@post.cz